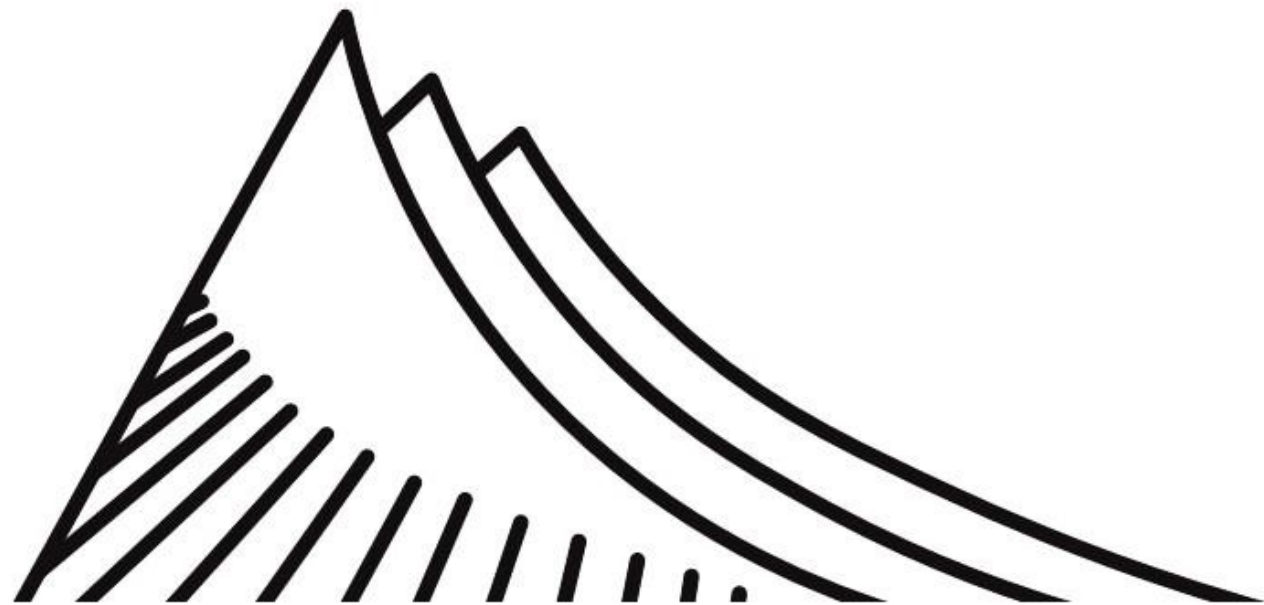




SPITERSTULEN  
BRE - OG FJELLFØRING

Turbeskrivelser Galdhøpiggen Randonnée 2017



# Spiterstulen Bre og Fjellføring 2017

**Spiterstulen Bre- og Fjellføring** tilbyr guidede turer i Jotunheimen, i hovedsak i området rundt Spiterstulen og Visdalen, men vi tilbyr også turer i andre områder. Vi går tur på oppdrag hele året, men har vår høysesong med påske, vårsikjøring og gjennom sommeren. Da vil vi være på Spiterstulen og føre daglige turer til Svellnosbreen samt andre turer i området om forespørsel, forhold og bemanning tillater det.

**27-30. April** holdes **Galdhøpiggen Randonée** - en toppurfestival i hjertet av Jotunheimen, med fokus på flotte nedkjøringer og lettbeint stemning.

Fra medio juni vil vi være på Spiterstulen og gå daglige turer til Svellnosbreen og Galdhøpiggen. Tilbudet av andre turer vil variere gjennom sommeren etter etterspørsel og forhold. **1.-9. Juli** arrangeres **Tinderodeo**, en ukeslang turfestival hvor vi har et bredere turtilbud enn vanlig. Det vil også være underholdningsprogram på ettermiddagene og kveldene. Mer om dette kan man lese på facebooksidene våre og nettsidene **www.galdhopiggen.no**

I brosjyren vil du kunne lese om turene og programmet for årets **Galdhøpiggen Randonée**.

