

NORGE

– til fods mellem fjord og fjeld

1.-10. juli 2010

Vi har igennem flere år rejst Norge tyndt i forbindelse med research til "Turen går til Norge" for Politikens Forlag. Det har givet os mange pragtfulde oplevelser, som vi i 2009 omsatte til en succesfuld tur med en gruppe glade vandrere. Det har vi lyst til at gentage i 2010, dog med nogle nye sløjfer på ruten, så der også bliver nye oplevelser for gengangere. Vi har udvalgt en stribe af landets ypperste naturperler og kædet dem sammen til en unik rundrejse – med fokus på vandreturene.



Et velfortjent hvil efter bestigningen af Knutshøen med udsigt ind over Jotunheimens takkede tinder.

Denne gang starter vi i Oslo og kører med bus til Beitostølen. Her vandrer vi i det sydøstligste hjørne af Jotunheimen. Herefter forflytter vi os til området lige nord for Hardangervidda, bl.a. for at vandre klassikerturen gennem Aurlandsdalen – en gentagelse fra i fjor. Herfra går turen til en historisk gård inderst i Sognefjorden. Den bliver vores base for vandreture op til ensomtliggende gårde, fjeldtoppe med panoramaudsigter og ikke mindst en tur på Nigardsbræen under kyndig guidning. Til slut tager vi båden til Bergen – en flot 6-timers sejltur gennem Sognefjorden og Vestlandets skærgård. Der vil være mulighed for at forlænge opholdet i Bergen med eller uden vandreture.

Programmet – dag for dag

Torsdag 1. juli

Vi flyver til Oslo og herfra tager vi bussen "Valdresekspressen" 4 t til Beitostølen. Her skal vi bo på Grønolen Fjellgard med fuld-pension i 3 nætter. Det hyggelige sted bliver drevet af brødrene Tor Erik og Øyvind som skiftesvis kokkerer og guider. Efter vi har installeret os når vi nok en times vandring i de smukke omgivelser inden aftenmaden.

[Vandretid 1 time](#)

Fredag 2. juli

Vi kører med bus til Mugnastølen, hvor vi begynder en forsigtig stigning langs elven Mugna. Ved en lille sø holder vi en pause inden vi begynder den mere krævende opstigning mod toppen (1.750 m o.h.). Der åbner sig et panorama, som kan tage pusten fra enhver. Vejen tilbage ad en anden rute

[Vandretid ca. 5 timer med ca. 400 m opstigning](#)



Rasteplads i Steinbergdalen.

Lørdag 3. juli

Efter morgenmad og smøring af "nistepakker" hopper vi i Grønolens bus og kører ca. en halv time over Valdresflya. Vi skal bestige Knutshø, en fjeldryg som ligger mellem Gjende og Leirungen. En flot opstigning, ind imellem lidt stejl, men med stor slæt udsigt ind over Jotunheimen. Nedstigning på bagsiden af Knutshø, hvor vi følger dalen tilbage til bussen. Måske kaster de barske sig ud i den iskolde fjeldsø. Det siges, at det var Knutshø Henrik Ibsen havde i tankerne da han skrev Bukkerittet i "Peer Gynt".

[Vandretid ca. 7 timer med ca. 400 m opstigning](#)

Søndag 4. juli

Rejsedag med bus via Fagernes over Golsfjeldet og ned til Gol i Hallingdalen. Derefter kører vi gennem en ny fjeldverden til Østerbø Fjeldstue i Aurlandsdalen. Dette er en stor klassisk fjeldstue som samler vandreglade fra hele verden. Her har vi 2 overnatninger.

[Køretid ca. 5 timer](#)

På vej ned gennem Aurlandsdalen. På Sinjastølen produceres den traditionelle norske brunost.

Mandag 5. juli

Efter en rolig morgenstund tager vi bussen 15 min op til fjeldhytten Steinbergdalen. Herfra følger vi en mærket sti langs brede hylder i fjeldvæggen, forbi elve og fosser og ender nede i Østerbø.

[Vandretid ca. 5 timer med ca. 175 m stigning og 350 m nedstigning](#)

Tirsdag 6. juli

Dagen byder på en forholdsvis lang og derfor krævende tur ned gennem Aurlandsdalen. Det er en vandreklassiker der har fået tilnavnet "Elskovsturen". Stien fører forbi dramatiske, stejle og fantastiske partier. Forhåbentlig er Sinjastølen bemanded med "budejer" og geder, så vi kan opleve stølslivet og indsnuse duften fra brænderøgen. Stølen producerer og sælger den pragtfulde brunost af ren gedemælk. Stien ender i Vassbygdi, hvor bussen venter for at køre os til Aurland kafe, hvortil vores bagage er sendt. Efter et kort hvil fortsætter vi med bus til Sogndal. Denne tur indbefatter en tur gennem den 24,5 km





Vigdalen byder op store panoramaer og smukke detaljer. Fra haven på Nes Gard er der udsigt over fjorden mod Feigumfossen. Der er kun et smut ned til badebroen.



lange Lærdalstunnel, verdens længste biltunnel. Knap er den overstået før der følger en ny 7 km tunnel, en kort færgetur og atter en tunnel. I Sogndal bliver vi afhentet og kørt til Nes Gard. Hovedhuset er et traditionelt øksehugget træhus, moderniseret, men med helt originalt præg og interiør og ikke mindst et omsorgsfuldt og hyggeligt værtspar. Ingen bliver kede af at vi skal være fire nætter her. Også køkkenet er glimrende.

