

OUTDOOR

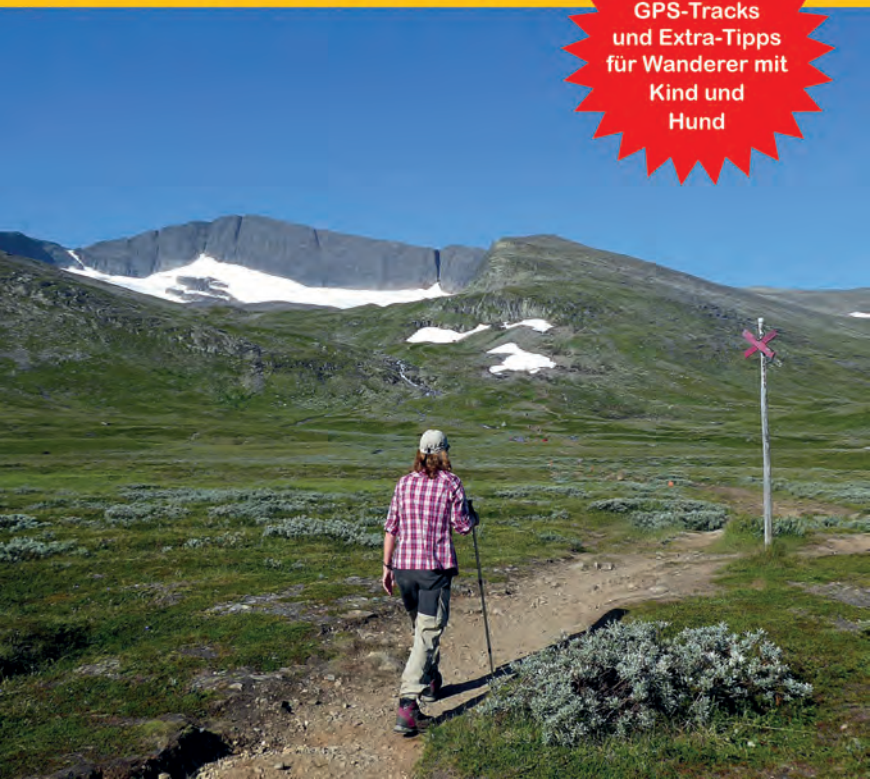
Regional

Mittelschweden

26 kurze Wanderungen im Fjäll



mit
GPS-Tracks
und Extra-Tipps
für Wanderer mit
Kind und
Hund





Värmland

Dalarna

Härjedalen

Jämtland

Sumpfige Stellen sind übersteigt (mb)

Mittelschweden

Copyright Conrad Stein Verlag GmbH.
Alle Rechte vorbehalten.

Der Nachdruck, die Übersetzung, die Entnahme von Abbildungen, Karten, Symbolen, die Wiedergabe auf fotomechanischem Wege (z. B. Fotokopie) sowie die Verwertung auf elektronischen Datenträgern, die Einspeicherung in Medien wie Internet (auch auszugsweise) sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

Alle Informationen, schriftlich und zeichnerisch, wurden nach bestem Wissen zusammengestellt und überprüft.

Sie waren korrekt zum Zeitpunkt der Recherche.

Eine Garantie für den Inhalt, z. B. die immerwährende Richtigkeit von Preisen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie Internetadressen, Zeit- und sonstigen Angaben, kann naturgemäß von Verlag und Autoren – auch im Sinne der Produkthaftung – nicht übernommen werden.

Die Autoren und der Verlag sind für Lesertipps und Verbesserungen (besonders per E-Mail) unter Angabe der Auflagen- und Seitennummer dankbar.

Dieses OutdoorHandbuch hat 157 Seiten mit 77 farbigen Abbildungen, 29 farbigen Kartenskizzen sowie 25 farbigen Höhenprofilen und einer farbigen, ausklappbaren Übersichtskarte. Es wurde auf chlorfrei gebleichtem, FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt, in Deutschland klimaneutral hergestellt und transportiert und wegen der größeren Strapazierfähigkeit mit PUR-Kleber gebunden.



Dieses Buch ist im Buchhandel und in Outdoor-Läden erhältlich und kann im Internet oder direkt beim Verlag bestellt werden.

