



## Zweden Sarek

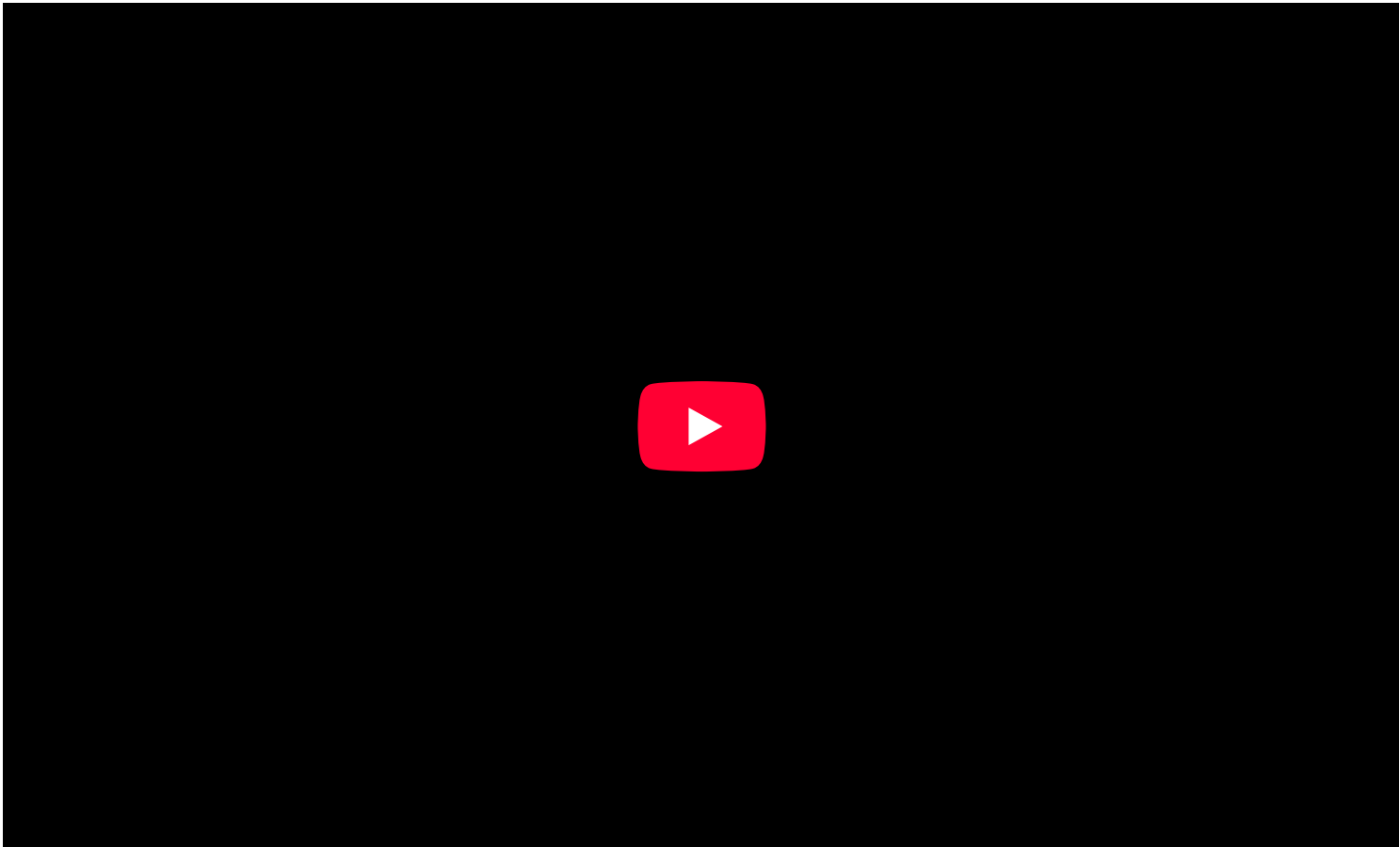
Dit oerlandschap van hoge witte toppen, brede beboste dalen en winderige kloven wordt regelmatig de laatste wildernis van Europa genoemd. Nationaal Park Sarek is 1970 vierkante kilometer groot en ligt in zijn geheel boven de poolcirkel. Er zijn in dit Arctische berggebied 200 toppen boven de 1800 meter en tevens liggen zes van de dertien hoogste bergen van Zweden hier.

