

## Välkommen till lokalavdelningen

Vår lokalavdelning, med ca 500 medlemmar, erbjuder ett varierat utbud av aktiviteter. Programmen innehåller en blandning av naturupplevelser, intressanta föredrag och studiebesök. Vi gör vandringar längs leder i närområdet samt utforskar våra många naturreservat, där Vindelfjällen är ett återkommande besöksmål.

## Kontakter i styrelsen

Undis Englund ordförande	070-226 10 93
Calle Hallgren vice ordförande	070-554 49 28
Karin Hjalmarsson sekreterare	073-808 07 65
Rolf Eriksson kassör	072-235 09 29
Lollo Sandström	070-174 66 65
Doris Kesek	070-225 08 10

## Samåkning

Vi rekommenderar 10 kr/mil och passagerare.

## Hemsida:

[www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen](http://www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen)

E-post: [stf.umeregionen@la.stfturist.se](mailto:stf.umeregionen@la.stfturist.se)

Facebook: [www.facebook.com/Umeregionen](http://www.facebook.com/Umeregionen)

Plusgironr: 82 02 79-8

Swish: 123 166 9126

Org.nr.: 894002-3438

## Vill du bli medlem eller engagera dig i vår lokalavdelning?

Du ansluter dig till lokalavdelningen enkelt via vår hemsida, [www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen](http://www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen), eller genom att skicka ett mejl till [stf.umeregionen@la.stfturist.se](mailto:stf.umeregionen@la.stfturist.se). Det är kostnadsfritt att ansluta sig!

[www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen](http://www.svenskaturlstforeningen.se/stfumeregionen)

## STF – vägen till äventyret Sverige

STF är en av Sveriges största ideella organisationer med cirka 200 000 medlemmar. En förening som arbetar för att alla ska ha tillgång till Sveriges natur och kultur, i dag och i framtiden. Det kräver bland annat bättre möjligheter att turista hållbart, bra boenden runt om i landet, att vi slår vakt om allemansrätten och inte minst inspiration och guidning till nya äventyr.

## Unika boenden med STF

Med STF kan du boka allt från charmiga Bed and Breakfasts till personliga små hotell och genuina pensionat. Oavsett om det är en fjällstation, hotell eller stuga så kan du vara säker på att du kommer att mötas av ett personligt och genuint värdskap nära natur- och kulturupplevelser. Många av våra boenden erbjuder även spännande aktiviteter och möjlighet att boka grupparrangemang som konferenser och träffar.

Som medlem i STF får du dessutom rabatt när du bokar via STF:s webb. Välkommen att boka din nästa resa på [svenskaturlstforeningen.se](http://svenskaturlstforeningen.se)

## Så blir du medlem

Skanna QR-koden med din mobilkamera och följ instruktionerna för att bli medlem.



Lokalavdelningen samarbetar med Studiefrämjandet, där STF är medlemsorganisation.



SVENSKA  
TURISTFÖRENINGEN

Svenska Turistföreningen  
Box 172 51  
104 62 Stockholm

STF Huvudkontor 08-463 21 00  
[info@stfturist.se](mailto:info@stfturist.se)  
[www.svenskaturlstforeningen.se](http://www.svenskaturlstforeningen.se)



SVENSKA  
TURISTFÖRENINGEN

# STF Umeregionen

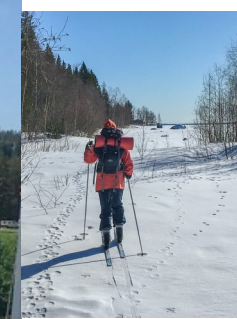
## Vinter- och vårprogram 2026



## Den stora älgvandringen

### Arvet gårds- och byamuseum

### Tvåålsleden



## Upptäck något nytt på hemmaplan!

Svenska Turistföreningen har lokalavdelningar runt om i hela landet som anordnar aktiviteter för alla som vill komma ut i naturen mer, och tillsammans med andra. Som medlem i STF väljer du själv vilken lokalavdelning du vill ansluta dig till och du är varmt välkommen att engagera dig i lokalavdelningens arbete, anordna aktiviteter och bidra till att utveckla verksamheten. Även du som ännu inte är medlem i STF är varmt välkommen att delta i våra aktiviteter.

## Bli en del av STF!

Genom att bli medlem bidrar du till att fler kan upptäcka Sverige – både i dag och i framtiden.

## Stöd din lokalavdelning

Bli STF-medlem direkt via oss och låt din medlemsavgift gå till din lokala avdelning. Gäller endast för nya medlemmar. Använd QR-koden på baksidan av broschyren för att bli medlem.

## Fri olycksfallsförsäkring vid STF-aktivitet

Du som deltar i en aktivitet som arrangeras av STF omfattas av en olycksfallsförsäkring som gäller under aktiviteten.