OutdoorHandbuch aus der Reihe „Regional“, Band 452

ISBN 978-3-86686-640-9

1. Auflage 2020

© BASISWISSEN FÜR DRAUSSEN, DER WEG IST DAS ZIEL UND FERNWEH-SCHMÖKER sind urheberrechtlich geschützte Reihennamen für Bücher des Conrad Stein Verlags

Text: Dietrich und Sigrid Bender

Fotos: Dietrich und Sigrid Bender und Michaela Brands (mb)

Karten: Dieter Großelohmann

Lektorat: Amrei Risse

Layout: Manuela Dastig

Gesamtherstellung: gutenberghaus beuys feindruckerei

Dieses OutdoorHandbuch wurde konzipiert und redaktionell erstellt vom:



Conrad Stein Verlag GmbH, Kiefernstr. 6, 59514 Welver,
 ☎ 023 84/96 39 12, ☎ 023 84/96 39 13,
 ✉ info@conrad-stein-verlag.de,
 🌐 www.conrad-stein-verlag.de

Besuchen Sie uns bei Facebook & Instagram:



www.facebook.com/outdoorverlag



www.instagram.com/outdoorverlag

Titelfoto: Auf dem Weg zum Helagsgletscher

Inhalt

Einleitung			7
Reise-Infos			8
Anreise	9	Besonderheiten beim Wandern	
Unterkünfte	10	im Fjäll	17
Verkehrsmittel	11	Wandern mit Kindern	23
Reisezeit	11	Wandern mit Hunden	24
Karten und GPS	12	Updates	25
Jedermannsrecht	17		
Värmland			26
1	Hovfjällrunde mit Orchideen, Hochmoor und Sonnentau (6 km)		28
U	<i>Tour im Lågfjäll auch für Familien mit älteren Kindern</i>		
2	Torptour im Naturreservat Hovfjället (3,9 km)		34
U	<i>Tour für Naturliebhaber zu einem ehemaligen Bauernhof</i>		
Dalarna			39
3	Njupeskar – zum höchsten Wasserfall Schwedens (4,4 km)		40
U	<i>Familientour für Naturliebhaber</i>		
4	Runde über die Rörsjöstugorna (8,8 km)		46
U	<i>Tour für naturverbundene Wanderfreunde</i>		
5	Über den Trollvägen auf den Lillnipen (1,5 km)		50
↔	<i>Spaziertour für Familien mit Anfahrt über den „magischen“ Trollweg“</i>		
6	Nach Sylen und mit dem Boot zurück (9,6 km)		54
→	<i>Aussichtsreiche Tour für Familien mit Chancen auf Rentierbeobachtungen</i>		
7	Auf die Jakobshöjden (8,2 km)		60
↔	<i>Aussichtsreiche Gipfeltour für Familien</i>		

-  Zum Silverfallet (7 km) 65
 *Genusstour für Familien mit Kindern*  
- Härjedalen** 69
-  Wandern im Reich der Bären – auf das Lillfjäll (2,8 km) 70
 *Kleine Gipfeltour für Familien*  
-  Ins Sododalen (11 km) 74
 *Tour für Freunde einsamer Wanderungen*  
-  Vom Anderssjöåfallet über die Blumenwiesen des Hamrafjälls (10 km) 78
 *Aussichtsreiche Tour für Naturliebhaber und botanisch interessierte Wanderer*  
-  Was blüht denn da? Auf dem Blumenpfad in Tändalen (2,2 km) 83
 *Spaziergang für botanisch interessierte Familien*  
-  Der Weg in die Eisenzeit am Hamrafjäll (2,6 km) 86
 *Spaziergang für geschichtlich interessierte Familien*  
-  Höhenwanderung auf Flatruet (7 km) 89
 *Aussichtsreiche Tour für Familien*  
-  Eine Runde über den Funäsdalsberg (7,7 km) 93
 *Tour für Familien*  
-  Sätertour im Mittådalen (4,7 km) 99
 *Tour für kulturell Interessierte und Naturliebhaber*  
-  Auf den Mittåkläppen (6,2 km) 105
 *Aussichtsreiche Tour für Gipfelstürmer*  
-  Zu alten Gruben bei Ramundberget – Bergbau um 1700 (7,8 km) 109
 *Tour für historisch Interessierte*  

