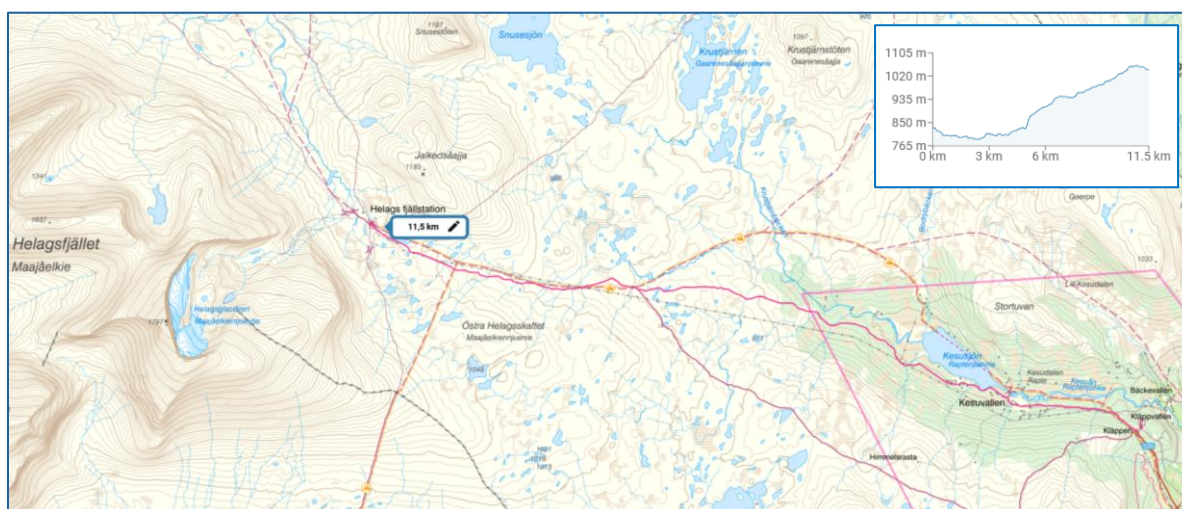


Informationsblad för dagstur till Helags fjällstation



Turen går från Kläppens parkering längs den väl upptrampade stigen upp genom Kesudalen med sina fäbodar och vackra kulturlandskap. Det är 23 km och ca 250 höjdmeters stigning tur och retur Helags fjällstation. När vi kommer upp ur dalens skyddande fjällbjörkskog börjar kalfjället och utsikten blir milsvid, hela tiden med det mäktiga Helagsfjället i vårt blickfång. Vandringen är enkel och vi följer den upptrampade stigen upp mot fjällstationen där vi äter lunch, beundrar de vackra vyerna och återhämtar oss innan vi vandrar tillbaka ner till Kläppen. Vi kommer att rasta med jämna mellanrum under turen och det blir en längre kafferast både på förmiddagen och under eftermiddagen. Tempot är lugnt och vi bär med oss varsin lättare dagsturspackning med regnkläder, varm tröja och fika för dagen. Vatten behöver vi inte bära då vi kommer att passera otaliga små jokkar med friskt klart fjällvatten utmed vägen. Vår fjällguide bär också med sig den extrautrustning och säkerhetsutrustning som turen kräver.





INFORMATION OM ARRANGEMANGET

Turens längd	23 km och ca 250 höjdmeter uppför, tur och retur Helgs fjällstation från Kläppens parkering.
Starttid	07:30 samling i Pensionat Helags matsal
Avslutning	ca 17:00
Deltagarantal	Min 2 / max 10 deltagare
Minimiålder	12 år i målsmans sällskap
För vem?	För alla som vill göra en dagstur upp till Helags fjällstation och uppleva vacker fjällnatur och intressant kulturlandskap utmed vägen.
Erfarenhet	Du behöver inte ha någon fjällvana innan, men du bör vara van att röra dig i skog och mark. Alla deltagare måste kunna gå obehindrat 23 km i kuperad fjällterräng under en hel dag i skiftande fjällväder. Vi avverkar ca 250 höjdmeter på vår väg till fjällstationen, så du måste kunna gå uppför och utför utan problem. Målsman ansvarar för att medföljande barn/ungdomar (minimiålder 12 år) har den vana och förmåga som krävs.
Måltider	Vi äter lunch uppe på fjällstationen (betalas var för sig) och vi fikar utmed vägen, både på förmiddagen och eftermiddagen. Du får med dig en lunchpåse från Johanna innan vi lämnar pensionatet på morgonen.
Ledare/Guide	Turen leds av certifierad fjälledare
Övrigt	Då turen går i fjällterräng och påverkas av det skiftande fjällvädet kan programmet för turen komma att ändras på grund av rådande väder eller andra oförutsägbara händelser. Avbokning kan ske fram till 7 dagar före ankomst därefter sker ingen återbetalning av erlagt belopp. Uppnår inte arrangemanget minimumantalet 7 dagar före genomförande kan turen komma att ställas in.

PRELIMINÄRT PROGRAM

Turen startar från Kläppens parkering, varifrån det är 11,5 km enkel väg till Helags fjällstation. Vandringen följer en väl upptrampade led där de första 5 km går nere i Kesudalens skyddade och vackra kulturlandskap. Efter en brant men kort stigning är vi så uppe på kalvfjället och kan se Helagsfjället i sin fulla prakt. Om vädret tillåter är det här vi tar vår första fikapaus. Annars gör vi detta nere i dalens mer skyddade terräng.

Väl uppe på kalvfjället fortsätter vi utmed den upptrampade stigen i nordvästlig riktning och vi ser hela tiden vårt mål vid Helgsfjällets fot. Vi tar några korta raster utmed vägen och vi dricker oss otörstiga i de många fjälljokarna som korsar vår stig under dagen.

Väl uppe på fjällstationen möts vi av STF:s trevliga personal och kan komma inomhus om vädret är dåligt. På fjällstationen äter vi lagad lunch som var och en betalar för sig själv.

Efter lunchen tar vi samma väg tillbaka, men nu kan vi njuta av en skön utförsbacke utmed vägen tillbaka till Kläppens parkering.



UTRUSTNING

Säkerhetsutrustning som ingår (i guidens packning)	• Första hjälpen och skoskavsmateriel • Karta och kompass • Vindsäck
Utrustning vi rekommenderar att deltagarna har med sig	• Bekväma kläder och skor/kängor för vandring i fjällterräng • Liten ryggsäck (20-25 L) • Regnkläder (jacka och byxor) • Förstärkningsplagg att ta på vid rast såsom fodrad jacka, varm tröja, handskar och mössa • Sittunderlag • Solskydd • Myggmedel • Vattenflaska max 1 liter • Lunchpåse (fås av pensionatet)
Bra att ha	• Vandringsstavar • Kamera, kikare • Solglasögon

FRÅGOR OCH KONTAKT

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

Bokning görs hos Pensionat Helags: +46 (0)70 328 3281, hej@pensionathelags.se

Om du har frågor om turen kontakta Fjällglim Adventure på +46 (0)733 33 00 81