

HEMAVAN
TÄRNABY

Vandringssguide

HEMAVAN TÄRNABY



Fjällvandringstips i
Hemavan Tärnaby



Hiker's Guide to summer walks
in Hemavan Tärnaby



#hemavantarnabymoments
#riktigafjäll
#sommartopparhemavantarnaby

**HEMAVAN
TÄRNABY**

HEMSIDA OCH BOKNING:
www.hemavantarnaby.com

E-POST:
info@hemavantarnaby.se

TELEFON
+46 (0)954-104 50
Kontakta oss gärna via våra sociala kanaler.
Där får du också information och inspiration.



@visithemavantarnaby & @hemavantarnaby



facebook.com/visithemavantarnaby



Fjällvandring i Hemavan Tärnaby

Här i Vandringsguiden hittar du tips på kortare och längre dagsvandringar i Hemavan Tärnaby.

Med hjälp av turbeskrivningarna och kartorna ska det vara lätt att välja en passande vandring för dagen och enkelt att hitta dit du vill. Dessa turer utgör ett urval ur områdets alla turer, för fler tips besök gärna Hemavan Tärnaby Turistbyrå, eller www.hemavantarnaby.com.

Njut av fjället på dagen och god mat och en bekväm säng på kvällen.

Områdets utbud av restauranger, caféer och boendalternativ hittar du genom Hemavan Tärnaby Turistbyrå 0954-104 50 eller www.hemavantarnaby.com

Välkommen!
Hemavan Tärnaby



Hiking in the Hemavan Tärnaby mountains

The Hiker's Guide presents hiking trails in and around Hemavan Tärnaby.

Choosing a suitable trip and finding your way is made easier if you use the trail descriptions and maps provided. Trails presented here are only a selection of what is available in the area. For more information about all our trails, please visit the Hemavan Tärnaby Tourist Information Office or visit our website:

www.hemavantarnaby.com.

Enjoy spending a day in the mountains, savour the good food and relax in a comfortable bed in the evening. The area contains a good selection of restaurants and cafés as well as a wide range of accommodation. The Hemavan Tärnaby Tourist Information

Office will help you find what you need. Tel: +46 (0)954-104 50 or www.hemavantarnaby.com

Welcome!
Hemavan Tärnaby



Sommartoppar

I Hemavan Tärnaby finns många fjälltoppar som lämpar sig för toppturer. Många av topparna är lämpliga att vandra med barn.

På varje topp finns en toppbok där du kan skriva ditt namn. Toppböckerna ligger ute från början på juli till början av oktober.

Lägg upp en bild på Instagram och tagga med **#sommartopparhemavantarnaby**.

Toppurtsmärket

För den som har gått upp på åtta toppar (två toppar, barn upp till 15 år) under en tvåårsperiod finns möjlighet att köpa topptursmärket för 50 kr. Märket finns att köpa på Hemavan Tärnaby Turistbyrå och Naturum Vindelfjällen Hemavan.



Summer Summits



In Hemavan Tärnaby there are many summits that are suitable for trekkers and many of these are accessible for the whole family.

At each summit there is log book where you can enter your name. Logbooks are placed there at the beginning of July and remain until the beginning of October.

Post a picture on Instagram and use the tag **#sommartopparhemavantarnaby**.

Summit badge

For those who have managed to climb eight summits (or two summits if you are under 15) over a period of two years then you will be entitled to purchase a Summit badge for 50 kr. These are available at the Hemavan Tärnaby Tourist Information Office and Naturum Vindelfjällen Hemavan.

The guide uses QR codes which provide digital information about where to park the car. Download the QR app to your smartphone in order to read the codes which will link you to Google maps and indicators on where to park for each trail.



TOPPLISTAN / SUMMIT LIST

STIG ELLER LED TILL TOPPEN / PATH OR TRAIL TO SUMMIT

		sida/page
Gierevaartoe – blomsterfjället/ family friendly	800 möh	34-35
Laxfjället – lämplig familjetur / family friendly	829 möh	18-22
Gurhketjåhke/Gurkfjället – lämplig familjetur/ family friendly	895 möh	36
Aatoeklibpie/Atoklimpen – lämplig familjetur / family friendly	1 006 möh	24
Storkittelhobben, Kungsliftens topp / top of ski lift	1 135 möh	16
Daalåejvie	1 337 möh	28
Ryvejegaejsie / Ryfjället	1 413 möh	50
Murtstertoppen	1 413 möh	44
Norra Sytertoppen	1 768 möh	46

UTAN STIG ELLER LED TILL TOPPEN/ NO PATH OR TRAIL TO SUMMIT

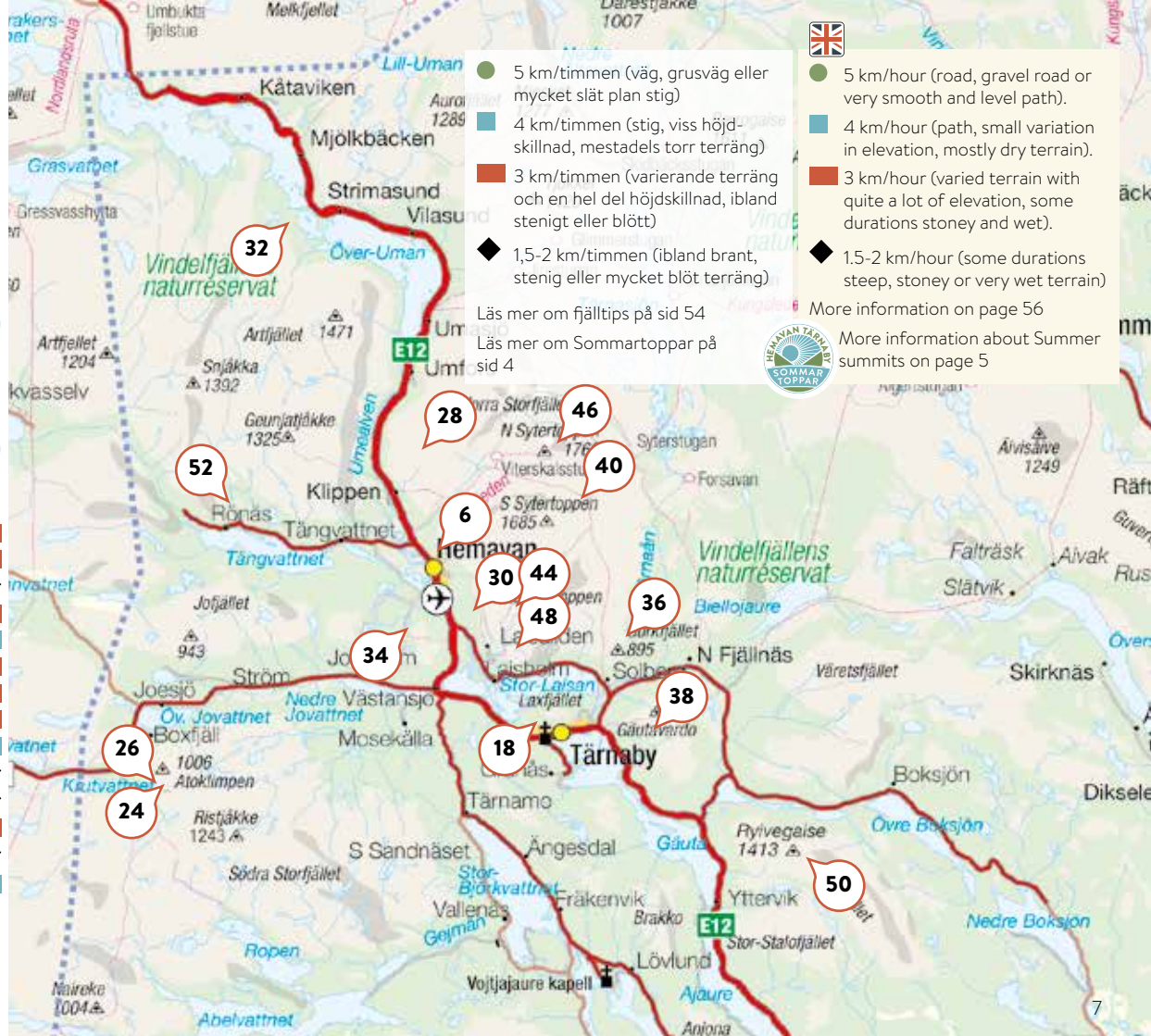
Skraahpenjuenie	1 205 möh
Dålkoetjåhke / Dulko	1 522 möh
Södra Sytertoppen	1 685 möh

Info om de tre turerna utan stig finns på hemavantarnaby.com/sommartoppar.
Information about the three summits that do not have trails are listed on hemavantarnaby.com/sommartoppar



Här har vi valt att använda oss av QR-koder för att ni lättare ska hitta en digital hänvisning till var ni ska parkera bilen. Ladda hem en app till din smartphone som kan läsa av koderna. Du dirigeras då till Google map och en markering som visar var parkeringen är till respektive led.

