

Fjellturar Walks Wanderungen

Sogndal/Luster



Spennande turar du kan gjere på eiga hand.



Exciting walks you can take on your own.



Spannende Wanderungen, die man auf eigene Faust unternehmen kann.



Innhald / Contents / Inhalt

Side/Page/Seite

Innleiing / Introduction / Einleitung	2 / 3
Litt om kart / About maps / Nützliches über Karten	4
Oversiktskart / Map / Karte	4
Utstyr / Outdoor gear / Ausrüstung	5

1 Gjerde - Haugafjellstølen	6
2 Bergset - Bergsetdalen - Bergsetbreen	7
3 Krossen - Molden	8
4 Rupheim - Skogo - Skoganipa	9
5 Tungestølen - Austerdalsbreen	10
6 Engjadalen - Heggdalsvatnet	11
7 Mollandsmarka rundt	12
8 Turtagrø - Tindeklubbhytta	13
9 Turtagrø - Nedre Dyrhaugsrygg - Turtagrø	14
10 Mørkrid - Mørkridsdalen	15
11 Mørkrid - Osen	16
12 Kilen - Vigdalen «Bispevegen»	17
13 Høyheimsvik - Navarsete	18
14 Viva - Sprongdalshytta	19
15 Turtagrø - Fannaråken	20
16 Feigumfossen	21
17 Åsen / Sogndal / Åberge - Nuken	22
18 Storamyri - Storehaugen	23
19 Vatnasete - Togga	24
20 Hollekve - Fagreggi	25
21 Fuglesteg	25

Design: visus
Trykk: D-G trykk
Foto framside:
H. Vatne /
F. Loftesnes
Foto side 3:
S. E. Kjærвик



Innleiing



Kommunane Sogndal og Luster ligg inst i Sognefjorden, mellom

Jotunheimen og Jostedalbreen Nasjonalpark. Her finn du den lengste fjorden i verda, den største fastlandsbreen i Europa, Nord-Europas mest alpine fjellområde, vassrike elvar, høge fossefall, permanent vinter og varmekjær edellauvskog.

Landskapet er svært rikt på kontrastar, frå frodige beitemarker med idylliske stølør til karrig høgfjellslandskap opp mot breane.

Her er det mogleg å gjere turar etter ein kvar smak, frå lette familieturar til meir krevjande topturar og klatring. Rutene er merka med raud T og/eller vardar på godt farbare stiar.

God tur!

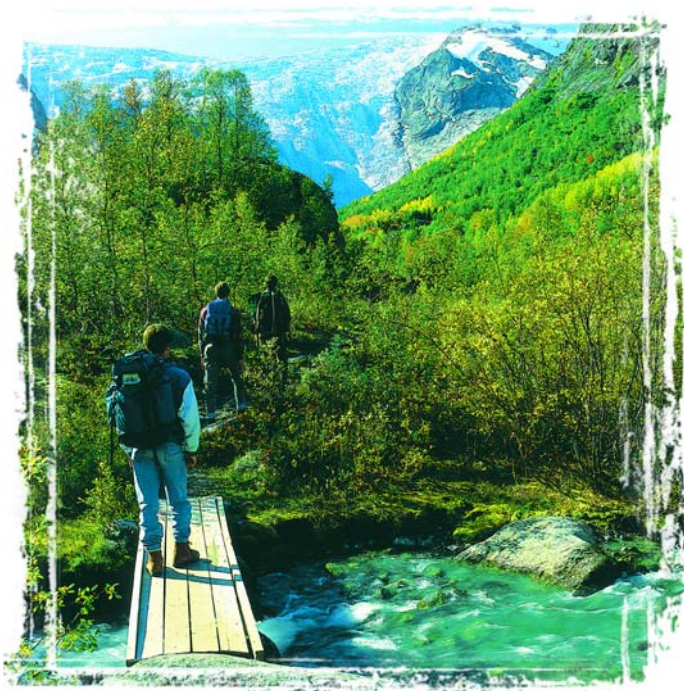


FOTO: Finn Loftesnes

Ferdse med omtanke

Friluftslova pålegg alle som ferdast i naturen til å opptre med omsyn og varsemnd. Vi må ikkje skade naturmiljøet, vi må ta omsyn til næringsutøving, og vi må vise omsyn til andre som ferdast i naturen. Hugs og at alle har plikt til å rydde opp etter seg, og det er sjølvsgagt forbode å kaste avfall i naturen.

All bruk av eld og opptenning av bål er forbode i tida 15. april til 15. september, med unntak for snaufjellet. Motorferdsel er i utgangspunktet forbode. Det er ein generell bandtvang for hundar i tida 1. april til 20. august. Luster kommune har bandtvang frå 1. april til 15. november (15. oktober for hund som følgjer

eigar eller innehavar under lovleg jakt). Utanom denne tida skal likevel eigaren følgje hunden på forsvarleg vis, og ha kontakt med og kontroll over hunden til ei kvar tid. Reglane for åtfærd ved drikkevasskjelder skal respekterast.

Overnatting, rasting og telting er greitt når du er på tur i naturen. I naturreservat/ nasjonalparkar kan det være eigne reglar for dette. Rasting på innmark krev løyve frå grunneigar eller brukar. Ved val av leirplass skal du vise omsyn til busetnad. Etter friluftslova skal du ikkje telte nærare hus enn 150 meter, om du då ikkje innhentar løyve frå

grunneigar eller brukar. Det same gjeld dersom du skal opphalde deg meir enn to døgn på same staden. På høgfjellet eller i andre område langt frå busetnad, treng du ikkje slikt løyve, med andre ord kan du telte på same staden så lenge du vil.

Allemannsretten gjev deg rett til:

- å ferdast til fots og på ski i naturen
- å ferdast over dyrka mark om vinteren, når marka er frosen eller dekt av snø
- å nytte kano, kajakk, ro- eller seglbåt i vatn og vassdrag

- å ta pausar, raste, slå leir og overnatte i naturen
- å sykle og ri langs stiar og vegar i utmark
- å bade i sjøen, i vatn og vassdrag
- å ferdast fritt i båt, fortøye og gå i land i utmark langs kysten.

Allemannsretten gjev deg og plikter.

Du skal ikkje:

- trø i dyrka mark og eng
- ferdast i skogplantefelt på barmark
- bryte av, skjere eller på anna måte skade plantar og tre
- forstyrre eller uroe dyr og fuglar, inkludert reir og ungar
- øydeleggje og bryte ned gjerde og innhegningar.

Reisemål Sogndal & Luster tek ikkje ansvar for eventuelle feil i denne brosjyren.



FOTO: Visus



Introduction

The district of Sogndal and Luster lies at the head of the Sognefjord, in the heart of Norway, between the National Parks of Jotunheimen and Jostedalbreen.

The world's longest fjord, Europe's largest continental glacier, and Northern Europe's most Alpine mountain region, are all found in this area, together with fast-flowing rivers, high waterfalls, year-long winters and warmth-loving broadleaf forest. The landscape here is rich in contrasts, from fertile pastures with idyllic summer farmsteads to bleak moorland up by the glaciers.

One can choose walks to suit all tastes. They include easy family walks and more demanding ridge walks. The routes follow good paths which are marked with the Tourist Association's red T's, or by stone cairns. Enjoy your walk!

Considerate rambling

The Country Code requires all who ramble in the wild to exercise care and consideration. We must not damage the natural environment, we must respect farming and other local employment, and we must be considerate to others who are enjoying the natural world. Remember that you are responsible for clearing up after yourself and that it is, of course, illegal to leave litter. Striking a light or lighting a fire is forbidden between 15 April and 15 September, except on bare rock. Use of motorised transport is forbidden in principle. From 1 April to 20 August all dogs in Norway must be kept on a lead. In the Luster municipality this law applies from 1 April to 15 November (or 15 October in the case of dogs accompanying their owner while hunting legally). Even outside these periods the owner must still, at all times, accompany the dog responsibly and keep it under control. The regulations governing behaviour near drinking water sources must be observed.

Sleeping out, picnicking and camping is fine when you are on a walking tour. In nature reserves and national parks, special regulations may apply. Stopping on enclosed land requires the owner's or tenant's permission. In choosing camping places, account must be taken of neighbouring houses. The Country Code forbids camping closer than 150m to a house except with the owner or tenant's consent. The same applies if you stay in one place more than two days. In the mountains, or other areas far from houses, you need no such permission and may camp in one place as long as you like.

The law governing public access allows you to:

- walk or ski in open country
- cross cultivated land in winter when it is frozen or covered with snow
- use canoe, kayak, rowing-boat or sailing-boat on lakes or rivers
- stop, picnic, camp or sleep in open country
- cycle or horse-ride on paths or roads in open country
- bathe in the sea, lakes or rivers
- travel freely by boat, and moor or land on any shore in open country.

The law also lays obligations upon you.

You must not:

- walk on cultivated land or pasture
- cross tree plantations, except when snow-covered
- break off, cut, or in any other way damage, plants or trees
- disturb or worry animals or birds, including their nests and young
- damage or destroy fences or enclosures.

Reisemål Sogndal & Luster has gathered information in this brochure from a variety of sources and can not be held responsible for its accuracy.



Einleitung

Weit drinnen im Sognefjord, zwischen Jotunheimen und dem Jostedalsgletscher, liegen die Gemeinden Sogndal und Luster. Hier finden Sie den längsten Fjord der Welt, den größten Festlandsgletscher in Europa, Nordeuropas alpinstes Gebirge, wasserreiche Flüsse, hohe Wasserfälle, ganzjährigen Winter und wärmeliebende Laubwälder. Die Landschaft bietet mannigfaltige Kontraste, von fruchtbarem Weideland mit idyllischen Almen bis zur kargen Hochgebirgslandschaft bei den Gletschern.

Hier kann jeder die seinem Geschmack entsprechenden Touren unternehmen. Dieser Wanderführer beschreibt eine Reihe verschiedener Wanderungen in Luster und Sogndal, sowohl leichtere Familientouren, als auch anspruchsvollere Gipfelrouten. Die beschriebenen Wanderwege verlaufen auf gut begehbaren Pfaden und sind mit einem T und/oder Steinzeichen (aufgeschichtete Steine zur Markierung der Pfade und Gipfel) gekennzeichnet. Gute Wanderung!

Wandern Sie mit Umsicht

Das Freiluftgesetz macht allen, die sich in der Natur aufhalten und bewegen, zur Auflage sich mit Umsicht und Vorsicht zu verhalten. Die Natur darf nicht geschädigt werden, auf die Ausübung wirtschaftlicher Aktivitäten muß Rücksicht genommen werden und auch gegenüber den anderen, die sich in der Natur bewegen, muß Rücksicht und Respekt gezeigt werden. Bedenken Sie auch, daß jedermann verpflichtet ist, alles sauber zu hinterlassen und es ist selbstverständlich verboten, Abfall in der Natur wegzuerwerfen. In der Zeit vom 15. April bis zum 15. September ist jegliches Feuer machen verboten, mit Ausnahme des kahlen Hochgebirges. Motorisierter Transport ist grundsätzlich verboten. Hunde müssen in der Zeit vom 1. April bis zum 20. August an der Leine geführt werden. In der Gemeinde Luster gilt der Leinenzwang in der Zeit vom 1. April bis zum 15. November (15. Oktober für Hunde die den Besitzer auf genehmigter Jagd begleiten). Aber auch außerhalb dieser Zeit soll der Besitzer den Hund verantwortlich begleiten und jederzeit Kontakt und Kontrolle über den Hund haben. Die Verhaltensregeln bei Trinkwasserquellen müssen beachtet werden.

