



Noorwegen winterreis Trondheim

Trondheim, voorheen Nidaros, was van 1030 tot 1217 de hoofdstad van Noorwegen. In de bergen aan de grens met Zweden trekken we op sneeuwschoenen 7 dagen van hut naar hut.

- 7 dagen van hut naar hut
- grote kans op het zien van het noorderlicht
- knusse hutten met houtkachels
- alleen op de wereld

Skarvan og Roltdalen nasjonalpark

Onze trektocht loopt voor het grootste gedeelte door het nationaal park Skarvan og Roltdalen. Het is in 2004 opgericht en het bestaat uit het Roltdal en het Skarvanmassief. De naam van het park is een combinatie van 2 namen. Skarvan betekent zoveel als berg zonder vegetatie en Roltdalen staat voor de vallei of het dal van de Rolt rivier.

De eerste dagen volgen we de in de winter ongemarkeerde zomerroute, het tweede gedeelte de gemarkeerde winterroute. Naast bossen lopen we over hoogvlaktes, klimmen over soms winderige passen en we slapen tot slot in de hoogst gelegen hut van Zweden.

Het Roltdal is het grootste dal in de regio waar geen weg door loopt en bestaat uit vrijwel ongerept dennenbos. Veel van de bomen zijn ouder dan 200 jaar. De grote jaarlijkse neerslagsom zorgt er ook voor dat er een rijke veenvegetatie te vinden is. Ook zijn er veel vogelsoorten te vinden, zoals alpensneeuwhoen, topper, steenarend, giervalk, drieteenspecht, taigagaai, kuifmees, zwarte mees en auerhoen.

Je loopt van hut naar hut en je draagt je eigen bagage voor een huttentocht: lakenzak, bivakzak, donsjas, etc.

Uit de voorraadkasten van de hutten, er is er eentje om elke hut, koop je zelf het eten wat je die dag wilt nuttigen. In Blåhammaren, de Zweedse hut, is een luxe restaurant.

Bekijk [hier](#) een korte 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 genoodzaakt zien om tijdens de reis verschuivingen in het geplande programma aan te brengen.

dag 1 Amsterdam - Trondheim Værnes

Directe KLM vlucht van ongeveer 2 uur vanaf Amsterdam naar Trondheim Vaernes. Het vliegveld van Trondheim is in Vaernes op ongeveer 40 minuten rijden vanaf de stad met de trein. Na aankomst transfer naar ons hotel vlakbij het vliegveld (lopen). Hotelovernachting.

dag 2 Trondheim Vaernes - startpunt trek Ytteråsen - Kvitfjellhytta 505 meter

Na het ontbijt transfer van een half uur naar het startpunt van onze trek bij de parkeerplaats bij Ytteråsen. Het eerste gedeelte volgen we de geprepareerde loipe, het is een gemakkelijk en breed spoor wat geleidelijk aan klimt. Ongeveer halverwege verlaten we de loipe en klimmen verder cross-country over de zomerroute verder naar de hut. De Kvitfjellhytta is een kleine hut met 11 slaapplaatsen. Zoals gebruikelijk in Noorwegen voelt de inrichting meer als een zomerhuisje; naast de eettafel staat er een bankstel. De houtkachel zorgt voor warmte en we koken op het gasfornuis. Afstand 11 km.

dag 3 Kvitfjellhytta - Prestoyhytta 620 meter

De eerste 3 dagen volgen we zomerroute en de markeringen zijn door de sneeuw nauwelijks zichtbaar. De kaart in combinatie met de GPS biedt uitkomst. In de ochtend doorkruisen we een aantal geulen wat vaak hilarische taferelen oplevert door de uitglij en valpartijen. Langzaam komen we boven de boomgrens; goed voor het uitzicht maar tegelijkertijd zijn we ook meer prooi voor de wind. Na een geleidelijke stijging klimmen we over een zadel en krijgen met helder weer een fantastisch uitzicht over de bergen en zelfs een fjord westwaarts. We lopen eerst verder op hoogte en klimmen nog een tiental meters naar het hoogste punt voor vandaag voordat we afdalen naar de hut. De Prestoyhytta is net iets groter dan de Kvitfjellhytta, in een bijgebouwtje is er plek voor 2 extra slaapplaatsen. Met helder weer maak je kans op een prachtige zonsondergang. Afstand 12 km.

