

Myskoxcentrum | Härproducerat | Spökprästgården | Spa-hotell | Kulturarv | Fäbodas
S:t Olavsleden | Fjällvägar | Vattenfall | Geopark | Drömfiske | Rundturstips | Skidåkning | Campingliv

JÄMTLAND *Sverige* HÄRJEDALEN

Åre | Östersund | Vemdalen | Funäsfjällen | Lofsdalen | Storlien | Bydalsfjällen | Storsjöbygden
Ljungdalsfjällen | Vildmarksvägen | Ragundadalen | Krokom | Bräcke | Härjedalen | Strömsund

Innehållsförteckning

2. Jämtland Härjedalen
 3. Upplevelser med pluspoäng
 4. Gastronomi
 5. Annorlunda boenden
 6. Sevärdheter
 8. Tillgängligt för fler
 9. Vilda djur
 10. Sommaraktiviteter
 12. Vandra
 14. Måktiga vattenfall
 15. Cykla
 16. Fiska
 17. Paddla
 18. Med Barn
 19. Med hund
 20. Campingliv
 21. Rundtur: Inlandsvägen
 23. Rundtur: Storsjön runt
 25. Rundtur: Södra turen
 27. Rundtur: Norra turen med Vildmarksvägen
 29. Rundtur: Från kust till kust
 31. Vinteraktiviteter
 33. Alpin skidåkning
 34. Längd- och turåkning
 35. Välkommen ut i naturen
- Flik* Översiktskarta
Jämtland Härjedalen



Reseguide utgiven 2025
Jämtland Härjedalen Turism med stöd från Region Jämtland Härjedalen och Europeiska unionen.

Omslagsfoto: Fjällbad. Darren Hamlin.

Grafisk produktion: Gustav Kron.

Tryck: GTC Tryck.

Vi reserverar oss för eventuella sakfel.



Fikapaus på Oldklumpen. Foto: Andreas Edholm

Jämtland Härjedalen

Mitt i Sverige med berg i blåa fjärran, sjöar, strömmar, skogar och undersköna bygder, att både fästa blicken på och för deltagande i sköna aktiviteter. Med en unik flora och fauna tack vare ren luft, värme från Golfströmmen och ljusa långa sommarnätter. Här finns lättillgängliga naturupplevelser, fantastiskt mathantverk, midnattssol och vintermörker samt fem helt olika årstider: höst, vinter, vårvinter, vår och sommar.

Turism är en basnäring här sedan lång tid. De första turisterna var stenålderns jägare och samlare, därefter pilgrimer på väg till nuvarande Trondheim i Norge, förbönder på marknadsresor, blomsterherrar som samlade växter, luft- och brunns-gäster, jaktlorder, nationalromantiker och numera skidgäster och vandrare.

Östersund - stad med puls Vid Sveriges femte största sjö, Storsjön, finns Östersund. En av få städer med fjällutsikt och friluftsliv runt knuten. Ett naturligt nav i regionen med shopping och

långt fler restauranger, caféer och butiker än någon annan svensk stad med samma invånarantal. Östersund med omnejd är utsedd av UNESCO till Creative City of Gastronomy tack vare alla kreativa mathantverkare och restauratörer i regionen. Här finns musik, kultur, konst, sport och aktiv fritid.

Höga berg och djupa dalar I väst finns fjälldestinationer, runt Östersund finns Storsjöbygden med rika kulturbygder liksom i öster, med inslag av djupa skogar och fiskrika sjöar.

Jämtland Härjedalen - Adventure Sweden

In the middle of Sweden with forests, lakes and vast mountains as well as cosy communities around the bustling city Östersund. Jämtland

Härjedalen has a unique flora and fauna thanks to clean air, bright long summer nights and warm winds flowing in from the Gulf Stream by the coast of Norway. It is the size of the Netherlands and offers easily accessible nature

experiences, cultural events, fantastic artisan foods with great contrasts between the mid-night sun and winter darkness with five well defined seasons: autumn, winter, winter spring, spring and summer.



En skön stund vid Ottsjön. Foto: Emrik Jansson

Upplevelser med pluspoäng

Jämtar och Härjedalingar har bjudit på frisk luft, kulturupplevelser, "härproducerad" mat och friluftsaktiviteter sedan stenåldern. Samma saker attraherar än idag, ibland till den grad att besökare flyttar hit.

