



## Storulvån – Heldag med topptursguide

**I bergsområdet Snasahögarna finns flera populära fjälltoppar, topparna lockar både lokala och långväga skidåkare. Följ med på en heldag med erfaren guide för större chans att hitta de bästa åken utifrån dagens förutsättningar**

Upplev Storulvån med en guddad heldagstur på topptursskidor! Du möter upp guiden på morgonen och går igenom dagens plan, vi går även igenom utrustningen och säkerställer att all nödvändig utrustning finns med. För att delta behöver du ha vana av att topptura samt grundläggande kunskaper om lavinsäkerhet för att alla ska kunna njuta av turen på ett säkert sätt. Toppturen planeras utifrån rådande väder och snöläge. Väder och vind har stor inverkan på hur vi kan röra oss i den avancerade fjällmiljön, därför kan guiden behöva ta beslutet att avbryta eller korta ned turen. Turen avslutas på eftermiddagen vid fjällstationen där du har möjlighet att dela dagens äventyr med likasinnade skidåkare.

<b>INFORMATION OM ARRANGEMANGET</b>	
Mötesplats	STF Storulvån Fjällstation
Samling (tid/plats)	Kl. 9.30 på Storulvåns fjällstation. Vid uthyrningen en trappa ned från entrén
Avslutning (tid/plats)	Ca 17.00 vid STF Storulvån fjällstation
Deltagarantal	Min 2/ Max 6
Minimiålder	18 år
För vem?	För dig som vill utforska Storulvåns topptursmöjligheter en dag
Erfarenhet	Du bör ha god kondition och kunna vara aktiv utomhus i minst 7h. Du bör vara en god skidåkare för att kunna hantera offpist i varierande snöförhållanden. Du bör ha god kännedom av transceiver, sond samt grävning.

<b>DETTA INGÅR I PRISET</b>	
Måltider	Ingår ej, matsäck kan köpas till vid bokning
Ledare/Guide	Certifierad Fjällguide
Övrigt	<p>Avbokning kan ske fram till 7 dagar innan ankomst, därefter sker ingen återbetalning av erlagt belopp.</p> <p>Uppnår inte arrangemanget minimiantal för genomförande ställs det in minst tre veckor innan.</p> <p>Programmet kan ändras på grund av rådande väder-/snöförhållanden eller annan oförutsägbar händelse.</p> <p>Vändning vid dåligt väder eller farliga förhållanden på turen genomförs utan återbetalning. Ställs turen in helt på grund av vädret återbetalas hela summan utom 300 kr som är en administrativ avgift. Inställd tur flyttas inte automatiska fram till nästkommande dag. Tala med guiden vad som gäller.</p>

<b>PRELIMINÄRT PROGRAM</b>
<p>Antingen bor du redan på STF Storulvån fjällstation eller också ansluter du från annat håll på morgonen innan turstart. Samling sker 9.30 vid skiduthyrningen på nederplan för att säkerställa att ni har med obligatorisk utrustning innan vi går ut. Alla bör vara ombytta, ha packat ner matsäcken och ha stighudar på skidorna ca kl 10.00.</p> <p>Guiden presenterar dagens plan som formats utifrån rådande väder-, vind- och lavinförhållanden. Vi försöker alltid hitta den bästa åkningen för dagen men kan inte garantera specifika åk. Vi börjar i lugnt tempo och tar regelbundna pauser samt en eller två längre fikastopp. Väder och vind har stor inverkan på hur vi kan röra oss i den avancerade fjällmiljön därför kan guiden behöva ta beslutet att avbryta eller korta ned turen.</p>

<b>UTRUSTNING</b>	
Nödvändig skidutrustning för att genomföra arrangemanget, <b>finns att hyra på STF Storulvån.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Topptursskidor eller Splitboard</li> <li>• Spade, Sond och transceiver.</li> <li>• Pjäxor med krav på gåläge.</li> <li>• Skarjörn (finns att hyra för Dynafit och ATK).</li> </ul>
Utrustning att ta med sig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skalkläder, ofodrade är att rekommendera.</li> <li>• Mössa, (gärna en lite tunnare och en varmare).</li> <li>• Handskar, ett par tunnare, vindtäta att använda vid uppgång och ett par varmare för nedfärd.</li> <li>• Underställ och strumpor i ull eller syntet.</li> <li>• Förstärkningsjacka (dun eller syntet).</li> <li>• Fleecetröja eller annat mellanlager.</li> <li>• Vattenflaska, du bör kunna ta med minst 1 L</li> <li>• Termos</li> <li>• Eget snacks man tycker om.</li> <li>• Solglasögon, solkräm vid soliga dagar.</li> <li>• Goggles</li> <li>• Rygsäck 35-45L</li> </ul>
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skavsårsplåster</li> <li>• Innetofflor</li> <li>• Extra underkläder, strumpor, vantar, tröja</li> <li>• Sittunderlag</li> <li>• Bekvämt ombyte för kvällarna</li> <li>• Keps vid soligt väder</li> </ul>
Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gemensam säkerhetsutrustning (guide)</li> <li>• Vindsäck</li> </ul>
Hyra av utrustning	<p>Se <a href="#">STF Storulvåns hemsida - Butik &amp; Uthyrning</a>. Utrustning måste förbokas, alla medlemmar har 15% rabatt på hyrutrustning. Avdras vid uthämtning.</p> <p><b>Hämta din hyrda utrustning innan samlingen.</b></p>

### **RISKMOMENT OCH FÖRSÄKRING UNDER STF-AKTIVITET**

Topptursguidning är en aktivitet där gästen färdas genom avancerad fjällmiljö. Genom att delta i aktiviteten utsätter sig hen för riskmoment så som: Nedkylning, Laviner, fall från hög höjd, sten-/snöoras och rutschning är endast några exempel. Guiden är utbildad inom första hjälpen i terräng och gör sig yttersta för att minimera eventuella riskmoment under aktiviteten. Gästen bör därmed vara medveten vad hen utsätter sig för och vi kräver att gästen har korrekt utrustning enligt tabell här ovan, samt följer de direktiv guiden ger. Du som är medlem i STF och deltar i en aktivitet som arrangeras av STF omfattas då av en olycksfallsförsäkring som gäller under aktiviteten. Försäkringen gäller även för barn i

medlems sällskap till och med det år barnet fyllt 15 år. Läs mer om olycksfallsförsäkring vid STF-aktivitet [här](#).

## OM OMRÅDET

Knappt en timme från Åres puls hittar du Svenska turistföreningens fjällstation Storulvån. Fjällstationen ligger vid vägs ände, det är både en inkörsport till STF:s övriga fjällstationer i Jämtlandsfjällen och en oas, en mötesplats och ett aktivitetscentrum för den som gillar friluftsliv. Fjällstationen bjuder på en skön mix av pulshöjande aktiviteter, hisnande toppturer, intressanta kvällsarrangemang, barnveckor och inte minst god mat och dryck. Här finns ca 150 bäddplatser, en restaurang med fullständiga rättigheter och sportverksamhet med både uthyrning och guider.

## HITTA HIT

**Se STF Storulvåns hemsida – [Hitta till boendet](#)**

Med ett aktuellt STF medlemskap har du 10 % rabatt på samtliga biljetter hos både SJ och Snälltåget.

Det är gratis för STF-medlemmar att ansluta sig till samåkningsplattformen ”Skjutsgruppen” – [läs mer om det här](#)

## 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)

Bokning, telefon: 010 - 190 23 60

Kontakt, guider: [jamtland.fjallsport@stfturist.se](mailto:jamtland.fjallsport@stfturist.se)