Übernachten, Rasten und Zelten sind auf Wanderungen in der freien Natur erlaubt. In Naturreservaten/Nationalparks kann es dafür spezielle Vorschriften geben. Das Rasten auf landwirtschaftlich genutzten Feldern ist nur mit Einverständnis des Grundeigentümers oder Pächters erlaubt. Bei der Wahl von Lagerplätzen muß auf die Besiedelung Rücksicht genommen werden. Nach dem Freiluftgesetz müssen Zelte mindestens 150 m Abstand von Wohnhäusern haben, ansonsten muß die Erlaubnis des Besitzers/Pächters eingeholt werden. Eine Erlaubnis braucht man auch, wenn man sich länger als 2 Tage am selben Ort aufhalten will. Im Hochgebirge oder in anderen abgelegenen und unbesiedelten Gegenden benötigt man diese Erlaubnis nicht. Mit anderen Worten, man kann hier am selben Ort so lange zelten, wie man will.

Das Jedermannsrecht (allemannsretten) erlaubt Folgendes:

- sich zu Fuß oder auf Skiern in der Natur zu bewegen
- sich im Winter über Felder zu bewegen, wenn der Boden gefroren ist oder mit Schnee bedeckt ist
- mit Kanu, Kajak, Ruder- oder Segelboot in Gewässern und Flüssen zu fahren
- in der Natur zu rasten, ein Lager einzurichten und zu übernachten
- auf den Pfaden und Wegen im Gelände Rad zu fahren und zu reiten
- in Seen, Gewässern und Flüssen zu baden ein Boot zu benutzen, dieses am Ufer zu vertäuen und entlang der Küste an Land zu gehen.

Das Jedermannsrecht auferlegt aber auch Pflichten. Folgendes ist nicht erlaubt:

- kultivierte Felder und Wiesen zu betreten
- Pflanzfelder und Schonungen im Wald zu betreten
- Pflanzen und Bäume zu brechen, fällen, pflücken oder auf sonstige Weise zu schädigen
- Tiere und Vögel, einschließlich der Nester und Jungtiere, zu stören oder sonst wie zu beunruhigen
- Zäune und Einfriedungen niederzureißen oder zu zerstören.

Reisemål Sogndal & Luster übernimmt keine Gewähr für eventuelle Fehler in dieser Brochüre.

Litt om kart

Eit godt kart over området ein ferdist i er ein viktig del av opp-pakninga. Sjølv om det er godt vêr, og ein kan gå etter merka sti, er det likevel nyttig å følgje med på kartet. På den måten blir det enklare å forstå samanhengen mellom kart og terreng når det verkeleg gjeld, når til dømes uvêret set inn med skodde og dårleg sikt.

Det finst fleire gode kartseriar som dekkjer Sogndal og Luster. Det beste for fjellvandrarar er turkart eller dei topografiske karta (M-711-serien), som er i målestokk 1:50000.

Til slutt må vi og minne om **dei ni fjellvettreglane**, som er tidlause og såleis alltid aktuelle:

1. Legg aldri ut på langtur utan trening.
2. Meld frå kvar du går.
3. Vis respekt for vêr og vêrvarsel.
4. Lytt til erfarne fjellfolk.
5. Ver rusta mot uvêr sjølv på korte turar.
6. Hugs kart og kompass.
7. Gå aldri åleine.
8. Vend i tide, det er inga skam å snu.
9. Spar på kreftene, og grav deg inn i snøen om naudsynt (vinter).

Turkart:

Jotunheimen 1:100 000
Jotunheimen Vest (og Aust) 1:50 000
Breheimen 1:100 000
Sogndal-Leikanger 1:50 000
Jostedalsbreen 1:100 000

About maps

A good map of the area one is to walk in is an important item to pack. Even if the weather is good and one can follow marked paths, it is nevertheless sensible to keep track of one's position on the map. There are several good map series which cover the Sogndal and Luster district. You can buy maps at bookshops and most tourist informations, both the so-called "Turkart" and the topographic maps of the M-711 series.

Finally, **the nine mountain rules:**

1. Never start out on a long tour unless you are fit
2. Tell people where you are going
3. Show respect for the weather and weather forecasts
4. Listen to those with experience
5. Be prepared for bad weather even on short journeys
6. Remember map and compass
7. Never walk alone
8. Turn back in time: it is no disgrace
9. Nurse your strength and dig yourself down in the snow if necessary (winter)

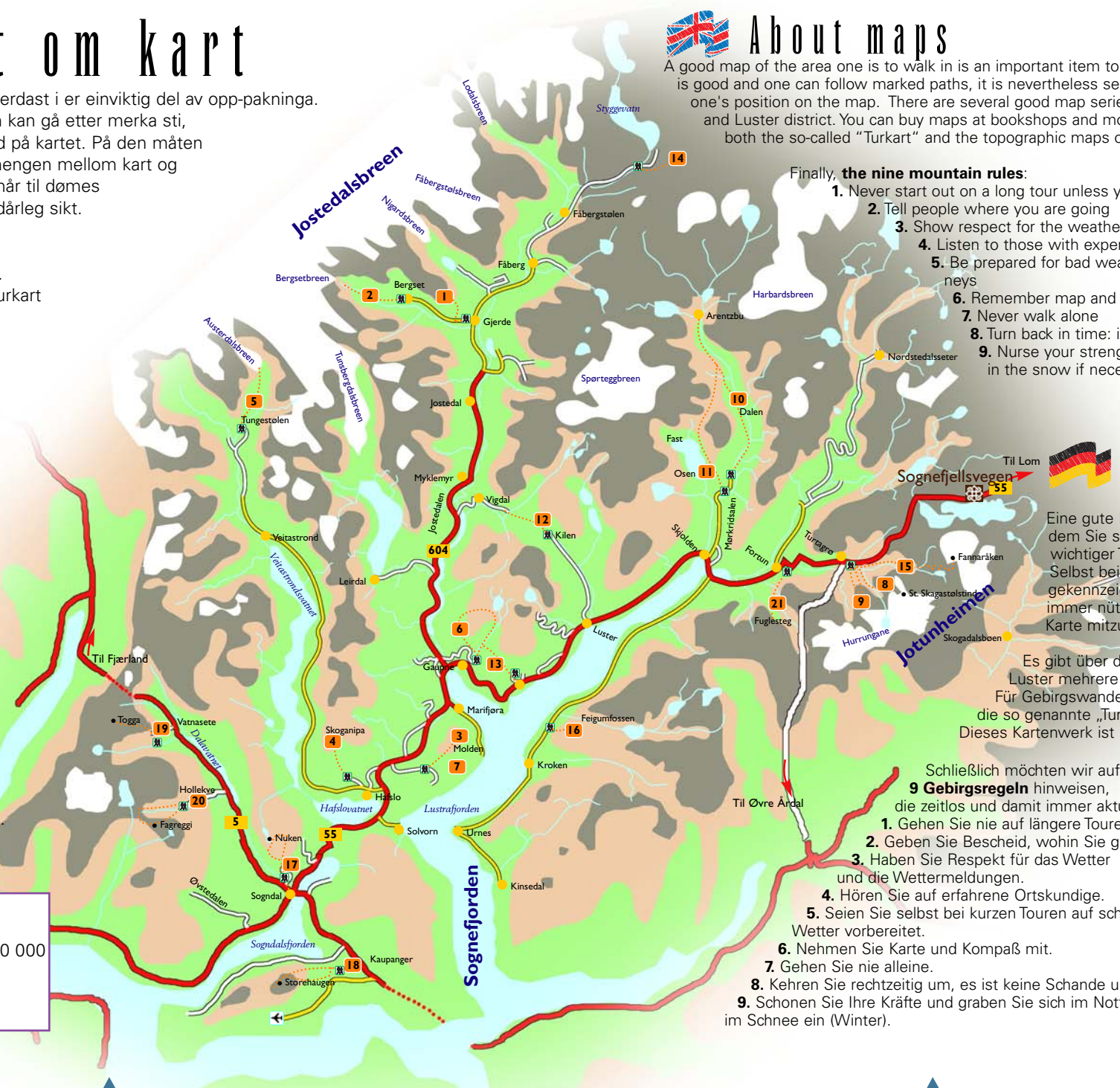
Karten

Eine gute Karte über das Gebiet, in dem Sie sich bewegen, ist ein wichtiger Teil der Ausrüstung. Selbst bei gutem Wetter und bei gekennzeichneten Wegen ist es immer nützlich, die Route auf der Karte mitzuverfolgen.

Es gibt über die Gemeinden Sogndal und Luster mehrere Serien mit guten Karten. Für Gebirgswanderer am besten geeignet ist die so genannte „Turkart“ oder die M-711 Serie. Dieses Kartenwerk ist im Maßstab 1 : 50000.

Schließlich möchten wir auf die **9 Gebirgsregeln** hinweisen, die zeitlos und damit immer aktuell sind:

1. Gehen Sie nie auf längere Touren ohne Training.
2. Geben Sie Bescheid, wohin Sie gehen.
3. Haben Sie Respekt für das Wetter und die Wettermeldungen.
4. Hören Sie auf erfahrene Ortskundige.
5. Seien Sie selbst bei kurzen Touren auf schlechtes Wetter vorbereitet.
6. Nehmen Sie Karte und Kompaß mit.
7. Gehen Sie nie alleine.
8. Kehren Sie rechtzeitig um, es ist keine Schande umzukehren.
9. Schonen Sie Ihre Kräfte und graben Sie sich im Notfall im Schnee ein (Winter).



Utstyr for fjellturen



Klede for sommar og vinter

I høgfjellet skifter været fort. Slik kan ein fin sommardag brått bli til noko som mest av alt minner om vinter. Det er ikkje uvanleg med nysnø alt tidleg i august i dei høgstliggjande fjellstroka. Det er ikkje temperaturen åleine som avgjer kulden mot kroppen. Vinden vil på ein dramatisk måte auke behovet for meir og betre klede. Ved til dømes fem kuldegrader og frisk bris vil den effektive temperaturen vere om lag 20 kuldegrader.

Som fjellvandrar må du rekne med endringar i været. Mellom anna er det viktig å ha med seg nok og rett type klede i sekken. Til vanleg er kortbukse og T-skjorte greitt nok på dei verkeleg varme sommardagane, men du må og vere budd på anna vær, og ha meir klede med i sekken.

Det er tre omsyn å ta når det gjeld fjellklede for kalde dagar: ha eit tynt, varmt og damptransporterande lag inn mot kroppen, ha eit voluminøst, isolerande lag utanpå, som og kan transportere damp og ha eit vindtett og helst vasstett lag ytst.



Fell-walking gear



Summer and winterclothing

The weather changes quickly in the mountains. A fine summer's day can suddenly become something that is pretty much like winter. It is not unusual to have a snowfall early in August in the higher mountain areas. Not only air temperature determines how cold the body feels. Wind dramatically increases the need for more and better clothing. With an air temperature of minus 5 degrees and a fresh breeze, for example, the effective temperature will be about minus 20 degrees.

As a fell-walker you must expect changes of weather. Amongst other things, it is important to have enough of the right kind of clothing in your rucksack. Usually, shorts and T-shirt are good enough on really warm summer days, but you must be prepared for different weather conditions and have sufficient clothing with you. There are three requirements to bear in mind in dressing for cold days in the mountains: to have a thin, warm and permeable layer against the skin; to have a bulky, insulating, but still permeable, layer outside that; and to have a wind-proof, and preferably waterproof, layer overall.

Ausrüstung für Gebirgstouren



Kleidung für Sommer und Winter

Im Hochgebirge kann das Wetter schnell umschlagen. Ein schöner Sommertag kann sich plötzlich in etwas verwandeln, das mehr an Winter erinnert. In den am höchsten gelegenen Gebieten ist es nicht ungewöhnlich, daß im August Neuschnee fällt. Es ist nicht nur die Lufttemperatur alleine, die ausschlaggebend für Kälteeinwirkung auf den Körper ist. Wind kann den Bedarf für mehr und besser schützende Kleidung dramatisch verstärken.

Bei ca. 5 Minusgraden erzeugt eine frische Brise einen Abkühlungs-effekt, der ca. 20 Minusgraden entspricht.

Als Bergwanderer muß man immer mit Wetteränderungen rechnen. Es ist unter anderem wichtig, immer genug und die richtige Art von Kleidung im Gepäck dabei zu haben. Im allgemeinen können kurze Hose und T-shirt an den wirklich warmen Sommertagen ausreichend sein, aber man muß immer auch auf anderes Wetter eingestellt sein und mehr Kleidung im Rucksack dabei haben.