dag 4 Prestoyhytta - Schultzhytta 575 meter

Het open landschap rond de hut geeft de wind vrij spel en het kan hier waaien. We dalen naar de rivier die we over het ijs of over een brug oversteken. Na de brug gaat het de hele ochtend en ook na de lunch verder omhoog. Het volgen van de zomerroute is hier de uitdaging, de gemarkeerde stenen zijn voor het merendeel verborgen onder de sneeuw. Op het hoogste punt is onze hut al wel zichtbaar, maar welk huis is het nu? In de vallei staan meerdere vakantiehuizen van de Noren. Net over de rivier pikken we de gemarkeerde winterroute op die we de komende dagen gaan volgen en lopen verder naar de hut. De hut is werkelijk enorm groot, naast de begane grond is er een etage en er zijn kamers genoeg zodat iedereen een eigen kamer heeft. Het is ook de langste dag geweest met de meeste hoogtemeters. Afstand 14 km.

dag 5 Schultzhytta - Ramsjøhytta 775 meter

Landschappelijk de topdag; vandaag steken we de 900 meter hoge pas over tussen de Schultzhytta en de Ramsjøhytta. We volgen nu de gemarkeerde winterroute, om 10 meter staat er een paal en dat is niet voor niets. Het kan hier misten en door het open landschap ook flink waaien/stormen, het zicht kan dan zo slecht zijn dat je de palen maar net kunt zien. Na de lunch op de pas (als de weersomstandigheden het toelaten), is er een prachtige afdaling naar het bevroren meer bij de Ramsjøhytta. Net voor we bij de hut komen staat er een waarschuwing voor verraderlijk ijs op de kaart en we volgen dan ook braaf de kustlijn in plaats van af te snijden. De Ramsjøhytta is misschien wel de mooiste hut van de route; er is een gezellige eetkamer/keuken, er is stromend water in de rivier en de locatie is werkelijk super. Het is een ideale plaats om het noorderlicht te zien (met de juiste weersomstandigheden).
Afstand 14 km.

dag 6 Ramsjøhytta - Storerikvollen 770 meter

Vandaag de langste dag in kilometers maar doordat we bijna het gehele stuk op dezelfde hoogte blijven zeker niet de zwaarste dag. `s Ochtends beginnen we met een afdaling naar de wild stromende rivier die we over een brug oversteken. Daarna volgen we het moeras dal naar de waterscheiding die nauwelijks zichtbaar is. De waterdamp van de rivier zet zich onder de juiste omstandigheden (bijna windstil) af op de bomen wat werkelijk fantastisch mooie ijskristallen oplevert. Storerikvollen ligt vlakbij een enorm stuwmeer aan de grens met Zweden. Ook dit is een groot hutten complex waar het in het seizoen erg druk kan zijn. De winterhut biedt ruimte voor 16 personen en ook het gedeelte voor de wandelaars met honden is open, daar kunnen ook nog 4 personen slapen. De grens met Zweden is vlakbij en de kans is groot dat we hier andere reizigers, vaak op ski's, tegenkomen.
Afstand 17 km.

dag 7 Storerikvollen - Blåhammaren 1086 meter

Vanaf de hut is de Blåhammaren berg al zichtbaar in de verte, al kunnen we de hut niet zien. Het spoor loopt tussen de berkenbomen door naar de grensrivier. Eenmaal over de hangbrug zijn we in Zweden. Even verderop staat de eerste noodhut waar we met slecht weer binnen kunnen lunchen. Vanaf de rivier is het vandaag alleen maar klimmen. De Blåhammaren hut is de hoogstgelegen hut van Zweden op 1086 meter hoogte. Het laatste gedeelte zijn we echt boven de boomgrens, nu maar hopen dat we wind mee hebben. Net voordat je bij hut bent zie je deze pas, het lijkt een beetje op een poolstation op de Zuidpool. Na 5 dagen wordt het tijd voor een douche en dat kan hier! De hut is bemand en vandaag stappen we dan ook meteen de warmte binnen. De sauna heeft een panorama raam met het mooiste uitzicht van Zweden.
Afstand 15 km.

