



ABISKO – FJÄLLINTRO FAMILJ

STF Abisko Turiststation erbjuder en perfekt bas för familjer som vill ge sig ut på sitt första fjälläventyr tillsammans. Fjällintro familj är en introduktion som 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.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	STF Abisko Turiststation
Samling/ Avslutning	Samling utanför entrén kl. 9:30/ Avslutning kl. 15:30
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

DETTA INGÅR I PRISET	
Ledare/guide	Certifierad fjälledare
Utrustning	Gemensam utrustning och intromaterial
Övrigt	<p>Bastu, wifi, torkrum, leksaker samt sällskapsytor med spel och böcker finns på fjällstationen.</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>

PRELIMINÄRT PROGRAM
<p>Under ca 6 timmar kommer guiden gå igenom de olika block som introduktionen består av. Vi blandar aktivitet, lek och teori för att på ett roligt och inspirerande sätt täcka alla områden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bo på fjällstation • Fjällkunskap • Aktivitet på fjället • Navigering med karta och kompass • Utrustning • Bo på fjällstuga <p>Dagen kommer att börja med en rundvandring på STF Abisko turiststation för att sedan spenderas 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 kl. 15:30.</p>

UTRUSTNING	
Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> • Utrustning nödvändig för aktiviteterna
Utrustning vi rekommenderar	<ul style="list-style-type: none"> • Ryggsäck för dagstur där lunchpaket och extra kläder ryms • Kängor eller gummistövlar • Slitstarka byxor • Regn-/skalkläder utan isolerande foder, jacka gärna med huva • Förstärkningsplagg (extra tjocktröja/jacka) • Mellanlager i fleece/softshell • 1-2 underställ av ull eller syntet • Varma strumpor gärna i ull (+ extra) • 2 par handskar/vantar • Mössa/pannband + buff • Termos (ca 0,5l / pers.) • Vattenflaska • Lunchpaket och extra snacks/mellis • Solglasögon + solskyddsfaktor • Myggmedel • Skavsårstejp (t ex Compeed) • Kåsa/mugg • Sittunderlag • Toalettartiklar <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 finns på stationen.</p>
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> • Badkläder • Kamera • Kikare • Matlåda för att packa lunchpaket i
Hyra av utrustning	<p>STF Abisko Turiststation erbjuder hyra av utrustning. För komplett utbud, priser och bokning följ denna länk (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 ca en kilometer ner till stranden vid kanten av Torneträsk, Sveriges sjätte största sjö. Njut av utsikten och se om ni kan hitta några spännande fåglar på vattnet!
- Ta en promenad till vackra Fågelkullen, som ligger vid Abisko-jåkkas delta med fantastisk utsikt över jokken, den stora sjön och deltat som är fågelskyddsområde mellan 1 maj och 31 juli. Perfekt utflyktsmål för alla som är nyfikna på fåglar. Ta med kikare!
- Följ den "orangea leden" längsmed Kungsleden till sjön Njakajaure (Vuolip Njáhkájávri) och tillbaka över spängerna som leder över vackra fjällmyrar. En del av leden följer Abisko-jåkka (Abiskoeatnu) med dess virvlande vatten och vackra kalksten, innan den viker av in mot sjön Njakajaure. Här finns goda chanser att se spännande fåglar, bland annat den vackra storlommen, som sällan syns men oftare hörs med sitt klagande läte. Stigen går tillbaka över fjällhedar som bitvis består av ständigt tjäle, så kallad permafrost.
- Upptäck Kårsafallen som ligger där Kårsajåkka (Gorsajohka) och Abisko-jåkka möts. Stigen går genom björkskog och över spångad myrmark fram till vacker tallurskog och de små vattenfallen. Det finns en bro över fallen, och i området kan man se älg, ekorre och lavskrika.
- För den toppsugne med starka ben är linbanan upp på Nuolja (Njullá) ett givet alternativ, följt av en vandring till Nuoljas topp. Du glider sakta upp över trädtopparna i sittliften, och efter avstigning väntar ca 250 ytterligare höjdmeters promenad till toppen, där en fantastisk utsikt väntar. Biljett köpes vid linbanans dalstation.
- Ett längre dagstursalternativ som går mot Paddus (Báddosdievvá) genom björkskog som bjuder på ljuv musik av fågelsång under sommaren. Stigen går svagt uppför mot Lappporten (Čuonjávággi), och avslutas vid en iögonfallande kulle, som är en tidigare samisk offerplats.

ÖVRIGA AKTIVITETER

- Besök Gränsförsvarmuseet som ligger ett par hundra meters promenad från fjällstationen, och se bilder och föremål från andra världskriget som påverkade stort i Abisko- och Riksgränsområdet. Öppet varje helg under sommaren, samt onsdagar och torsdagar i juli månad.
- Gå in på Naturum och ta del av deras utställning om naturen, djuren och miljön i Abisko med omnejd. Där finns massor av filmer, bilder och aktiviteter för stora som små!
- Några hundra meter från fjällstationen ligger "samevistet", en rekonstruktion av ett traditionellt viste som samerna använde, med vacker arkitektur och intressanta fakta för hela familjen.

- Dra igång kåsarace i närmsta fjällbäck. Otroligt rolig familjeutmaning när kåsorna far iväg ut för bäcken mot målet. Vem vinner?
- Bada i Torneträsk eller någon av de små fjällsjöarna i området. Kallt och uppfriskande på varma sommardagar!

HITTA HIT

Till och från Abisko reser du enklast med tåg. STF Abisko Turiststation har egen järnvägsstation.

Alternativt kan du ta flyg till Kiruna, sedan buss eller tåg vidare till Abisko Turiststation.

För mer information om resa till Abisko, besök:

<https://www.svenskaturistforeningen.se/boende/stf-abisko-turiststation/>

FRÅGOR OCH FUNDERINGAR?

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

Bokningen:

E-post: bokningen@stfturist.se

Telefon: 010 - 190 23 60

STF Abisko Turiststation:

E-post: abisko@stfturist.se

Telefon: 010 - 190 24 00