- 19 Felsmalereien im Fjäll bei Messlingen (6,5 km) 114
 ↻ *Tour für geologisch und prähistorisch Interessierte*  
- 20 Gletschertour nach Helags (28,4 km) 119
 ↻ *Zweitages tour für konditionsstarke Wanderer mit Übernachtung auf der Fjällstation*  
- Jämtland** 127
- 21 Zum Ulvåtjärn (12,4 km) 128
 ↻ *Tour für Naturliebhaber mit Aussicht auf Rentiersichtungen*  
- 22 Zum Rastplatz am Lill Ulvån (6,2 km) 133
 ↻ *Kleine Fjällwanderung für Familien*  
- 23 Dinner im Fjäll – Wanderung zur Fjällstation Blåhammaren (24 km) 136
 ↻ *Zweitägige Gourmettour mit Übernachtung*  
- 24 Jämtlands Triangel (47 km) 141
 ↻ *Dreitägige Genuss tour mit Übernachtungen für Naturliebhaber*  
- 25 Auf den Åreskutan (2,2 km) 150
 ↻ *Tour für Gipfelstürmer mit leichten Kletterpassagen*  
- 26 Über die Moore am Ånnsjö (5,4 km) 154
 ↻ *Tour für Vogelbeobachter, Beerensammler und Liebhaber offener Landschaften*  

Werde Fan bei Facebook und Instagram!



www.facebook.com/outdoorverlag

www.instagram.com/outdoorverlag






Reise-Infos



Watstelle

Anreise


Es gibt mehrere große Einfallstore nach Schweden, durch die Sie zu den Wandergebieten in diesem Buch gelangen.

- ▷ Die Fährverbindung der TT-Line von Travemünde nach Trelleborg – bei dieser Verbindung müssen Sie in Schweden allerdings noch weit fahren, bis Sie im südlichsten Fjäll ankommen.
 www.ttline.com
- ▷ Die Vogelfluglinie mit der Fähre zwischen Puttgarden und Rödby und der Weiterreise über die Öresundbrücke – auch hier ist die Weiterreise in Schweden noch lang.
 www.scandlines.de,  www.oresundsbron.com
- ▷ Die Fähren der Stena Line von Kiel nach Göteborg: Diese Verbindung erspart es Ihnen, die Strecke zwischen Trelleborg/Malmö und Göteborg fahren zu müssen.
 www.stenaline.de
- ▷ Die Fährverbindung Kiel – Oslo der Color Line: Von Oslo aus erreichen Sie bereits nach drei Fahrstunden das Wandergebiet am Hovfjäll. Die Verbindung hat die höchsten Preise, da die Fährfahrt sehr lange dauert. Dafür erleben Sie aber auch die fantastische Anfahrt durch den Oslofjord.
 www.colorline.de

Bei der Anreise mit dem Auto fahren Sie in Schweden auf der E6 bis Göteborg (es sei denn, Sie haben die Fähre zu dieser Stadt gewählt) und von dort aus auf dem Inlandsvägen, der E45, weiter. Hinter Torsby erreichen Sie bei Vägsjöfors das erste beschriebene Wandergebiet im Hovfjäll. Die weiteren Wandergebiete sind über Straßen zu erreichen, die von der E45 nach Westen in Richtung Norwegen abzweigen.

Bei der Anreise über Oslo gelangen Sie über die E6 und weiter über Straßen, die von dieser abzweigen, nach Osten in Richtung Schweden zu den Fjälls, in denen Sie wandern wollen.

Bei der Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln müssen Sie mehr Zeit einplanen, um die Wandergebiete zu erreichen. Die Zugverbindungen reichen, von einer Ausnahme abgesehen, nicht bis zu den Wanderzielen im Fjäll. In der Regel muss man vorher auf Busse wechseln. Für das Wandergebiet in Värmland ist dies in Torsby der Fall, für Dalarna in Mora, für Härjedalen in Åsarna. Nur in Jämtland

kann man das Gebiet um Sylarna mit dem Zug zwischen Östersund und Trondheim gut erreichen. Lesen Sie dazu bitte auch die Hinweise im Abschnitt  Verkehrsmittel.

