

**Vandring og kultur i Espedalen  
10. september - 19. september 2022**

**Program**



**Dansk Vandrelaug  
Gentofte afdeling**

## **TURLEDERE:**

Ole Bertelsen  
Mobil tlf. 60 144 625  
E-mail: [obertelsen@teliamail.dk](mailto:obertelsen@teliamail.dk)

Christian Lauritzen  
Mobil tlf. 2029 9574  
E-mail: [christian44@email.dk](mailto:christian44@email.dk)

Karin Norris  
Mobil tlf. 2619 9774  
E-mail: [karin@vernetnorris.net](mailto:karin@vernetnorris.net)

## **Vi sejler til Oslo med DFDS. Båden anløber Frederikshavn undervejs.**

### **København, mødetid og – sted:**

Lørdag den 10. september **kl. 13.00** i DFDS terminalen, Dampfærgevej 30, 2100 København Ø. Der er let adgang fra Nordhavn station via tunnellen i forlængelse af Nordre Frihavnsgade.

I får billetten i terminalen.

Vi er der fra kl. 12.30. Båden afgår kl. 14.15.

Husk pas eller anden billedlegitimation.

### **Frederikshavn, mødetid og – sted:**

Lørdag den 10. september **kl. 22.00** i DFDS terminalen, Færgehavnsvej 16, 9900 Frederikshavn. Check ind lukker kl. 23 og båden afgår kl. 23.45.

Du får rejsedokumentet tilsendt.

Husk pas eller anden billedlegitimation.

På adressesedlen på bagagen skal som opholdssted stå:

Ruten Fjellstue,  
N-2658 Espedalen,  
Norge.

Telefonnummeret til fjeldstuen er: 0047 61297320

**Hjemrejse:** Søndag den 18. september. Ankomst Frederikshavn kl. 0.15 og København kl. 09.15 mandag den 19. september

**Tilmelding: Tilmelding starter den 9/1 kl. 18.**

**Tilmelding skal være skriftlig senest den 1. august 2022.**

**Tilmeldingsblanket og det tilhørende bilag skal anvendes. Tilmeldingen er efter "først til mølle princippet". Vi regner med ca. 20 deltagere.**

### **Pris og betaling:**

Grundbeløbet er 8.150kr, der omfatter

- rejse med Oslobåden i indvendig dobbeltkahyt, bustransport i lejet bus fra Oslo til fjeldstuen,
- overnatning i nordvendt dobbeltværelse med opredt seng og håndklæder
- morgenmad, lunchpakke og middag

Priserne er baseret på den norske krone til kurs 75. Der tages forbehold for større kursændringer.

Tillægsydelser kan vælges jf. bilaget til tilmeldingsblanketten.

Det første måltid, der er med i prisen, er middagen søndag den 11. september. Det vil ikke være tilladt at drikke medbragt øl/vin til måltiderne, men det kan købes på fjellstuen.

Vi kan få fyldt termokanden til vandreturene sammen med den selvsmurte lunchpakke.

### **Corona**

Gennemførelse af turen er afhængig af at corona situationen er under kontrol både i Danmark og Norge. Vi forbeholder os derfor ret til at aflyse turen, hvis det bliver nødvendigt, og det indbetalte beløb vil blive refunderet.

### **Kun medlemmer af Dansk Vandrelaug kan deltage i turen.**

Betaling skal ske i rate 1 på 3.000 kr. og rate 2 på restbeløbet.

Du er først endeligt tilmeldt, når vi har modtaget 1. rate, som derfor skal betales snarest efter vi har bekræftet din deltagelse.

2. rate betales senest den 1. august 2022.

Betaling skal ske til Dansk Vandrelaug, Gentofte afd. (husk afsender):

Konto: 0111-6896821014, mærket "Vandreferie Espedalen 2022".

**Afbestillingsforsikring** er ikke indeholdt i prisen.

Deltagerne skal have egen rejseforsikring, idet det blå sygesikringsbevis ikke dækker hjemtransport og i øvrigt kun sikrer behandling på lige fod med nordmænd.

Deltagernes helbredsmæssige forhold er deltagerens eget ansvar. Såfremt der er særlige forhold, skal deltagerne selv afklare de forsikringsmæssige konsekvenser, samt orientere turlederne herom.