Naturvän 2.0 Allemansrätten innebär fantastiska möjligheter att röra sig fritt, men ta hänsyn till naturen och djuren, markägare och andra besökare. Återvinn ditt skräp och lämna bara fotspår. Tänk på att inte störa eller förstöra. Speciella regler gäller i naturreservat och nationalparker samt fågelskyddsområden.

Säkerheten först Kolla vädret, ta med karta och kompass, läs skyltar och tala om för någon var du ska. Ta med extra kläder, matsäck och se till att ha skavsårssäkra skor. Räkna inte med att ha mobiltäckning överallt.

Ät med gott samvete Fråga efter närproducerade alternativ på våra restauranger, caféer och butiker – du blir garanterat förvånad över utbudet!

Res med stil Finns lokaltrafik eller andra samåkningsmöjligheter? Kan du hyra cykel eller en bil som påverkar miljön så lite som möjligt?


Kulturellt och lokalt Utforska jämtars, härjedalingars och samernas kulturarv på Jamtli, Fjällmuseet och Gaaltije, lär in några jämtländska eller sydsamiska fraser och smaka regionens mathantverk. Håll utkik efter marknader,



Inlandsbanan vid Ulriksfors. Foto: Håkan Wike

auktioner, teater, guidade turer, event och konserter som kan sätta guldkant på ditt besök.

Glöm inte shoppingen Extra pluspoäng för den som köper med sig lokal mat, design – eller loppisprylar! Kläder och utrustning finns till och med att hyra, bland annat på Fritidsbanken – bra för både miljön och plånboken!

 **Leave nothing but footprints.** The Swedish Right of Public Access means fantastic opportunities to move freely, but it's also about responsibility. Take care of nature, animals and show consideration towards locals

and other visitors. Check the weather forecast, bring a map and compass, read signs and tell someone where you are going as weather can change rapidly. Sample local foods and travel in style with public transport. Enjoy local

culture and do not forget to bring a souvenir: local foods or outdoor products designed in the area. Maybe you prefer something from a local second hand shop?

Goda exempel

Good examples

- **Destination Östersund** deltar i den globala hållbarhetsrankingen Global Destination Sustainability Index (GDSI).
- **JoPe Fors och Fjäll** är ett Nature's Best-företag
- **Skistar Åre och Vemdalen** samarbetar om hållbarhet med andra skidorter via Global Sustainability Ski Alliance.
- **Åre Östersund Airport** är utsläppsfria angående fossil koldioxid och ISO-certifierade.
- **Green Key: STF Sylarna, STF Storulvån, STF Helags, hotellen i Östersund m fl.**



Mathantverk. Foto: Darren Hamlin



Lofsdalen SkyBar. Foto: Anderas Wallberg

Prisade restauranger Best Restaurants

Samiskt

- Häävi Elaine
- Häävi i Glen

Vemdalen

- TorgEtt
- Bräjk's
- Passet
- Varggransstugan
- Follingers

Funäsfjällen

- Skoogs Krog

Östersund

- Jazzköket
- Astrid
- Bua
- Hemma hos

Krokom

- Wängen

Mörsil

- Kretsloppshuset

Åre

- Copperhill
- Granen
- Vinbaren
- Imilla
- Buustamon
- Åre Nature Studio

Storlien

- Flammans skafferi

Lofsdalen

- Skoterköket
- Hovärken
- Fjällhotellet

Gastronomi

Jämtland Härjedalen har vunnit fler medaljer i mathantverks-SM genom tiderna än någon annan region. Inte konstigt att Östersund med omnejd är en UNESCO Creative City of Gastronomy. Här följer ett urval gastronomiska höjdare.

Kaffe med "duppa"(kakor) Besök Wedemarks, Elvebäcks, Frösöbageriet och Tages i Östersund, Åre Bageri, Åre kafferosteri, Bergstugan Fröå Gruva och Grädda i Åre, Krus i Undersåker, Nya Jonssons i Funäsfjällen, Café Cineast i Sveg, Klövsjö Stenugnsbageri samt Fjällkonditoriet i Lofsdalen, Myrviken och på Vemdalskalet. Många hembygdsgårdar serverar hembakat bröd sommartid.

Glass i stora lass Glassbaren i Bräcke serverar prisad glass året runt liksom Renates konditori i Krokom. Kossan i Berg säljer glass dygnet runt under sommaren.