Drei Regeln sind für Gebirgskleidung an kalten Tagen zu beachten: benützen Sie als unterste Schicht auf dem Körper dünnes, warmes und dampfdurchlässiges Material. Die nächste Schicht darüber sollte voluminös, isolierend und ebenfalls dampfdurchlässig sein und die äusserste Schicht sollte winddicht und möglichst wasserdicht sein.

1 Gjerde - Haugafjellstølen

Start: Jostedal Hotell, Gjerde
Hiking time: 1,5-2 h (going up)
Elevation: 180 m - 740 m
Distance: 2,5 km one way
Map (turkart): Breheimen



Gå 300 meter til fots på bilvegen mot Krundalen frå Gjerde, fram til skilt merka Haugafjellstølen, på høgre side av vegen. Deretter på svært godt merka sti oppover til Vårstølen, der utsynet mot Jostedalen, med fjella Myrhorn og Vangsen, opnar seg. Frå Vårstølen, i vel 300 meters høgde, går stien i svært bratte og til dels luftige slyng opp i om lag 750 meters høgde, der terrenget flatar ut framover mot fjellryggen like sør for Haugafjellstølen. Rett før stølen går du ned ein liten unnabakke og til venstre rundt eit lite vatn der stølshusa ligg på nordsida. I vest Haugavarden, 1369 meter over havet, i nord Nigardsdalen fram mot Nigardsbreen. Til Haugavarden er det ein halvgod sti eit stykke på veg, medan siste delen går i ur og sva.



Walk 300 metres along the from Gjerde towards as far as the Haugafjellstølen signpost on the right. From there follow the well-marked path up to Vårstølen summer farm where the view to Jostedalen and the Myrhorn and Vangsen mountains appears.

From Vårstølen at 300 metres the path climbs very steeply in sometimes exposed turns to reach a height of about 750 metres where the ground flattens out to approach the mountain ridge just south of Haugafjellstølen. Just before you reach the summer pasture farm you drop into a little hollow and pass to the left of a small lake on the north side of which stand the summer pasture farm buildings. Haugavarden, 1369m above sea level, lies to the west, and Nigardsdalen to the north, leading to the Nigardsbreen glacier. There is a rather poor path which takes you some way towards Haugavarden, while the rest of the way is over bare rock or scree.



Bei Gjerde kann man parken, entweder bei Jostedal Hotell oder an der Wegkreuzung nach Krundalen. Auf der Autostraße in Richtung Krundalen geht man 300 m zu

Alm gehen Sie einen kleinen Abhang hinunter und nach links um ein kleines Gewässer herum, dort wo die Almhütte auf der Nordseite liegt.



Haugefjellstabu, FOTO: Olav Grov

Fuß bis zu dem Schild auf der rechten Straßenseite, das zur Haugafjellstølen Alm weist. Danach geht es auf einem gut gekennzeichneten Pfad weiter hinauf nach Vårstølen, wo sich dann der Blick auf Jostedalen mit den Bergen Myrhorn und Vangsen öffnet. Von Vårstølen, auf etwa 300 m Höhe, geht der Pfad in teils sehr steilen und luftigen Schleifen hinauf auf 750 m Höhe, dort wo sich das Gelände zu einem Bergrücken hin abflacht, etwas südlich der Haugafjellstølen Alm. Kurz vor der

Im Westen liegt Haugavarden, 1369 m.ü.M., im Norden Nigardsdalen zum Nigardsgletscher hin. Zum Haugavarden führt etwa die halbe Wegstrecke ein schwach kenntlicher Pfad, den Rest muß man im weglosen Gelände gehen.



Bergset - Bergsetdalen - Bergsetbreen

Start: Carpark at Bergset
Hiking time: 2 h (total time)
Elevation: 400 - 460 moh
Distance: 7 km (total)
Map: (turkart): Breheimen / Jostedalbreen

 Utgangspunktet for denne turen

er parkeringsplassen ved Bergset, den fremste garden i Krundalen. Turen høver godt for familiar med småbarn. Frå parkeringsplassen går ruta eit kort stykke på traktorveg og deretter langs ein svært god og tydeleg merka sti innover den flate Bergsetdalen. Stien går først gjennom nokså tett skog, seinare opnar utsynet seg meir og meir mot den dominerande Bergsetbreen, fremst i dalen. Den kryssar fleire småelvar og bekker, som oftast på gode bruer, og går av og til i blautmyr der det er lagt ut trestokkar. I starten er vegetasjonen frodig, men når du kjem nærare breen, vert det mindre og mindre skog og planter. Heilt fremst går stien i grus og stein, men er likevel godt synleg og lett å finne.



På tur mot Bergsetbreen, FOTO: Finn Loftesnes

I sommarhalvåret er det oppsett varsel-skilt eit stykke frå foten av Bergsetbreen. Det er svært farleg å passere skilta. Ved Bergsetbreen er det særleg Baklibreen, på nordsida av hovuddalføret, ein må vere merksam på.



The starting point for this walk is the car park at Bergset, at the end of the road in Krundalen. The route is well suited for families with small children. From the car park the route follows a farm track a short way before becoming a very good and well-marked path along the level Bergset valley. The path first goes through fairly dense forest and then opens up more and more towards the dominant Bergsetbreen glacier, uppermost in the valley. The path crosses several small rivers and streams, usually by good bridges, and sometimes crosses boggy ground where logs have been laid to walk on.

The vegetation is lush to begin with, but as you approach the glacier there are fewer and fewer trees and plants. Finally the path becomes gravel and rock, but it remains clear and easy to follow. During the summer a warning sign is put up not far from the foot of the Bergsetbreen glacier. It is extremely dangerous to go past it. It is Baklibreen on the north side of the main valley that one must be most careful about.



Ausgangspunkt für diese Wanderung ist der Parkplatz bei Bergset, dem nächstgelegenen Bauernhof in Krundalen. Diese Tour eignet sich gut für Familien mit kleinen Kindern. Vom Parkplatz verläuft diese Route durch die Hofanlage hindurch, eine kurze Strecke auf einem Traktorweg weiter und danach auf einem sehr guten und deutlich gekennzeichneten Pfad in das flache Bergset-Tal hinein. Erst geht der Pfad durch dichten Wald, später öffnet sich der Blick mehr und mehr auf den dominierenden Bergsetgletscher im Tal. Mehrere kleine Flüsse und Bäche werden überquert, meist mit guten Brücken, gelegentlich muß man sumpfiges Gelände überqueren, dort sind Holzschwellen ausgelegt. Zunächst ist die Vegetation reichhaltig, doch je näher man dem Gletscher kommt, umso mehr nimmt Wald und Vegetation ab. Am Schluß geht der Pfad über Stein und Schotter, ist aber deutlich sichtbar und gut zu finden. Im Sommerhalbjahr steht ein Warnschild ein Stück weit vor dem Fuß des Gletschers. Es ist höchst gefährlich an diesem Schild vorbei noch näher an den Gletscher heranzugehen. Besondere Vorsicht ist auch beim Bakligletscher geboten, der an der Nordseite des Haupttales des Bergsetgletschers liegt.

Krossen - Molden

Start: Mollandsmarki (Krossen car park)

Hiking time: 2 h (going up)

Elevation: 500 - 1116 m

Distance: 8 km (total)

Map (turkart): Sogndal - Leikanger



Det finaste utsiktspunktet i heile Luster, blir det ofte sagt om

Molden. Du startar ved vegen til Mollandsmarki, akkurat i det vegen flatar ut etter stigninga opp frå veg-krysset der ein forlet riksveg 55.

Like etter ferista tek du til venstre på skogsvegen og følgjer den i om lag 300 meter. Deretter til høgre på god sti, merka raud prikk. Etter om lag ein kilometer inn på ny skogsveg og etter denne i om lag 600 meter. Du er da inne på stien nett der skogsvegen svingar skarpt til høgre. No går det raskt oppover, og etter ein liten kneik når du Svarthiller med flott utsikt utover fjorden og mot Ornes på den andre sida.

Frå Svarthiller svingar stien 90 grader og går i slyng forbi bratte hamrar. Deretter flatar terrenget ut og det er rimeleg lett fram til toppvarden på Molden, 1116 meter over havet.

Den finaste utsikta er nok på austsida, ut mot indre delar av Lustrafjorden, med Nes og Høyheimsvik nærast.



Molden is often called the finest viewpoint in all Luster. You start from

the Mollandsmarki road just where it levels out after rising steeply from the R55 junction. You turn off to the left just past the cattle grid and follow the forest track for some 300m. Then you bear right along a good path marked with red spots. After about one kilometre you take a new forest track for about 600m. You are then on the path at the point where the track turns sharply to the right. From here the path rises steeply and after a little climb you reach Svarthiller with its fine view over the fjord towards Ornes on the other side.

Leaving Svarthiller the path turns through ninety degrees and winds its way past steep crags.

The ground then levels out and the going is reasonably good to the cairn on the top of Molden, 1116 m above sea level. The best view is surely to the east, over the innermost parts of Lustrafjorden with Nes and Høyheimsvik in the foreground.



Utsyn fra Molden, FOTO: Finn Loftesnes



Molden wird häufig als der schönste Aussichtspunkt in Luster genannt.

Ausgangspunkt ist die Straße nach Mollandsmarki, exakt an der Stelle, wo die Straße von der Steigung hinter der Wegkreuzung (Abzweigung von der Reichsstraße 55) in ein flaches Stück übergeht. Gleich nach dem Viehrost (Metallrost in der Straße) nehmen Sie einen Waldweg nach links und folgen diesem etwa 300 m. Dann geht es nach rechts ab auf einem guten Pfad, der mit einem roten Punkt gekennzeichnet ist. Nach etwa einem Kilometer kommt man auf einen neuen Waldweg, auf dem es ca. 600 m weiter geht. Dort, wo der Waldweg eine scharfe Biegung nach rechts macht, kommt man auf den Wanderweg.

Jetzt geht es rasch hinauf und nach einer kleinen Anhöhe erreicht man Svarthiller, wo man eine tolle Aussicht über den Fjord und auf die andere Seite nach Ornes hat. Von Svarthiller biegt der Pfad um 90 Grad und geht in Schleifen an steilen Felsen vorbei. Danach wird das Gelände flacher und man gelangt verhältnismässig leicht zum Steinzeichen auf dem Gipfel des Molden, 1116 m.ü.M.. Die beste Aussicht über den inneren Teil des Lustrafjord mit Nes und Høyheimsvik im Vordergrund hat man auf der Ostseite.

4 Rupheim - Skogo - Skoganipa

Start: Rupheim, Hafslø

Hiking time: 4-5 h (going up)

Elevation: 520 - 1255 m

Distance: 7 km one way

Map (turkart): Sogndal - Leikanger



Fjellområdet nord for Hafsløvatnet har mange fine turer å by

på, både om sommaren og - ikkje minst - om vinteren. Vi har valt å nemne ein av dei finaste, nemleg turen til Skoganipa, 1255 meter over havet. Utgangspunktet er bomvegen ved Rupheim, der du kan parkere langs vegen. Her går det lastebilar forbi, så bilen må ikkje hindre trafikken i å passere. Vidare går det privat traktorveg fram til stølane Fossen og Skogo. Frå Skogo kan du passere Skoganipa på sørsida og seinare svinge nordvestover fram til sjølve toppen. Alternativt kan du halde fram vest for toppen til stølen Hongi og kome opp på Skoganipa frå nordsida. Dette er ein stølstur som høver for heile familien. Vegen er svært god og stigninga er moderat. Attende frå Skoganipa kan du gå same vegen som opp, eller eventuelt utover Grøndalseggi, 984 meter over havet, og kome ned på vegen ved Bersetno.