- 12-daagse kampeertrektocht
- breed meanderende rivieren
- bergachtige en ontoegankelijke Sarek
- echt wildernis gevoel

### Sarek, het Alaska van Europa

Deze 12-daagse kampeertrektocht is een juweel van een ontdekkingsreis. We lopen langs vele breed meanderende rivieren en natte delta's die worden gevoed door een kleine honderd gletsjers op de bergen. Vanaf de 1179 meter hoge Skierffe hebben we een fantastisch uitzicht op zo'n delta, later lopen we langs een andere. De lager gelegen en brede dalen zoals Rapadalen, zijn dicht begroeid met ondermeer berken en wilgen. Hier leven de grootste elanden van Europa, die we vrijwel zeker gaan zien. Ook komen we over twee indrukwekkende hoogvlaktes, Luohttoláhko en Påræk, waar de leegte slechts wordt onderbroken door tientallen meertjes. In dit ontoegankelijke en uitdagende alpine gebied is het weer regelmatig onvoorspelbaar, wat voor een extra dimensie zorgt. Vanwege het grotendeels ontbreken van gemarkeerde paden en door de rivierdoorwadingen is het een pittige tocht, waarbij veel eten en brandstof meegenomen moet worden. De rugzak zal dan ook snel 25 kilo wegen. Ervaring in het maken met meerdaagse rugzaktrekkings is daarom een absolute vereiste, net als voldoende doorzettingsvermogen en gevoel voor avontuur. De exacte route en de dagtrajecten zijn mede afhankelijk van de waterstand in de rivieren en/of de weersomstandigheden.

Bekijk [hier](#) een video van deze reis.



Bekijk [hier de foto`s](#) (externe link).

*Het gaat hier om een avontuurlijke reis. Er zijn diverse factoren die onderweg onze reisplannen kunnen beïnvloeden, hoe goed de reis ook is voorbereid. Onderstaande reisbeschrijving geeft de hoofdlijnen van de reis weer. De reisleiding kan zich echter genoodzaakt zien om tijdens de reis verschuivingen in het geplande programma aan te brengen. De exacte route en de dagtrajecten zijn mede afhankelijk van de waterstand in de rivieren en/of de weersomstandigheden.*

### **dag 1 Amsterdam - Stockholm - Lulea**

We vliegen van Schiphol via Kopenhagen en Stockholm naar Lulea. Hier overnachten we op een camping.

### **dag 2 Lulea naar onze eerste overnachtingsplek in Sarek NP**

Vanaf Lulea nemen we in de ochtend de bus naar Jokkmokk, vanaf hier brengt een taxi ons naar Kvikkjokk, waar we in de loop van de middag aankomen. Dit gehucht is het start of eindpunt voor tochten in Padjelanta en Sarek. In juli 1732 werd het door de beroemde Zweedse botanicus Carolus Linnaeus bezocht. Hij liep hiervandaan door de bergen richting Noorwegen. In zijn dagboek schreef hij hierover: 'Ik leek in een nieuwe wereld te zijn, want toen ik aankwam wist ik niet of ik in Azië of Afrika was, omdat zowel de grond, omgeving en planten onbekend voor me waren'. Vanaf Kvikkjokk beginnen we aan de zuidwest kant van Sarek en maken een rondje van 12 dagen door het hart van het gebied.

### **dag 3 naar Pårøk 18 km 7 uur**

Vanaf het onze kampeerplek lopen we over de beroemde Kungsleden naar de grens van het Nationale Park Sarek. We lopen langs alle meertjes in Pårøk door berkenbossen over een prima pad.

### **dag 4 Pårøk - Njoatsosvágge 15 km 7 1/2 uur**

Het terrein is vandaag nog relatief eenvoudig, maar de rugzak zwaar. Als we onze weg vanuit het enorm weidse merengebied van Pårøk vervolgen, moeten we een flink stuk geleidelijk stijgen. Na een stuk op hoogte dalen we aan het eind van de middag af naar de Njoatsosvágge vallei waar we ons kamp maken.

### **dag 5 Njoatsosvágge - Luohttoláhko 15 km 8 1/2 uur**

We volgen het dal richting de hoogvlakte Luohttoláhko. Na een korte klim over de berghelling staan we op de kale en ruige hoogvlakte. Daar hebben we met helder weer zicht op de prachtige bergen en gletsjers van het indrukwekkende Pårte massief.

### **dag 6 Luohttoláhko - Sarvesvágge 3 1/2 km 1uur**

Eerst beklimmen we de panoramatop Näite (1620 meter, 7 km, 400 meter hoogteverschil) vanaf de kampeerplaats. Daarna verplaatsen we naar het Sarvesvágge om hier aan de rivier kamp te maken.