58 Vindelfjällen Nature Reserve





1 – Kvarnbäcken

Stigen startar bakom bensinmacken/järnaffären mitt i Hemavan, där man även finner rester av vattendrivna slipstenar vid stigens början. Följ gul märkning längs stigen som följer bäcken med fina små vattenfall. Korsa bäcken över bron och fortsätt upp och anslut till Kungsleden vid trädgränsen, eller vik av österut mot hotellet före bron.



LÄNGD: valfri

HÖJDSKILLNAD: 200 m till trädgränsen

TID: valfri



1 – Kvarnbäcken stream

The trail starts behind the hardware store and petrol station in the centre of Hemavan and here is where the remnants of water-driven grinding stones can be found. The trail follows further up the stream, which contains several small waterfalls. You can either cross the stream at the bridge and continue up to tree line and join the Royal Trail or turn east before the bridge and head towards the hotel.

LENGTH: It's up to you!

ELEVATION CHANGE: 200 m to the tree line

DURATION: It's up to you!



2 – Livsvandring

Vandringen tar dig till flera vackra platser i omgivningarna. Samtidigt som du går får du tillfälle att fundera över livsfrågor t ex vad är jag glad för, vad är viktigt för mig?

Vandringen startar bakom bensenmacken/järnaffären mitt i Hemavan och följer sedan bäcken uppåt fjället. Korsa bäcken över bron, följ gul markering och anslut till Kungsleden vid trädgränsen. Följ Kungsleden söderut mot Centrumliften, och vik av vid blå markering och skylt mot Kobåset. Följ stigen i nordostlig riktning förbi vindskyddet vid Holmlunds minne. Använd bron för att korsa bäcken, och fortsätt följa blåmarkerad stig upp till Fjällfinakåtan. Gå sedan ner till Kungsleden igen och följ den till Fjällparken.

En folder med frågorna för vandringen kan fås via Hemavan Fjällstation.



LÄNGD: 5 km

HÖJDSKILLNAD: 250 m

TID: 2-3 timmar



2 – Wander to wonder

Wandering along this trail will take you to several beautiful spots in the surrounding area inspiring you to wonder about important issues such as what makes you happy and what is important to you.

The trail starts behind the hardware store and petrol station in the centre of Hemavan and leads up along the course of the stream towards the tree line. Cross the stream at the bridge and follow the yellow marked signs which take you to the Kungsleden trail at the tree line. Continue south along the Kungsleden trail towards the Centrumliften ski lift and turn off at the blue marked sign heading towards Kobåset. Follow this trail in a north-easterly direction, passed the wind shelter and crossing the stream at the bridge on your way to Fjällfinakåtan. Once you have stopped here you can use the Kungsleden trail again to come back down to Fjällparken and naturum Vindelfjällen Hemavan nature centre.



LENGTH 5 km

ELEVATION CHANGE: 250 m

DURATION: 2-3 hours



3 – Kungsleden till Vacker Utsikt

Börja vandringen vid Kungsledens startpunkt alldeles bredvid naturum Vindelfjällen Hemavan och Fjällbotaniska Trädgården. Hela Kungsleden är 45 mil lång, men en enkel och kort tur är att följa leden första biten, 1 kilometer till Vacker Utsikt och sedan samma väg tillbaka. Fungerar även med lågskor vid torrt väder.



LÄNGD: 2 km t.o.r
HÖJDSKILLNAD: 50 m
TID: under 1 timme



3 – Kungsleden trail to Vacker Utsikt (beautiful view)

Begin at the start of the Kungsleden trail, right beside the nature centre naturum Vindelfjällen Hemavan and the Alpine Botanical Garden. The whole trail covers 450 km but, for an easy and short trip, just follow the first 1 km up to Vacker Utsikt and then come back down again. Normal footwear is possible in dry conditions.

LENGTH: 2 km return trip
ELEVATION CHANGE: 50 m
DURATION: max 60 minutes

4 – Umeälven till Timmerkåtan

Grusväg längs Umeälven med start vid vägen mot flygplatsen. Gång/cykelväg 1,5 kilometer till Timmerkåtan. Vägen fortsätter ca 500 meter till bron över Umeälven. Fungerar även med lågskor vid torrt väder. Vid bron fortsätter stigar upp mot Jofjället.

LÄNGD: 3 km t.o.r
HÖJDSKILLNAD: 0 m
TID: 1-2 timmar



4 – River Umeälven to the Timmarkåtan hut

A gravel road runs from the road towards Hemavan Tärnaby Airport to the Timmarkåtan hut, following the Umeälven for 1,5 km. The road is open for trekkers and cyclists and continues for a further 500 m to the bridge over the river. From here it is possible to follow trails to Jofjället.

Normal footwear is possible in dry conditions.

LENGTH: 3 km return trip
ELEVATION CHANGE: 0 m
DURATION: 1-2 hours

5 – Syterbäcken

Starta turen vid parkeringsfickan på väg E12 väster om Syterbäcken. Följ stigen cirka 4 kilometer längs bäcken till hängbron ovanför trädgränsen. Vik söderut efter bron och följ Kungsleden. Vik av efter cirka 2 kilometer och följ stigen tillbaka ner till E12 vid Syterbäcken. Alternativt vik söderut efter hängbron och följ Kungsleden tillbaka till Hemavan.



LÄNGD: 10 km
HÖJDSKILLNAD: 250 m
TID: 3-4 timmar



5 – Syterbäcken stream

Begin at the parking spot beside the E12, just west of Syterbäcken. Follow the path along a 4 km stretch up to the bridge above the tree line. Head south along the Kungsleden trail for 2 km then take the path which follows the Syterbäcken back down to the E12. Alternatively, turn south after the bridge and follow the Kungsleden trail back to Hemavan.

LENGTH: 10 km
ELEVATION CHANGE: 250 m
DURATION: 3-4 hours



6– Fjällfinakåtan och Kobåset

Fjällfinakåtan är ett utflyktsmål för dig som vandrar med barn. Starta vid naturum Vindelfjällen Hemavan och följ blåmarkerad stig rakt upp från Fjällbotaniska trädgården, eller följ Kungsleden upp till toppen av Centrumliften. Vik av från Kungsleden vid skylten mot Kobåset och följ blåmarkerad stig i nordostlig riktning förbi vindskyddet vid Holmlunds minne. Använd bron för att korsa bäcken, och fortsätt sedan på blåmarkerad stig upp till kåtan. Kåtan är öppen och det finns en liten kamin som går bra att använda, samt eldplats utanför.

Om man är en större grupp, eller om man önskar övernatta i kåtan kontakter man Hemavan Fjällstation.