The mountain area north of the Hafsløvatnet lake offers many lovely walks, both in

summer and, not least, in winter. We have chosen to describe one of the finest of these - the walk to Skoganipa, 1255m above sea level. The starting point is the toll road at Rupheim where one can park at the roadside. Remember that lorries use the road, so you must leave them room to pass. The road continues as a private track as far as the summer farms of Fossen and Skogo. From Skogo you can go round the south side of Skoganipa and then turn northwest to go on to the top itself. Alternatively, you can continue on the west side of Skoganipa to the Hongi seter and so reach the top of Skoganipa from the north. This is a walk to suit the whole family. The paths are very good and the climbs are moderate. From Skoganipa you can either return by the same route or possibly continue to Grøndalseggi, 984m above sea level, and come down to the road at Bersetno.



Utsyn mot Hafslø, FOTO: Rolf M. Sørensen



Die Berge nördlich des Hafsløsees bieten viele schöne Touren, sowohl im Sommer, als auch vor allem im Winter. Hier stellen wir eine der schönsten vor, nämlich die zum Skoganipa, 1255 m.ü.M. Ausgangspunkt ist die Mautstraße bei Rupheim, wo man entlang der Straße parken kann.

Bedenken Sie, daß hier die Tanklastwagen vorbeifahren, geparkte Autos dürfen deshalb nicht den Verkehr behindern. Auf dem privaten Traktorweg geht es weiter zu den Almen Fossen und Skogo. Bei Skogo können Sie Skoganipa auf der Südseite passieren und dann später nach Nordwesten drehen, um zum Gipfel zu gelangen.

Eine Alternative ist es, westlich vom Gipfel zur Hongi Alm zu wandern und dann Skoganipa von der Nordseite her zu ersteigen. Dies ist eine Almwanderung, die für die ganze Familie geeignet ist. Der Weg ist sehr gut zurechtgelegt und die Steigung moderat.

Von Skoganipa können Sie auf dem selben Weg zurückgehen, oder über Grøndalseggi, 984 m.ü.M., hinunter auf die Straße bei Bersetno gelangen.

Tungestølen - Austerdalsbreen



Turisthytta på Tungestølen

Start: Tungestølen (bridge)

Hiking time: 2 h (one way)

Elevation: 250 - 420 m

Distance: 6 km one way

Map (turkart): Jostedalsbreen



«The finest ice-scenery in Europe», sa den engelske fjellmannen

William Cecil Slingsby om dei tre ville brefalla Loke-, Odin- og Torsbreen, som stuper seg ned frå Jostedalsbreen. Her kan du få ein liten smakebit på det ville bre-landskapet utan nødvendigvis å gå på sjølve breen. Utgangspunktet for turen er Tungestølen, turisthytta fremst på Veitastrondi. Stien går fram like over brua og er godt merka og lett å finne. Den går vidare på vestsida av

Austerdalselva heilt fram til breen.

Det er flatt terreng heile vegen, med nokre kneiker av og til. Som alltid når det gjeld brear, må ein vere veldig varsam og ikkje gå for nær isen. Isras og kalving kan inntreffe utan forvarsel, så hald god avstand. Naturen er karrig ved brefoten. Moreneryggar, grus, stein og enkelte stader grønt gras dominerer landskapet. Frå fjellhistoria kan vi lese at to av dei store pionerane på Jostedalsbreen, Kristian Bing og William Slingsby oppdaga nettopp denne breen. Det var Kristian Bing som bygde den varden på fjellryggen mellom Lokebreen og Torsbreen som seinare fekk namnet Kvitesteinsvarden, etter at han plasserte ein kvit kvartsstein på toppen av varden.



"The finest ice-scenery in Europe", said the English mountaineer

William Cecil Slingsby about the three wild ice-falls called Lokebreen, Odinbreen and Torsbreen which tumble down from the Jostedalsbreen glacier at the face of Austerdalsbreen. Here you can get just a taste of the wild glacier landscape without having to walk over the glacier itself.

The starting point for the walk is Tungestølen, the mountain hut farthest up the Veitastrond valley. The path begins just over the bridge and is well marked and easy to find. It continues along the west side of the Austerdal river, right up to the glacier. It is level going all the way, with some short, sharp climbs from time to time. As is always the case with glaciers, one must be extremely cautious and not go too close to the glacier. Icefalls and "calving" can occur without warning. Keep your distance! There is little or no vegetation near the foot of the glacier. Moraine ridges, gravel, rock, and here and there green grass, dominate the landscape. The mountain history books tell us that two of the great Jostedalsbreen pioneers, Kristian Bing and William Slingsby, discovered this very glacier arm. It was Kristian Bing who built the cairn on the ridge between Lokebreen and Torsbreen which later came to be called the Hvitesteinsvarden (White-stone Cairn) because he placed a white quartz rock on the top of it.



«The finest ice-scenery in Europe» sagte der englische Alpinist

William Cecil Slingsby über die drei wilden Gletscherbrüche Loke-, Odin- und Torsgletscher, die sich vom Jostedalsgletscher zum Austerdalsgletscher hinabstürzen. Hier können Sie einen Eindruck von der wilden Gletscherlandschaft gewinnen, ohne notwendigerweise selbst den Gletscher zu betreten. Ausgangspunkt ist Tungestølen, die Touristenhütte in Veitastrondi. Der Pfad geht zunächst über eine Brücke, ist gut gekennzeichnet und leicht zu finden. Er verläuft auf der Westseite des Austerdalsflusses entlang bis hin zum Gletscher. Das Gelände ist ziemlich flach, mit ein paar Hängen.

Wie überall in Gletschernähe muß man sehr vorsichtig sein und dem Eis nicht zu nahe kommen. Eisabbrüche und Eisschlag können jederzeit und ohne Vorwarnung eintreffen, bewahren Sie reichlich Sicherheitsabstand. Die Natur am Gletscherfuß ist karg, Moränenrücken, Schotter, Steine und gelegentlich etwas grünes Gras prägen die Landschaft. Aus der Geschichte des Gebirges können wir lesen, daß zwei der großen Pioniere, Kristian Bing und William Slingsby, genau diesen Gletscher entdeckten. Das Steinzeichen auf dem Bergrücken zwischen Lokegletscher und Torsgletscher wurde von Kristian Bing errichtet. Später bekam es den Namen Kvitesteinsvarden, nachdem er einen weissen Quarzstein auf die Spitze des Steinzeichens gelegt hatte.

6 Engjadalen - Heggdalsvatnet

Start: Engjadalen, car park

Hiking time: 2 h (going up)

Elevation: 425 -1025 m

Distance: 5- 6 km one way

Map (turkart): Breheimen



Det første stykket går langs ein traktorveg på vestsida av elva framover dalen frå parkeringsplassen. Etter ei stutt vandring, kjem du over på merka sti fram mot DNT-hytta på Navarsete. Stien held fram vidare innover på vestsida av elva og kryssar denne like før Heggdalen, ein triveleg støl fremst i den frodige og grønne Engjadalen. Frå Heggdalen er det nokså bratt opp til Heggdalsvatnet, der stien tidvis går

heilt ute på kanten mot elvegjelet. Det er på sin plass å åtvare mot dette partiet, særleg dersom det regnar eller er glatt av frost. Du kan med fordel gå av stien og

finne ei rute nokre meter frå stupkanten. Siste stykket går stien innunder nokre høge hamrar før du er oppe ved osen på Heggdalsvatnet. Innover og forbi vatnet ser du fjellområdet Stongfjellet og Fivlenosi og overgangen til Vigdalen. Det er mogleg å gå ein annan veg attende til bilvegen. Vegene om Seljesete kryssar elva like under treddammen ved vassosen, og går vestover rett nord for Vorfjellet. Om litt hellar terrenget nedover, du passerer eit par blautmyrar og ser snart stølshusa på Seljesete. Frå stølen er det traktorveg sørover til Brunene, og vidare innover og nedover mot parkeringsplassen i Engjadalen.



Heggdalsvatnet FOTO: Stein



The starting point is the car park in Engjadalen.

The first stretch follows a track on the west side of the river along the valley. After a short walk you come to a marked path which leads to the Tourist Association (DNT) cabin at Navarsete. The path continues along the west side of the river until it crosses the river just before Heggdalen, a nice summer farm up the green and fertile Engjadalen valley.

From Heggdalen the climb is fairly steep up to Heggdalsvatnet lake where the path occasionally goes right to the edge of the river cutting. It is as well to warn you to avoid this stretch, especially when it's raining or there is slippery ice. You can leave the path and find a way a few metres further from the cliff. The last stretch takes you close under some high crags before you reach the outlet from Heggdalsvatnet. Ahead and across the lake you see the mountains Stongfjellet and Fivlenosi and the pass to Vigdalen. It is possible to take another route back to the road. The Seljesete track crosses the river just below the wooden weir at the foot of the lake and goes in a westerly direction just north of Vorfjellet. Down gently sloping ground you cross a couple of marshy areas and soon catch sight of the buildings at Seljesete. From this summer pasture farm there is a track going south to Brunene and beyond, down to the car park in Engjedalen.



Ausgangspunkt ist der Parkplatz in Engjadalen, ein kurzes Stück hinter Åberge.

Zunächst geht es auf einem Traktorweg auf der Westseite des Flusses weiter ins Tal. Nach einer gewissen Strecke des Traktorweges kommt man zu dem gekennzeichneten Pfad, der zur DNT - Hütte Navarsete führt. Der Pfad geht weiter auf der Westseite des Flusses und überquert diesen kurz vor Heggdalen, einer hübschen Alm im grünen und üppigen Engjadalen. Von Heggdalen geht es ziemlich steil aufwärts zum Heggdalsvatnet (See), zeitweise verläuft der Pfad ganz an der Kante des Flußeinschnittes. Auf dieser Teilstrecke muß man aufpassen, insbesondere wenn es regnet oder wegen Vereisung glatt ist. Es ist dann empfehlenswert, etwas neben dem Pfad in einigen Metern Abstand von der Abbruchkante zu gehen. Das letzte Stück geht unter einigen noch so hohen Felsen vorbei, bevor man oben auf dem Höhenrücken beim Heggdalsvatnet ankommt. Hinter dem See sieht man die Gebirgskulisse mit Stongfjell, Fivlenosi und dem Paß ins Vigdalen. Man kann einen anderen Weg zur Autostraße zurücknehmen. Der Weg über Seljesete überquert den Fluß gleich unterhalb des Holzdammes bei Vassosen und verläuft dann weiter westwärts unmittelbar nördlich des Vorfjellet. Bald wird das Gelände abschüssig, man passiert einige sumpfige Gebiete und sieht dann bald die Almhütten auf der Seljesete Alm. Von der Alm führt ein Traktorweg nach Süden nach Brunene und weiter abwärts in Richtung Parkplatz in Engjadalen.

7 Mollandsmarki rundt

Start: Mollandsmarki (Krossen car park)

Hiking time: 4 h (total time)

Elevation: 330 m

Distance: 9 km (total)

Map (turkart): Sogndal - Leikanger



Fin og lett rundtur som går gjennom flott natur og kulturlandskap. Langs ruta vil du få utsikt både over Lustrafjorden og Urnes, Hafslo og Hafslovatnet. Rundturen er merka med raude punkt.

Rundturen startar frå Krossen på Mollandsmarki. Følg merkinga sørover. Til venstre ser du utover Batatjørni som er ein fin fuglebiotop. Ved Mollandstølen skal du halde til høgre tvers over det opne stølsgjerdet. Stien går litt i motbakke her. Vegen til venstre fører ned til garden Molland. Stien går på oversida av steingjerdet som skil mellom inn- og utmark. Den går innom Råumstølen, på oversida av utgarden av Siestølen og vidare på nedsida av garden Resaland der du kjem inn på bilvegen.

Følg bilvegen eit lite stykke. Ta av til høgre på ein traktorveg like etter at du har passert garden Vetleskog. Traktorvegen passerer Kjosstølen, går ned Kjoskleivane og møter bilvegen ved garden Kjos. Gå bilvegen til du kjem til riksvegen ved Hillestad.