**dag 7 Sarvesvágge - Álggavágge 14 1/2 km 7 uur**

Na de oversteek van 2 rivieren stijgen we naar de bergpas Niejdariehpvágge, waarbij we over een sneeuwveld komen. Door het smalle dal aan de andere kant dalen we weer af en in het Álggavágge met zicht op de gletsjer maken we kamp.

**dag 8 Álggavágge - Tjågrjårisoalgge 19 1/2 km 8uur**

Op het eerste deel lopen we naar de renvaktarstuga nog steeds over een vlak, eeuwen oud pad, daarna moeten we een rivier doorwaden. Vervolgens lopen we via de brug bij Mikastugan, het 'drukste' punt in Sarek (omdat hier de enige noodtelefoon en zelfs een wc te vinden zijn), een breed dal in. Aan de voet van Tjågrjårisoalgge maken we kamp, maar eerst moeten we nog door een pittige rivier.

**dag 9 rustdag Tjågrjårisoalgge****dag 10 Tjågrjårisoalgge - Rapasalet 12 km 6 uur**

Vanaf de kampplaats stijgen we geleidelijk naar Spökstenen. Hier volgt een pittige klim. Via een meer lopen we naar een kale pas van 1066 meter. Hierna moeten we stevig dalen en komen op één van de mooiste kampplaatsen tussen de berkjes en boven Rapasalet uit. Mooie plek voor een kampvuur.

**dag 11 Rapasalet -Suorkitjåhkkå 18 km 11 uur**

Lange dag langs de rivier, visrijke meertjes en door dichte begroeiing, waar we een goede kans hebben om elanden te zien. We verlaten het dal door omhoog te klimmen. We lopen hierna parallel aan het dal boven de polaire jungle van Rapadalen. Op de kale toendra maken we kamp. We lopen deels over een redelijk 'pad', daarna flink stijgen.

**dag 12 Suorkitjåhkkå - Aktse 14 1/2 km 7 uur**

Door ongebaand en soms pittig blokkenterrein lopen we naar de Skierffe (1179 meter). Voor het laatste stukje naar de top laten we de rugzakken een stuk onder deze prachtige panoramaberg staan. Dan gaat het verder over het pad richting Aktse. Vanaf de kruising gaan we een stukje over het Kungsleden afdalen en komen langs de hut. Bij de hut kunnen we weer snacks en eten kopen voor de komende 2 dagen. Misschien maken we vanmiddag nog de overtocht met de boot naar de andere kant van het Rapadalen. Het is een stevige dag met flink stijgen en dalen, we kamperen aan de oever van het meer.

**dag 13 Aktse - Pårte 25 km 8 1/2 uur**

Vandaag lopen we over het koningspad en door de taiga naar de volgende berghut: Pårte. We kamperen net voor de hut aan de oever van het meer.

**dag 14 Pårte - Kvikkjokk 17 km 6 1/2 uur, transfer naar Lulea**

Over het goed gemarkeerde maar stenige en brede Kungsleden gaan we in een paar uur naar de bewoonde wereld bij fjällstation Kvikkjokk. Hier worden we opgehaald door de taxi en rijden we naar Jokkmokk, waar we aan het eind van de middag de bus terugnemen naar Lulea. We overnachten weer op de camping in Lulea.

**dag 15 Lulea - Amsterdam**

Transfer naar het vliegveld in Lulea voor de vlucht naar Stockholm, Kopenhagen en aansluitend Amsterdam.

## Data

Heen	Terug	Prijs	Ticket vanaf
14 aug 2025	28 aug 2025	€ 2095	inclusief

[Boeken](#) [Optie](#)

## Bij de prijs inbegrepen

- \* retourvlucht Amsterdam-Lulea inclusief luchthavenbelasting en brandstofheffing (op basis van beschikbaarheid, indien het laagste tarief niet meer beschikbaar is volgt er een vluchttoeslag)
- \* luchthaventransfer
- \* bus Lulea-Jokkmokk v.v.
- \* taxi Jokkmokk-Kvikkjokk v.v.
- \* drie maaltijden per dag tijdens de trekdagen
- \* gebruik van keukengerei (ook bestek, bord, etc.)
- \* alle overnachtingen in tweepersoonstenten
- \* camping overnachting Lulea
- \* Nederlandse reisbegeleiding
- \* medicijn- / EHBO-kit
- \* online voorbereidingsbijeenkomst
- \* reserveringskosten
- \* bijdrage Reisgarantieregeling VZR Garant

