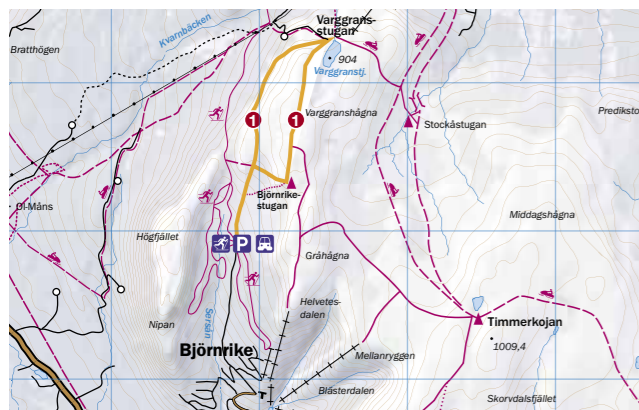


1. Björnrike – Varggransstugan

SVÅRIGHETSGRAD: Lätt/Medelsvår
LÄNGD: 7,2 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 2 – 3 tim
START: Spårcentralen Björnrike

En perfekt familjetur om du tar vesslan upp till Varggransstugan. Därifrån finns två vägval; en lättare och en mer utmanande.

Parkera vid spårcentralen i Björnrike. Följ leden/vesselstigen mot Varggransstugan. Spåret är 3,6 km i lätt motlut. Leden upp kan bli dryg för små barn, då kan ni istället ta vesslan* upp till Varggransstugan. (Vesslan börjar gå ca vecka 7 beroende på snötillgång. Är vesselspåret inte draget, tar du av leden mot Björnrikestugan till Varggransstugan). Lättaste vägen hem är samma väg tillbaka, då bär den utför nästan hela vägen. Vill du ha mer utmaning på hemresan tar du leden vid Varggransstugan mot Björnrike. En kort, brant uppförslut väntar efter tjärnen. Men väl uppe är det inte långt till Björnrikestugan som ligger i en vacker dal med utsikt över Hög-fjället. Därifrån följer du leden ner mot Björnrike spårcentral.

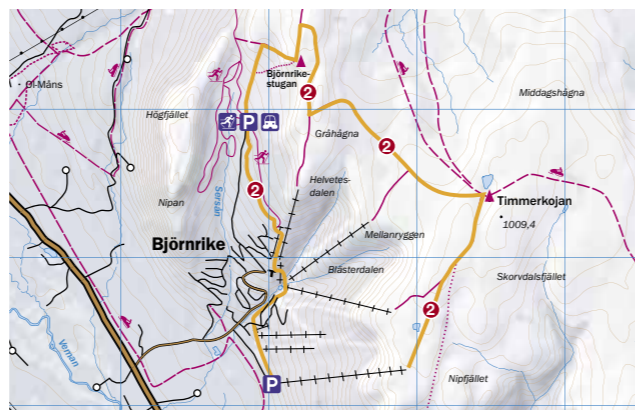


2. Björnrike – Timmerkojan

SVÅRIGHETSGRAD: Korta turen är lätt, långa turen är svår
LÄNGD: Korta vägen 5 km, långa vägen 13 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 1,5 – 4 tim
START: Parkeringen vid Grizzly Express

Det här är den enklaste familjeturen. Perfekt om du vill komma snabbt och enkelt upp på fjället till solgroparna vid Timmerkojan. Turen kan också kombineras med en längre hemfärd.

Ta Grizzly Express till toppen. Följ leden till vänster som har en lätt uppförstigning på ca 2,5 km fram till Timmerkojan. Hem tar du samma väg och liften ner. Vill du gå en längre tur hem som bär utför nästan hela vägen, tar du leden mot Björnrike. Följ sedan skyltning mot Björnrike spårcentral (7 km). Från spårcentralen tar du långd-spåret mot Björnrike. Åk barnbacken ner och förbi hotellet mot Idet. Transportvägen vid dammen tar dig sedan till Björnvallen. Vid Björnvallsliften går ett kort skoterspår mot Grizzly Express. **Obs!** Turen via spårcentralen och pisten är en rolig rundtur som mest går utför, men den är svår om du är en ovan längdskidåkare.



3. Vemdals skalet – Jaktstugan

SVÅRIGHETSGRAD: Medelsvår
LÄNGD: 7,2 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 2 – 3 tim
START: Spårcentralen eller Pass Express på Vemdals skalet

Många vägar leder till Jaktstugan, serveringen med solveranda och fjällens fräsagaste vävflor. Du kan välja mellan att gå leden upp, åka vessla eller den snabba vägen med liften Pass Express.