## Vandringens dag

I höst är det igen dags för vandringens dag. Läs mer och hitta din vandringsaktivitet på [svenskaturlstforeningen.se](http://svenskaturlstforeningen.se)



## Medlemsavgifter

Vuxen 26–74 år:	375 kr
Senior 75+ år:	230 kr
Ungdom 16–25 år:	195 kr
Sambor/Familjepreis:	600 kr

## Rabatt på tagresor

Som medlem i STF får du 10–15 % rabatt på resor med SJ och andra tåg och bussbolag. Besök STF:s webb för aktuella medlemsförmåner.

**OBS! Samlingsplats för samåkning från Umeå vid angiven starttid är P-platsen V jvstn Umeå C. Aktiviteterna är gratis för medlemmar om inte annat anges, övriga 50 kr. UFH= Umeå Folkets Hus. OBS! Det kan ske sena ändringar i programmet och det rekommenderas att besöka hemsidan ([www.svenskaturistforeningen.se/stfumeregionen](http://www.svenskaturistforeningen.se/stfumeregionen)) för aktuellt program.**

#### Årsmöte 2026 med bildvisning

Onsdag 28 januari kl. 18.30. UFH.

Info: Undis Englund 070-226 10 93

Efter avslutade förhandlingar bjuder STF Umeregionen på fika och John Cumberbatch berättar om och visar bilder från en två veckors vandring i norra Indien.

#### Glaciärer i fjällen

Måndag 16 februari kl.18.30. UFH.

Info: Hans Ivarsson 070-216 42 69

Hans Ivarsson bygger vidare på sitt föredrag om glaciärer i svenska fjällen som hölls under hösten. Hans berättar nu om hur glaciärerna har format fjällandskapet och ger exempel på hur man kan se tydliga spår av detta i fjällmiljön.

#### Skidtur Strömbäck-Kont

Söndag 15 mars kl. 09.30. Samåkning.

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 1 mars.

Anmälan/info: Ingemar Nilsson 070-636 56 50

Vi åker skidor i ett preparerat milspår genom naturreservatet Strömbäck-Kont. Spåret är draget mellan isbelagda sjöar och används flitigt av skidåkare. Skulle skaren vara bra kommer vi istället att göra en härlig skidtur på myrarna norr om Bäcksjön.

#### Den stora älgvandringen

Torsdag 26 mars kl 18.30. UFH.

Info: Calle Hallgren 070-554 49 28

Göran Eriksson, professor i viltekologi vid SLU (Sveriges lantbruksuniversitet) och en av initiativtagarna till TV-succén "Den stora älgvandringen", berättar om arbetet bakom programmet och om älgars liv och leverne.

#### Modellutställning Gamla Umeå

Lördag 18 april kl. 10.30.Samåkning.

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 4 april, max antal platser 18.

Anmälan/info: Calle Hallgren 070-554 49 28

Lars Hübinette visar Folke Hübinettes fantastiska modeller av hus och bebyggelse i Umeå. Modellerna visar bl.a. Umeå före branden 1888 fram till ca 1960-tal, då många av husen i den centrala staden revs. Dessutom finns också kartor över Umeå från 1600-talet och framåt.

#### Lövölandet - Holmsund

Söndag 10 maj kl. 09.30. Samåkning.

Svårighetsgrad: Lätt

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 26 april.

Anmälan/info: Ingemar Nilsson 070-636 56 50

Vi gör en trevlig 10 km vandring i Lövölandet, Holmsund. Vi följer olika stigar för att göra en rundtur från golfbanan via Röavaberget till Yttre Täftefjärden där vi äter lunch. Efteråt fortsätter vandringen i utkanten av golfbanan tillbaka till starten. Terrängen är småkuperad och vi passerar tjärnar, små sjöar och havet. Stigarna är bitvis steniga och smala.

#### Gårds-och byamuseum Arvet, Västra Vännfors

Onsdag 20 maj kl. 18.00. Samåkning.

OBS! Obligatorisk anmälan, max antal platser 20. Anmälan tidigast 6 maj.

Anmälan/info: Undis Englund 070-226 10 93

Arvet är ett familjeägt museum som visar en rik samling föremål från förr i tiden (hantverk, redskap, husgeråd, maskiner och traktorer). Föremål från 1700-talet till 2000-talet finns representerade. Lokalavdelningen sponsrar guidning och fika, men varje deltagare får stå för ersättning till bilförare.

#### Starrberget och Vännforsen

Lördag 23 maj kl. 09.30. Samåkning.

Svårighetsgrad: Utmanande

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 9 maj.