Diese Vorschläge geben nur einen Teil der Anreisemöglichkeiten wieder.



Fjällstation Blåhammaren (Tour 23)

Unterkünfte

Wenn Sie im Fjäll wandern wollen, brauchen Sie eine Ausgangsbasis. Für Wohnmoblfahrer oder Camper ist dies recht einfach, da es genügend Campingplätze in den Wandergebieten gibt. Für Nichtcamper finden sich Übernachtungsmöglichkeiten in Wanderheimen (*vandrarhem*), die oft vom STF (Svenska Turistföreningen), dem schwedischen Touristenverein, betrieben werden, und Hotels. Folgende Empfehlungen können hilfreich sein:

- ▷ für Värmland: Campingplätze in Vågsjöfors oder Överbyn bzw. Herrgård in Vågsjöfors
- ▷ für Dalarna: Campingplätze in Särna und Idre, ein sehr einfacher Campingplatz in Mörkret, Stellplätze an der Fjällstation in Grövelsjön, Wanderheime in Mörkret (Fulufjällgården) und Idre (Idrefjällens Sport Hostel), Idre Fjäll Resort sowie die Fjällstation Grövelsjön



Värmland

Wanderpfad auf der 2. Tour




Hovfjällrunde mit Orchideen, Hochmoor und Sonnentau

 WC 

Tour im Lågfjäll auch für Familien mit älteren Kindern





Die Rundtour führt Sie über die Höhen des Fjälls, wobei Sie in urwaldartige Wälder eintauchen. An manchen Stellen öffnen sich schöne Panoramablicke über die Wälder Värmlands. Steile steinige Passagen über felsigen Grund bringen Sie auf den Gipfel des Hovfjälls. Botanisch interessant sind die Orchideen am Weg und das kleine Hochmoor vor dem Gipfel mit dem dort vorkommenden Sonnentau, einer fleischfressenden Pflanze.



 Start/Ziel: Parkfläche an der Vallabod am Ensammetjärn,
GPS N 60°17.979' E 012°57.789'

 6 km

 2 Std. 30 Min.


 165 m/165 m


 368-533 m


 beschildert, teilweise Symbolmarkierung, rote Markierungen an Steinen und Bäumen
 schmaler Pfad, teilweise über Wurzeln, steil und steinig mit nassen Stellen, die oft mit Stegen versehen sind


 Rastplatz Dammen (km 3,1)


WC Toilette am Parkplatz bei den Lifanlagen (km 5,3)

 Der steile Anstieg gegen Ende der Tour ist für größere Kinder eine sportliche Herausforderung, kleinere müssten getragen werden. Am Rastplatz bietet ein Bach Spielmöglichkeiten am Wasser.

 Für größere Hunde ist die Wanderung geeignet. Wasser findet sich entlang des Weges an mehreren Stellen.

 Gebührenfreier Parkfläche kurz vor dem Gipfel, wo sich an der Vallabod die Fahrbahn teilt. Anfahrt: Sie fahren auf der E45 von Torsby aus in nördliche Richtung. Hinter der Ortschaft Överbyn biegen Sie links ab und folgen der Beschilderung „Naturreservat Hovfjället“. Die asphaltierte Straße führt Sie auf die Höhe bis zum Parkplatz am Wanderportal des Naturreservats.

 Achten Sie bei der Anfahrt hinauf aufs Fjäll auf Skilangläufer, welche die Straße als Trainingsgelände für ihr sommerliches Training auf Rollskiern benutzen und Ihnen zum Teil mit erheblichem Tempo entgegenkommen.

 Als Alternative bietet sich eine größere Runde an, die der ausgeschilderten Björnäs-rundan folgt.





Blick über Värmland (mb)

An der Parkfläche neben dem Ensammetjärn, einem kleinen, immer mehr verlandenden Teich, informieren große Tafeln über das Naturreservat und die Wanderwege dort. Wenn Sie noch keine Wanderkarte haben, fotografieren Sie einfach die Karte der Wanderwege.

Ein Wegweiser schildert die Björnåsrundan aus. Folgen Sie dem schmalen Wanderpfad in dieser Richtung. Nach knapp 100 m biegt der ausgeschilderte Pfad nach rechts ab, halten Sie sich an die Beschilderung. Der geradeaus führende Weg bringt Sie zwar auch an die nächste Wegkreuzung, wird aber nicht unterhalten und hat eine dementsprechend schlechte Beschaffenheit.