Den som vill kan sedan fortsätta stigen förbi kåtan, över Kåtahobben och vidare in i Kobåset. Längs Kobåsbäcken finns mycket att upptäcka för stora och små och ofta ligger det snöfält kvar långt in på sommaren. Perfekt för snöbollskrig!

i

LÄNGD: 10 km t.o.r
Kobåset, 4-5 km t.o.r
Fjällfinakåtan

HÖJDSKILLNAD: 250 m

TID: 3-4 timmar till
Kobåset, 2 timmar Fjäll-
finakåtan



Visste du att
Fjällfina är Skogsmulles
syster?



6 – Fjällfinakåtan och Kobåset

Fjällfinakåtan, a Sami-styled hut close to Hemavan is an excellent destination for those hiking with children.

Follow the blue-marked trail from the Alpine Botanical Garden or the Kungsleden trail from naturum Vindelfjällen Hemavan to the top of the Centrum ski lift. From there, turn off the Kungsleden trail at the sign to Kobåset and follow this trail in a north-easterly direction to Fjällfinakåtan, passing the wind shelter and crossing the stream at the bridge on your way. The hut is open and there is a small stove and camp fire site which you are allowed to use. If you are part of a large group or even wish to stay the night in the hut then you should contact Hemavan Fjällstation.

It is possible to continue the trail past the hut, over Kåtahobben and into Kobåset, a spectacular plateau with steep slopes on three sides. There is much to discover along the banks of Kobåsbäcken, a mountain stream. It is not unusual for patches of snow to remain during the summer – perfect for snowballing!

i

LENGT: 10 km return trip
to Kobåset, 4-5 km t.o.r
Fjällfinakåtan

ELEVATION CHANGE: 250 m

DURATION: 3-4 hours to
Kobåset, 2 hours to Fjäll-
finakåtan



7 – Kungsliften toppled / Storkittelhobben

Kungsliften toppled tar dig från Hemavan Gondol upp till skidområdets högsta punkt - Storkittelhobben 1135 möh. Perfekt tur för små och stora äventyrare eller för den som vill göra en enklare topptur.

Stigen startar vid Hemavan Gondols toppstation och slingrar sig därifrån uppåt. Ett första stopp görs lämpligen vid Storkitteltjärn. Fin fikaplatz med vindskydd. Efter tjärnen blir stigen brantare men mödan betalar sig snabbt i milsvid utsikt.

För den som inte vill eller har möjlighet att åka Hemavan Gondol finns även möjlighet att starta vandringen vid naturum Vindelfjällen Hemavan och följa Kungsleden till toppstationen ca 3 km enkel väg.



LÄNGD: 4 km t.o.r

HÖJDSKILLNAD: 355 m

TID: 2-3 timmar



7 – Kungsliften summit trail /Storkittelhobben

Kungsliften summit trail leads from Hemavan Gondol to the ski resort's highest point, Storkittelhobben (1135m). It's the perfect trip for both young and old. Starting from the Hemavan Gondol top station, the trail winds its way up the slopes passing Storkitteltjärn mountain lake where you can take a break and shelter from the wind before heading up the steeper section to the summit and the amazing views.

You can also choose to start your walk at naturum Vindelfjällen Hemavan and follow the Kungsleden trail to the Gondol top station. A distance of about 3km.

LENGTH: 4km return journey

VERTICAL CLIMB: 355m

DURATION: 2-3 hours

8 – Björkforsleden

Bred grusad stig längs natursköna Umeälven med start vid vägen mot flygplatsen. Gång/cykelväg två kilometer till ett vindskydd som ligger vid Umeälven i höjd med Hemavan gondol. Fungerar även med lågskor vid torrt väder.



Leden färdigställs under 2019



7 – Björkforsleden

Wide gravel path along the banks of the picturesque Umeälven river starting from the airport road. The 2 km path is suitable for both walking and cycling and leads towards a wind shelter roughly level with Hemavan Gondol. Walking boots are not necessary in dry weather.



LÄNGD: 4 km t o r till vindskyddet

HÖJDSKILLNAD: 0 m

TID: ca 1-1,5 timme

LENGTH: 4 km round trip to the wind shelter

VERTICAL CLIMB: 0 m

DURATION: 1-1,5 hours



Work on trails are to be completed during 2019





IN AND AROUND TÄRNABY

NÄRLEDER TÄRNABY

1 – Laxfjällsstenen

Den enorma stenen på toppen av Laxfjället ser ut som den ska trilla iväg ner för sluttningen när som helst, men den har stått fast på fjället sedan inlandsisen lämnade den där. Besök den i samband med någon av turerna upp på Laxfjället. Du kan nå stenen via stigar från både linbanans topp i väster och Anjaliftens topp i öster.



1 – The Laxfjäll Stone

The enormous rock at the summit of Laxfjäll looks as if it is just about to roll down the slope. It has, in fact, stood here since the Ice Age when it was dumped by a glacier. Visit it during one of your trips to the Laxfjäll summit. The stone can be reached using trails that lead from both the top of the chair lift to the west and the top of the Anjaliften ski lift to the east.

2 – Laxfjället från Tärnaby Sporthotell

Från linbanans dalstation leder en stig upp till toppen av linbanan. Cirka två kilometer till toppen, delvis brant.



LÄNGD: 4 km t.o.r

HÖJDSKILLNAD: 370 m

TID: 2-3 timmar



2 – Laxfjället from Tärnaby Sporthotell

A path starts at the chair lift and follows the partially steep slope 2 km up to the top of the chair lift.

LENGTH: 4 km return trip

ELEVATION CHANGE: 370 m

DURATION: 2-3 hours

3 – Laxfället från Tärnaby Fjällhotell

Från Tärnaby Fjällhotell och från Ingemarbackens parkering via Ringbranten går en stig upp till toppen av linbanan.



LÄNGD: 4 km t.o.r

HÖJDSKILLNAD: 370 m

TID: 3-4 timmar



3 – Laxfället from Tärnaby Fjällhotell

A 2 km path to the top of the chair lift from Tärnaby Fjällhotell. The trail is also accessible from the car park at Ingemarbackens ski slope.

LENGTH: 4 km return trip

ELEVATION CHANGE: 370 m

DURATION: 3-4 hours



4 – Laxfjället från Fjällvägen

Följ bilvägen förbi campingen vid Tärnaån till parkeringen vid vägens slut, fyra kilometer. Från P-platsen är det en kort men relativt brant promenad upp till Kanahobben och toppen av Anjaliften.



LÄNGD: 2 km t.o.r

HÖJDSKILLNAD: 150 m till toppen

TID: 1-2 timmar



4 – Laxfjället from Fjällvägen

Follow the road past the camp site to the car park at the end, a distance of 4 km. From the car park it is a short, but steep walk up to Kanahobben, and the top of the Anja ski lift.

LENGTH: 2 km return trip
ELEVATION CHANGE: 150 m to the summit
DURATION: 1-2 hours



5 – Tärnaleden

Från Tärnaby Camping går en fin, naturskön stig längs Tärnaån fram till fritidshusområdet i Solberg. Stigen är bred och lättillgänglig fram till hängbro på västra sidan av ån och den ses som handikappvänlig fram till hängbron ungefär 2,5 kilometer uppströms. Hängbron har också byggts om för att göra det möjligt att ta över rullstolar och barnvagnar. Det är fullt möjligt att cykla hela leden.



LÄNGD: 5 km t.o.r till hängbron

HÖJDSKILLNAD: 0 m

TID: 1-2 timmar



5 – Trail along Tärnaå river

From Tärnaby Camping, a pleasant path follows the Tärnaån river as far as Solberg. On the western bank the path has been well prepared and is suitable for wheelchair users as far as the bridge, approx. 2.5 km. The bridge has also been redesigned and is accessible to wheelchair users and those with prams wishing to cross the river. It is possible to cycle the whole distance.

LENGTH: 5 km return trip to the bridge

ELEVATION CHANGE: 0 m
DURATION: 1-2 hours



Nyhet!