Mocht de Blåhammaren hut nog gesloten zijn (verschilt per jaar), dan lopen we naar de Bjørneggen hut.

dag 8 Blåhammaren - Storlien - trein naar Hell - Vaernes

De eerste 500 hoogtemeters zijn `gratis`, we dalen alleen maar af naar het rivierdal. Net over de grote hangbrug is er een mooie beschutte pauze plek. Daarna klimmen we geleidelijk tot het punt waar we zicht krijgen op Storlien. Er staan ontelbare vakantiehuisjes en de - kleine - skipistes zijn ook te zien. Het pad volgend komen we weer even in Noorwegen voordat we daar waar we de weg kruisen weer in Zweden zijn. Het oude stationsgebouw is een heerlijke plek voor het avondeten voordat we in de trein stappen naar station Hell, een rit van ongeveer 1 uur. Vlakbij het vliegveld overnachten we een hotel. `s Avonds is het natuurlijk tijd voor de sauna.
Afstand 16 km.

Indien we in de Bjørneggen hut overnacht hebben dan volgen we van hier de winterroute naar Storlien.

dag 9 naar vliegveld Trondheim Vaernes - vlucht Amsterdam

Vandaag vliegen we terug naar Amsterdam.

Wil je Trondheim bezoeken? (een bezoek aan de stad is geen onderdeel van het programma) Informeer dan op het kantoor naar de vlucht- en hotelmogelijkheden. Er zijn dagelijks vluchten, dus een langer verblijf is zeker mogelijk.

Trondheim, voorheen Nidaros, was van 1030 tot 1217 de hoofdstad van Noorwegen. De stad speelde een belangrijke rol in de Noorse geschiedenis, en de kathedraal van Nidaros is al bijna 1000 jaar een populair bedevaartsoord.

Bij de prijs inbegrepen

- * luchthaven transfers (indien vliegticket bij ons geboekt is)
- * alle overige (groeps-)transport tijdens de reis
- * alle overnachtingen
- * Nederlandse reisbegeleiding
- * medicijn- / EHBO-kit
- * voorbereidingsbijeenkomst

Niet bij de prijs inbegrepen

- * retourvlucht Amsterdam - Trondheim (deze kan via ons geboekt worden)
- * drie maaltijden per dag tijdens de trekdagen (bereiden wij zelf in de hutten)
- * maaltijden buiten de trek
- * huur sneeuwschoenen, in Nederland te huur bij o.a. de [Zwerfkei](#) in Woerden
- * persoonlijke uitgaven, souvenirs, frisdranken en alcoholica
- * reis- en annuleringsverzekering
(voor deze reis heb je een bergsport/bijzondere sporten reisverzekering nodig)
- * reserveringskosten € 25,- per factuur
- * bijdrage garantie fonds € 7,50 per persoon
- * vervoer naar en van Schiphol

Groepsgrootte

Minimaal 6 reizigers

Maximaal 10 reizigers

De reis kan ook bij 4 en 5 reizigers gegarandeerd worden.

Er geldt dan een toeslag van € 125,- p.p. bij 4 reizigers en € 75,- p.p. bij 5 reizigers.

Geld

In Noorwegen en Zweden kun je niet met Euro's betalen. Credit en debet kaarten worden overal geaccepteerd. Je kunt er ook voor kiezen om geld te pinnen of wisselen in Trondheim. Reken op €25,- per dag voor het basic eten in de hutten.

Reisdocumenten

Een geldig paspoort of identiteitskaart.