Sie steigen nun an der Ostseite des Hovfjälls auf einem mit Wurzeln durchsetzten Weg durch dunklen, hohen Nadelwald ab. Hohe Heidelbeersträucher bedecken den Boden rechts und links des Pfades. Eine urwaldartige Atmosphäre umfängt Sie. Nach etwa 300 m lässt das Gefälle nach und Sie gelangen an eine Wegkreuzung, die gut beschildert ist. Dort biegen Sie nach rechts ab.

↳ Sie können auch weiter geradeaus der Alternativroute, der Björnåsrundan, folgen, einer etwas längeren Runde, die Sie an die Felskante der letzten östlichen Abhänge des Hovfjälls führt. Dort haben Sie an einer Raststelle weite Ausblicke über die Wälder Värmlands und den unter Ihnen liegenden See Övre Brocken. Auch diese Runde bringt Sie zum Rastplatz Dammen.

Direkt in der Nähe der Wegkreuzung leuchten die purpurnen Blüten von Orchideen, dem Gefleckten Knabenkraut (auf Schwedisch *Jungfru Maria nycklar*) aus dem Grün des Grases unter den Bäumen.

Der Pfad wird nun deutlich feuchter und führt durch teilweise 200 Jahre alte Fichtenwälder, die hier in der Senke des kleinen Flüsschens Giljan ungestört von jeder Forstwirtschaft wachsen. Rechter Hand ragen hinter den Bäumen felsige Abhänge in die Höhe. Ein Bach, dessen dunkles Wasser zwischen den Bäumen träge dahinfließt, wird auf einer kleinen Holzbrücke überquert. Das dunkle Wasser und die hohen Bäume lassen den Wald fast ein wenig unheimlich wirken. Der Pfad ist an sumpfigen Stellen oft mit Stegen versehen. Die Bohlen können allerdings besonders bei Regenwetter rutschig sein. Umgestürzte Bäume, große Ameisenhaufen neben dem Weg und üppige Heidelbeersträucher verstärken den Eindruck einer unberührten Wildnis. Lassen Sie sich von der Urwaldatmosphäre verzaubern. Elchköttel deuten darauf hin, dass Sie durchaus die Chance haben, den König der Wälder hier zu Gesicht zu bekommen.

An freieren Stellen wachsen im moorigen Untergrund Multbeeren (*hjortron*). Wenn sie reif sind, verfärben sie sich gelb und stellen eine Leckerei dar, die besonders als Marmelade (*hjortronsylt*) mit Sahne (*grädde*) auf Waffeln gut schmeckt.

An der Kreuzung Giljan-korset bei 1 (km 1,9) folgen Sie dem Pfad weiter geradeaus. Hier findet sich eine weitere Abzweigung zu der etwas längeren Björnäs-rundan.

Der Pfad wird nun trockener, steigt über felsige Rücken leicht nach oben und bietet freiere Sicht über das Land. Dichte Polster der weißlichen Rentierflechte überziehen die Felsen, in

Senken finden sich immer wieder Orchideen. Auf der linken Seite tauchen unterhalb Teiche aus dem Meer der Bäume auf, die Styggjtjärnen. Ein Abstieg bringt Sie erneut zu einer Wegkreuzung (km 2,9).

Multbeeren





Mittelschweden von
Dietrich und Sigrid Bender

26 Wanderungen in
4 Regionen:

- Värmland
- Dalarna
- Härjedalen
- Jämtland

- ▷ Praktische Griffmarken
- ▷ Ausklappbare Legende mit einprägsamen Symbolen
- ▷ Ausklappbare, farbige Übersichtskarte
- ▷ 29 farbige Kartenskizzen
- ▷ 25 farbige Höhenprofile
- ▷ 77 farbige Abbildungen
- ▷ Haltbare PUR-Klebebindung
- ▷ Chlorfrei gebleichtes, FSC®-zertifiziertes Papier



1. Auflage 2020
OutdoorHandbuch Band 452
ISBN 978-3-86686-640-9
€ 12,90 [D]