**Vi tar også med egne grupper på tur og vi gjør også firmaturer, ta kontakt med oss slik at vi kan planlegge turene dere ønsker!**

[post@galdhopiggen.no](mailto:post@galdhopiggen.no) - [galdhopiggen.no](http://galdhopiggen.no) - [facebook.com/spiterstulenbreogfjell](https://facebook.com/spiterstulenbreogfjell)

# Galdhøpiggen Randonée

I 2017 arrangerer vi den 7. utgaven av Galdhøpiggen Randonée fra 27. April til 1. Mai.

Vi gleder oss til å ha med gamle kjente og nye gjester på tur i vårt fantastiske område rundt Spiterstulen!

Det blir et variert turtilbud med fører hver dag - det blir muligheter for å lete etter god snø i brattere terreng, eller få tilbakemelding på skiteknikk på en hyggelig begynnertur!

Det er selvsagt også mulig å gå turer på egenhånd, og spør gjerne om anbefalinger fra våre erfarne førere. Etter tur inviteres alle til å skryte og luge og skrøne av sine prestasjoner i RandoBar på terrassen på Spiterstulen.

Oppdateringer om arrangementet vil legges ut på **[galdhopiggen.no](http://galdhopiggen.no)** og **[facebook.com/spiterstulenbreogfjell](https://facebook.com/spiterstulenbreogfjell)**



# Program 2017

## Onsdag 26.april

- Turinformasjon om morgendagens turer kl. 22.30

## Torsdag 27.april

- 10:00: [Nordre Bukkeholstind \(2149\)](#):
- 21:00: Førartime
- 22:30: Turinformasjon for seint ankomne

## Fredag 28. april

- 09:00: [Skredutstyrsfri tur til Midtre Heilstuggutind](#)
- 09:00: [Jotunheimens Vallee Blanche](#)
- 09:30: [Styggehø](#)
- 09:30: [Rando-intro til Svellnosbreen](#)
- 21:00: Førartime
- 21:30: Quiz med premier fra Oslo Sportslager

## Lørdag 29.april

- 08:00: [Galdhøpiggen og Tverråtind](#)
- 09:00: [Galdhøpiggen m/variasjoner](#)
- 09:00: [Skredutstyrsfri tur til Vestre bukkeholstinder](#)
- 10:00: [Rando-intro til Nordre Bukkeholstind \(2149\)](#)
- 21:00: Førartime
- 21:30: Bingo med Oslo Sportslager

## Søndag 30. april

- 09:00: [Styggehøe m/variasjoner](#)
- 09:00: [Jotunheimens Vallé Blanche](#)
- 09:30: [Svellnosbreen](#)
- 09:30: [Leirhøe](#)
- 10:00: [Rando-intro mot Svellnosi](#)
- 21:00: Førartime
- 23:00: Skifilm

## Mandag 1. Mai

- 09:00: [Styggehøe](#)
- 09:00: [Svellnosbreen](#)
- 09:30: [Leirhøe](#)
- 09:30: [Rando-intro: 1914](#)

# Vestre Bukkeholstinder

Rundt Bukkeholsbreen ligger Bukkeholstindane, dette er flotte fjelltopper som er relativt lite besøkt. Nærmest Bukkehø ligger de vestre Bukkeholstindane. Disse 4 toppene danner en artig, liten ryggtravers som kan gåes begge veier.

Oppturen går inn Tverrådalen og følger sørsiden av Tverråbreen. Vi tar sikte på Bukkehø, men idet vi passerer 2161, knekker vi av til venstre og opp på ryggen. Bukkeholsryggen følges deretter sørøstover. Dette er litt luftig og bratt, derfor kan stegjern og isøks kan være nødvendig.