Sommaren 2019 förlängs Tärnaleden från Tärnaby Camping till Tärnaby Fjällhotell. Det blir då en naturlig anslutningsled från Tärnaby till Kungsleden. Leden beräknas vara klar vara klar hösten 2019.

Atoklimpen

En samisk kulturmiljö med intressant flora och geologi.

Från Atostugan går en vacker stig upp till toppen av Atoklimpen, 1006 möh. Fin vandring genom gles och vacker fjällbjörkskog upp till trädgränsen.

Här viker en stig av söderut genom Akoklimpen Kulturresevat, och stigen mot toppen fortsätter uppåt/österut. Lämpligt rastställe vid den lilla tjärnen uppe på kalfjället.

Det säreget formade Atoklimpen, på samiska Aatoklimpoe/ Aatoeklibpe, betraktades av samerna som ett mycket heligt fjäll. Fjället bjuder också på mycket intressant geologi och flora.



Atoklimpen

A Sami cultural heritage site with interesting geology and flora.

A beautiful trail leads from Atostugan cabin through slopes covered in mountain birch. At the tree-line turn south to Atoklimpen Cultural Reserve or continue walking east up to the 1006m summit. The small mountain tarn is a suitable spot for a rest. The summit's peculiar formation lead it to be regarded as a holy place by the Sami, who called it Aatoklimpoe/ Aatoeklibpe. The area has very interesting geological features and a varied flora.



FRÅN PARKERINGEN

leder en grusväg in till Atostugan, 700 m. Lätt vandring för dig som vill ha en enkel tur. Fungerar även med lågskor vid torrt väder. Både torvkåtan och Atostugan hålls öppna för besökare.



A 700 M GRAVEL ROAD

leads to the cottage, which makes access easy for those who prefer a less tiring trip. Normal footwear can be used when the terrain is dry. Both the cottage and the peat hut are open to visitors.



LÄNGD: 7 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 400 m

TID: 4-5 timmar

SVÅRIGHETSGRAD:

VÄGBESKRIVNING:

SVäng av E12 i Västansjö. Kör Krutfjellvägen mot Hattfjelldal i ca 30 km till en parkering på vänster sida några kilometer efter Joesjö. Följ grusvägen fram till Atostugan där stigen sen börjar.

PARKERA:

Vid Krutfjellvägen



LENGTH: 7 km return trip

ELEVATION CHANGE: 400 m

DURATION: 4-5 hours

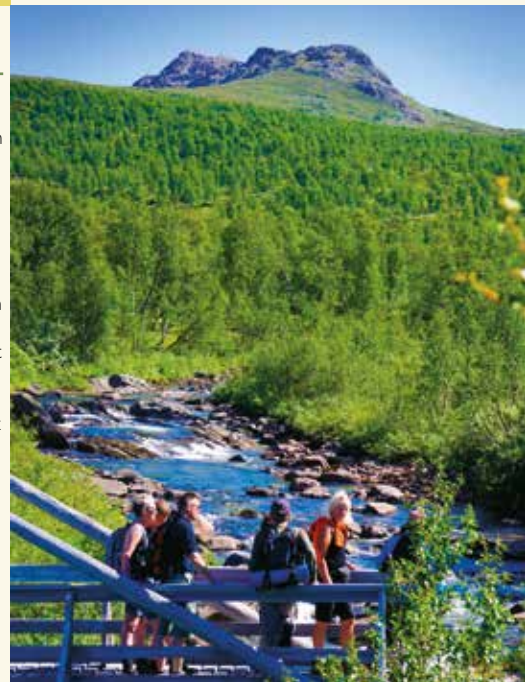
LEVEL OF DIFFICULTY:

ROUTE DESCRIPTION:

Turn off the E12 at the Västansjö junction and drive along Krutfjellvägen towards Hattfjelldal. Follow the road for about 30 km and turn off at the car park on the left a few km from Joesjö. Walk 700 m along the gravel road to the Atostugan cottage.

PARKING:

Beside Krutfjellvägen. Use QR-code for digital parking information.



Atoklimpens kulturresevat

Leden är ca 9 km och går runt i kulturresevatet med start vid Atostugan.

Parkering vid Krutfjällsvägen (väg 116), gå grusväg 700 m till Atostugan.

Leden är rösad och målad och informationsskyltar finns längs leden.

Syftet med resevatet är att skydda, bevara och informera om de kulturhistoriska värdena. Fjället med omgivning är en representativ samisk miljö med kontinuitet från förhistorisk tid fram till idag.

Rastplatser färdigställs under sommaren 2019.

Under sommaren 2019 förbättras tillgängligheten för besökare med funktionsnedsättning från parkeringen vid Krutfjällsvägen till Atostugan och Risbäcken.



LÄNGD: 9 km runt

HÖJDSKILLNAD: ca 250 meter

TID: ca 3-4 timmar

SVÄRIGHETSGRAD:

VÄGBESKRIVNING: Sväng av E12 i Västansjö. Kör Krutfjällsvägen mot Hattfjelldal i ca 30 km till en parkering på vänster sida några kilometer efter Joesjö. Följ grusvägen fram till Atostugan där stigen sen börjar.

PARKERA: Vid Krutfjällsvägen.



Atoklimpens Cultural Reserve

LENGTH: 9 km

ELEVATION CHANGE: 250 m

DURATION: 3-4 hours

LEVEL OF DIFFICULTY:

Turn off the E12 at the Västansjö junction and drive along Krutfjällsvägen towards Hattfjelldal. Follow the road for about 30 km and turn off at the car park on the left a few km from Joesjö. Walk 700 m along the gravel road to the Atostugan cottage.

PARKING:

Beside Krutfjällsvägen. Use QR-code for digital parking information.

The 9 km path cuts through the cultural reserve starting at the Atostugan cabin.

Parking is situated along side route 166, Krutfjällsvägen, and from there a 700m gravel road leads to the cabin.

Along the path, painted stone markers and information signs help visitors find their way and understand more about site's cultural heritage and its protection. The surrounding area is an excellent example of a continuous traditional Same cultural environment dating from prehistoric times to the present day.

Resting spots have been made ready for the summer of 2019.

During 2019 the accessibility of the site has been improved for wheelchair users from the parking area by the road to the Atostugan cabin and Risbäcken stream.



Daalåejvie / Dalåive

Daalåejvie / Dalåive, 1337 m.ö.h är ett blomsterrikt fjäll med fin utsikt, som lättast nås från Klippen.

Stigen startar vid Blå Vägen och fortsätter upp till trädgränsen, där rösad led upp till toppen tar vid.



LÄMPLIG RASTPLATS

med vindsydd och eldplats vid trädgränsen.



LÄNGD: 10 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 800 m

TID: 5-6 timmar

SVÅRIGHETSGRAD: ◆

VÄGBESKRIVNING: Kör E12, till Klippen ca 7 km norr om Hemavan.

PARKERA: På östra sidan av E12 vid Sånninggården.



Daalåejvie / Dalåive

LENGTH: 10 km return trip

ELEVATION CHANGE: 800 m

DURATION: 5-6 hours

LEVEL OF DIFFICULTY: ◆

ROUTE DESCRIPTION:

Drive along the E12, to Klippen, approx. 7 km north of Hemavan.

PARKING: On the eastern side of the E12, opposite Sånninggården. Use QR-code for digital parking information.

Daalåejvie / Dalåive, 1,337 m above sea level, is a place of rich and varied flora and commands fine views over the surrounding terrain. The best starting point for this walk is at Klippen.

A path starts beside the main road (E12) and heads towards the tree line from where it becomes a marked trail which continues to the summit.

There is a shelter and a campfire on the edge of the tree line.



Drottningleden

Drottningens egen led mellan Laisaliden och Hemavan.

Från Laisaliden utgår man vid trädgränsen med en fantastisk utsikt mot norska toppar och glaciärer. Leden är relativt lättvandrad utan att ge avkall på fjällkänslan, vilket gör den lämplig för alla vandrare, stora som små.