Utsyn mot Solvorn, FOTO: H. Vatne

Frå Hillestad går du opp gjennom byggjefeltet Solbakken. Ein traktorveg svingar av til venstre gjennom eit beiteområde der du har den idylliske Ildre-tjørna på høgre hand. Frå Hillestadstølen går du bilvegen attende til Krossen.



Beautiful and easy walk which goes through very nice country, both wild and man-made. On the way you will have views over Lustrafjorden and Urnes, Hafslo and Hafslovatnet. The round trip route is well marked with red spots. The walk begins at Krossen in Mollandsmarki. Follow the marked track southward. To the left you look over Batatjørni tarn, a fine bird habitat. At Mollandsstølen summer farm you keep right, across the open pasture. The path rises a little here. The road to the left leads to the main Molland farm.

The path follows the upper side of the stone wall that marks the boundary between cultivated and uncultivated land. It goes through Råumstølen summer pasture farm on the upper side of the Siestølen's outbuildings, and then along the lower boundary of the Resaland farm where you come out on to the road. Follow the road a little, then turn off to the right on to a track just after you have passed the Vetleskog farm. The track passes Kjosstølen summer farm and then goes down the Kjoskleivane chines ("chines" are small natural canyons which a river has cut back into chalk cliffs) to the road at the Kjos farm. Follow the road until you come to the main road at Hillestad. From Hillestad you go up through the Solbakken housing estate. A track swings off to the left through rough grazing where you find the idyllic Lidretjørnet tarn on your right. From Hillestadstølen take the road back to Krossen.



Für diese schöne und leichte Rundwanderung durch eindrucksvolle Natur und Kulturlandschaft muß man mit 4 Stunden Gehzeit rechnen. Entlang der Wegstrecke hat man Aussicht über den Lustrafjord, Urnes, Hafslo und den Hafslo See. Der Rundweg ist mit roten Punkten gekennzeichnet. Ausgangspunkt der Rundwanderung ist Krossen bei Mollandsmarki. Folgen Sie den Wegmarkierungen nach Süden. Auf der linken Seite blickt man über Batatjørni, das ein interessantes Vogelbiotop ist. Bei der Mollandstølen Alm halten Sie sich nach rechts und überqueren den offenen Zaun der Alm. Hier geht der Pfad leicht aufwärts.

Der Weg nach links führt zum Gehöft Molland. Der Pfad verläuft entlang einer Steinmauer, die Ackerland und offene Weiden voneinander trennt. Es geht weiter zur Råumstølen Alm auf der Oberseite von Siestølen und weiter an der Unterseite des Bauernhofes Resaland vorbei, wo man auf die Autostraße stößt. Folgen Sie dieser ein Stück weit. Kurz hinter dem Bauernhof Vetleskog geht es nach rechts auf einen Traktorweg. Der Traktorweg passiert die Kjosstølen Alm, geht die Kjoskleivane hinab und stösst beim Bauernhof Kjos auf die Autostraße. Folgen Sie der Autostraße bis Sie zur Reichsstraße bei Hillestad kommen. Von Hillestad geht man weiter durch die Wohnsiedlung Solbakken, bis zu dem Traktorweg, der nach links abbiegt.

Der Weg führt durch ein Weidegebiet vorbei an einem Waldteich (Ildretjørna) auf der rechten Seite, bis zur Hillestadstølen Alm. Von hier aus gehen Sie auf der Autostraße zurück zum Ausgangspunkt Krossen.

8 Turtagrø - Tindeklubbhytta

Start: Turtagrø, car park

Hiking time: 2-3 h (going up)

Elevation: 900 - 1350 m

Distance: 3,5 km one way

Map (turkart): Jotunheimen Vest



Utgangspunktet er Turtagrø, der du parkerer bilen ved Turtagrø Hotell. Stien kryssar elva (frå Helgedalen) på god bru og går vidare gjennom vierkratt fram til den første kneiken opp mot Skagadalen. Til venstre innover Helgedalen ser du både Fannaråken og Steindalsnosi.

Etter den første harde stigninga går stien langs elva innover, og passerer eit såkalla bekkeinntak, eit lite damarrangement der vatnet blir ført inn i tilløpssystemet til Fortun kraftverk. Etter ei stund kjem den andre harde stigninga, som endar opp ved fremste

Skardstølsvatnet og lagshytta til Norsk Tindeklubb, som ikkje er open for allmenn bruk.

Framme i dalen reiser Store Skagastølstind seg 2405 meter over havet, og rundt den ei rekkje andre flotte klatretindar. For den som vil opp på tindane utan å måtte klatre, kan Nordlege Skagastølstind vere eit aktuelt mål. Stien held fram eit lite stykke aust for Tindeklubbhytta, opp i skaret mellom Nordlege og Kolnosi. Derifrå er det strake vegen til topps. Heile vegen oppover er det steinur, og på sjølve toppen er det nokså luftig for ver og vind.



Skagastølstindane. FOTO: H.Vatne



We start from Turtagrø at the Turtagrø Hotel car park. The path crosses the Helgedalen river on a good bridge and continues through low brush to the first turn up towards Skagadalen. To the left you can see both Fannaråken and Steindalsnosi up Helgedalen. After the first hard climb the path follows the river upward and passes a small dam and headworks which form the intake for the Fortun hydroelectric power station. A little further on you come to the second steep climb which ends at the lower Skardstølsvatnet lake and Tindeklubbhytta (the Norwegian Peak Club hut) which is not open to non-members.

At the head of the valley Skagastølstind rises 2405m above sea level with a range of other fine peaks for climbers around it. For those who want to reach the peaks without rockclimbing, Nordlege Skagastølstind may be a good one to aim at. The path continues a little east of Tindeklubbhytta, up between Nordlege and Kolnosi. From there it goes straight to the top. The path is on stony scree all the way and the summit is rather exposed.



Ausgangspunkt ist Turtagrø, wo Sie das Auto am Hotel Turtagrø abstellen können.

Der Pfad überquert auf einer guten Brücke den Fluß von Helgedalen und verläuft weiter durch Weide und Gebüsch bis zur ersten Steigung hinauf ins Skagadalen. Links sieht man ins Helgedalen mit den Gipfeln Fannaråken und Steindalsnosi. Nach dem ersten steilen Anstieg geht der Pfad am Fluß entlang weiter, vorbei an einem kleinen Stauwehr, wo das Wasser zum Kraftwerk Fortun abgeleitet wird. Nach einer Weile kommt der nächste steile Anstieg, der am Skardstølssee und der Vereinshütte des Norsk Tindeklubb endet. Die Hütte ist nicht für die Allgemeinheit geöffnet.

Im Tal erhebt sich der Store Sagastølstind, 2405 m.ü.M., von einer Reihe anderer, attraktiver Klettergipfel umgeben. Für diejenigen, die einen Gipfel besteigen wollen, ohne klettern zu müssen, ist der Nordlege Sagastølstind geeignet. Der Pfad verläuft ein Stück weit östlich der Tindeklubbhütte, oben im Sattel zwischen Nordlege und Kolnosi. Von dort geht es direkt hinauf zum Gipfel. Viel Stein und Geröll liegen am Weg und der Gipfel ist noch so sehr Wind und Wetter ausgesetzt.

Turtagrø - Nedre Dyrhaugsrygg - Turtagrø



Utsyn mot Hurrungane, FOTO: S. E. Kjørnik

Start: Turtagrø, car park

Hiking time: 2-3 h (total time)

Elevation: 900- 1207 m

Distance: 4 km (total)

Map (turkart): Jotunheimen Vest



Denne relativt lette turen gjev ei flott utsikt mot Skagastølstindane og andre tindar i Hurrungane og du passerer fleire kulturminne og stølar. Eit par hundre meter frå Turtagrø går stien over elva på ei fin, gamal trebru. Turen er merkt med vardar og raud T og startar på ein fin sti i lett terreng på flatene bortover mot sjølve Dyrhaugsryggen. Litt etter brua møtest ei elv som kjem frå Helgedalen, Fanaråken og ei frå Skagastølsdalen. Stien kryssar elva frå Skagastølsdalen. Gå på steinane for å kome tørrskodd

over. Oppover mot Dyrhaugsryggen går stien først i skarpe svingar bratt opp til venstre for fossen. Fleire stader er stien bygd opp av fine murar. Vel oppe den første kneiken får du sjå ei lita elv som går fossande kvit litt lenger oppe. Ei demning tek elva inn i tunnel for kraftproduksjon. Stien går over denne demninga.

Stien går vidare på høgre sida av elva, fram til nokre store steinar. Her skal du svinge til høgre og gå vidare slakt oppover mot Nedre Dyrhaug, der du kjem til eit lite vatn, ser nye tindar og får ei storslått utsikt vestover. Nedover mot Skagastølen er stien dårlegare, og til dels bratt og våt. Ved Skagastølen er vegen merka attende til stien ein starta på, like under fossen. Følg så same rute attende til utgangspunktet.



This relatively easy walk provides a spectacular view towards the Skagastølstindane and other peaks in the famous Hurrungane mountain range. You pass several interesting sights and summer farms (stølar) on the way. The route is marked with cairns and red T's and starts with a good path in open, level country straight towards the Dyrhaugsryggen ridge itself. A couple of hundred metres from Turtagrø the path crosses the river on a fine, old wooden bridge. Not far beyond the bridge the river forks - one branch coming from Helgedalen and Fannaråken and another from Skagastølsdalen. The path crosses the river from Skagastølsdalen. Use the stepping stones to cross in the dry. Climbing towards Dyrhaugsryggen, the path first rises steeply in sharp turns to the left of the waterfall. In several places the path is built up on fine stone walls. At the top of the first climb you catch sight of a stream of white water a little higher up. A dam leads the water into a tunnel to feed a power station. The path crosses the dam.

The path continues to the right of the river until you reach some large stones. Here you must turn right and continue gently up to Nedre Dyrhaug, where you come to a small tarn, see new peaks and get a fantastic view to the west. Down to Skagastølen the path is steep and sometimes slippery. At Skagastølen the path is marked back to the path you came up by, just under the waterfall. Follow the same route back to the starting point.



Auf dieser Tour hat man eine wunderschöne Aussicht auf die Gipfel des Skagastølstindane und andere Gipfel des Hurrungane. Man passiert unterwegs mehrere Kulturdenkmale und Almen. Der Pfad ist mit Steinzeichen und dem roten T neu gekennzeichnet. Man startet auf einem Pfad in leichtem Gelände auf den flachen Partien, die in Richtung Dyrhaugsryggen. Ein paar hundert Meter von Turtagrø entfernt wird der Fluß auf einer schönen alten Holzbrücke überquert. Kurz nach der Brücke stößt man auf einen Fluß, der aus Helgedalen und Fannaråken kommt und einen weiteren Fluß, der aus Skagastølsdalen kommt. Der Pfad überquert den Fluß aus Skagastølsdalen. Benutzen Sie die Steine, um trocken rüber zu kommen. Hinauf zum Dyrhaugsryggen geht der Pfad zunächst links vom Wasserfall in scharfen Windungen steil nach oben. An mehreren Stellen ist der Pfad mit schönem Mauerwerk ausgebaut. Oben auf der ersten Anhöhe sieht man noch höher oben einen kleinen, weiß schäumenden Fluß. Ein Stauwehr fasst diesen Fluß in einen Tunnel und leitet ihn zum Kraftwerk Fortun. Der Pfad geht über dieses Stauwehr.

Der Pfad geht auf der rechten Seite des Flusses bis zu einigen großen Steinen weiter. Hier müssen Sie nach rechts biegen und sanft ansteigend zum Nedre Dyrhaug weitergehen, wo man auf einen kleinen See stößt. Hier sieht man weitere Gipfel und hat eine großartige Aussicht nach Westen. Hinunter nach Skagastølen ist der Pfad schlechter, teilweise steil und naß. Bei Skagastølen ist der Pfad gekennzeichnet, bis man auf den Weg stößt, auf dem man gestartet ist, nicht weit unterhalb des Wasserfalls. Folgen Sie dann die gleiche Route zurück zum Ausgangspunkt.