Våfla med hjortronsylt smakar bäst efter en vandring eller skidtur: Lillåstugan i Åre, Våffelstugan i Lofsdalen, Jaktstugan & Varggransstugan i Vemdalen, Samevistet och Emma Brittass i Storhogna samt Andersborgs våffelstuga i Funäsfjällen med flera.

Mathantverk Gårdscharken i Fågelberget, Undersåkers

”Sveriges mest prisbelönta öl kommer från Jämtlands bryggeri i Pilgrimstad.

charkuterifabrik, Flammans skafferi i Storlien, Kretsloppshuset i Mörsil, Jazzköket Saluhallen i Östersund och Nybo gård i Vemhån har delikatesser för utflykten. Samiska delikatesser finns hos Gaaltije i Östersund, Hede kött och Jillie Ren och Vilt i Funäsdalen. Chokladpraliner finns hos Tinas praliner i Alsen, Klövsjö Stenugnsbageri, Fjällpralinen i Funäsfjällen och Åre Chokladfabrik. Bymejerier; Skärvången, Tivars på Norderön, Åsberggets, Osterian utanför Hunge, Bränna i Valsjöbyn med flera.

Drycker Sveriges mest prisbelönta öl kommer från Jämtlands bryggeri i Pilgrimstad. Revsund's Brewery har även egen restaurang. Fler lokala öl finns i Lofsdalen, Åre, Funäsfjällen och Östersund. Lokalt gin produceras i Vattudalen, Revsund, Åre och i Bräcke finns Jämtlands vingård. Buustamons Bränneri tillverkar snaps.

Laga mat ute på ett Trangiakök från Trångsviken. Lokala delikatesser smakar himmelskt i stugan och ännu mycket bättre när du är ute på tur.

Stay in comfort and dine in style

after a strenuous day; Storhogna Högfjällshotell & Spa and Klövsjöfjäll Hotell in Vemdalen, Fjällnäs and Eriksgården in Funäsfjällen, Copperhill Mountain Lodge, Buustamon and Åregården in Åre and Frösö Park Hotel, Östersund. Östersund with

surroundings is a UNESCO's Creative City of Gastronomy. Fantastic food artisans make local cheese, jams, charcuteries, chocolate, smoked fish and beer served in awarded restaurants. "Swedish fika" means having cookies, pastries or sandwiches with coffee or tea, any time of day. Bring some "fika" for your next hike!

Annorlunda boenden

Ibland är boendet hela reseanledningen, eller en viktig del när du vill fira något eller någon.

Övernatta i ett riktigt björnide i Hede med en härlig frukost levererad av Yhlvas kök i skogen. **Prästgården i Borgvattnet** är Sveriges mest hemsökta hus med både präster och gäster som vittnar om "mångåriga spökerier". Bo på en riktig **lanthandel i Norråker**. Bo i en **eko-container** vid en av Härjedalens vackraste sjöar Orrmosjön hos Salixbyn i Lillhärdal. **Zorbcenter i Dövik** erbjuder boende i gamla fåbodstugor, i ett båthus och på en tältplattform uppe bland trädkronorna. **Sjöhuset i Undrom** är ett arkitektritad hus med Storsjöns vågor utanför de enorma glasfönstren. **Glamping** i fina tält med riktigt sköna sängar finns i bland annat Vemdalen och Lofsdalen. Vandra och bo i **STF:s fjällstugor** som finns placerade med en dagsetapps avstånd i väglöst land. Här hjälps alla åt med att hämta vatten och göra vistelsen trivsamt.

Fjällbröllop Frösö kyrka, Vemdalens kyrka, Kapellet Korpens öga i Jorm eller välj en vigsel på valfri fjälltopp. Anrika Fjällnäs kapell har utsikt mot sjö och fjäll. Helikopterplatta och

ångbåtsbrygga för att landa gäster via luft eller vatten finns vid Verkö slott, mitt i Storsjön.

Skäm bort dig själv med spa på Copperhill Mountain Lodge och Holiday Club i Åre, Fjällnäs och Eriksgården i Funäsfjällen, Frösö Park Hotel & Spa, Hotell Gamla Teatern och Hotell Östersund Cloud Spa samt Storhogna Högfjällshotell & Spa i Vemdalen.

Stugsemester är det som Jämtland Härjedalen är utomordentliga på. Välj en enkel stuga off-grid om du vill ha en riktig paus, eller hyr ett lyxigare hus än du har hemma med bastu, panoramafönster mot fjällvärlden och egen kock.