Paklijst/uitrusting

Slaapspullen

- ~ lakenzak (fleece of zijde)
- ~ slaapzak (-10°C)
- ~ slaapmat
- ~ waterdichte slaapzakhoes
- ~ opblaasbaar kussentje (optioneel)

Kleding

- ~ 3x wandelsokken
- ~ 3x ondergoed
- ~ zwemkleding voor sauna (of niet)
- ~ 2x thermo ondergoed (shirt+broek) of 1x thermo en 1x fleece
- ~ 2x shirts (lange mouw)
- ~ 1x fleece trui
- ~ 1x trekkingbroek (dikke variant) of soepele skibroek
- ~ 1x dik fleece (Windstopper), softshell of winterjas
- ~ Gore-tex regenjas
- ~ Gore-tex regenbroek
- ~ donsjack ([voorbeeld](#))
- ~ onderhandschoenen
- ~ handschoenen (windstopper)
- ~ donswanten ([voorbeeld](#))
- ~ wind/waterdichte overhandschoenen
- ~ sjaal of buff
- ~ muts
- ~ bivakmuts (Balaclava)
- ~ pet
- ~ gletsjerbril
- ~ skibril

Schoenen

- ~ bergschoenen (waterdicht)
- ~ hutsloffen of slippers
- ~ gamaschen
- ~ sneeuwschoenen en stokken, in Nederland te huur bij o.a. de [Zwerfkei](#) in Woerden

Diversen

- ~ rugzak 65 lit +hoes/flightbag
- ~ bivakzak! (verplicht, [klik voor voorbeeld](#))
- ~ reserve veters
- ~ thermosfles
- ~ waterfles (liefst met hoes)
- ~ snacks/ trailfood
- ~ zakmes
- ~ zitlap
- ~ reddingsdeken
- ~ hoofdlamp + batterijen
- ~ afsluitbare plasticzakjes
- ~ pakzakken / vuilniszakken

- ~ camera + accu's
- ~ lectuur (optioneel)
- ~ dagboek + pen (optioneel)
- ~ oordoppen (optioneel)
- ~ reserve bril / lenzen (optioneel)

Documenten/geld

- ~ paspoort + kopie
- ~ reis/bergsport verzekering
- ~ geld (Euro's)
- ~ pinpas en credit card

Toilet artikelen

- ~ zeep
- ~ handen ontsmettingsmiddel
- ~ handdoekje
- ~ tandenborstel
- ~ tandpasta
- ~ Nivea / vaseline
- ~ zonnebrand crème (hoge/winter bescherming)
- ~ lipcare
- ~ kam / borstel
- ~ klein pakje wetties
- ~ papieren zakdoekjes
- ~ toiletpapier + aansteker

Neem een snack per dag mee, suggesties voor redelijk vrieskou bestendige snacks: chocolade, muesli repen, ontbijtkoek, kruidkoek en vergelijkbare alternatieven, noten, sultana's, repen met beperkt karamel bv kitkat, bounty, milkyway etc. 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.

Ook bij koud weer is voldoende drinken belangrijk. De thermosfles (liefst 1 liter) vullen we `s ochtends voor vertrek. Je kunt thee of oploskoffie meenemen of bijvoorbeeld bouillon, cappuccino, cacao.

Persoonlijke medicijnen

- * Iboprufeen 400mg
- * Paracetamol
- * Sporttape
- * Second skin
- * Sterilon
- * Pleisters

Verzekeringen

Het afsluiten van een adequate (bergsport)reisverzekering stellen wij verplicht. Een annuleringsverzekering raden wij sterk aan. Beide verzekeringen kun je regelen via ons of via je eigen verzekeringsmaatschappij. Indien de reisverzekering wordt afgesloten via derden dan dien je voor vertrek volgende gegevens door te geven, bij welke verzekeringsmaatschappij je verzekerd bent, je polisnummer en het alarmnummer. Mocht zich tijdens de reis een probleem voordoen dan kunnen de reisleiding en Nunatak snel handelen.

Categorie trekking 3

Je loopt van hut naar hut en je draagt je eigen bagage voor een huttentocht: lakenzak, bivakzak, donsjas, etc.

Uit de voorraadkasten van de hutten, er is er eentje om elke hut, koop je zelf het eten wat je die dag wilt nuttigen. In Blåhammaren, de Zweedse hut, is een luxe restaurant.