10 Mørkrid - Mørkridsdalen

Start: Hyrnavollen, Mørkridsdalen

Hiking time:

2 h to Dalen (+1,5 h to Austra)

Elevation: 100 - 500 m (950 m)

Distance: 7 km (10 km)

Map (turkart): Breheimen



Romantisk tur gjennom frodig landskap, som kan vere spesielt trollsk og vakkert viss det regnar. DNT kåra denne turen til den mest florarike ruta dei har. Stien er svært godt rydda og merka. Den går langs elva frå parkeringsplas-

sen ved Hyrnavollen og svingar opp i det spesielle Tjørnahelet, på høgre side av det første vatnet, deretter over på venstre side. Etter ein liten bratt kneik går stien gjennom eit parkliknande landskap før stølshusa på Dulsete kjem til syne. Vidare er det nokså flatt forbi stølen Liane og langs elva heilt fram til Dalen, som er ei stor elveslette mellom dei høge fjella med stølen på den fremste enden av sletta. For mange vil turen bli avslutta her. Men dei sprekaste kan og prøve seg vidare med ei hard stigning opp til Austa, etter at stien kryssar

elva på ei god bru like framom Dalen. Frå Austa er det godt merka veg til Fjellsli og Arentzbu, og over fjellet til Åsete ved Åsetevatnet.



FOTO:VISUS



Romantic walk through lush landscape. After driving across the bridge at Moen one has only to follow the road which crosses the river again and finally ends at a generous car park.

The path up Mørkridsdalen is part of the Tourist Association's (DNT) net in Luster and is therefore very well maintained and marked. It follows the river up to the remarkable Tjørnahelet, to the right of the first lake and then to the left. After a steep little climb the path goes through park like landscape until the summer farm buildings at Dulsete come into view.

From there it is fairly level going past Liane and along the river all the way to Dalen which is a wide river plain between the high mountains with the summer farm at the rear end. For many the walk will end here, but the fittest can also attempt the stiff climb up to Austra after crossing the river on a good bridge just beyond Dalen. From Austa the path is well marked to Fjellsli and Arentzbu, and across the mountain to Åsete by Åsetevatnet.



Ausgangspunkt für diese sehr schöne und romantische Tour ist die stillgelegte Hyrnavollen Alm in Mørkridsdalen. Nachdem man eine Brücke bei Moen überquert hat folgt man der Autostraße, die erneut den Fluß überquert und schließlich in einem großen Parkplatz endet. Der Weg ins Mørkridsdalen gehört zum Wegenetz der DNT in Luster und ist deshalb gut hergerichtet und gekennzeichnet. Er folgt entlang des Flusses und schwingt hinauf zu Tjørnahelet, am ersten See rechts vorbei, danach hinüber auf die linke Seite. Nach einem kleinen, steilen Hang geht der Pfad durch eine parkähnliche Landschaft, bevor die Hütten der Dulsete Alm sichtbar werden. Es geht in flachem Gelände weiter, an der Liane Alm vorbei, am Fluß entlang bis nach Dalen, das eine große Flußebene zwischen den hohen Gipfeln ist, mit der Alm am Anfang der Ebene. Viele werden die Tour hier abschließen. Aber Wanderer mit sehr guter Kondition können noch weiter eine anstrengende Steigung nach Austa hinauf gehen, nachdem der Pfad den Fluß mit einer guten Brücke kurz vor Dalen überquert hat. Von Austa geht ein gut gekennzeichnetem Weg nach Fjellsli und Arentzbu, weiter über das Gebirge nach Åsete beim Åsete-See.



11 Mørkrid - Osen

Start: Mørkrid

Hiking time: 2 h going up

Elevation: 100 - 840 m

Distance: 2,5 km one way

Map (turkart): Breheimen



Ta av frå riksveg 55 ved brua på Skjolden og køyr på austsida av elva, innover den flate og frodige Mørkridsdalen. Ved Moen køyrer du over på vestsida og om lag 200 meter fram til nytt vegkryss. Opp til venstre og 300 meter fram til parkeringsplass, like ovanfor vegen. Stien opp til Osen høyrer til rutenettet til DNT og er svært godt rydda og godt merka. Det første stykket går i halvbratte slyngar opp forbi den flotte Drivandefossen like ved stien, der det som oftast og er svært blautt. Vel forbi fossen tek den verkeleg harde stinginga til. No går vegen i sikksakk opp under Fastberget, der dei siste høgdemetrane er ekstra bratte med til dels laus stein i vegen. Her får du fin utsikt utover Mørkridsdalen.

No er det snart slutt på stinginga og stien går nesten flatt inn til stølen Osen og enden på Åsetevatnet. Om du ser deg attende, vil du nå sjå tinderekkja i Hurrungane. Osen er ein av dei aller finaste stølane i Luster, sjølv om det krev noko innsats å kome hit. Frå Osen kan du gå vidare innover til Åsete og Fast, eller over til Austra og Arentzbu. Legg du tilbaketuren om Austra og Mørkridsdalen, får du ein lang, men flott rundtur.



Turn off the R55 main road at Skjolden and drive on the east side of the river along the flat and fertile Mørkridsdalen valley. At Moen cross to the west side and continue some 200m to another junction. Turn left and it is 300m to the car park just above the road. The path up to Osen is part of the Tourist Association's (DNT) net and is very well maintained and marked. The first stretch swings moderately steep up past the impressive waterfall Drivande. Well past the waterfall the path becomes very steep. It then zig-zags fairly steeply up below Fastberget where the last few metres are extremely steep with loose stones on the path some of the way. You get a fine view over Mørkridsdalen from here. Then it is not far to the top of the climb and the path continues level to the Osen summer farm (seter) and ends at



Åsetevatnet lake. If you look back you will see the range of Hurrungane peaks. Osen is one of the finest summer pasture farm in Luster, although it demands some effort to reach it. From Osen you can go further in to Åsete and Fast, or over to Austra and Arentzbu. If you return via Austra and Mørkridsdalen you will have a long, but very nice round trip.



Zweigen Sie bei der Brücke in Skjolden von der Reichsstraße 55 ab und fahren Sie auf der Ostseite des Flusses, in das flache und fruchtbare Mørkridsdalen. Bei Moen fährt man hinüber auf die Westseite und nach ca. 200 m kommt man wieder an eine Wegkreuzung. Es geht nach links hinauf, nach 300 m kommt ein Parkplatz, direkt oberhalb des Weges. Der Pfad hinauf nach Osen gehört zum Wanderwegenetz der DNT und ist deshalb gut hergerichtet und gekennzeichnet. Die erste Wegstrecke geht in mittelsteilen Schleifen hinauf, an einem markanten Wasserfall vorbei (Drivandefossen), wo es häufig sehr naß ist.

Ein Stück weit hinter dem Wasserfall kommt die wirklich harte Steigung. Jetzt geht der Weg im Zickzack steil hinauf in Richtung Fastberget, wo die letzten Höhenmeter extra steil sind und teilweise loses Gestein auf dem Weg liegt.

Hier hat man eine schöne Aussicht über Mørkridsdalen.

Jetzt hört die Steigung bald auf und der Pfad geht beinahe flach zur Osen Alm und an das Ende des Åsetesees. Blickt man zurück, sieht man die Berggipfel des Hurrungane. Osen ist eine der schönsten Almen in Luster, auch wenn es etwas Mühe kostet, dorthin zu gelangen. Von Osen kann man weiter nach Åsete und Fast gehen, oder hinüber nach Austra und Arentzbu. Wenn sie den Rückweg über Austra und Mørkridsdalen nehmen, erleben Sie eine schöne Rundwanderung.



Vandring i Mørkridsdalen, FOTO: S. Nass

12 Kilen - Vigdalen «Bispevegen»

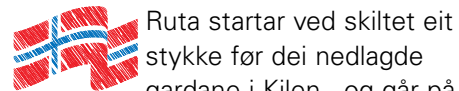
Start: Kilen (10 km from Luster to Dalsdalen)

Hiking time: 3 h one way

Elevation: 260 - 770 m

Distance: 6 km one way

Map (turkart): Breheimen



Ruta startar ved skiltet eit stykke før dei nedlagde gardane i Kilen, og går på klopp over elva. Pass på å halde deg etter stien! Vidare kjem du forbi den nedlagde vårstølen Kilali.

På det høgste punktet kan du velja å gjere turen lengre ved å gå nordover om stølen

Breidsete og over brua til Vigdalsstølen. Kortast er det å gå ned til Vårstølsbrua frå Storhaug og vidare på bilveg ned til øvste gardane i Vigdalen. Dette er ein tur som du kan gjere så lang du vil, med å bryte av tidleg og returnere til Kilen. Mest intressant er det likevel å gå til Vigdalen og få skyss derifrå attende til utgangspunktet. Fjellbygda Vigdalen var for ikkje lenge sidan ein del av Dale sokn. Kyrkje-vegen gjekk langs stien du skal gå.

Det er lagt ned ein god del arbeid med murar og hellelegging på nokre parti av vegen. Dette skal vere gjort av soldatar som slapp å møte på svenskegrensa på byrjinga av 1800-talet og i staden hadde pliktarbeid her. Namn som Likholmyri og Likhelleren vitnar om strevet med å frakte dei døde til kyrkjegard i Luster. Oppunder Storhaug er bokstavane JNB og årstal innhogde til minne om ein visitas biskop Johan Nordahl Brun gjorde til Jostedalen og Luster først på 1800-talet. Denne gongen var dette den naturlege vegen frå og til den avstengde Jostedalen.



Vigdalsstøl FOTO: Stein Naess



The route begins at the signpost a little before you come to the abandoned farms in Kilen, and crosses the river by a footbridge. Take care to keep to the path. A little further on you come to the abandoned spring farm Kilali.

At the highest point you can choose to lengthen the walk by going north by the Breidsete summer farm and over the bridge to Vigdalsstølen summer farm. But the shortest way down is to walk to the Vårstøls bridge from Storhaug and to continue by the road down to the uppermost farms in Vigdalen. This is a walk which you can make as long as you like by breaking off early and returning to Kilen. But it is more interesting to walk to Vigdalen and get a lift back from there to the starting point.

The mountain community of Vigdalen was until recently part of the parish of Dale. The way to the church followed the route you will take. A lot of work has been done in the way of walling and paving parts of the way. This was undertaken at the beginning of the 19th century by soldiers who, instead of serving on the Swedish front, were obliged to work here. Names such as Likholmyri and Likhelleren testify to the efforts needed to get bodies to the churchyard at Luster (Lik=dead bodies). Just under Storhaug the initials JNB and the year are cut into the rock to record the visit made by Bishop Johan Nordahl Brun to Jostedal and Luster early in the 19th century. In those days this was the natural way to go to reach the isolated Jostedalen valley.



Diese Route beginnt beim Schild ein Stück weit vor den verlassenen Bauernhöfen in Kilen, und geht auf Schwellen über den Fluß. Achten Sie darauf sich am Pfad zu halten! Weiter kommt man an der stillgelegten Kilali Alm vorbei.

Auf dem höchsten Punkt können Sie wählen, noch weiter zu wandern, indem man nach Norden zur Breidsete Alm und über die Brücke zur Vigdalsstølen Alm geht. Am kürzesten ist es, von Storhaug hinunter nach Vårstølsbrua zu gehen und dann weiter auf der Autostraße hinunter zu den obersten Bauernhöfen in Vigdalen. Diese Tour kann man in beliebiger Länge gehen, indem man frühzeitig abbricht und nach Kilen zurückkehrt. Aber am interessantesten ist es, bis nach Vigdalen zu gehen und von dort mit einem Transportmittel zum Ausgangspunkt zurückzukehren.