Starta vid spårcentralen och ta leden/vesselstigen mot Jaktstugan. Du har ca 3 km i uppförslut. Har du små barn är det enklast att ta vesslan* upp. Tillbaka tar du vesselstigen som mest går utför och är enkel även för barn. Snabbast tar du dig upp med liften Pass Express. Där startar leden vid Toppstugan och därifrån är det bara lättåkt 1,5 km till Jaktstugan. Hem tar du samma väg och liften ner. Vill du göra en lite mer utmanande tur kan du ta vesselstigen ner till spårcentralen. Gå sedan över vägen och bakom hotellet. Där finns en transportväg till Hovdebacken. Transportvägen fortsätter sedan under Hovdebanan (sittliften) och den tar dig sedan tillbaka ner till parkeringen vid Pass Express.

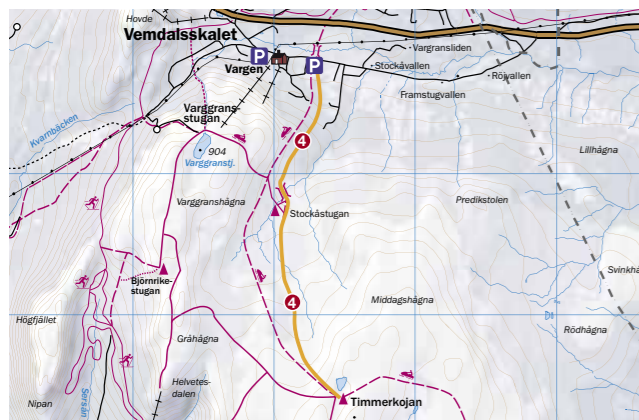


4. Vemdals skalet/Vargen – Timmerkojan

SVÅRIGHETSGRAD: Medelsvår
LÄNGD: 14 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 3,5 – 4,5 tim
START: P-plats på höger sida 600 m förbi Vargens Vårdshus eller parkeringen vid Vargens Vårdshus

En vacker tur som är lätt att gå på skidor även om det bär svagt uppför hela vägen till Timmerkojans raststuga. Hemvägen är en lång härlig utförslöpa.

Parkera bilen vid parkeringen som ligger ca 600 m förbi Vargens Vårdshus. Du kan också parkera vid Vargens Vårdshus där det finns servering och duschmöjligheter. Från respektive parkering följer du leden och skyltning mot Timmerkojan. (Från Vargens Vårdshus korsar leden en mindre väg). Det går svagt uppför hela vägen till Timmerkojans raststuga. Du tar samma led hem och då bär den utför. Har du små barn och vill du göra en kortare tur kan du stanna vid Stockåstugan på halva vägen (ca 6 km t.o.r). Därifrån kan du också gå upp till Varggransstugan.



5. Storhogna – Samevistet – Fallmoran

SVÅRIGHETSGRAD: Lätt
LÄNGD: 9 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 2,5 – 3,5 tim
START: P-plats Storhogna Högfjällshotell & Spa

Det här tillhör en av de lättare turerna. Du går mot solen på kalvfjället i ganska platt terräng. Den första etappen kan du kombinera med fika i serveringen Samevistet varifrån du bara har en halv kilometer till Fallmoran. Har du små barn kan du med fördel ta vesslan* till eller från Samevistet.

Turen startar vid parkeringen på Storhogna Högfjällshotell & Spa. Ta leden mot Samevistet. Samevistets servering är ett perfekt fikastopp på turen. Därifrån är det skyltat till Fallmoran – en mysig och välbevarad fåbodvall från den tid då man vallade kreatur. De små stugorna ligger utkastade i en solig söderglänta. Här finns en raststuga med vedeldad kamin. Du tar sedan samma väg tillbaka till Storhogna.



6. Storhogna – Bräckvallen – Jors-Karivallen

SVÅRIGHETSGRAD: Medelsvår
LÄNGD: 19 km
TIDSÅTGÅNG: Ca 5 – 6 tim
START: P-plats Storhogna Högfjällshotell & Spa

Det här är en tur för dig som väljer att gå långt på fjället. Det är kanske den vackraste men också den längsta av våra turtips. Den går i lätt terräng och mestadels över kalvfjället. Och du passerar inte mindre än fem gamla fåbodvallar.

Start vid Storhogna Högfjällshotell & Spa. Ta leden mot Bräckvallen. Efter några hundra meter kommer du till en ledkorsning. Ta vinterleden mot Bräckvallen. När du passerat bron till Bräckvallen följer du leden mot Oxsjön. (Vill du rasta fortsätter du rakt fram till Bräckvallens raststuga). Du når sedan Oxsjövallens raststuga. Följ sedan skyltning mot Vemdals skalet och Jors-Karivallen. Vid södra Oxsjön passerar du ytterligare en raststuga vid Gammelvallen. Därifrån följer du skyltning mot Jors-Karivallen. Därifrån tar du leden mot Fallmoran. Vid Fallmoran fortsätter du genom fåbodvallen och mot Samevistet. Därifrån är det skyltat mot Storhogna.



