



PROGRAM: VANDRING - NORGE - ESPEDALEN

## VANDRING I ESPEDALEN

☞ 4 frokoster, 3 lunsjer og 4 middager inkludert

Dag 1

### Ankomst Ruten Fjellstue - velkommen og middag

☞ Middag

**Ankomst:** Kom når du vil i løpet av dagen, så lenge du er på plass til middag klokken 19. Du møter også Carpe Diems reiseleder her på Ruten.

Det går tog til Vinstra, derfra går det buss rett til Ruten. Sjekk [entur.no](https://www.entur.no) for reisemuligheter, bussen korresponderer ikke alltid med toget. Det er gode parkeringsmuligheter på fjellstua. Du finner også mer info på Rutens nettside om ankomstmuligheter, [les mer her](#). På Ruten er alle rom forskjellige, men alle rom har eget bad - enten det er eldre eller nyere.

Hva er bedre enn å innlede en ny norgestur med treretters, hjemmelaget middag på Ruten Fjellstue? Ikke vær sen, **klokka 19 er det fast middagstid for alle gjester.**

I **Espedalen** er forholdene optimale for **friluftsliv-entusiaster**. Her er mange turstier i skog og høyfjellsterreng. Espedalen ligger midt mellom mange nasjonalparker og byr på flott utsikt fra toppene. Vi skal gå til fots, men også ta en liten tur med kano. Det er bare å

glede seg!

**Les om Ruten Fjellstue her på nettsiden deres**

Dag 2

## Liten, lett fottur med flott utsikt mot Jotunheimen

☪️ Frokost, lunsj, middag

🕒 Cirka 7 km t/r

Frokost på fjellstua, før vi snører på oss vandresko, tar den lille dagstursekken på ryggen og blir kjent i **nærområdet**. Det skal vi ikke kimse av, for her er det mye fint å se. Vi går i forholdsvis flatt terreng på gamle traktorveier. Etter hvert kommer vi til **Langtjern**, er været bra og du har lyst på en **dukkert** er det fritt fram! Nistepakken vår spiser vi ved Huldrebu som er ei stue nært der vi bor. Men **utsikten mot selveste Jotunheimen** er imponerende og vi skjønner hvor fint det er her vi er!

Vi liker oss godt i det lokale ånden, spesielt når det omhandler et brygg. I dag inviteres vi på ølsmaking på fjellstua. **Ruten brygger sitt eget øl** og det skal testes og smakes. Samtidig benytter vi sjansen til å smake noen andre sorter fra et annet lokalt bryggeri.

Det er mulighet for å ta seg et bad i den vedfyrte badestampen utenfor fjellstua, dette er et populært tilbud (bestilles og betales på plass).

Vel tilbake er det treretters middag på fjellstua.

Mange av Rutens leverandører av mat og drikke finner de langs [Matrute Gudbrandsdalen](#)

Dag 3

## Fottur til Ruten

☪️ Frokost, lunsj, middag

🕒 Cirka 4 timer

🕒 Cirka 10-15 kilometer

Frokost først, så ut på lett fottur igjen i nye omgivelser. Vi velger **topptur**, men du kan også ta en enklere en. Hvor mange kilometer vi går avhenger av ruten vi velger oss.

I dag er målet til topps på **Ruten (1517 moh.)** Det stiger jevnt og trutt oppover i lettкупert skogsterreng. Over tregrensen blir det gradvis brattere. Fra toppen ses (på en klar dag) mange topper i **Jotunheimen og fire nasjonalparker**. Glimt av topper fra Snøhetta i nord til Gaustatoppen i sør - her er man midt i fjelleventyret på så mange måter. Det smaker godt med medbrakt nistepakke før vi går nedover igjen.

Alternativet for en kortere tur er **Bingsbu**, ei varmastue i fjellet. Underveis er det fin sti. Da passerer Peer Gynt-vegen som holder sommeråpent og slynger seg neste 60 kilometer gjennom den norske fjellheimen. Her og nå er den trafikkert, men det er jo stas å gå gått litt på den uansett. Vandringer i dag kommer med noe stigning underveis, men ikke veldig bratt. Nistepakken din kan spises på Bingsbu, inne eller ute i solveggen. Også mulighet for **bad i Bingstjern** for de som ønsker.

Treretters middag på fjellstua klokken 19.

Dag 4

## Kanotur på Breisjøen, hellemalier og Peer Gynt-spelet på Gåå

☞ Frokost, lunsj, middag

Frokost på hotellet og i dag blir det **tur til vanns** og mulighet for fottur om du heller skulle foretrekke det.

Vi starter med transport til Espedalen fjellkirke, her tar vi en titt og lærer litt om lokal gruvehistorie. De som vil kan så bli med å padle kano på Espedalsvatnet. Det er cirka 3 kilometer å padle og man sitter 2-4 personer i en kano slik at arbeidet blir fordelt på flere. Du trenger ingen forkunnskaper for å være med. Vi padler for å se på **hellemaleriene** som ligger helt nede i vannkanten. De er 5000 år gamle men ble oppdaget for bare noen år siden av en familie på kanotur. De visste ikke helt hva de hadde funnet før finneren kontaktet arkeologer 9 år senere. Da viste det seg at maleriene var fra **ynge steinalder** og de første som var oppdaget på disse kanter.

Hvis du ikke vil padle kan du bli med å gå en kort tur til en strand hvor vi møtes alle sammen for å spise matpakke og ta et bad om du vil. Etterpå kan vi gå tilbake til fjellstua om det er tid til det (ca 5-6 km), eller vi kan bli med transporten.

Vi møtes alle på Ruten og det blir tidlig middag. For vi skal til **Gåå** å få med oss tidenes spel. Vi reiser ved 18-tiden og vi er ikke tilbake før sent. Det tar cirka en time å kjøre hver vei.

I kveld gleder vi oss til å se Peer Gynt-spelet, i 2025 er det Mads Ousdal som tolker rollen som Peer for andre året på rad. Spelet fikk i 2024 strålende anmeldelser.

Ved hjemkomst etter spelet venter litt nattmat før vi går til sengs. Mon tro om vi får sove etter det vi har opplevd?

Dag 5

## Hjemreise

☞ Frokost

Det kan være vanskelig å forlate dette stedet der vi har hatt så mange opplevelser, måltider og turer. Men denne frokosten blir den siste på vår tur for denne gang. Vi må sjekke ut senest klokken 12 og vi reiser hvert til vårt etter som hvor vi bor og hvordan vi kom oss hit.

Takk for turen!