Das Gebirgsdorf Vigdalen war vor nicht all zu langer Zeit noch ein Teil der Kirchengemeinde Dale. Der Kirchenweg verlief entlang der hier beschriebenen Tour. Man hatte einige Wegpartien mit Mauern und Steinplatten zurechtgelegt. Es heißt, daß Soldaten diese Arbeit ausgeführt haben, die im frühen 19. Jahrhundert nicht an der Schwedischen Grenze Dienst machen mussten, sondern stattdessen hier Pflichtarbeit ausführten. Namen wie Likholmyri und Likhelleren weisen auf die Mühe hin, die mit dem Transport der Toten zum Friedhof in Luster verbunden waren (Lik=Toten). Unterhalb Storhaug sind die Buchstaben JNB und die Jahreszahl eingemeißelt, zur Erinnerung an einen Besuch von Bischof Johan Nordahl Brun in Jostedalen und Luster im frühen 19. Jahrhundert. Damals war dies die natürliche Wegeverbindung von und zum abgelegenen Jostedalen.

13 Høyheimsvik - Navarsete

Start: Høyheimsvik (Høyheim)

Hiking time: 3-4 h one way

Elevation: 0 - 620 m

Distance: 8-9 km one way

Map (turkart): Breheimen



Dette er ein variert tur frå sjøen og opp til over skog grensa med uvanleg fin utsikt mot fjorden og Feigumfossen. Vegen går forbi stølsgrenda Flatningane.



This is a varied walk from sea level to above the tree line with exceptionally fine views over the fjord and the Feigumfossen waterfall. The route passes the summer farm area Flatningane. The route is not shown on the map. It is therefore important to find and follow the red T-marks and the cairns. It is easiest to park at Høyheimsvik and to take the farm road up to the highest smallholding in Høyheim. The road is here



Dies ist eine abwechslungsreiche Wanderung vom Meeresspiegel bis hinauf über die Waldgrenze, mit einer ungewöhnlich schönen Aussicht auf den Fjord und Feigumfossen Wasserfall. Der Weg geht an der Almsiedlung Flatningane vorbei. Dieser Pfad ist nicht auf der Karte eingezeichnet. Es ist deshalb wichtig, die roten T-Zeichen und die Steinzeichen zu sehen und diesen

An den Almen in Flatningane vorbei verläuft der Pfad auf der Ost- und Nordseite. Danach geht der Pfad beinahe eben um einen Bergrücken herum hinunter zur Brücke über den Fluß bei Navarsete. Zurück kann man den selben Weg nehmen, oder man kann eine Verabredung treffen, mit dem Auto in Engjedalen abgeholt zu werden. Man braucht nur eine knappe halbe Stunde von Navarsete zur Autostraße.

Lustrafjord, FOTO: Rolf M. Sørensen



Ruta er ikkje innteikna på kartet. Det er difor viktig å finne og følgje raud T-merking og vardar. Det er lettast å parkere på Høyheimsvik og følgje gardsvegen opp til det høgstliggjande bruket på Høyheim. Bilvegen vert her avløyst av ein traktorveg opp gjennom skogen. Ta av ved skilt som viser Navarsete og raud T-merking vidare. Merkinga fører forbi vårstølen Kolstad på nordsida. Nyt utsynet frå toppen! Forbi stølane på Flatningane er det merkt på aust- og nordsida. Deretter går stien nesten flatt rundt ein fjellrygg ned til brua over elva ved Navarsete. Returen kan gjerast same vegen - eller ha avtale om å bli henta med bil i Engjedalen. Det tek berre knappe halvtimen frå Navarsete til bilveg.

replaced by a logging track through the forest. Turn off at the signpost to Navarsete and follow the red T-marks. The marked path leads past the spring farm Kolstad to the north. Admire the view from the top! The path is marked along the east and north sides of the Flatningane area. From there the path runs almost level round a mountain ridge and down to the bridge over the river at Navarsete. You can take the same way back or arrange to be picked up by car in Engjedalen which is only half an hour's walk from Navarsete.


zu folgen. Am besten ist es, bei Høyheimsvik zu parken und Zufahrtsweg zum höchst-gelegenen Hof in Høyheim weiter hinauf zu folgen. Der Autoweg wird durch den Wald von einem Traktorweg abgelöst. Zweigen Sie beim Schild nach Navarsete ab und folgen Sie weiter dem roten T-Zeichen. Man folgt der Wegemarkierung auf der Nordseite der Kolstad Alm vorbei. Genießen Sie die Aussicht vom Gipfel!

14 Viva - Sprongdalshytta



Sprongdalshytta FOTO: Stein Næss

Start: Styggevatnet car park, Jostedal
Hiking time: 1-2 h going up
Elevation: 880-1260 m
Distance: ca. 6 km (total)
Map (turkart): Breheimen

 Ein fin og lett tur i dette området lengst framme i Jostedal er turen opp til turisthytta til DNT i Sprongdalen. Denne hytta vart bygd av NVE-Statskraftverk då Styggevasshytta måtte rivast på grunn av dambygging. Utgangspunktet for turen ligg eit lite stykke nedanfor Styggevatnet, like ovanfor der bilvegen kryssar elva.

Her er det ein romsleg parkeringsplass på nedsida av vegen. Første delen av stien er bratt, men etter kvart flatar dalen ut. Merkinga er god, og stien er godt synleg heile vegen. Eit stykke inne i dalen passerer du eit bekkeinntak for Jostedal kraftverk, før Sprongdalshytta dukkar opp. Sprongdalshytta inngår som ei av turisthyttene til DNT i Breheimen, med merka sti mot Arentzbu i sør, Svævom og Sota Sæter i aust.



A fine and easy walk in the area high up in Jostedal is the one up to the Norwegian Tourist Association (DNT) hut in Sprongdalen. The hut was built by the national hydroelectricity authority when the Styggevasshytta hut had to be pulled down because of dam-building. The starting point for the walk is a little below Styggevatnet lake, just above the point where the road crosses the river. There is a large car park here on the lower side of the road.

The first stretch of the path is steep, but after a while it levels out. The marking is good and the path is easily visible all the way. A little way up the valley and shortly before you catch sight of the Sprongdalshytta hut you pass an intake for the Jostedal hydroelectric power station. The cabin belongs to the DNT at Breheimen and there is a marked path from it southward to Arentzbu and eastward to Svævom and Sota Sæter.



Eine andere schöne und leichte Tour in diesem Gebiet in Jostedal ist die Wanderung hinauf zur DNT - Touristenhütte in Sprongdalen. Als man die Styggevasshütte wegen des Staudammbaus abreißen musste, wurde diese Hütte von der Norwegischen Energiebehörde - Staatliches Kraftwerk gebaut. Der Ausgangspunkt für diese Tour liegt ein kurzes Stück unterhalb des Styggesees, etwas oberhalb der Stelle, wo die Autostraße den Fluß überquert.



FOTO: Visus

Auf der unteren Seite des Weges gibt es hier einen geräumigen Parkplatz. Der erste Teil des Pfades ist steil, aber nach und nach wird das Tal flacher. Die Markierungen sind gut, und der Pfad ist die ganze Strecke über gut erkennbar.

Weiter drinnen im Tal kommt man an einer Bacheinfassung für das Kraftwerk Jostedal vorbei, bevor dann die Sprongdalshütte auftaucht. Die Sprongdalshütte ist eine von mehreren DNT - Hütten in Breheimen, gekennzeichnete Wege gehen nach Arentzbu im Süden, Svævom und Sota Alm im Osten.

15 Turtagrø - Fannaråken


Start: 2nd bend from Turtagrø Hotel direction Lom (rv 55)

Hiking time: 3-4 h going up (2,5 t coming back)

Elevation: 900-2068 m

Distance: 15 km (total)

Map: Jotunheimen Vest

 Dette er ein av «klassikarane» for fjellinteresserte i Noreg. Fannaråkhytta er den turisthytta som ligg høgast i Noreg (2068 m. o. h.) og har betjening om sommaren. Turen tek til etter riksvegen frå Turtagrø opp til andre svingen, derifrå følgjer ein vegen inn i Helgedalen. Inst i Helgedalen passerer ein eit vassinntak for tunnel til Fortun kraftverk. Turen går så i bratte slyng opp til vegdele for ruta Keisarpasset - Skogadalsbøen. Det ber så vidare på god sti i mange slyng opp til Fannaråken. Utsynet frå Fannaråken er fantastisk, med utsyn mot heile tinderekka i Vest-Jotunheimen. Mange dreg til Fannaråken for å oppleve soloppgangen.



This is one of the "classic" Norwegian walks. Fannaråkhytta is the highest mountain hut in Norway (2068 m a.s.l.) and is manned during the summer. The walk follows the main road from Turtagrø as far as the second bend and then goes by a road up Helgedalen. High up in Helgedalen you pass the intake to a tunnel feeding water to the Fortun hydro-electric power station. The walk then swings steeply up to the Keisarpasset - Skogadalsbøen road fork. From here a good path twists and turns up to Fannaråken. The view from Fannaråken is fantastic with the whole panorama of the West-Jotunheimen range. Many come to Fannaråken to experience the sunrise.



Dies ist ein «Klassiker» für alle Gebirgsfreunde in Norwegen. Die Fannaråk-hütte ist die höchstgelegene Touristenhütte in Norwegen (2068 m.ü.M.) und ist im Sommer bedient. Der Weg beginnt nach der zweiten Kurve der Reichsstraße von Turtagrø hinauf, von dort geht ein Weg ins Helgedalen. Drinnen in Helgedalen kommt man an einem Flußwehr für den Wasser-tunnel zum Kraftwerk Fortun vorbei. Die Route verläuft weiter in steilen Schleifen hinauf zur Wegscheide für die Route Keisarpasset - Skogadalsbøen.

Weiter geht es auf einem guten Pfad in vielen Schleifen hinauf nach Fannaråken. Die Aussicht von Fannaråken ist phantastisch mit einem



Blick über die gesamte Gipfelkette in West -Jotunheimen. Viele Besucher kommen nach Fannaråken, um den Sonnenaufgang zu erleben.

16 Feigumfossen

Start: Car park by road 331 (Urnes - Skjolden)

Hiking time: 1/2 h one way

Elevation: 0- 150 m

Distance: ca. 4 km (total)

Map: Lustrafjorden (1417 I)



Eit av dei aller høgste falla i Noreg,

Feigumfossen, har eit fritt fall på 218 meter. Av uregulerte fossar i Noreg er berre Vettisfossen i Årdal høgre med sine 275 meter.

Feigumvassdraget er varig verna mot kraftutbygging. Det går merka sti opp til utsiktspunkt under fossen. Stien tek av frå fylkesvegen ca. 300 meter frå parkeringsplassen mot Ornes. Stien er noko steinete på slutten, men er godt merka og lett å gå. Det tek om lag ein halv time å gå frå vegen til utsiktspunktet som ligg 150 meter over havet. Husdyr beiter i området. Hugs å late att grindene og hald hunden i band.



FOTO: Terje Rakke



One of Norway's highest waterfalls, Feigumfossen, drops 218 metres.

Among Norway's undeveloped waterfalls it is second in height to Vettisfossen in Årdal with its 275m fall. The Feigum catchment is permanently protected from hydroelectric development.

There is a marked path up to the viewpoint below the waterfall. The path starts from the main road to Ornes about 300m past the car park. Towards the end the path tends to be rocky but is well marked and easy to walk.

It takes about half an hour to walk up from the road to the viewpoint which is 150m above sea level. Livestock graze the area, so please remember to shut gates and keep your dog on a lead.



FOTO: Harald Vatne



Der Feigumfossen hat eine freie Fallhöhe von 218 m.

Von den unregulierten Wasserfällen in Norwegen ist mit 275 m nur der Vettisfossen Wasserfall in Årdal höher. Das Feigumer Gewässer ist dauerhaft gegen Ausbau zur Wasserregulierung geschützt. Ein gekennzeichnete Wanderweg führt zu einem Aussichtspunkt unterhalb des Wasserfalls. Von der Landstraße zweigt der Wanderweg ca. 300 m hinter dem Parkplatz bei Ornes ab. Am Schluß ist der Weg etwas steinig, aber er ist deutlich gekennzeichnet und leicht zu gehen.

Von der Straße bis zum Aussichts-punkt 150 m.ü.M. benötigt man ungefähr eine halbe Stunde. Nutztiere weiden im Gebiet.