Pris 20:-

vemdalen.se

Bra att veta

LÄNGDSPÅR

Om det blåser och är kallt rekommenderar vi längdspår som är preparerade både för klassiskt och skate och som ligger i skyddad skogsterräng. Spårkarta för preparerade längdspår finns att i respektive Gästservice. Spårinformation: 0684-153 00

SPÅRCENTRALER

Björnrike: Ligger vid slutet av Fjällvägen. 2.0, 3.0, 7.5 km.

Vemdals skalet: Ligger 200 m från hotellet. 2.5 km (elljus), 5.0, 7.5, 10 km.

Vargen: Parkering vid Vargens Vårdshus. 2.3 km och 7 km. Mycket lätt åkning i flack terräng utan backar, i myrområde längs Varggransbäcken. Dusch, mat & dryck i vårdshuset. Info om spåret tel 0684-311 00.

Storhogna: Ligger vid husvagnsparkeringen. 3.0, 5.5, 8 km.

Klövssjö: Ligger vid toppen av Klövssjö Express (liftresan är gratis). 2.5, 5.0, 8 km. Mitt i stugbyn finns Katrinaspåret 3 km (elljus).

Förbindelsepår: Det går ett preparerat förbindelsepår för klassiskt och skate mellan Björnrike, Vemdals skalet, Storhogna och Klövssjö.

Vemdalen by: Ligger vid Lovåsgården. 2.5, 5.5 (elljus) och 10 km.

SERVERINGAR PÅ FJÄLLET & VESSLA

Jaktstugan: Vessla går från Vemdals skalets spårcentral

Öppettider Jaktstugan tel 070-568 71 13

Samevistet: Vessla går från Storhogna Högfjällshotell & Spa

Öppettider Samevistet tel 070-249 66 54

Björnrike: Vessla från Björnrike spårcentral tel 070-623 15 29

RASTSTUGOR

Det finns en mängd raststugor på fjället. Där är du alltid välkommen in och du får använda veden. Se bara till att det finns ved kvar när du lämnar stugan. En säkerhet för den som blir överraskad av dåligt väder.