I Hemavan startar leden vid naturum Vindelfjällen Hemavan och Fjällbotaniska trädgården. Vid "Vacker utsikt" någon kilometer upp längs Kungsleden avviker sommarleden mot Laisaliden. Först ner till bron över Mortsbäckens vattenfall, sedan lång stigning upp till kalvfjället.

Om man vandrar med barn kan det vara lättare att starta vid Laisaliden eftersom man nästan omgående befinner sig uppe på kalvfjället.



LÄNGD: 9 km enkel väg

HÖJDSKILLNAD: 200 m

TID: 3-6 timmar

SVÅRIGHETSGRAD:

från Laisaliden 

från Hemavan 

VÄGBESKRIVNING: Se Nuolpen sid 38. Leden startar ca 100 m ovanför parkeringen.

PARKERA: Vid Laisaliden, ca 300 m nedanför hotellet.



Drottningleden

LENGTH: 9 km one way

ELEVATION CHANGE: 200 m

DURATION: 3-6 hours

LEVEL OF DIFFICULTY:

from Laisaliden 

from Hemavan 

ROUTE DESCRIPTION: See description for route to Nuolpen on page 38. The trail begins 100 m above the car park.

PARKING: At Laisaliden. Use QR-code for digital parking information.

The queen's own trail from Laisaliden to Hemavan. A 9 km trail from Laisaliden to naturum Vindelfjällen Hemavan.

Spectacular views of the Norwegian summits and glaciers accompany the Laisaliden starting point of this trail. Despite the feeling of trekking through mountainous terrain, it is a relatively easy walk and, thus, suitable for young and old.

In Hemavan, start from naturum Vindelfjällen Hemavan and the Alpine Botanical Garden. After 1 km, at "Vacker Utsikt", the summer trail splits off towards Laisaliden. At first it heads down to the bridge over Mortsbäcken stream and then leads above the tree line.

Those wanting to walk with children are advised to begin at Laisaliden as the start is so close to the tree line.



Gausjosjö sameviste

En vacker och lättvandrad stig leder till en sommarbosättning med nordsamiska kåtor från 1930-talet.

Vistet som ligger vid foten av Artfjället, vid Överumans strand hittar du efter en lätt vandring på ca 2,5 kilometer. Även om visket idag inte används för renskötsel är det väl omhändertaget och platsen är mycket vacker. Informationstavlor på plats berättar mer om historien. Visa respekt för de privatägda kåtorna.



LÄNGD: 5 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 30 m

TID: 2-3 timmar

SVÅRIGHETSGRAD: ■

PARKERA: Invid E12, väst om Strimasund

VÄGBESKRIVNING: Kör E12 förbi Umfors och Strimasund ca 40 km norr om Hemavan.



Gausjosjö sameviste

LENGTH: 5 km return trip

ELEVATION CHANGE: 30 m

DURATION: 2-3 hours

LEVEL OF DIFFICULTY: ■

ROUTE DESCRIPTION:

Drive along the E12, past Umfors and Strimasund. Approx. 40 km north of Hemavan.

PARKING: On side of E12, west of Strimasund. Use QR-code for digital parking information.

Sami settlement at Gausjosjö

A beautiful and easily accessible path leading to the summer settlement used by the northern Sami in the 1930s. The settlement is located at the foot of Artfjället and on the banks of Lake Överuman. The trail leads you there through 2.5 km of easy terrain.

Although the settlement is no longer used for reindeer herding, it is well tended and very beautiful.

On-site information boards provide more background about the settlement's history.

Visitors are asked to respect the privacy of those huts which are privately owned.



Gierravatoe – blomsterfjället

Gierravatoes berggrund utgörs till stor del av kalksten, vilket medför en spännande flora med bl a flera orkidéer.

Gierravatoe består av två små toppar, den norra med TV-mast. Från Portbron leder stigen relativt brant genom en frodig högrötsbjörkskog.

Guidade turer arrangeras av Fjällbotaniska trädgården under vissa sommarveckor.



**FORTSÄTT ÖVER
GIERAVARDO** och testa
fiskelyckan i någon av
Jofjällets alla fisketjärnar.
Länsstyrelsens fiskekort
gäller här!



KEEP GOING after
reaching Gieravardo and
try your luck at fishing
in one of the many tarns
which are dotted around
Jofjället. A fishing permit
is required.



LÄNGD: Valfri eller 4-6
km tur och retur till norra
toppen

HÖJDSKILLNAD: 300 m till
norra toppen

TID: 3-4 timmar

SVÄRIGHETSGRAD:

VÄGBESKRIVNING: Stigen
startar vid E12 i Portbron,
ca 5 km söder om
Hemavan

PARKERA: Invid E12



Gierravatoe – the flower mountain

The bedrock of Gierravatoe consists mainly of limestone which has resulted in the growth of an exciting array of flora, including several orchids.

Gierravatoe comprises two small peaks. The one to the north is called Skorvfjället and is the site of a TV mast and meteorological measuring station. The trail is quite steep and begins down in Portbron before passing through luscious mountain birch forest.

In the summer, the Alpine Botanical Garden holds guided tours through this area.



LENGTH: It is up to you, or
a 4-6 km return trip to
the Skorvfjället.

ELEVATION CHANGE: 300
m to Skorvfjället

DURATION: 3-4 hours

LEVEL OF DIFFICULTY:

ROUTE DESCRIPTION: The
trail begins beside the
E12 in Portbron, approx.
5 km south of Hemavan.

PARKING: On side of the
E12. Use QR-code for digi-
tal parking information.



Gurkfället / Gurhketjåhke

Lagom stigning och utsikten från toppen är vidunderlig.

Leden startar ovanför före detta Fjällgården i Solberg. Härifrån är det cirka tre kilometer upp på toppen av Gurkfället, Gurhketjåhke. Vid klart väder syns midnattssolen på midsommarafton, även om du nu befinner dig tio mil söder om polcirkeln. Samiska Gurhke kan översättas till "enögd bergsknalle" på svenska. Inget gurkligt här alltså.



 **TA ETT DOPP** i Laisan, vid den långgrunda och sandslottsvänliga stranden vid Solberg!

i

LÄNGD: 6 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 300 m

TID: 2-3 timmar

SVÄRIGHETSGRAD: 

VÅGBESKRIVNING:

Tärnaby: Kör E12 österut, sväng efter bron och följ skyltning mot Solberg. Ca 2 km efter att Tärnaån passerats igen, sväng höger, mot Fjällgården.

Hemavan: Kör E12 söderut, ca 4 km. Sväng vänster och följ skyltning mot Solberg, ca 15 km. Sväng vänster mot Fjällgården.

PARKERA:

Vid fd Fjällgården



Gurkfället / Gurhketjåhke

A steady climb to the summit and a magnificent view.

Follow the 3 km path from Solberg to Gurhketjåhke, the summit of Gurkfället.

The midnight sun can be viewed from here on Midsummer's Eve, weather permitting, even though the summit of Gurkfället is 100 km south of the Arctic Circle.

The Sami word Gurhke can be interpreted to mean "one-eyed outcrop".

i

LENGTH: 6 km return trip

ELEVATION CHANGE:

300 m

DURATION: 2-3 hours

LEVEL OF DIFFICULTY: 

ROUTE DESCRIPTION:

Tärnaby: Drive east on the E12 and turn left immediately after the bridge at the turning towards Solberg. 2 km after the Tärnaån river you should turn right and head towards Fjällgården.

Hemavan: Drive south along the E12 for 4 km and then left at the turning to Solberg. Continue on this road for 15 km and then turn left towards Fjällgården.

PARKING: At Fjällgården. Use QR-code for digital parking information.



Gäutafället

Vandring både bland granar och fjällbjörkar som slutar i vidsträckt utsikt.