Die Gattertore müssen nach dem Passieren wieder geschlossen werden, Hunde müssen an der Leine geführt werden.

17 a Åsen - Nuken

Start: Åsen

Hiking time: 4 h (total time)

Elevation: 660 - 919 m

Map (turkart): Sogndal- Leikanger



Sving av frå rv 5 ved Sogndal Skysstasjon, følg Dalavegen til Lauvhaug i Sogndalsdalen (ca 4 km) og ta til høgre, i retning Eggum. Køyr ca. 500 m, og ta av på grusvegen til venstre, som går over i bomvegen Åsavegen. Parkeringsplass i enden av vege. Stien startar i ytterkant av stølen Åsen, og ein startar med å gå gjennom skogen, før terrenget opnar seg. Det er slak stigning oppover, til ein kjem opp i høgda og kan sjå nordover mot Halsavatnet. På toppen kan du nyte utsikten over Lustrafjorden, Hafslo og store deler av Sogndal kommune. I nordaust retning kan ein sjå Hurrungane i Jotunheimen.



Turn off the RV 5 road at Sogndal Skysstasjon terminal and follow the Dalavegen road to Lauvhaug in the Sogndalsdalen valley (approx. 4 km), then take a right in the direction of Eggum. Continue for approx. 500 m, then turn off to the left onto the gravel road that becomes the Åsavegen toll road. Parking available at the end of the road. The path starts at the perimeter of the summer pasture farm of Åsen, and you begin by walking through woodland before the terrain opens up. The path climbs gently until you reach a point from which you have a view of the Halsavatnet lake to the north.

At the summit you can enjoy views of the Lustrafjord, Hafslo and large parts of Sogndal municipality. To the north-east you can see the Hurrungane mountains, part of the Jotunheimen mountain range.



Biegen Sie am ZOB (Sogndal Skysstasjon) von der Rv. 5 ab, folgen Sie der Straße Dalavegen nach Lauvhaug im Tal Sogndalsdalen (ca. 4 km), dann rechts in Richtung Eggum. Fahren Sie ca. 500 m und biegen Sie in den Schotterweg nach links ein, der in die Mautstraße Åsavegen übergeht. Parkplatz am Ende des Weges.

Der Pfad beginnt am Rande der Alm Åsen. Man geht zunächst durch den Wald, bevor sich das Gelände öffnet. Leichter Anstieg, bis man auf die Anhöhe kommt, von wo aus man nach Norden Richtung See Halsavatnet blickt. Oben können Sie die Aussicht über den Lustrafjord, Hafslo und große Teile der Gemeinde Sogndal genießen.

In nordöstlicher Richtung sieht man die markante Gipfelkette Hurrungane im Jotunheimen-Gebirge.

b Sogndal / Åberge - Nuken



FOTO: Finn Loftnes

Start: Sogndal town centre or Åberge

Hiking time: 5- 6 h (total time)

Elevation: 0 - 260 - 919 m

Map (turkart): Sogndal- Leikanger



Utan bil kan du starte turen bak Sogndal Kulturhus. Følg skilting med "Kultursti" opp til Åberge. Herifrå går det bomveg til Hølsete og vidare merka sti nordaustover til Krysset og så nordvestover mot toppen av Nuken. Frå Hølsete kan ein også gå rett nordover opp mot Nuken utan tydeleg sti. Flott utsikt. Alternativ a og b kan slåast saman og gjerast som rundtur. Sjå fjellturkart.



If you are travelling without a car, you can start your trip behind the Sogndal cultural centre. Follow the signs marked "Kultursti" (cultural trail) up to Åberge. From there, there is a toll road to Hølsete from where there is a marked path north-east to Krysset

and then north-west towards the summit of Nuken. From Hølsete you can also head directly north up to Nuken without following a clearly marked path. Fantastic views. Alternatives a) and b) can be combined to form a circular walk. See the mountain walking map.



Ohne Auto können Sie die Wanderung hinter dem Kulturhaus in Sogndal beginnen. Folgen Sie dem Schild "Kultursti" hinauf nach Åberge. Von hier führt eine Mautstraße nach Hølsete, der weitere gekennzeichnete Weg Richtung Nordosten bis Krysset, dann nordwestlich bis zum Gipfel des Nuken. Ab Hølsete kann man auch direkt nach Norden zum Nuken aufsteigen, der Pfad ist allerdings nicht gut zu erkennen. Herrliche Aussicht. Die Vorschläge a und b können zusammengelegt und als Rundweg gewandert werden. Siehe Bergwanderkarte.

18 Storamyrri - Storehaugen

Start: Storamyrri, Kaupanger

Hiking time: 3 h going up,
1,5 coming back

Elevation: 380 - 1169 m

Map (turkart): Sogndal- Leikanger



Start ved Storamyrri, som er det fyrste, flate partiet på vegen opp frå Kaupanger mot Sogndal Lufthamn, ca 14 km frå Sogndal Sentrum. Parker ved skiltet "Storhaugen" (ca.50 m frå vegen). Herifrå går det god sti til Bjørkastølen, med flott utsikt over fjorden til fjellet Bleia. God sti gjennom tett furuskog vidare. Stien held fram mot nord, og følgjer tregrensa eit stykke. Oppe ved tjørna møter du stien frå Vesterland, (alternativ start), og følgjer denne til toppen.

Frå Storehaugen (1169 m.o.h) kan ein nyte den flotte utsikta mot Sognefjorden og Sogndal sentrum.

Ein kan også starte frå parkeringsplassen ved Sogndal Lufthamn, og gå grusvegen opp til radio- og TV-tårna. Herifrå er det merka sti (ca. 1 km) vidare til Storehaugen.



Start at Storamyrri, the first flat part of the road on the way from Kaupanger up to Sogndal airport, approx. 14 km from the Sogndal town centre. Park by the sign marked "Storhaugen" (approx. 50 m from the road). From there, there is a good path to Bjørkastølen summer pasture farm, with wonderful views across the fjord to Bleia mountain. Good path from there through dense pine forest. It continues to the north and follows the tree line for a while. It meets the path from Vesterland (alternative start) up near the tarn and follows this path to the summit. From Storehaugen mountain (1169 metres), you can enjoy magnificent views of the Sognefjord and Sogndal town centre.

You can also start from the car park at Sogndal airport and follow the gravel road up to the radio and TV mast. From there is a marked path (approx. 1 km) to Storehaugen.



Beginn bei Storamyrri, dem ersten flachen Abschnitt auf dem Weg hinauf von Kaupanger Richtung Flugplatz Sogndal ca. 14 km von der Ortsmitte Sogndal entfernt. Parkplatz am Schild "Storhaugen" (ca.50 m vom Weg). Hier beginnt ein guter Pfad nach Bjørkastølen, die Aussicht über den Fjord zum Berg Bleia ist prachttvoll. Anschließend guter Pfad durch dichten Kiefernwald, der Richtung Norden


verläuft und ein Stückchen der Baumgrenze folgt. Oben am See stoßen Sie auf den Pfad von Vesterland, (alternativer Start), folgen Sie diesem zum Gipfel. Vom Storehaugen (1169 m ü.d.M.) hat man eine herrliche Aussicht Richtung Sognefjord und den Ort Sogndal. Ein anderer Startpunkt ist der Parkplatz am Flugplatz Sogndal. Folgen Sie dem Schotterweg bis zum Radio- und Fernsehturm. Von dort markierter Pfad (ca. 1 km) weiter bis Storehaugen

FOTO: Finn Loftesnes




19 Vatnasete - Togga


Start: Sogndalsdalen (rv 5), Vatnasete
Hiking time: 4-5 h (total time)
Elevation: 420 - 1205 m
Map (turkart): Sogndal- Leikanger

 Parker på rasteplassen på Vatnasete. Gå langs grusveg i retning Sogndal. Ta til høyre i vegskilje, og følg grusvegen vidare (bratt stigning) til du har passert undergangen "gjennom" riksvegen. Du kjem då til skiltet "Togga", der turen startar. Gå etter ryggen i bratt terreng opp til toppen, 1205 moh. Her står to vardar, Togga og Geitatogga (som var det tidlegare namnet). Flott utsikt over Sogndalsdalen.

Dei som ynskjer det, kan forlengje turen med å fylgje ryggen vidare til Nystølsfjellet.

 Park at the picnic area at Vatnasete. Follow the gravel road in the direction of Sogndal. Turn right where the road divides and continue along the gravel road (steep incline) until you have passed the underpass under the main road. You will then arrive at the sign marked "Togga", where the walk starts. Follow the steep ridge to the summit (1,205 metres). There are two cairns there, Togga and Geitatogga (which was its previous name). Excellent views of the Sogndalsdalen valley.

If you wish, you can extend your walk by continuing along the ridge to Nystølsfjellet mountain.

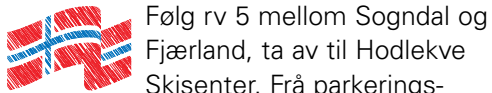
 Parkplatz am Rastplatz in Vatnasete. Folgen Sie dem Schotterweg Richtung Sogndal. Biegen Sie an der Kreuzung rechts ab und bleiben Sie auf dem Schotterweg (starker Anstieg), bis Sie durch den Tunnel unter der Landstraße gekommen sind. Sie kommen zum Schild "Togga", wo die Wanderung beginnt. Folgen Sie dem Grat in steilem Gelände bis zum Gipfel 1205 m ü.d.M. Hier stehen zwei Gipfelmarkierungen, Togga und Geitatogga (der frühere Name des Bergs). Herrlicher Blick über das Tal Sogndalsdalen.

Wer möchte, kann die Wanderung verlängern, indem man dem Grat bis zum Berg Nystølsfjellet folgt.



20 Hollekve - Fagreggi

Start: Hodlekve Skisenter
Hiking time: 3-4 h (total time)
Elevation: 520 - 850 moh
Map (turkart): Sogndal - Leikanger



Følg rv 5 mellom Sogndal og Fjærland, ta av til Hodlekve Skisenter. Frå parkeringsplassen, ca 150 m forbi skisenteret, startar stien ved ei markert opning gjennom granfeltet. Følg merka sti til Stedjekammen og Rysete, og tydeleg sti vidare sørover og sør-austover til Kollsetevatnet og Fagreggi. Mange fine vatn og stølar i området.



Follow the road Rv 5 between Sogndal and Fjærland and turn off at Hodlekve Ski Centre. The path starts from the car park, approx. 150 m past the ski centre, at a marked opening in the spruce wood. Follow the marked path to Stedjekammen and Rysete, where there is a clear path heading south and south-east to Kollsetevatnet lake and Fagreggi. Lots of lovely lakes and summer pasture farms in the area.



FOTO: Finn Loftesnes



Folgen Sie der Straße Rv 5 zwischen Sogndal und Fjærland, biegen Sie am Hodlekve Skicenter ab. Am Parkplatz ca. 150 m hinter dem Skicenter beginnt der Pfad in einer deutlichen Öffnung in der Tannenschonung. Folgen Sie dem markierten Pfad nach Stedjekammen und Rysete und dem deutlichen Wanderweg Richtung Süden und Südosten zum See Kollsetevatnet

und nach Fagreggi. Viele schöne Seen und Almen in der Umgebung.

21 Fuglesteg

Start: Fortun
Hiking time: 3 h (total)
Elevation: 60 - 630 m
Distance: 5 km (total)
Map (turkart): Breheimen

New DNT-hut / Ny DNT-hytte (DNT = the Norwegian Trekking Association).



Fotograf: Harald Vatne

Opningsdagen.
The official opening July 3rd 2005.



Great view to Skolden and the fjord.
Flott utsikt til Skjolden og fjorden.

Fotograf: Harald Vatne

For more information, contact the local tourist information office or see our website.

Kontakt turistkontora for eigen brosjyre, eller sjå våre internettsider.



Reisemål Sogndal & Luster
Pyramiden Kontorfellesskap
6868 Gaupne
Tel 976 00 443
E-post: info@visitsogn.info
Web: www.sognefjord.no