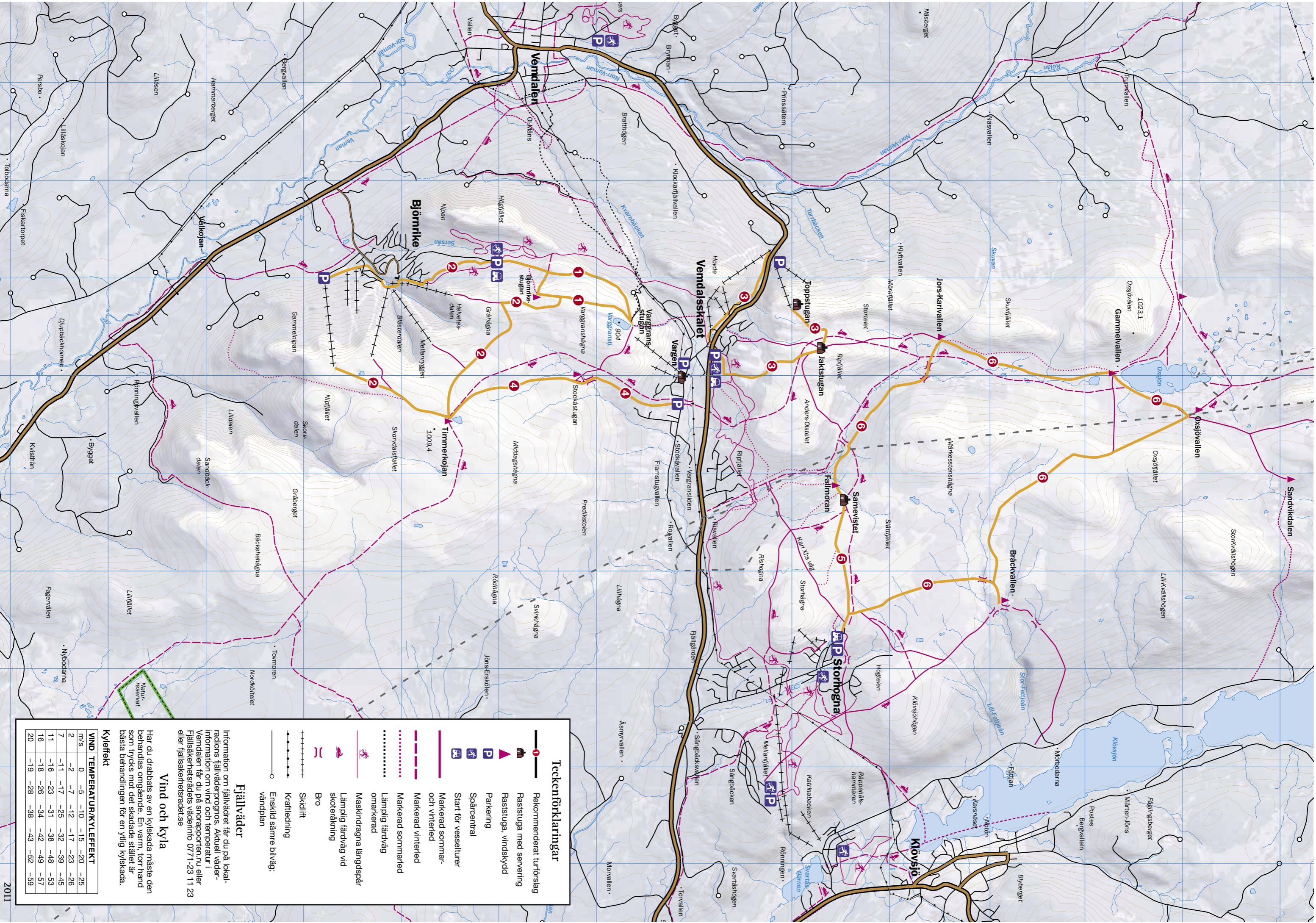
LIFTRESA UPP PÅ FJÄLLET

Ska du upp på fjället är det många gånger enklare att ta liften. Har du längdskidor åker du alltid gratis både upp och ner.


FJÄLLSÄKERHET Läs mer på: fjallsakerhetsradet.se

VÄDERINFORMATION Tel 0771-23 11 23

En investering för framtiden



Teckenförklaringar

-  Rekommenderat turlöslag
-  Raststuga med servering
-  Raststuga, vindskydd
-  Parkering
-  Spårcentral
-  Start för vessesturer
-  Markerad sommar- och vinterled
-  Markerad vinterled
-  Markerad sommarled
-  Lämplig färdväg omarkerad
-  Maskindragna längdspår
- Lämplig färdväg vid skoteråkning
- Bro
- Skidlift
- Kraftledning
- Enskild sämre bilväg; vändplan

Fjällväder

Information om fjällväder får du på lokalradions fjällväderprogram. Aktuell väderinformation om vind och temperatur i Vemdalen får du på snörapporten, nu eller Fjällsäkerhetsrådets väderinfo 0771-23 11 23 eller fjällsäkerhetsradet.se

Vind och kyla

Har du drabbats av en kylskada måste den behandlas omedelbart. En varm, torr hand som trycks mot det skadade stället är bästa behandlingen för en ylig kylskada.

Kylfekt

VIND	TEMPERATUR	KYLEFFEKT
m/s	0	-5
	5	-10
	10	-15
	15	-20
	20	-25
	2	-2
	7	-11
	11	-17
	16	-23
	20	-26
	25	-32
	30	-39
	35	-45
	40	-51
	45	-57
	50	-63
	55	-69
	60	-75
	65	-81
	70	-87
	75	-93
	80	-99
	85	-105
	90	-111
	95	-117
	100	-123
	105	-129
	110	-135
	115	-141
	120	-147
	125	-153
	130	-159
	135	-165
	140	-171
	145	-177
	150	-183
	155	-189
	160	-195
	165	-201
	170	-207
	175	-213
	180	-219
	185	-225
	190	-231
	195	-237
	200	-243
	205	-249
	210	-255
	215	-261
	220	-267
	225	-273
	230	-279
	235	-285
	240	-291
	245	-297
	250	-303
	255	-309
	260	-315
	265	-321
	270	-327
	275	-333
	280	-339
	285	-345
	290	-351
	295	-357
	300	-363
	305	-369
	310	-375
	315	-381
	320	-387
	325	-393
	330	-399
	335	-405
	340	-411
	345	-417
	350	-423
	355	-429
	360	-435
	365	-441
	370	-447
	375	-453
	380	-459
	385	-465
	390	-471
	395	-477
	400	-483
	405	-489
	410	-495
	415	-501
	420	-507
	425	-513
	430	-519
	435	-525
	440	-531
	445	-537
	450	-543
	455	-549
	460	-555
	465	-561
	470	-567
	475	-573
	480	-579
	485	-585
	490	-591
	495	-597
	500	-603