



## SALTOLUOKTA – FJÄLLINTRO FAMILJ

**STF Saltoluokta Fjällstation erbjuder en perfekt bas för familjer som vill ge sig ut på sitt första fjälläventyr tillsammans. Fjällintro familj är en introduktion som med barnen i fokus förbereder er inför den första fjällvandringen med familjen.**

Under en dag tillsammans med certifierad fjälledare går vi igenom vad som är viktigt att känna till inför en fjällvandring. Efter en kort rundvandring på fjällstationen genomförs resten av introduktionen utomhus med fokus på aktivitet, lärande och att ha kul tillsammans. Med barnens nyfikenhet i fokus går vi bland annat igenom grundläggande fjällkunskap, karta och kompass och fjällsäkerhet. Även allemansrätt, hur det funkar att laga mat på stormkök, utrustningstips och vad man ska tänka på när man packar ryggsäcken. Målet är att ni som familj efter avslutad introduktion ska känna er trygga med att ge er ut och fjällvandra på egen hand.

Tips på familjevänliga dagsturer och andra aktiviteter att göra efter er introduktion hittar du längre ned. Vill ni boka boende rekommenderar vi att ni bokar med ankomst dagen före introduktionen följt av valfritt antal nätter.

<b>INFORMATION OM ARRANGEMANGET</b>	
Mötesplats	STF Saltoluokta Fjällstation
Samling (tid/plats)	Framför huvudbyggnadens entré kl. 09.00
Avslutning (tid/plats)	Ca kl. 15.00
Deltagarantal (min/max)	Min 2 (en vuxen och ett barn) /max 16
Minimiålder	Rekommenderad ålder 6–14 år
För vem?	Familjer som vill lära sig grunderna i fjällvandring
Erfarenhet	Kräver ingen tidigare erfarenhet
<b>DETTA INGÅR I PRISET</b>	
Ledare/Guide	Certifierad Fjälledare
Utrustning	Gemensam utrustning och intromaterial
Övrigt	<p>Bastu, Wi-fi, torkrum, sällskapsrum.</p> <p>Programmet kan ändras p.g.a. väderförhållanden eller annan oförutsägbar händelse.</p> <p>Avbokning kan ske fram till 7 dagar innan ankomstdag, därefter sker ingen återbetalning.</p>

<b>PRELIMINÄRT PROGRAM</b>
<p>Under ca 6 timmar kommer guiden gå igenom de olika block som introduktionen består utav. Vi blandar aktivitet, lek och teori för att på ett roligt och inspirerande sätt täcka alla områden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bo på fjällstation</li> <li>• Fjällkunskap</li> <li>• Aktivitet på fjället</li> <li>• Navigering med karta och kompass</li> <li>• Utrustning</li> <li>• Bo på fjällstuga</li> </ul> <p>Dagen kommer att börja med en rundvandring på fjällstationen för att sedan tillbringas utomhus. Se till att packa med en matsäck antingen på egen hand eller köpa till från frukosten.</p> <p>Vi är tillbaka vid fjällstationen och avslutar ca 15.00</p>

<b>UTRUSTNING</b>	
Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utrustning nödvändig för aktiviteterna</li> </ul>
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryggsäck för dagstur där lunchpaket och extra kläder ska rymmas</li> <li>• Kängor eller gummistövlar</li> <li>• Slitstarka byxor</li> <li>• Regn-/skalkläder utan isolerande foder, jacka gärna med huva</li> <li>• Förstärkningsplagg (extra tjocktröja/jacka)</li> <li>• Mellanlager i fleece/softshell</li> <li>• Varma strumpor gärna i ull (+ extra)</li> <li>• Mössa/pannband + buff</li> <li>• Termos (ca 0,5l / pers.)</li> <li>• Vattenflaska</li> <li>• Skavsårstejp (ev. Compeed)</li> <li>• Kåsa/mugg</li> <li>• Sittunderlag</li> </ul> <p>Vi ser gärna att alla barn har med egen ryggsäck med det viktigaste: ombyte/förstärkningskläder, kåsa, snacks.</p> <p>I lekens värld är det lätt att plurra i bäcken. Det är viktigt att ge barnen förutsättningar att kunna fokusera på en bra upplevelse istället för att vara blöt och kall. Ha därför alltid med extra sockar, vantar/handskar och mössa lättillgängligt i packningen. För barnen fungerar stövlar bra på fötterna om man inte har kängor.</p> <p>Torkrum och tvättmaskin finns på stationen.</p>
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Badkläder</li> <li>• Innetofflor</li> <li>• Kikare</li> <li>• Matlåda för att packa lunchpaket i</li> </ul>
Hyra av utrustning	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryggsäck, liggunderlag och termos finns att hyra.</li> <li>• Det går även bra att hyra mer utrustning för att ge er ut på en egen fjälltur.</li> </ul> <p>Boka din utrustning här:  <a href="https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-saltoluokta-fjallstation/butik/">https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-saltoluokta-fjallstation/butik/</a></p> <p>15% rabatt för STF-medlemmar</p>