Fjällhotell med anor långt tillbaka i tiden. Enkel lyx för dig som vill bo nära fjället med lägereldskänsla för att göra det lätt att möta nya människor och umgås i gemensamma sällskapsytor. Till exempel Bruksvallsliden, Buustamon, Skarvruet, Vålådalen, Storulvån och Kolåsen.



Norrskan över Ragunda. Foto: William Falk



Helags fjällstation. Foto: Erika Willners



Tältning vid fjällsjö. Foto: Emrik Jansson



Glamping och bröllop i Trumvallen. Foto: Bröllopsfotografen Yohanna Mårtensson



Sometimes it is All About the Stay

A haunted vicarage in Borgvattnet, an eco-designed container by a secluded beach or an architect built Lake House in Undrom?

Sleep in a far off mountain hut or on top of a country store. Spoil yourself at Frösö Park Hotel in Östersund, Fjällnäs in Funäsfjällen, Storhogna Högfjällshotell & Spa in Vemdalen,

Holiday Club or Copperhill Mountain Lodge in Åre. Considering a Swedish wedding? Say YES at the top of a fell and stay the night in a bear's den.



En del av den vikingatida Överhogdalsbonaden på Jamtli. Foto: Jamtli

Sevärdheter

Utvalda sevärdheter

På det här uppslaget presenteras kulturhistoriska attraktioner med allmänintresse, god information och stort antal besökare, hög tillgänglighet och generösa öppettider.

Återkommande evenemang

- Storsjöran
- Åre Höstmarknad
- Gregoriemarknaden
- Storsjöcupen
- WC skidskytte
- Jamtli julmarknad
- Västgård Game Fair
- Åre Extreme Challenge
- Åre Sessions
- Dundermarknaden

Härjedalens fjällmuseum Möt fjällbönder, samer och bruksarbetare i både hårt arbete och fest. Barnen kan ta den hemliga gången via småfolkets värld till lek-fäboden.

Jamtli De historiska husen befolkas med rollspelare under sommaren som ger en känsla av att resa i tiden. Museet är öppet året runt med de världsunika vikingatida bonaderna från Överhogdal, den spännande utställningen om krig och fred samt Nationalmuseum Jamtli.

Sommarhagen är tonsättaren Wilhelm Peterson-Bergers drömhjem från 1914 och har öppet sommartid, med milsvid utsikt över Storsjön och Oviksfjällen. Huset andas nationalromantik och jugend.

Teknikland Ett museum under sommartid för besökare i alla åldrar är lika viktiga och därför finns

lekmiljöer i denna retrotekniska värld av mitlitärhistoria, flygplan och fordon.

Gamla Lanthandeln i Krokom är ett levande lanthandelsmuseum med nostalgivaror, konst- och fotoutställningar samt musikevenemang och berättarkvällar.

Mus-Olles Museum innehåller 150 000 föremål från byarna runt Alsensjön och Ytterråns brunns-gäster. Mest unik är förpackningssamlingen med 23 000 föremål.

Glösa Hällristningar består av ett 40-tal älgfigurer. Prova stenåldersaktiviteter, vila i vinterhyddan och lyssna till berättelser i Älghallen.

Wikners i Persåsen Trähantverkscentrum med möjlighet att besöka verkstad, utställningar, galleri, butik,

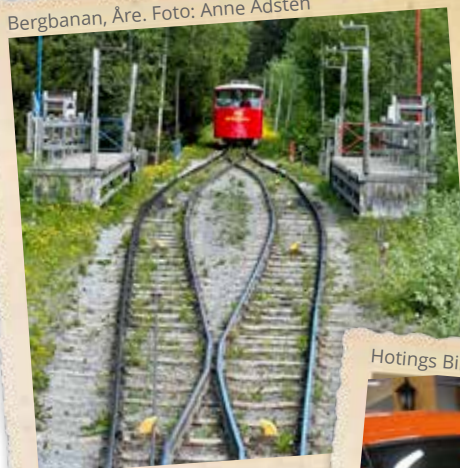
stugby, hotellrum med inredning i olika träslag, restaurang och konferensanläggning. Anläggningen är en del i Snilleriket som inkluderar Bingstasmedjan vid Bergs hembygdsgård, Kulturstig m m.