## Niet bij de prijs inbegrepen

- \* maaltijden wanneer niet op trek (in Lulea en lunch Jokkmokk)
- \* persoonlijke uitgaven, souvenirs
- \* frisdranken en alcoholica
- \* toeslag eenpersoonstent € 85,--
- \* reis- en annuleringsverzekering (voor deze reis heb je een bergsport/bijzondere sporten reisverzekering nodig)
- \* wijzigingskosten € 35,--
- \* vervoer naar en van Schiphol

## Groepsgrootte

Minimaal 6 reizigers  
Maximaal 12 reizigers

Deze reis wordt uitgevoerd met Nederlandse reisbegeleiding.

De reis kan ook gegarandeerd worden vanaf 5 reizigers, er geldt dan een toeslag van € 125,-- p.p.

## Geld

In Zweden kun je niet met Euro's betalen. De Zweedse kroon (SEK) is het betaalmiddel. Pinnen of wisselen kan in Stockholm, Kiruna of Jokkmokk. Contant geld mee voor o.a. uitgaven in bv. het fjällstation is zeker handig.

## Reisdocumenten

Paspoort of Europese identiteitskaart.

## Persoonlijke medicijnen

- \* Iboprufeen 400mg
- \* Paracetamol
- \* Sporttape
- \* Second skin
- \* Sterilon
- \* Pleisters
- \* Sterk anti-muggenmiddel met veel DEET

## Vaccinaties

In dit land komt (mogelijk) Tekenencefalitis voor. Het vaccinatieadvies is persoonsgebonden. Bespreek met een deskundig reizigersgeneeskundig (huis)arts of reizigersverpleegkundige of vaccinatie zinvol is.

## Paklijst/uitrusting

Kampeeruitrusting die wordt verzorgd:

- tweepersoonstenten (eventueel eenpersoonstent)
- branders, kooktoestellen en accessoires
- pannen, voorraaddozen en ander keukengerei
- bestek, mok en bord (lichtgewicht en onbreekbaar).

Hieronder vind je een paklijst voor de rugzaktrekking naar Sarek. Uit de uitgebreidheid van onderstaande lijst valt op te maken dat we veel belang hechten aan een goede keus van mee te nemen kleding, uitrusting e.d. Het is echter niet noodzakelijk om nieuw aan te schaffen. Vaak kan volstaan worden met artikelen die al in je bezit zijn en min of meer aan de gestelde eisen voldoen. De laatste dingen om op te bezuinigen zijn goede schoenen, uitstekende wind- en regenkleding en een slaapzak / mat van goede kwaliteit.

## Kleding

- ~ Waadschoentjes (of neopreen sokken voor in sandalen tijdens rivierdoorsteek)
- ~ Sokken 2 paar
- ~ Thermo ondergoed (lange en korte onderbroek)
- ~ Thermo shirt (korte en lange mouw)
- ~ Softshell of windstopper fleece
- ~ Isolatie laag: donsjasje, kunststof isolatiejasje of warm fleece
- ~ Stevige, sneldrogende trekking broek (bv. Fjällraven of Haglofs)
- ~ Reserve broek (eventueel)
- ~ Regenjas (Gore-tex, Event, ect)
- ~ Regenbroek (Gore-tex, Event, ect)
- ~ Gamaschen (Gore-tex, Event, ect)
- ~ Handschoenen, windstopper, softshell of waterdicht
- ~ Wandelschoenen (BC, met Gore-Tex)
- ~ Sandalen (eventueel)
- ~ Pet
- ~ Muggennet/pet en sterk anti-muggenmiddel met veel DEET
- ~ Muts en/of balaclava (bivakmuts die ook als gewone muts of col te gebruiken is)
- ~ Col of shawl (of balaclava)
- ~ Kleding voor heen en terugreis, kan tijdens tocht op Fjällstation blijven.