I forsikringsmæssige problemstillinger er dansk ret gældende.

Tilmelding til turen er **bindende**. Dog vil vi naturligvis ved afmelding forsøge at afsætte pladsen til andre og lykkes det, vil du få tilbagebetalt dine penge minus et administrationsgebyr på 750 kr.

**Kontaktadresse på Ruten:** Ruten Fjellstue, N-2658 Espedalen, Norge.

Tlf: 0047 61297320, E-mail: [post@ruten.no](mailto:post@ruten.no) ,

På [www.ruten.no](http://www.ruten.no) kan I læse mere om fjeldstuen, vejret etc.

På [www.rutenskiklub.no](http://www.rutenskiklub.no) kan I også se meget om området.

### **Kort:**

Peer Gynts Rike (1:50 000) DNT

Kan købes hos Nordisk Korthandel og på Fjellstuen.

## **Program for de enkelte dage:**

**Vi forbeholder os ret til at ændre rækkefølgen i programmet samt programindholdet afhængigt af vind og vejr etc.**

### **Lørdag den 10. september**

Afrejse fra København eller Frederikshavn med Oslobåden.

### **Søndag den 11. september**

Ankomst på fjellstuen ca. kl. 15. Indkvartering og måske en lille vandretur.

### **Mandag den 12. september**

Vandretur til Lohaugen og rundt om Breidsjøen via Verksodden, hvor vi ser Espedalen fjellkirke, gravholmen og ruinerne fra nikkeldmineperioden. Vandring tilbage til fjellstuen på den anden side af søen. Turen varer ca. 5-6 timer.

### **Tirsdag den 13. september**

Vandretur fra Ruten Fjellstue (850m) til Rundhø (1267m) og retur ad andre stier. Evt. mulighed for at plukke bær. Turen varer ca. 5-6 timer.

### **Onsdag den 14. september**

Vandretur fra Ruten Fjellstue (850m) ned til Breidsjøen (720m). Herfra vandring op til Frederiksseter og op over fjeldet med top i 1160m til Storhøliseter (970m), hvor vi bliver hentet i bus. Turen varer 5 – 6 timer.

### **Torsdag den 15. september**

Tur til Veslegruva, som er en gammel mine fra 1600-tallet. Derefter går vi ned i Helvete, der er Nordeuropas største jættegryder, udgravet af elven Vinstra før den brød igennem og ændrede sit løb.

Transport rundt med bus. Evt. vandring fra Espedalen tilbage til fjellstuen.

### **Fredag den 16. september**

Vi køres til Slangen, hvorfra der er vandretur til Vinstrafossen, Petsiko, Espefossen, elghotellet og tilbage til fjellstuen. Turen varer 5-6 timer.

### **Lørdag den 17. september**

Vandretur til Ruten fjeldet, Bingsbu og tilbage til fjeldstuen. Vi går op ad Peer Gynt vejen og ind ad sti gennem skoven op til højfjeldet med Ruten toppen på 1517 m, hen mod Vesleruten og videre ned langs kammen til Bingsbu hytten og tilbage til fjellstuen. Dette er den mest krævende af turene og turen varer ca. 7-8 timer.

### **Søndag den 18. september**

Afrejse fra Ruten Fjellstue kl. 9

## **Prøvetur og informationsmøde:**

Informationsmødet og prøveturen finder sted søndag 3. april 2022. Vi mødes på Kultorvet i mødelokalet på 4. sal kl. 9.00, hvor vi serverer kaffe/the og rundstykker. Her gennemgås turen og spørgsmål besvares.

Efter informationsmødet tager vi på vandretur fra Allerød station til Farum. Turen foregår i rask tempo i bakket skovterræn og er på ca. 18 km. Vi forventer at være ved Farum station ca. kl.17.30. Husk mad og drikke til dagen samt solidt fodtøj m.m. (Vi forbeholder os ret til at ændre prøveturen efter dagens vejr).