På gångavstånd från Tärnaby går en led upp till Gäutavardo. Relativt lätt vandring upp genom barrskog som övergår i fjällbjörkskog och sen kalfjäll. Väl uppe får man en vidsträckt utsikt.



i

LÄNGD: 8 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 400 m

TID: 3-4 timmar

SVÅRIGHETSGRAD: ■

VÄGBESKRIVNING: Följ E12 österut från Tärnaby. Just efter bron över Tärnaån svänger man mot Norra Fjällnäs. Leden börjar 100 meter in efter vägen.

PARKERA: Mitt emot starten på leden.



i

LENGTH: 8 km return trip

ELEVATION CHANGE: 400 m

DURATION: 3-4 hours

LEVEL OF DIFFICULTY: ■

ROUTE DESCRIPTION:

Follow the E12 east from Tärnaby. Immediately after the bridge over the Tärnaån river follow the road to Norra Fjällnäs. The path begins 100 m further down the road and if you are driving there, it is possible to park opposite.

PARKING: Opposite where the path starts. Use QR-code for digital parking information.



Gäutafället

A hike through pine and birch forested slopes culminating in a magnificent view.

Within walking distance of Tärnaby is a path leading up to Gäutavardo. It's a relatively easy walk, passing through pine woods and then mountain birch-covered slopes before emerging above the tree line to a wide expanse of landscape.





Kungsleden

Kungen av leder! Kungsleden är fjällens mest kända skid-, vandrings- och skoterled, 45 mil lång från Hemavan till Abisko.

Övernattningstur

Hemavan - Ammarnäs 78 km är den mest lämpliga etappen för besökare i Hemavan Tärnaby. Så gott som hela sträckan går genom Vindelfjällens Naturreservat, och kantas av imponerande fjällmassiv och vacker natur.

Längs sträckan erbjuder Svenska Turistföreningen, STF, service och logi på fem stugplatser. Stugorna är öppna med stugvärd från slutet av juni till mitten av september. Alla får plats, även om bäddar inte kan förbokas.

Dagstur

Från naturum Vindelfjällen Hemavan börjar Kungsleden med en bred väg upp genom fjällbjörskogen. Efter 2 km är man uppe på kalvfjället med milsvid utsikt över Artfjället och norska fjällen. För att slippa den första biten genom björskogen kan man åka Hemavan Gondol som är öppen vissa perioder under sommaren. Vid hängbron över Syterbäcken, 7 km från Hemavan ansluter en led från Klippen. Sedan lättgången till ledens första stugplats – STF Vinterskalsstugan.



BESTIG VÄSTER-BOTTENS HÖGSTA TOPP:

Norra Sytertoppen 1768 m.ö.h. Sommarled från Vinterskalsstugan eller Syterstugan.



LÄNGD: 78 km enkel väg till Ammarnäs

SVÅRIGHETSGRAD: ■

PARKERING: Vid naturum Vindelfjällen Hemavan

LÄNGD: valfri, 11 km enkel väg till Vinterskalsstugan

HÖJDSKILLNAD: 300 m

TID: Valfri, eller 3-4 timmar till Vinterskalsstugan

SVÅRIGHETSGRAD: ■

PARKERING: Vid naturum Vindelfjällen Hemavan





CLIMB TO THE SUMMIT OF NORRA SYTERTOPPEN. At 1,768 m above sea level, it is the highest point in the region of Västerbotten.



Kungsleden

The famous Kungsleden trail in Sweden stretches from Hemavan in the south to Abisko in the north - a distance of 450 km.

Trips lasting several days

Most of the 78 km trail between Hemavan and Ammarnäs runs through the Vindelfjällen Nature Reserve with its impressive landscapes and areas of outstanding natural beauty.

Along the trail, the Swedish Tourist Association operates five warden-run cabins providing accommodation between the end of June and middle of September. Although it is not possible to book in advance, there are always enough beds for everyone.

A summer trail leads up to the top from either Viter-skalsstugan or Syterstugan.



LENGTH: 78 km one way to Ammarnäs

LEVEL OF DIFFICULTY: ■

LENGTH: It is up to you or 11 km one way to Viter-skalsstugan

PARKING: At naturum Vindelfjällen Hemavan.

ELEVATION CHANGE: 300 m

DURATION: up to you, or 3-4 h to Viter-skalsstugan

LEVEL OF DIFFICULTY: ■

PARKING: At naturum Vindelfjällen Hemavan.

Daily trips

Kungsleden begins at naturum Vindelfjällen Hemavan. At first, the trail is very wide and surrounded by slopes covered in mountain birch. 2 km further up and the birch forest gives way to reveal a mountain-filled vista that includes Artfjället and the mountains across the border in Norway.

If you prefer, take the Hemavan Gondol up which is open certain periods during the summer. The trail from Klippen joins up at the bridge over the Syterbäcken stream, 7 km from Hemavan. From here the terrain is flat and it's an easy hike all the way to the trail's first cabin - Viter-skalsstugan.



Murtsertoppen

Mortsen, som man säger i dagligt tal är ett fjällmassiv som är lätt att nå från olika håll. Vanligast är nog att starta från Hemavan eller Laisaliden.

Startar man i Hemavan börjar vandringsleden på Drottningleden från naturum Vindelfjällen Hemavan. Väl uppe på kalvfället står det en skylt med Drottningleden åt vardera hållet. Där avviker leden mot Murtsertoppen med färglickar målade på stenar efter stigen. Stigen följer kammen uppöver och är ganska vältrampad.

Lilla Murtsertoppen är det första toppröset man kommer till 1223 m.ö.h. Härifrån fortsätter man vidare upp till den högre toppen 1413 m.ö.h. Vid toppen finns två topprösen några hundra meter mellan varandra. Notera att toppboken för Sommartoppar ligger vid det västra röset.



Murtsertoppen

Known locally as Mortsen, this section of the mountains is easily accessible from different directions with most visitors starting from either Hemavan or Laisaliden.

If starting in Hemavan, follow the Drottningleden trail from naturum Vindelfjällen Hemavan to a sign just above the treeline indicating both directions. From here a well-trodden trail with painted stones leads to the Murtsertoppen. A lower summit cairn has been raised at "Lesser" Murtsertoppen (1223m) but continue up to the main summit at 1413m where you will find two cairns, the summit log book is found under the western cairn.



LENGTH: ca 14-15km
return journey

VERTICAL CLIMB: 900m

LEVEL OF DIFFICULTY: ◆

PARKING: At naturum
Vindelfjällen Hemavan.

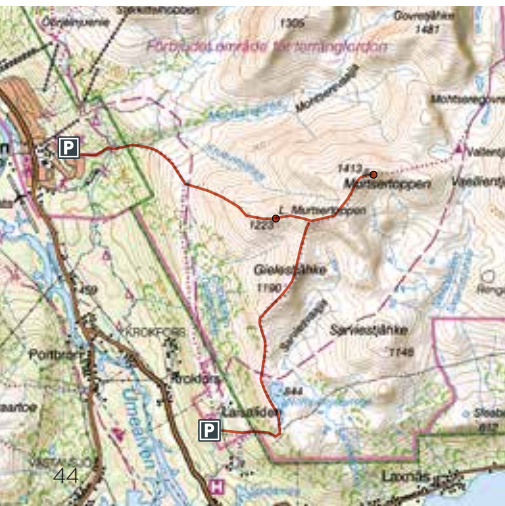


LÄNGD: ca 14-15 km t.o.r

HÖJDSKILLNAD: 900 m

SVÅRIGHETSGRAD: ◆

PARKERA: Vid Vindelfjäl-
lens naturum Hemavan.



Norra Sytertoppen

En krävande och spännande topptur på Norra Storfjällets och Västerbottens högsta topp 1768 meter över havet.

De flesta som bestiger Sytertoppen övernattar i Viterkalsstugan och börjar turen där, vilket är att rekommendera. Det går att göra en bestigning fram och åter från Hemavan samma dag, men det är långt och kräver mycket god kondition.