## Diversen

- ~ Zakmes
- ~ Snacks / trailfood als opkikker voor onderweg
- ~ Dagboek + pen
- ~ Leesboek of puzzelboekje
- ~ Reserve veters
- ~ Zitlapje
- ~ Naaispullen
- ~ Lichtgewicht, waterdichte zakken (voor o.a. kleding en camera)
- ~ Flightbag + hangslotje
- ~ Rugzak, ongeveer 75 liter
- ~ Rugzak regenhoes
- ~ Fototoestel + M-cards
- ~ Batterijen fototoestel
- ~ Kleine veldfles of drinkstelsysteem (bv. Platypus of Camelbag) ~ Spanbandjes
- ~ Zonnebril
- ~ Reserve bril / lenzen
- ~ Wandelstokken!
- ~ Aansteker
- ~ Hoofdlampje
- ~ Klein karabinertje, om bv. drinkmok aan de rugzak te hangen
- ~ Waterfilter, bijvoorbeeld van [Sawyer](#) of [Careplus](#)

## Slapen

- ~ Slaapmat
- ~ Slaapzak, zeker tot het vriespunt, liever tot min 10.
- ~ Lichtgewicht lakenzak (geen katoen)
- ~ Waterdichte (compressie) tas voor de slaapzak!

## Toiletpullen

- ~ Zeep



- ~ Biologisch afbreekbare zeep [klein flesje]
- ~ Tandborstel
- ~ Tandpasta
- ~ Lip care
- ~ Klein doosje nivea of uiercrème
- ~ Zonnebrand
- ~ Toiletpapier (waterdicht verpakt, aansteker om toiletpapier te verbranden)
- ~ Sneldrogend handdoekje

**Papieren**

- ~ Paspoort / ID
- ~ Reisverzekering
- ~ Ziektekostenverzekering
- ~ Geld
- ~ Waterdicht documentenmapje

Voor sommige zaken is het voldoende als er één of twee exemplaren per groep meegaan, b.v. een naaisetje. Voor veel andere dingen beslist niet meer dan wat minimaal nodig is, b.v. zonnebrandolie. Voor alles is de stelregel; zo weinig mogelijk en zo licht mogelijk, want je krijgt nog een fiks gewicht aan eten, tenten en ander materiaal bij!

Neem een snack per dag mee, suggesties: chocolade, muesli- of energierepen, ontbijtkoek, kruidkoek en vergelijkbare alternatieven, noten, gedroogd fruit, sultana's. Heb je tussendoor meer energie nodig, dan kun je meer meenemen, maar bedenk wel dat je alles zelf moet dragen. Kijk naar lichte energierijke snacks.

## Categorie trekking 3 en categorie rugzak 2

In dit moeilijk toegankelijke gebied maken we een tocht van 12 dagen.

Van de deelnemers wordt een goede conditie en avontuurlijke instelling verwacht. Soms loop je lange dagen (tot ongeveer 9 uur) door moeilijk terrein, waar je maximaal 3 tot 4 km/u kunt lopen. Aan het begin van de trek draag je een zware rugzak (zo'n 25 tot 28 kilo).

De exacte route is mede afhankelijk van de waterstand in de rivieren, de weersomstandigheden en het terrein.

Aantoonbare ervaring met het maken van meerdaagse rugzaktrekking is voor deze reis een vereiste. Onderweg is geen gemakkelijke gelegenheid om 'uit te stappen', eenmaal aan de trek begonnen zijn we echte dagen van de bewoonde wereld. Bereik met de mobiele telefoon heb je hier niet tot nauwelijks en een vaste noodtelefoon is vaak meerdere dagen lopen afstand.

De stijging of daling per dag is - gerekend van kamp tot kamp - vaak niet meer dan enkele honderden meters, maar op enkele dagen zal dit oplopen tot 500 meter en meer. Onderweg doorwaden we regelmatig ijskoude gletsjerrivieren, hetgeen vaak spannend is en veel tijd kost.

Alleen op de eerste anderhalve en laatste 2 dagen volgen we een duidelijk, gemarkeerd wandelpad. De route gaat verder door ongebaand terrein (crosscountry), maar ook over ongemarkeerde 'paden'. Dit zijn vaak eeuwen oude routes van de Samen waar je niet te veel van moet verwachten. Dagenlang loop je op schuine, stenige, hellingen en door natte, soms dicht begroeide rivierdalen. Op veel dagen zullen we over of door verschillende riviertjes moeten.

De maaltijden worden door de deelnemers klaargemaakt. We verwachten van de deelnemers een coöperatieve instelling tegenover elkaar en naar de groep als geheel.

Ondanks de zorgvuldige planning en organisatie, zijn sommige omstandigheden zoals extreem hoge waterstanden, noodweer of pech niet te voorspellen. De reisleider zal altijd proberen de gevolgen van dergelijke omstandigheden zo klein mogelijk te houden, maar wijzigingen in het dagschema zijn soms onvermijdelijk.