



Sylarna – Heldag med topptursguide

Häng med till södra fjällvärldens kanske häftigaste fjällmassiv. Under ledning av erfaren guide hoppas vi på en härlig, utmanande heldag med skidåkning och fina vyer.

Upplev Sylarna med en guddad heldagsdagstur på topptursskidor! Du tar dig till STF Sylarna Fjällstation på egen hand, du träffar guiden kvällen före för att gå igenom turplanen, packning och starttid för morgondagens aktivitet. Vi startar efter frukost och det är viktigt att du packat med matsäck. 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 kan dela dagens äventyr med likasinnade skidåkare eller bara njuta av en varm bastu och den trevliga fjällstationen.

INFORMATION OM ARRANGEMANGET	
Mötesplats	Receptionen Sylarnas Fjällstation
Samling (tid/plats)	Dagen före: ca 19.30, exakt tid ges vid receptionen vid ankomst. Turdagen: Samling 9.15 Utanför Sylarnas Fjällstation ombytta och klara – exakt tid ges på informationsmötet kvällen före.
Avslutning (tid/plats)	Ca 17.00 vid Sylarnas Fjällstation
Deltagarantal	Min 2 / Max 6
Minimiålder	18 år
För vem?	För dig som vill utforska Sylarnas 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.

DETTA INGÅR I PRISET	
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 genomförs utan återbetalning. Ställs turen in helt på grund av vädret återbetalas 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>

PRELIMINÄRT PROGRAM
<p>Antingen bor du redan på STF Sylarna fjällstation eller så kan du tälta i närheten. Du skidar på egen hand ut till Sylarna och på kvällen före turdagen samlas gruppen vid receptionen på STF Sylarna fjällstation. Där presenterar guiden morgondagens plan, med förbehåll för att den kan ändras beroende på väder vind och lavinförhållanden. Vi försöker alltid hitta den bästa åkningen i massivet men kan inte garantera specifika åk. Omständigheterna spelar stor roll hur vi kan röra oss i terrängen därför kan guiden behöva ta beslutet att avbryta eller korta ned turen.</p> <p>På turdagen samlas vi utanför fjällstationen. Alla bör vara ombytta, ha packat ner matsäcken och ha satt stighudar på skidorna ca 09.15. Vi börjar i lugnt tempo och tar regelbundna pauser samt en eller två längre fikastopp. Vi är tillbaka vid 17-tiden.</p>

UTRUSTNING	
Nödvändig skidutrustning för att genomföra arrangemanget, finns att hyra på STF Storulvån.	<ul style="list-style-type: none"> • Topptursskidor eller Splitboard • Spade, Sond och transceiver. • Pjäxor med krav på gåläge. • Skarjörn (finns att hyra för Dynafit och ATK).
Utrustning att ta med sig	<ul style="list-style-type: none"> • Skalkläder, ofodrade är att rekommendera. • Mössa, (gärna en lite tunnare och en varmare). • Handskar, ett par tunnare, vindtäta att använda vid uppgång och ett par varmare för nedfärd. • Underställ och strumpor i ull eller syntet. • Förstärkningsjacka (dun eller syntet). • Fleecetröja eller annat mellanlager. • Vattenflaska, du bör kunna ta med minst 1 L • Termos • Eget snacks man tycker om. • Solglasögon, solkräm vid soliga dagar. • Goggles • Ryggsäck 35-45L
Bra att ha	<ul style="list-style-type: none"> • Skavsårplåster • Innetofflor (skoförbud på Sylarna) • Extra underkläder, strumpor, vantar, tröja • Sittunderlag • Bekvämt ombyte för kvällarna • Keps vid soligt väder
Utrustning som ingår	<ul style="list-style-type: none"> • Gemensam säkerhetsutrustning (guide) • Vindsäck

RISKMOMENT OCH FÖRSÄKRING UNDER STF-AKTIVITET

Sylarna - 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-/snöras 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 dom 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

Från STF Storulvån och vägens ände går skidspåret 16 kilometer in i fjället och in till Sylarna. Bergsmassivet som ständigt hägrar i utkanten av blickfånget för de som besöker Jämtlandsfjällen. Med sin dramatiska karaktär har det lockat turister sedan 1890-talet och blivit ett nav för vandring, skidåkning samt klättring i västra Jämtlands fjällvärld.

På STF Storulvån kan du proviantera, packa om, förvara bagage och äta en god frukost/lunch innan du startar din tur längs leden mot Sylarna. Kartor finns i Storulvåns butik.

HITTA HIT

Sylarna ligger i väglöst land. För att ta dig hit måste du antingen åka skidor, vandra, springa eller cykla. Närmaste bilväg finns vid Storulvån 16 kilometer från Sylarna.

Se STF Sylarnas 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 skriva eller ringa till oss.

Bokning: bokningen@stfturist.se

Bokning, telefon: 010-190 23 60

Kontakt, guider: jamtland.fjallsport@stfturist.se