Från Viterkalsstugan följer man Kungsleden cirka en kilometer mot Syterstugan där man korsar Syterbäcken över bron. Härifrån följer man stigen som brant leder upp på platån söder om Måskoestjåhke. Där följer man sedan platåkammen mot Norra Sytertoppen. Stor del av vandrigen sker i blockterräng och till viss del över snöfält. Väl uppe på toppen har man underbar utsikt åt alla vädersträck vid vackert väder, men på den här höjden ligger ofta molnen som ett tjockt lager och gör att sikten inte alltid är den bästa.

Ett par hundra meter nedanför toppen finns en liten toppstuga där man kan vila och få lä. Det är en liten stuga med två bänkar och ett bord. Kamin saknas.

Karta, kompass och god orienteringsförmåga krävs framförallt vid sämre sikt.



LÄNGD: 13 km t.o.r från Viterkalsstugan (35 km t.o.r från Hemavan)

HÖJDSKILLNAD: 950 m från Viterkalsstugan

SVÅRHIGHETSGRAD: ◆

PARKERA: Vid naturum Vindelfjällen Hemavan.



LENGTH: 13km return journey from Viterkalsstugan (35 km from Hemavan)

VERTICAL CLIMB: 950m from Viterkalsstugan

LEVEL OF DIFFICULTY: ◆

PARKING: At naturum Vindelfjällen Hemavan.

Norra Sytertoppen

A demanding and exciting tour of Västerbotten's highest mountain, Norra Storfjället (1768m)

The majority of visitors climbing the summit stay the night at the Viterkalsstugan cabin and begin the ascent from there. This is to be recommended as although it is possible to complete the round trip from Hemavan, this demands very good physical condition.

Follow the Kungsleden trail from Viterkalsstugan towards Syterstugan cabin for about 1km until you cross the bridge over Syterbäcken stream. From here, follow the steep path to the plateau south of Måskoestjåhke and then on towards Norra Sytertoppen. Much of the higher terrain is covered in large blocks of stone and quite possibly, snow. Once at the summit, the view, in good weather, is breath-taking. However, being so high up does mean that cloud cover could block the view.

A few hundred metres down from the summit is a small simple cabin where you can rest and get shelter. There is no stove in the cabin. Make sure to take a map and a compass and that you know how to use them. Visibility can get very poor, very quickly.



Nuolpen

Lilla tjärnen, Nuolpen, Nohpenjaavretje, ligger på kalvfället ovanför Laisaliden, ett perfekt mål för en kombinerad fjällvandring och fisketur med barn.

Vandringen är ca 2 km lång och relativt brant. Väl uppe är fjällkänslan total och Länsstyrelsens fiskekort gäller för den som vill göra ett försök på rödingen.



FORTSÄTT
SOMMARLEDEN från
tjärnen upp mot
Murtsertopparna.



CONTINUE past the
lake up to the top of
Murtsertopparna.



LÄNGD: 4 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 250 m

TID: 3-4 timmar

SVÅRHETSGRAD:

VÄGBESKRIVNING: Sväng
av väg E12 vid Portbron,
4 km söder om Hemavan.
Kör ca 6 km, sväng
vänster mot Laisaliden.
Följ den slingrande och
branta vägen ca 2 km till
parkeringen före hotel-
let. Följ skyltning mot
Syterstugan, ledstart 50
m före parkeringen.

PARKERA: Vid Laisaliden,
ca 300 m nedanför
hotellet



Nuolpen

The small lake of Nuolpen, Nohpenjaavretje, is located above the tree line, further up the mountain from Laisaliden, and is the perfect destination for a combined walk and fishing trip for all the family.

It is quite a steep 2 km hike but, once you are above the tree line, it really feels as though you are in the heart of the mountain wilderness. Fishing permits are required if you want to try a spot of fishing for Arctic Char.



LENGTH: 4 km return trip

ELEVATION CHANGE: 250 m

DURATION: 3-4 hours

LEVEL OF DIFFICULTY:

ROUTE DESCRIPTION:

Turn off from the E12 at Portbron, 4 km south of Hemavan. After 6 km take the left turning to Laisaliden and follow the steep winding road 2 km. A few hundred metres before reaching the hotel there is a car park on the left. Follow the signs to Syterstugan, the trail starts 50 m south of the car park.

PARKING: At Laisaliden.
Use QR-code for digital
parking information.





Ryfjället / Ryjvejegaejsie

En rejäl topptur! Det 1413 meter höga fjället, på samiska Ryjvejegaejsie, har med sin karaktäristiska profil höjd över sjön Gäutan blivit en symbol för Tärnaby.

En 4 km lång led med nästan 1000 meters höjdskillnad går upp till toppen från väg E12 vid Anders Jans-viken. På cirka 1000 meters höjd försvinner stigen. Då kan du välja att gå upp mot bergskammen norr om toppen och följa den upp, på sydöstra sidan om toppen stupar Ryfjället brant ner mot Stensjön och Vasksjödalen.

Du kan också gå rakt upp mot toppen. Underlaget är stenigt och terrängen brant, men bitvis finns det några gröna stråk att följa.



LÄNGD: 8 km t.o.r.

HÖJDSKILLNAD: 1000 m

TID: 4-6 timmar

SVÅRIGHETSGRAD: ◆

VÄGBESKRIVNING:

Kör E12 söderut till Anders-Jansviken 19 km från Tärnaby. Stigen börjar vid parkeringen på vänster sida om vägen.

PARKERA: Vid Anders-Jansviken



Ryfjället / Ryjvejegaejsie



LENGTH: 8 km return trip
ELEVATION CHANGE: 1,000 m

DURATION: 4-6 hours

LEVEL OF DIFFICULTY: ◆

ROUTE DESCRIPTION:
Head south on the E12 to Anders-Jansviken, 19 km from Tärnaby. The trail begins at the spot where you can park the car on the left-hand side of the road.

PARKING: At Anders Jans-viken in Yttervik.
Use QR-code for digital parking information.

A proper tour! The 1,413 m summit, with its distinct profile rising above Lake Gäutan, has become a symbol for Tärnaby. The Sami name is Ryjvejegaejsie.

The 4 km trail begins beside the E12 at Anders Jansviken and leads up towards the summit, a change in elevation of more than 1,000 m. The trail stops before reaching the summit and you are free to choose your own route. You could either continue straight up to the summit from where the trail ends, or via the north ridge. To the southeast, the ground falls away in a steep slope down to Lake Stensjön and the Vasksjödalen valley. The terrain is steep and stoney.



Ruttjebäcken

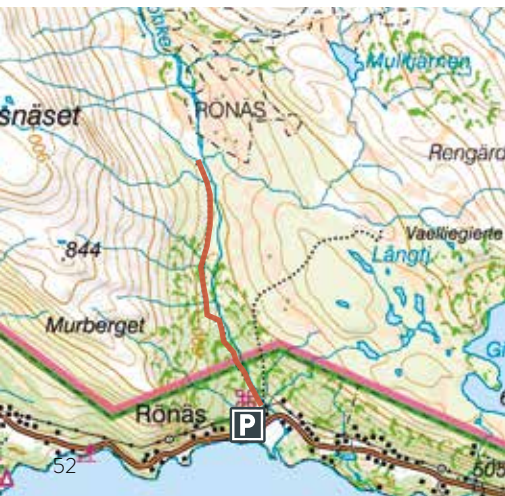
Vackra formationer i den mjuka skifferbergarten och det kristallklara vattnet gör Ruttjebäcken till en favorit bland utflyktsmål i Hemavan Tärnaby.

Den fina stigen börjar på andra sidan bron över Ruttjebäcken. Efter några hundra meter kan du lämna stigen och gå ut på klipporna. Stroa omkring här och leta jättegrytor, tunnlar, kanaler och fantasifulla slipningar i de mjuka skifferbergarterna.