Det er vigtigt at konditionen er i orden på turen og det er derfor også vigtigt, at den enkelte deltager gør sig klart, hvad god kondition er. **Derfor er prøveturen vigtig og turlederne forbeholder sig ret til at vurdere om den enkelte deltager kan klare turen.**

## **Forslag til udstyr**

Kuffert (bagagen bliver transporteret for os, så du skal kun bære, hvad du skal bruge hver enkelt dag undervejs)

Dagstursæk (større end en lille Fjällräven)

Vandrestøvler

Gamacher/gaiters

Lette sko til inde brug

Strømper/sokker

Undertøj

Uldent undertøj

Vind- og vandtæt jakke

Regnbukser

Trøje(r)

Bluser/skjorter

Bukser

Halstørklæde, hue og vanter

Toiletsager

Solcreme (solen er stærk, hvis vi er så heldige)

Læbepomade

Solbriller

Termoflaske

Personlig medicin/plaster etc.

Penge

Det blå sygesikringsbevis

Kikkert

Fugle- og blomsterbog

Vaskepulver

Evt. vandrestave

**Pas**

## **Generelle bemærkninger:**

Vandreturenes varighed er omtrentlig og inkl. pauser.

Vi forbeholder os ret til at ændre programmet dag for dag af vejræssige årsager. På vandreturene skal bæres dagstursæk (skal være rummelig). Vandringerne kræver god kondition svarende til ca. 20 km vandring hver dag.

Solide **vandtætte** vandrestøvler med god ankelstøtte anbefales samt **vandtæt**, åndende regntøj (det kan blive meget vådt på fjeldet). Regnslag må **ikke** anvendes og er direkte farligt i stærk blæst.

Det kan også anbefales at anvende **gamacher**, som slutter under knæet, idet der kan være våde strækninger samt knæhøj våd bevoksning.

## **Om Espedalen**

### **Naturen om efteråret**

Espedalen kaldes "vor venlige vildmark" eller "Jotunheimens forgård". En del af området hører under Langsua nationalpark.

Om efteråret får fjeldet stærke farver når nattefrosten sætter ind og det er med til at give en særlig oplevelse. Med lidt held oplever vi også noget af områdets dyre- og fugleliv.

Nogle af turene går, hvor vinterens skiløjper forløber.

### **Fjeldet**

Er grundfjeld fra den kaledoniske foldning præget og afrundet af isen til bløde runde former, der giver flot udsyn og let terræn at vandre og løbe på ski i.

Jættegryderne i Helvete er formet af vand gennem tusinder af år og lå tilbage, da elven Vinstra vendte sit løb og forsvandt fra gryderne.

### **Minedrift**

Fjeldet omkring Espedalen består i overvejende grad af gabbro, men med gange af nikkel og kobber. I begyndelsen af 18. hundrede tallet købte et engelsk mineselskab retten til at udvinde nikkel i dalen. Udvinningen startede i 1840. Det var et stort projekt med omkring 1.000 mand i arbejde. Gruberne lå i fjeldene øst for Espedalsvatnet og udsmelting og forarbejdning til malm fandt sted på Verket ved Espedalen fjeldstue. Imidlertid faldt priserne og det hele blev lukket ned i 1857.

Priserne steg atter, og en ny udvinning syd for Espedalsvatnet kom i gang i 1873. Til at begynde med blev malmen fragtet til England for videre forarbejdning, men senere blev dette arbejde gjort i Espedalen. Disse miner blev lukket ned omkring 1880.

### **Ølbrygning på Espedalen Fjellbryggeri**

Brygmester Arthur Bredli, har i mange år interesseret sig for de kemiske og biologiske processer, der ligger bag en velmagende øl. Med ændringen af den norske alkohol lov i 2003 kom muligheden for at starte et eget bryggeri. Filosofien bag produkterne er et ønske om at brygge øl med smag af Espedalen. Det betyder at ingredienserne i drikkene er lokale, når det er muligt.

### **Elgtårnet**

Oplev elgtårnet i Espedalen og få en spektakulær naturoplevelse ud over det sædvanlige. Med overnatning i et 12m højt elgtårn kommer du tæt på natur og dyreliv med god chance for at se skovens konge elgen.

Elgtårnet har plads til 6 personer for overnatning. Med vinduer som dækker det meste af opholdsrummene kommer du tæt på natur og dyreliv.

