

Vandringsresa Sydtyrolen 2020

Friluftsförbundet
Upplands Väsby

FRILUFTS
FRÄMJANDET



Välkommen på vandringsresa till Sydtyrolen!

Många tycker att en aktiv semester där man får anstränga sig lite i en ny miljö är den bästa semestern. Friluftsförbundet bjuder därför in till en vandringsresa där du tillsammans med likasinnade får vandra i en fantastisk miljö.

Vi reser till Sydtyrolen i norra Italien och vandrar i såväl Dolomiterna som Alperna i berg, som ger oförglömliga naturupplevelser med allt från vandringar på blomsterängar till mer avancerade högalpina vandringar.



Vi reser i månadsskiftet juni/juli, då floran är som allra vackrast och vi kan garantera att vi får se såväl gentiana, alprosor, orkidéer som andra vackra blommor. Med lite tur får vi också se den berömda edelweiss under någon av vandringarna. Hela veckan har vi tillgång till buss vilket gör att vi vandrar i olika delar av Sydtyrolens dramatiska landskap. Ibland vandrar vi på blomsterängar, ibland i steniga



månlandskap eller kanske till och med i snö. Vandringarna går längs stigar på berget och ibland i skogsterräng. Ofta är det lättgånget, men det kan också vara rejält brant eller svårgånget. Höjdskillnaden varierar mellan några 100 meter upp till dryga 1 000 meter per vandring. Vandringarna tar 5 - 8 timmar, inklusive raster på någon alp-äng eller hütte. Ibland använder vi oss av en lift för att snabbt vinna höjd eller enklare komma ner från berget.

Friluftsförbundet i Upplands Väsby har arrangerat vandrings- och skidresor till dessa berg i många år och reseledarna har lång erfarenhet från både vandringar och skidåkning i området. Varje dag försöker vi erbjuda olika vandringsalternativ så att alla kan finna en vandring som passar. En dag mitt i veckan lägger vi in en vilodag och vilar våra ben.

Resan är öppen för alla medlemmar i Friluftsförbundet.

Vi kommer att bo på Hotel Mühlwald i den lilla byn med samma namn. Efter vandringarna kan vi koppla av i hotellets bastu och inomhuspool eller njuta av en stunds vila i trädgårdsmöblerna, innan vi sätter oss till bords. Vi kommer att bli serverade fyra- eller femrätters middagar med det bästa från det italienska och sydtirolska köket.



Frukostbuffén kommer att vara full av läckerheter så att alla orkar vara ute på vandring hela dagen. Med hotellet som basläger kommer vi att ta oss med vår buss till några av Sydtyrolens många vandringsleder, ibland åker vi lite längre för att få njuta av dramatiska berg, ibland vandrar vi i närheten av hotellet.

När är det?

Vi flyger lördag **27 juni** och är åter tillbaka på Arlanda lördag **4 juli**, 2020.

Vi flyger mycket tidigt på morgonen från Stockholm till Innsbruck där buss väntar för transfer till hotellet i Mühlwald. Transferten tar c:a 2 timmar. Vill du ordna transport själv till hotellet går det bra, men du måste meddela det när du anmäler dig.

Information och priser

Anmäl dig genom att boka in dig på äventyret på Friluftsförbundet's webb. Den bokningen är preliminär och genom att sätta in **anmälningsavgiften 1 500 kronor per person på Upplands Väsby lokalavdelnings bankgiro: 630-9140 senast 15 april 2020** blir din bokning definitiv. Samtidigt med betalningen ska du skicka ett e-brev med namn, adress, telefonnummer och personnummer samt medlemsnummer till: sydyrolen.upplands-vasby@friluftsförbundet.se.

Betala gärna anmälningsavgiften tidigt, det är betalningsdatum som gäller vid fullbokning. Resan är oftast fullbokad i början av januari.

För att delta på vandringarna **måste** du vara medlem i Friluftsförbundet. På så sätt är du försäkrad under resan och får även tillgång till andra organiserade äventyr runt om i landet.

Medlemskap ordnar du enkelt **här** (*Tryck på Ctrl och klicka på här*). Självklart hoppas vi att du väljer Upplands Väsby som lokalavdelning.

Kostnaden för medlemskap/år är:

Vuxen 26 år och äldre - 360 kr Ungdom 13-25 år - 170 kr Familj - 530 kr

Pris: 11 500 kronor

I priset ingår flyg från Stockholm till Innsbruck (mellanlandning i Wien) t.o.r. med busstransfer till hotellet. Buss under veckan, del i dubbelrum med halvpension på Hotel Mühlwald, samt eventuella liftar. Hotellet har nästan inga enkelrum och oftast går det bra att dela rum med någon okänd, vi kan hjälpa till att ordna passande rumskompis. Du som absolut vill ha enkelrum kan dock oftast få det mot avgift. Tillägg för enkelrum är 2 000 kronor. Kostnaden för liftkort ingår. För dig som flyger på egen hand, åker tåg eller bilsestrar i Europa är kostnaden 7 700 kronor.



Avbeställningsskydd kan bokas genom att betala in 300 kronor tillsammans med anmälningsavgiften. Avgiften för avbeställningsskydd återbetalas inte vid avbokning. Vi följer resebranschens allmänna reseregler.

Vi har naturligtvis ställt resegaranti till [Kammarkollegiet](#). Det är av stor vikt att våra deltagare skall känna sig säkra när man åker med Friluftsförbundet.

Observera att researrangören äger rätt att ställa in resan om färre än 20 deltagare anmält sig den 15 april 2020. Anmälda kommer då skriftligen att meddelas att resan är inställd och anmälningsavgiften återbetalas. Normalt blir resan fullbokad väldigt snabbt, så fundera inte för länge innan du anmäler dig.



Undrar du över något?

Tveka inte utan ring eller skriv till våra ideella reseledare:

Erik Lundvik

mobil 070-629 19 21

e-post: erik.lundvik@friluftsframjandet.se



Christine Dahlén

mobil 070-271 79 40

e-post: titti.dahlen@gmail.com



Börje Isacson

mobil 070-734 82 46

e-post: borje.isacson@gmail.com

**EFTER EN VECKA I SYDTYROLLEN KOMMER DU ATT
KÄNNA DIG STÄRKT TILL BÅDE KROPP OCH SJÄL!**



LÅT ÄVENTYRET BÖRJA