En varm sommardag värms vattnet i grytorna upp och bäcken förvandlas till ett naturligt äventyrsbad. Ju mindre vatten det är i bäcken, desto fler vackra formationer kommer fram.

Ruttjebäcken har genom årtusenden grävt sig ner i den mjuka skifferbergarten. Här finns också stråk av kalkbergsten i berggrunden. När sluttningen börjar plana ut minskar formationerna i bäcken. Härefter blir också stigen otydligare och blötare.

Begränsade parkeringsmöjligheter.



Tänk på att stigen/bäcken kantas av privata ägor med bofasta. Det är viktigt att respektera det som besökare.



Please remember to respect the privately owned property that borders the stream and the path.



LÄNGD: Valfri
HÖJDSKILLNAD: 100 m till trädgränsen
TID: 1-3 timmar
SVÄRIGHETSGRAD: 
VÄGBESKRIVNING: Följ E12 norrut från Hemavan. Tag av efter ca 2 km och följ grusvägen ca 15 km till Rönäs.
PARKERA: Vid landsvägsbron över Ruttjebäcken finns parkeringsplats.



Ruttjebäcken

Beautiful formations in the soft schist bedrock and the crystal clear waters of the mountain stream have contributed to make Ruttjebäcken one of the area's most popular destinations.

On a warm summer's day, the water trapped in the kettle holes heats up to create a natural water park! When the water level drops, beautiful rock formations and a vein of limestone are uncovered, showing how Ruttjebäcken has eroded the surface over thousands of years. These formations decrease as you travel further up the valley and the path becomes wetter and less visible.

Parking is restricted.



LENGTH: It's up to you!
ELEVATION CHANGE: 100 m to the tree line
DURATION: 1-3 hours
LEVEL OF DIFFICULTY: 
ROUTE DESCRIPTION: Head north from Hemavan. Turn left after 2 km and follow the gravel road 15 km to Rönäs.
PARKING: In Rönäs, beside the bridge and on the bank of Ruttjebäcken. Use QR-code for digital parking information.



Fjälltips

Hur fort går jag?

Om du inte är så van att vandra i fjällen, så är tipset att du går betydligt långsammare på fjället än hemma i motionsspåret. Använd svårighetsgraderingarna i beskrivningarna som riktvärden. Tidsangivelserna är ungefärliga för en person med "normalkondition" (någon som motionerar en eller ett par timmar i veckan). Kom ihåg att lägga till tid för fika, utsiktspaus, fotografering och annat på vägen!

- 5 km/timmen (väg, grusväg eller mycket slät plan stig)
- 4 km/timmen (stig, viss höjdskillnad, mestadels torr terräng)
- 3 km/timmen (varierande terräng och en hel del höjdskillnad, ibland stenigt eller blött)
- ◆ 1,5-2 km/timmen (ibland brant, stenig eller mycket blöt terräng)

Utrustningstips

SKOR OCH KLÄDER: På grön och blå vandring kan du gå i vilka bekväma skor som helst, på röda och svarta leder rekommenderas ett par bekväma stabila skor eller kängor. Gärna ett par som går upp över vristen. Vad gäller kläder bör man tänka på att vädret kan variera mycket. Nere i dalgångarna kan temperaturen vara varm och behaglig samtidigt som fjället kan bjuda på några få plusgrader och snålblåst. Vädret skiftar också snabbt, så en ryggsäck med vindtät jacka, varm tröja, mössa, vantar och regnkläder kan rädda dagen om du tänker vara ute mer än någon timme!

SÄKERHET: Använd gärna vandringsguiden för att välja tur för dagen, men komplettera alltid med Fjällkartan AC2 för bästa upplevelse. Ska du längre ut på fjället än markerade leder är även kompass och kunskap i hur du använder den en nödvändighet. Mobiltelefon är bra, men du kan inte lita på att kunna kommunicera med den överallt.



TA ANSVAR FÖR EN HÅLLBAR OCH SÄKER VISTELSE I FJÄLLEN



» Respektera djur, natur och andra människor på fjället



» Anpassa fjällturen efter fjällvädret och din egen förmåga



» Ta med karta och kompass och följ markerade leder



» Meddela anhörig/en vän om din färdväg och beräknade återkomst. Tänk på att mobiltäckning saknas i delar av fjället



» Lämna aldrig skräp i naturen. Ta hem det du bär ut. Lämna inte mer än fotspår efter dig



Hiking Advice

How fast do I walk?

If you are not a seasoned hiker then expect to walk more slowly through mountain terrain than when walking at home. Make sure to take the indicated level of difficulty into consideration. The times given are for a normal healthy person (someone who exercises once or twice a week). Remember that you should also plan for stops as you will need to eat and drink along the way and there are also many places where you can stand and admire the view.

- 5 km/hour (road, gravel road or very smooth and level path).
- 4 km/hour (path, small variation in elevation, mostly dry terrain).
- 3 km/hour (varied terrain with quite a lot of elevation, sometimes stoney, sometimes wet).
- ◆ 1.5-2 km/hour (sometimes steep, stoney or very wet terrain).

Equipment

CLOTHES AND FOOTWEAR: On green and blue routes any comfortable footwear is suitable. Comfortable sturdy footwear or walking boots are recommended on red and black routes. Choose a pair that finish above the ankle. When it comes to clothes, remember that the weather can not only change quickly, it can vary from being warm in the valleys but cold and windy on higher ground. If you are going to be out for



longer than a couple of hours, take a wind-proof jacket, warm jumper, warm head wear, gloves and rainwear.

SAFETY Use the Hiker's Guide to choose a suitable trip for the day, but always take the official mountain map of the area (Fjällkartan AC2) so that you can make the most of your trip. If you are planning to venture further into the mountains, away from marked trails, then make sure to bring a compass and know how to use it. Mobile telephones are useful in most circumstances but you should not rely on getting a signal everywhere.

MAKE SURE YOUR VISIT IS SAFE AND RESPECTS THE LOCAL ENVIRONMENT



» Show respect to the flora and fauna as well as to fellow visitors



» Adopt a suitable route taking weather and your experience in to consideration



» Bring a map and compass and follow the marked trails



» Notify your route and expected time of return to friends or relatives. Please note that mobile telephones may not work everywhere in the mountains



» Never leave any rubbish. Take home what you bring with you. You should only leave your footprints



Vindelfjällens Naturreservat

Med sina 560 000 hektar varierad natur är Vindelfjällens naturreservat ett av de största skyddade områdena i Europa.

Många av turerna i Vandringsguiden går i reservatet, i vilket man kan se de flesta av Nordeuropas vegetationstyper, från barrskog till högalpint fjäll.

Vill du veta mer om reservatet rekommenderas ett besök på naturum Vindelfjällen Hemavan som är öppet dagligen under sommaren.

Tel 0954-380 23 www.vindelfjallen.se



Vindelfjällens Naturreservat

Vindelfjällen Nature Reserve



Covering 560,000 hectares of varied terrain, the Vindelfjällen Nature Reserve is one of Europe's largest protected areas.

Many of the trails in this guide pass through the nature reserve where examples of nearly all of northern Europe's vegetation can be found, from pine forest to high alpine.

If you want to know more about the reserve, a visit to naturum Vindelfjällen Hemavan (nature centre), which is open every day during the summer, is recommended.

Tel: +46 (0)954-380 23

www.vindelfjallen.se



Vindelfjällens Naturreservat



Foto: Sam Hedman, Malin Henriksson, Marianne Lindgren,
Gina Gustafsson, Hemavan Fly och Tor Larsson



HEMAVAN TÄRNABY

HEMAVAN TÄRNABY TURISTBYRÅ

Västra Strandvägen 1 – 920 64 Tärnaby – Tel +46 (0)954-104 50

info@hemavantarnaby.se – www.hemavantarnaby.com