Arvemuseet Hör ljudet av ångvisslan i utställningar som speglar den mest expansiva tiden i mänsklighetens historia, från självhushåll till dagens högteknologiska samhälle.

Fröa gruva ligger vid Åreskutans fot. Här bröts kopparmalm under flera omgångar från 1700-talet till 1900-talet. Stånggången över slagghögarna imponerar.

Krångede kraftverksmuseum Kliv in mellan sammetsgardinerna till 1930-talets Krångede med vattenrallare, bergsprängare och dykare. Lekanläggning utomhus på samma tema.

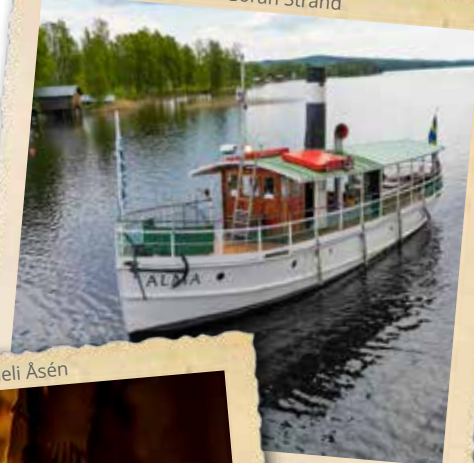
Bergbanan, Åre. Foto: Anne Adsten



Fröa Gruva, Åre. Foto: Anette Andersson



Alma af Stafre. Foto: Göran Strand



Hotings Bilmuseum. Foto: Lena Hedman



Älgfest, Glösa. Foto: Anneli Åsén



Wikners, Persåsen. Foto: Mårten Wikner



Thailändska paviljongen. Foto: Anne Adsten



Storsjöyran. Foto: Moa Eriksson



Brattbytorpet. Foto: Göran Strand



Kyrkor och kapell Besök till exempel Åre, Marby, Häsjö eller Älvros gamla kyrkor och Handöls kapell. Ofta finns fina häften på plats som berättar om kyrkornas historia.

Båtar att njuta av landskapet från: M/S Thomée och Ångaren Östersund trafikerar Storsjön, M/S Drottning Sophia finns på Kallsjön och S/S Alma af Stafre på Revsundssjön.

Överhogdals forngård har en utställning om hur de makalösa vikingatida Överhogdalsbonaderna hittades vid kyrkan i byn. En exakt kopia med de gåtfulla figurerna tog fem år att väva för nutidens väverskor!

Locknekratern meteoritcenter är ett museum öppet under sommartid som handlar om den tvillingmeteorit som slog ned för 458 miljoner år sedan och formade landskapet. Upplev smällen i Geohusets minicosmonova.

Thailändska paviljongen är exotisk mitt i björkskogen med utsmyckningen av bladguld. Den invigdes 1999 till minne av den thailändska kungen Chulalongkorn som besökte Ragundadalen 1897.

Hotings bilmuseum visar nästan hundra veteranbilar och ett fyrtiotal motorcyklar, modellbilar och annat motorrelaterat material. Besök även forntidsutställningen.

Brattbytorpet låter dig känna vibbarna av en fredagsdans på Folkets hus, tanka vid en BP-mack, shoppa i en gammal dambutik och åka i gamla fordon. Föreningsmedlemmarna träffas för att meka och umgås och har nu utvecklat sitt intresse till ett besöksmål.

Skidmuseum kureras av två Vemdalingar som "alltid" samlat skidgrejor. Tanken är att få besökare att minnas tillbaka och förundras över knepiga skidprylar.

Strömsunds hembygdsgård vid Vattudalens strand i Strömsund har utställningar, ett sameviste, ett kafé och en sommaröppen slöjduitställning. Besök även Vemdalens, Klövsjö, Ljungdaldens och Hedes hembygdsgårdar med sommarprogram.

Lopme Laante är namnet på de samiska parkerna som finns på Funäsberget och i Björnrike. Lyssna och lär mer om samisk kultur, träffa renar och smaka delikatesser.

Skansar och befästningar finns bland annat i Klintaberg vid Valsjöbyn och i Alanäs från 1940-talets upprustning med anledning av 2:a världskriget. Mjälleborgen på Öneberget, Frösön är en av landets nordligaste fornborgar.