Anmälan/info: Undis Englund 070-226 10 93

Vi vandrar i två naturreservat. Först Starrberget som bjuder på dramatisk terräng, totalt ca 4 km vandring. På vissa ställen är stigen lite brant. Därefter Vännforsen där vi vandrar några

kilometer längs Vindelälven som skapat ett unikt landskap.

#### Obbola fiskarium, Gamla Salteriet och Fornstigen

Söndag 7 juni kl. 10.30. Samåkning.

OBS! Obligatorisk anmälan, max antal platser 30. Anmälan tidigast 24 maj.

Anmälan/info: John Cumberbatch 070-307 87 08

Obbola fiskarium uppvisar Obbolas kulturarv (fiske och säljakt) och ligger vid gamla och kulturskyddade fiskehamnen i Byviken. Museet ligger på andra våningen, hiss saknas. Efter en guidad visning av museet besöker vi Gamla Salteriet. Därefter vandrar vi den 4 km långa Fornstigen som visar fornminnen vid stigen och berättar om ett forntida skärgårdsliv.

#### Cykeltur Tavelsjö - Vindelälven och retur

Söndag 14 juni kl. 09.30. Samåkning.

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 31 maj.

Anmälan/info: Rolf Eriksson 072-235 09 29

Vi cyklar i lugn takt från Tavelsjö via Varmvattnet till Vindelälven vid Rödånäs. Därifrån gör vi en trevlig rundtur via broar över älven till Selet och tillbaka. Åter till Tavelsjö via Rödåsel och badet vid Hundsjön. Totalt ca 3 mil. Turen kan förkortas om så önskas.

#### Tvåälvleden, Vindeln

Lördag 27 juni kl. 09.30. Samåkning.

Svårighetsgrad: Utmanande

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 13 juni. Senaste

anmälan 24 juni.

Anmälan/info:John Cumberbatch 070-307 87 08

Tvåälvleden sträcker sig mellan Vindelälven och Umeälven. Vi vandrar halva sträckan, från Renforsen i Vindeln via Osttjärnbäckens naturreservat till Kulbäcksliden. Ca 10 km vandring med en stigning på drygt 100 m via Bubergets topp.

#### Vandring med hantverkstema

Lördag 15 augusti kl. 09.30. Samåkning.

Svårighetsgrad: Medel

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 1 augusti.

Anmälan/info: Sofia Hedendahl 076-848 01 03

I Hässningsbergets naturreservat följer vi den tre kilometer långa rundslingan som tar oss upp på berget. Under vandringen får vi

uppleva många olika naturtyper, från tät granskog och frodiga bäckraviner till gles tallskog och berghällar. Från toppen av berget får vi en vidsträckt utsikt. Vi stannar vid vindskyddet på toppen och sysselsätter oss med medhavda hantverk.

#### Rickleån, Robertsfors

Söndag 23 augusti kl. 09.30. Samåkning.

Svårighetsgrad: Medel

OBS! Obligatorisk anmälan tidigast 9 augusti. Senaste anmälan 19 augusti.

Anmälan/info: Hans Ivarsson 070-216 42 69

En 13 km vandring efter Flottarstigen längs Rickleån, från Överklinten till Robertsfors. Stigen som skapades av de som arbetade med flottnig av timmer är nu omgjord till en vandringsled. Vi korsar ån några gånger och passerar några forsar innan vi kommer till Robertsfors bruk.

#### Svårighetsgrader vid vandringar

LÄTT. Vandring på inte så kuperade stigar, asfalterade/grusade vägar, relativt god framkomlighet. Normal kondition räcker för detta.

MEDEL. Vandring sker mest på gångstigar/vandringsstigar.

Sträckorna kan vara längre och med större höjdskillnader än

”Lätt” och är lite mer ansträngande för dig med normal

kondition. Vandringsskor/kängor rekommenderas.

UTMANANDE. Vandring sker i huvudsak längs smalare

naturstigar där underlaget är ojämnt, stenigt och/eller löst. Större

och brantare backar förekommer. Förutom att du är van att

vandra och i god form och kondition samt har rätt utrustning för

vandring bör du inte ha problem med knän eller andra leder.

Vandringsskor/kängor rekommenderas.

TÄNK PÅ ATT:

- Du måste själv välja din svårighetsgrad utifrån dina erfarenheter, utrustning och kondition.

- Rätt skor krävs: på alla vandringar utom ”Lätt” rekommenderas

vandringsskor/kängor. Det är farligt och jobbigt att gå med skor

som har dåligt grepp och är för mjuka.

- Du väljer svårighet under eget ansvar.

- Fråga ledaren innan vandringen om du är osäker.

- Ledaren kan avvisa deltagare om utrustningen inte uppfyller

kraven för vandringen eller om deltagarens form eller kondition

är för låg.