Nedkjøringen går ned på Bukkeholsbreen, over Bukkeholsbandet og ned Tverråbreen samme vei vi gikk opp. Ved trygge snøforhold er det mulig å kjøre en brattere variant ned på Tverråbreen øst for Nordre Bukkeholstind. En flott skitur uten den bratteste skikjøringen.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 6 timer
- Vanskelighetsgrad: Lett/middels
- Stigning: 1100 meter.



# Bukkehøe

Den majestetiske østveggen er skremmende, men turen til Bukkehø er ikke noe å frykte. Oppturen går via Tverrådalen til Tverråbreen. Vanligvis følger vi sørsiden av Tverråbreen opp, men det er også mulig å følge nordsiden. Oppstigningen er uansett jevn, men ikke for bratt. Når vi nærmer oss Bukkehø tar vi sikte på det stedet for breen går nesten helt opp til toppen av veggen. Denne bakken bratner til i toppen, og vi setter fra oss skiene før vi krysser bregleppa. Bregleppa er en stor sprekk mellom breen og fjellet, og kan noen år være vanskelig å forsere. Herfra er det lett terreng opp til toppen. Vi følger samme vei ned, og dette er en ganske snill nedkjøring som ofte har god snø.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 6-7 timer
- Vanskelighetsgrad: Lett/middels
- Stigning: 1200 meter.

# Nordre Bukkeholstind (2149)

Nordre Bukkeholstind er “kjeglen” man ser inn i Tverrådalen fra spisesalen på Spiterstulen, og faller seg som et naturlig tur mål.

Oppstigningen følger Visdalen et lite stykke, før man tar av oppover Tverrådalen og Tverråbreen. Etterhvert når man Bukkeholsbandet - overgangen fra Bukkeholsbreen til Tverråbreen - her setter vi fra oss skiene og går opp sørfra og følger ryggen bort til toppunktet 2149. Dette er litt luftig, men ikke vanskelig. Kort anmarsj til oppstigningen og hyggelig helning gjør dette til en fin tur å teste ut utstyr og venne seg til å gå på randoski og feller.

På denne turen er det mulig å holde seg under 30 grader hele veien, og er en flott tur for dem som ikke ønsker veldig bratt skikjøring. Nedkjøringen følger samme vei som oppstigningen og byr på store åpne flanker og flott skikjøring hele veien tilbake til RandoBar.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 6 timer
- Vanskelighetsgrad: Lett/middels
- Stigning: 1000 meter.



# Midtre Heilstugutind

For å bestige Heilstugutindane vinterstid følger man Visdalen noen kilometer, før man tar til venstre inn Heilstugudalen og opp Heilstugubreen. Dette er en fin oppstiging som egner seg randonné/telemark ski. Når man kommer til toppen av Heilstugubreen er man på ca. 2000+ moh, og man sikter seg da inn på enten Midtre eller Store Heilstugutind. Begge toppene bestiges lettest fra sør, og byr på enkel, luftig og bratt gåing på beina opp til et spektakulært toppunkt. Returen byr på flott cruising ned Heilstugubreen og er det raskt føre sklir man hele veien tilbake til Spiterstulen. Disse toppene er noen av de flotteste i området, og byr på en kjempeutsikt - anbefales på det varmeste.

## **Til denne turen trengs:**

- Klær for en full dag i vinterfjellet
- Mat og drikke
- Ski (Fjell eller randoski)

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 7 timer
- Vanskelighetsgrad: Middels
- Stigning: 1100-1300 meter.



# Eventyrisen på Svellnosbreen

Den flotte eventyrisen på Svellnosbreen er en klassiker av turene fra Spiterstulen og en tur vi prøver å gå så ofte som mulig. På vinteren viser Svellnosbreen seg kanskje fra sitt aller beste, da snøen gir gode muligheter til å bevege seg rundt om på isen slik at formasjoner og mulighetene for utforskning av breen blir lette tilgjengelig.