Åre Glashytta och Storsjöhyttan i Östersund håller öppet året runt och visar tillverkning av konstglas och bruksartiklar. **Ljungdalens hemslöjd** ordnar kurser och aktiviteter för barn och vuxna för att hålla liv i lokala hantverkstraditioner. **Frostviken keramik** är mest kända för sina vackra ripor. Skapa en aktiv semester med LÄRKO, Lär av konstnär.

Bergbanan i Åre invigdes 1910 och var en del av en ambitiös plan med Davos som förebild. Än idag kan du åka med Bergbanan från Åre torg upp till Fjällgårdens hotell och restaurang.

”De historiska husen på Jamtli befolkas med rollspelare under sommaren som ger en känsla av att resa i tiden. Museet är öppet året runt med de världsunika vikingatida bonaderna från Överhogdal.

 **The top attractions of Jämtland Härjedalen includes:**

Härjedalen´s Mountain Museum - The every day life of farmers, sami and workers. • Jamtli - The regional museum of Jämtland Härjedalen. Indoors and outdoors exhibits. • Sommarhagen - The home of famous composer Wilhelm Peterson-Berger. • Teknikland - The military history of the region including historical airplanes. • Mus-Olles - 150 000 objects from daily life collected by one man. • Gamla Lanthandeln - Nostalgia shop, museum and events. • Glösa rock carvings - Stone age exhibits and activities. • Wikners in Persåsen - Fine carpentry, shop,

museum, art gallery, dining and lodging. • Arvemuseet - Museum of the technical revolution starting in the early 1900s. • Fröå Copper Mine - Restored buildings, coffee and trail center. • Krångede Waterpower Museum - Built up milieus, photos, film clips from the 1930s. • The Thai Pavillion of Ragunda - For real, in the midst of birch trees. • Hoting Car Museum - 100 vintage cars, Motorbikes and model cars. • Strömsund homestead museum - Collection of old houses, Sami hut, café, exhibits, handicraft. • Artisian crafts - glassblowing, chermics, textile and woodworking.

Tillgängligt för fler

Här kommer tips på tillgängliga och extra krångelfria aktiviteter för att fler ska kunna njuta av natur och kultur i Jämtland Härjedalen.

”Möt urtidsdjuren i det unika myskoxhägnat via en hiss upp till en bred ramp.

Tillgängligt fiske finns vid Gimårasten, tjärnen Lillfisklösen i Valsjöbyn och via konceptet “Fiska i Berg” som erbjuder ett tiotal tillgängliga fiskeplatser med parkeringar, grillplatser och vindskydd.

Arctura i Östersund Åk hiss till toppvåningen på 55 meters höjd och få en utsikt 360 grader över stad och fjäll.

Myskoxcentrum i Tännäs Möt urtidsdjuren i det unika myskoxhägnat via en hiss upp till en bred ramp. En guidad visning tar 1,5 timme.

Jamtli och Fjällmuseet i Härjedalen har spännande tillgängliga utställningar inne och kulturmiljöer ute som kan nås med vissa anpassningar.

Pilgrimskällan i Edsådalen Led 221 går längs en skogsbilväg med informationsskyltar om djur & natur fram till källan.

Aktivitetsföretag som anpassar aktiviteter för olika behov är t ex: Explore Åre - älgsafari och vattenfallstur, JoPe - forsränning och Åreguiderna - terrängkörning, ST Event - jakt & fiske, AktivUT - skid- och vandringsturer. Vintertid finns Totalskidskolan i Åre.

Bekväma fjällturer Panoramaleden i Lofsdalen gör det lätt att fjällvandra med rullator, rullstol, barnvagn och springcykel, likaså Tysjöarna i Östersund. Ramper finns från fjällparkeringen i Tännäsdalen och i Storulvån samt från Kabinbanan i Åre. Fjällvandra med bil på Flatruetvägen, Sveriges högst belägna allmänna väg, eller Stekenjokk, en del av Vildmarksvägen.

Snöskotersafari ger frihetskänsla och de flesta kan hänga med: Åreguiderna, Vemdalen Experience, Skoterhuset i Lofsdalen och Big River Camp i Storåbränna.



Utflykt tillsammans. Foto: Anette Andersson



Bekväm fjälltur i Funäsfjällen. Foto: Anders Borg



Hassel free experiences

There is convenient fishing right by the road at Gimårasten, by the lake Lillfisklösen in northern Jämtland and with the concept “Fiska i Berg”. Learn about local history at a

convenient pace at Jamtli in Östersund or Fjällmuseet in Funäsdalen. Experience comfortable hiking from the wooden ramps at Tännäsdalen, Storulvån and Tysjöarna. “Hike by car” on the high mountain roads of Flatruet or Stekenjokk.