## MER ATT UPPTÄCKA

Är ni nyfikna på att ge er ut och använda era nya kunskaper efter genomförd introduktion finns massor att upptäcka i vårt närområde. Här har vi samlat våra bästa tips på dagsturer och övriga aktiviteter som passar extra bra för familjer. Som vanligt finns vi på fjällstationen redo att ge er aktuella tips utifrån väder, era önskemål och förmåga.

### FAMILJEVÄNLIGA DAGSTURER

- Gå på familjens första topptur, till Dának (Dánagådno)! Följ Kungsleden söderut upp på kalfjället, vik av höger mot den lilla bergsryggen med tre platåer varav den högsta är Dának. Här bjuds ni på en slående utsikt mot Stora Sjöfallet och sjön Langas. (ca 3,5 km enkel väg)
- Besök ravinen Áhusjgårsså - en tydlig lämning från inlandsisen! Här kan ni se fjällvråken cirkulera. Ravinen når ni genom att starta på Kungsleden söderut, och ta av höger mot Petsaure. Vid nationalparksgränsen börjar stigen snirkla sig kring stenblock och här får ni hålla utkik efter en stig som leder in i ravinen. Här kan det vara lite blötare, men följ stigen så ska det gå bra. Den letar sig uppåt i skogen, och när ni når toppen kan ni blicka ut över den tydliga skåran. Det går även bra att följa stigen nedanför Dának i riktning mot ravinen, för att blicka ut över den från andra sidan.
- Följ med på guidad tur till Stora Sjöfallet! Ett heldagsäventyr för stora och små. Tillsammans gör vi en historisk vandring i Laponiafjällen, till Stora Sjöfallet som en gång var ett av Europas mäktigaste vattenfall. Vi njuter av att glida fram på kanske fjällvärldens vackraste sjö, vandrar i uråldrig tallskog och blickar ut över det mäktiga vattenfallet. Vi avslutar med att laga lunch över öppen eld innan M/S Langas hämtar oss igen. Avgår lördagar (samt onsdagar under högsäsong).  
Bokas här: [Saltoluokta - Guidad dagstur till Stora sjöfallet](#)
- För dig med äldre barn rekommenderar vi en vandring till Petsaure sameviste, här kan ni köpa glödkaka och rökt fisk, och hälsa på familjen Kuoljok!

### ÖVRIGA AKTIVITETER

- Gör en vandring/utflykt till någon av vindskydd/grillplatserna och grilla korv, marshmallows, koka kaffe eller något annat gott.
- Hyr ett fiskespö och fiska nere vid bryggan
- Hyr kajak (rekommenderas för äldre barn och vuxna) och paddla på Langas.
- Gör en topptur. Vi har flera toppar som är möjliga att nå med dagstur.
- Hyr tält, kök, sovsäck och liggunderlag och testa fjälltältning. Du väljer själv om du vill gå långt, tälta nära fjällstationen och hur många nätter. Fråga efter tips på tältplatser vi vet flera. I vår butik finns flera lämpliga middagsalternativ för friluftsköket.
- Inne på fjällstationen finns sällskapsrummet med böcker, och sällskapsspel.
- Hyr vedbastun nere vid Langas och ta ett dopp i den iskalla sjön.

## HITTA HIT

Vi rekommenderar ett miljövänligt resande. Från Stockholm/Göteborg finns dagliga avgångar med tåg till Gällivare. I Gällivare ansluter bussen till Kebnats (Saltoluoktas hållplats vid väg).

Vi möter alltid bussen med båt under sommartid. Boka gärna buss och tåg på samma biljett, då har du resegaranti ifall buss/tåg är försenat. Läs mer om hur du tar dig till oss på vår hemsida (scrolla längst ner till 'Hitta till boendet') [Saltoluokta Fjällstation](#)

Båtbiljetten bokar du här: [Båtbiljett M/S Langas](#)

## FRÅGOR OCH FUNDERINGAR?

Är det något du undrar över så är du välkommen att ringa eller skriva till oss.

Bokning: [bokningen@stfturist.se](mailto:bokningen@stfturist.se), 010-190 23 60

Receptionen Saltoluokta: 010 - 190 23 50