Inne på breen bruker vi tiden på å bevege oss rundt i sprekkområdene og leter frem flotte fotomotiver samtidig som vi lærer litt om hvordan isbreer fungerer.

Etter endt utforskning på breen vender vi tilbake til Spiterstulen. Oppstigningen følger Visdalen et stykke før man skrår av høyre mot Tverrådalen og Svellnosbreen, mot slutten bratner det til og man tar skiene på sekken den siste biten. Nedkjøringen går fra brekanten hele veien hjem til Stulen, og byr på fin kjøring hele veien.

## **Til denne turen trengs:**

- Klær for en full dag i vinterfjellet
- Mat og drikke
- Ski (Langrenn, fjell eller randoski) - truger fungerer også, men husk fjellstøvler med litt stiv såle når du skal bruke stegjern på breen, og beregn litt lenger tid på returen.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 5-7 timer
- Vanskelighetsgrad: Lett/middels
- Stigning: 600 meter.



# Galdhøpiggen og Jotunheimens Vallée Blanche

I tillegg til å være Norges høyeste fjell, er Galdhøpiggen et nydelig skifjell med mange muligheter. Det er to gode ruter til toppen, den første følger sommerstien mer eller mindre hele veien til toppen. Dette er den raskeste ruta opp. En alternativ, og noe slakere oppstigning går via Styggebreen, og følger deretter sommerruta fra Juvasshytta til toppen. Fra toppen er det i all hovedsak tre alternativer for nedkjøring. Det første alternativet er å følge sommeruta til Spiterstulen ned igjen, langs traseen til Galdhøpigggrennet. Dette er artig nedkjøring i variert terreng. Det andre alternativet er brattere, og går ned sørflanken på Galdhøpiggen til Svellnosbreen. Denne lia er ca. 38 grader på det bratteste, og krever gode skiferdigheter. Vel nede på Svellnosbreen er det fortsatt mye skikjøring igjen, vanligvis vest for brefallet.

Når forholdene ligger spesielt til rette for det, kan man kjøre ned langs østsiden av brefallet på Svellnosbreen, og dette er den mye omtalte ***Jotunheimens Vallée Blanche***. Denne nedkjøringen er ikke brattere, men går i og tett på store sprekkeområder.

## Fakta:

- Tidsbruk: 7-11 timer
- Vanskelighetsgrad: middels til tung
- Stigning: 1200 - 1600 meter avhengig av variant.

# Galdhøpiggen og Tverrråtind

Dette er første og beste halvdel av kremetappen på Høgruta, og er en lang tur med bratt skikjøring. Turen til Galdhøpiggen går langs sommerruta over Svellnosi og Keilhaus topp. Fra toppen kjører vi ned sørflanken på Galdhøpiggen. Hvis det ikke er trygge nok forhold til å kjøre her, er det mulig å gå tilbake til Svellnosi og kjøre ned til Svellnosbreen herfra.

Vi følger Svellnosbreen vestover, og har vi tid tar vi med oss Svellnosbrehesten på veien. Vi kommer opp på Tverrårýggen helt bakerst, og følger ryggen østover igjen et kort stykke for å komme til toppen av Store Tverrråtind. Fra toppen slipper vi oss 10-20 meter ned i sørsiden av Tverrråtind for å komme til renna som tar oss ned til Tverrråbreen. Dette er en lang renne, med vedvarende helling på om lag 35 grader. Vi følger nordsiden av Tverrråbreen ned, og ut Tverrrådalen til Spiterstulen.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 10 timer
- Vanskelighetsgrad: Lang/Krevende
- Stigning: 1600 meter.

# Styggehøe

Turen til Styggehøe er en flott skitur som gir muligheter for alle.