At the Muskox center in Tännäs there is an elevator to lift you up on the ramp to see the animals and at Arctura in Östersund you get a good view of the city and the surroundings from the Sky bar 55 meters above ground.

Vilda djur

Vidsträckta fjäll med renar och ripa, trolska urskogar där tjäder och orre spelar sin kärlekssång. Tallmoar där älgen vandrar och vattendrag där bävern simmar.

”Följ med en guide för att få en extra bra upplevelse. Till exempel Strövtågs Dubbelbeckasinvandring.



Dubbelbeckasinen spelar om våren. Foto: Strövtåg, Sofie Werner

Fågelskådning Tjäder- och orttuppar bröstar upp sig och bjuder på dans om våren. Fågeltorn finns bland annat vid Ånnsjön, Mattmartjärnen, Tullingsås, Åndsjön och Tysjöarna. Följ med en guide för att få en extra bra upplevelse. Till exempel Strövtågs Dubbelbeckasinvandring.

Bävern Att stilla glida fram i en kanot och spana efter bäver är spännande. Bjurälven i Frostviken fick sitt namn av ”Bjur” som är ett gammalt ord för bäver och det var här arten återinplanterades 1922 efter att ha varit utrotad i Sverige.

Renen är en kulturbärare och resurs i Sapmi. Alla renar ägs av medlemmar i regionens olika samebyar. Betrakta dem på avstånd. Om de drar sig undan har du kommit för nära. Lösa hundar tolkas som ett hot, vilket kan skapa panik. I flocken är renen trygg.

Älgen Träffa på dem under en biltur i skymning eller gryning, med ett viltskådningsföretag eller hos Moose Garden, Östersund med inhägnad älgafari med guide. I september börjar älgjakten, så bär kläder med orangea detaljer och välj var du vandrar.

Björnen Att sitta i ett gömsle och se en björn är mäktigt. Undvik björnmöten genom att prata mer än du brukar, sjunga och fästa en bjällra på din ryggsäck. Om du möter en björn: Ge dig tillkänna genom att prata med normal ljudnivå och dra dig försiktigt undan.

Håll hunden kopplad lösspringande hundar kan stöta på vilda djur som blir störda, stressade och kanske lämnar sina ungar i panik. Om hunden träffar på en björn kan den föra den med sig till dig. Håll därför din hund kopplad.



Myskoxcentrum. Foto: Fjelltopp

Viltsafari

Wildlife watching

- Äventyrsguiderna Vemdalen
- Rossön Camp
- Härjedalens jakt- och fiskeäventyr
- Berjes Adventures
- Moose Garden - möt älgar
- Åre Nature Adventures - älgafari
- Myskoxcentrum - guidade turer
- Ullis & Rudolf - vandra med renar
- Lofsdalen Bear's Den - björngömsle
- Fjällrävssafari med STF Helags
- Fjällrävssafari med Lia Ranch
- Bäversafari Tännaskröket
- Björnvägen Strömsund - viltsafari på egen hand



Wildlife safaris

are arranged in Åre, Lofsdalen, Vemdalen and Strömsund. Moose Garden in Östersund offers close encounters with the king

of the forest. At the Muskox center in Tännäs you get to meet an animal unchanged from the ice age. If you merge with the shadows you can hear capercaillies making gurgles and wheezes

interspersed with cork popping sounds while dancing their mating ballet in springtime. Watch the Arctic fox from a safe distance so as not to scare them. Keep dogs leashed.



SUP-Yoga i Lofsdalen. Foto: Lofsdalen Outdoor

Sommaraaktiviteter

Smält in bland lokalbefolkningen genom att klä dig för att kunna vara ute och njuta av elementen hellre än att vara snygg, och ät dina måltider utomhus. En allmän övertygelse är att majoriteten svenskar helst skulle vilja bo i Jämtland Härjedalen. Stämmer det på dig?

”**T**a chansen i Korallgrottan i Frostviksfjällen, Hoverbergsgrottan i Södra Storsjöbygden eller Bergsjögrottan i Kall.