[Vandretid 8 timer med ca. 150 m stigning og 600 m nedstigning](#)

Onsdag 7. juli

Minibus kører os ca. 40 min stejlt op til Vigdal. Herfra vandrer vi gennem det frodige landskab mod Fivlenosi (1.466 m o.h.) og passerer turisthytten Fivla. Videre ad god sti og ned til Hegg-dalsvandet med udsigt mod Jostedalbræen. Passerer Navasete turisthytte på vejen ned til bussen, som henter os og kører os til Nes Gard, hvor vi spiser middag.

[Vandretid ca. 5-6 timer, nedstigning ca. 500 m](#)

Torsdag 8. juli

Efter vi er kørt til Skjolden, ved foden af Jotunheimen, vandrer vi ind i den mægtige Mørkrisdalen, som af mange vurderes som en af Sydnorges smukkeste dale.

Vi følger stien som fører mod Arentzbu og videre op i det

Brævandring for noviser på Nigardsbræen. Det er faktisk ikke så svært, men det er en forrygende oplevelse.

”troldske” Tjørnahelet og ind gennem det mere parklignende landskab til Salenseter. Landskabet skifter fra åbne græssletter til snævre kløfter, hvor elven presser sine vandmasser igennem. Frokost ved Dalenseter, hvorefter vi vandrer nedover dalen til Mørkri.

[Vandretid ca. 5 timer](#)

Fredag 9. juli

For nogle bliver det måske turens højdepunkt at vandre på en bræ, og under alle omstændigheder et minde for livet. Vi kører



med bus ca. 1 time til Jostedal Breheimsenter, hvor vi checker ind til bræturen der vil vare 3,5 time, hvoraf de 2 er på brænen. Vi bliver udstyret med steigeisen (pigge under støvlerne), isøkse, seletøj, handsker og reb. En lille båd tager os over vandet og frem mod brænen – vi må dog vandre det sidste stykke over land. Vi får instruktion i kunsten at vandre i samlet trop på isen. Så går det ellers opad og hvis vi er heldige er der begyndt at dannes sprækker vi kan gå igennem. Forholdene ændrer sig fra dag til dag. Dygtige guider sørger for at vi hurtigt føler os helt sikre og kan nyde det særegne naturfænomen i fulde drag.

Nede på fast jord igen tager vi tilbage til Breheimsenteret, og videre til Nes Gard ("Gengangere" der ikke ønsker brævandingen gentaget har vi alternative forslag til).

Vandretid 2,5 time med ca. 200 m op- og nedstigning

Lørdag 10. juli

Vi kører til Sogndal og tager hurtig-færgen (afg. kl. 7), der sejler ud gennem hele Sognefjorden og sydover gennem den utrolige skærgård og ankommer til Bergen ca. kl 12.

Enten tager man eftermiddags/aftenfly tilbage til København eller man kan forlænge opholdet i Bergen. Vi hjælper naturligvis med at strikke et program sammen – med eller uden vandreture, med eller uden os



Praktiske oplysninger

Pris

Vi har endnu ikke fået de endelige priser fra Norge, men vi regner med at følgende holder: 9.900 kr. (enkeltværelsestillæg 1.200 kr.) Dette inkluderer overnatninger, lokal transport, guidning, entré, brævandring, måltider – bortset fra frokost 1. og 10. juli samt drikkevarer (frisk fjeldvand findes i rigelige mængder – helt gratis). Alle overnatningssteder sælger vin og øl. Prisen dækker ikke transport til Oslo og fra Bergen. Der er mange muligheder for at finde billige direkte fly til og fra Oslo/Bergen (pt. SAS og Norwegian). Vi regner med en gruppe på max 14 inkl. os selv.

Overnatning

I dobbelt/enkeltværelser. Vær forberedt på deling af bad/toilet på Nes Gard. Se mere på Grønolen: www.gronolen.no; Nes Gard: www.nesgard.no; Østerbø: www.aurlandsdalen.com

Krav til deltagerne

Man skal være i nogenlunde form, da de fleste af turene byder på adskillige stejle op- og nedstigninger. Vi går med en rummelig turrygsæk, der har plads til madpakke, vand, regntøj, kikkert osv.

Vandrestøvler er et must, da stierne er ujævne og det er vigtigt at stå godt fast. Støvlerne giver også fødder og ankler ekstra støtte. Vandrestave er en stor hjælp. Vi skal ikke klatre.

Kontakt os for nærmere information
Merete Irgens og Steen Frimodt
39 63 05 40 og 40 41 05 42
www.frimodt.com