Vi begynner med skiene på og får en fin start med slak stigning innover Visdalen ut fra Spiterstulen. På veien passerer vi de gamle tuftene fra da Spiterstulen en gang lå like under Styggehøe. Etterhvert blir terrenget brattere opp mot det som heter Bukkeholet. Her stiger vi opp i dalen som ofte gir litt le på dager med vind samtidig som det er en flott utsikt mot Memurutinder. Over bukkeholsbreen vil vi få flott utsikt i Sør, hvor vi kan se mange av toppene i området rundt Gjende og sentrale deler av Jotunheimen. Herfra følger man sørsiden av Styggehøe opp til toppen på 2213 m.o.h. Styggehøe byr på flere nedkjøringsalternativer, og det vil finnes hellinger som passer enhver smak.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 6-7 timer
- Vanskelighetsgrad: Middels
- Stigning: 1100-1200 meter.



# Leirhøe

Leirhøe ligger fint til i Visdalen, kun en kort anmarsj fra Spiterstulen. Med sine 2330 m.o.h er Leirhøe Norges høyeste høe og tilbyr også en fantastisk nedkjøring!

Fra Spiterstulen følger man Visdalen til man passerer Heilstuguhaugen, hvor oppstigningen begynner.

Toppen er markert med en stor varde, vær forsiktig med å passere øst for denne, da østsiden av Leirhøe er preget av et stup ned mot Veobreen og østsiden av Leirhøe er preget av store skavler. Her har det vært ulykker, og man er nødt til å ta hensyn ved dårlig sikt!

Nedkjøringen byr på flere alternativer, der samtlige er preget av store åpne flanker, hvor man stort sett kan velge hvor bratt man ønsker det selv. Den flotteste er nok å følge nordover og kjøre ned Leirhøebreen, dette byr på mye flott kjøring nesten hele veien tilbake til Spiterstulen. Eventuelt kan man følge ryggen man fulgte opp, dette byr også på flott kjøring, men ryggen kan være skavlete og eller avblåst dersom været har vært preget av vind.

## **Fakta:**

- Tidsbruk: 6-7 timer
- Vanskelighetsgrad: Middels
- Stigning: 1200 meter.





# BAKGRUNN

Spiterstulen Bre- og Fjellføring er tuftet på en stolt tradisjon med føring fra Spiterstulen som startet allerede i 1850, da Steinar Sulheim førte to sambygdinger til toppen av Galdhøpiggen som førstebestigere! Dette ble starten på daglige føringer, mest til Galdhøpiggen de første årene, men etterhvert også til andre stortopper i området. Fra 1950-årene etablerte Eiliv Sulheim daglige føringer til den spektakulære Eventyrisen på Svellnosbreen, og la grunnlaget for den økende føreraktivitet som fulgte i 1960 og -70-årene. Vi er stolte av å få lov til å videreformidle hans filosofi og forståelse, både av fjellets elementer, været og menneskene.

Området rundt Spiterstulen byr på muligheter for å bestige brorparten av Norges stortopper på dagsturer, sommer som vinter. I tillegg er det ryggtraverser med varierende vanskeligheter, og en frodig høyfjellsdal som byr på en imponerende flora.

# OM OSS

I 2014 gikk en del av førerene fra Spiterstulen sammen og dannet Spiterstulen Bre- og Fjellføring. Alle er lokalkjente førere med grundig erfaring og god utdanning. I tillegg har vi aspiranter under opplæring. Lokal tilknytning, kjærlighet til fjellet og detaljert kunnskap om de ulike rutene og mulighetene er blant våre kjerneverdier. Vår opplæringsfilosofi er at de unge, nyutdannede førerne skal gå mange turer med de eldre, erfarne førerne. Dette sikrer at vi tar med oss kunnskapen og erfaringene som er samlet opp gjennom generasjoner av fjellførere på Spiterstulen.

Vi liker av å være ute på tur, på høye tinder, historisk vandring langs gamle tufter, eller på barnetur med leik og sprell. Vår erfaring er at en uværsdag kan være en like stor opplevelse som en dag i sol og medvind. Blir du med oss på tur, gir vi deg vårt beste, uansett hvor du skal.