Ta Inlandsbanan till äventyret och gör avstickare längs vägen mellan Mora, Östersund och Gällivare till fots, med cykel eller buss. Upplev Norrlands inland och midnattsljuset!

Bilbingo Vildmark i all ära – ibland räcker det med spänningen i bilen under en rafflande

bilbingo. Rusta dig med bingopenna, kaffetermos och en extra kraftfull biltuta.

Levande hembygd I Jämtland Härjedalen finns omkring 70 hembygdsföreningar som ordnar midsommarfest, spelmansstämmor, marknader, berättarkvällar, bullkalas, tunnbrödsbak och visningar av samlingarna. Du behöver inte ha folkdräkt för att vara välkommen!

Guidade turer Naturguidning från Naturum i Vålådalen eller STF Storulvån och Helags, Stadsvandring i Östersund, Åre Nature Adventure,

Strövtåg i Handöl, Morrvikja i Åre, Mid Scandinavia Tours, Taiga i Södra Årefjällen, är några av företagen som hjälper dig att upptäcka mer.



Fjällridning i Jormvattnet. Foto: Darren Hamlin

Fäbodar Beundra butöserna som gick upp i ottan för att sköta djuren, mjölka och göra ost och smör. Vem skulle inte sova ovagad när kvällen kommer... Myhrbodarna Valsjöbyn, Oppinils Nilsvallen Långå, Johankölen, Bräckvallens och Nysäterns fäbod Vemdalen, Östnårbuan Hackås, Hovde Bydalen, Långbuan Fäbodvägen och Jamtli Östersund.

Susa fram bland träden Zipline är en aktivitet både för den som vill ha en adrenalinfylld upplevelse. Iförd säkerhetssele och hjälm åker du längs ett vajer system nedför Åreskutan, i Åre Björnen eller i Vemdalens klätterparker.

Klättring Bemästra en klippvägg i Vemdalen, Välaberget i Södra Årefjällen, Stuguberget i Ragunda, på Östberget på Frösön i Östersund eller prova Funäsdalsbergets Via Ferrata, en vajer i berget som du kopplar till säkerhetssele. Inomhusklättring finns på Klättercenter i Östersund, Jump Yard i Åre, Åre klätterhall samt STF Storulvån. I Funäsfjällen finns även ett utomhusklättertorn.

Samla på bergstoppar till exempel i Funäsfjällen. Totalt finns där 40 toppar som är över 1 000 meter höga och som du kan samla i en särskild app.

Grottliv En speleolog är en person som utforskar grottor. Ta chansen i Korallgrottan i Frostviksfjällen, Hoverbergsgrottan i Södra Storsjöbygden eller Bergsjögrottan i Kall.

Som en örn Även om du aldrig flugit förr så kan du pröva dina vingar tillsammans med en erfaren skärmflygare i ett tandemflyg ned från Åreskutans topp.

Till häst Välj exempelvis westernridning och hjälp till med boskapen i Vemdalen eller islandshäst i Östersund, Huså, Alsen, Funäsfjällen och Jormvattnet.

Äventyrsbad i det fria I Vemdalens vattenfall, i Ullån, Åre och i Tvärån, Ramundberget finns naturliga vattenrutschbanor och pooler. Sandstränder finns bland annat i



Golfa med fjällutsikt under ljusa sommarätter. Foto: Stina Stein



Klättring längs led. Foto: Mikael Lindnord



Berättelsen om Döda Fallet. Foto: Anne Adsten

Åre, på Bynäset Frösön, Flåsjön i Strömsund, Ortholmen vid Ljusnan, Råtan och Revsundssjön. Testa Surfbukten i Östersund, Andersön eller Hårkmobadet. För dig som inte gillar att få sjögräs mellan tårna finns utomhusbassänger i Östersund, Hede, Strömsund, Råtan och Åre.

Rulla ner för ängarna En upplevelse som bjuder på spänning och skratt. Kryp in i en stor genomskinlig boll - Zorb – och studsa nerför en backe i antingen Ragundadalen eller Åre.

Golfa i Jämtland Härjedalen Östersund har fyra golfbanor. Vackra fjällnära banor finns även i Åre, Vemdalen och Funäsfjällen. Fler banor finns i Strömsund och Sveg.

Äventyrsvecka för att få det bästa av det mesta. Lofsdalen och Funäsfjällen är två av de destinationer som erbjuder ett veckoprogram för äventyrslystna familjer.



Golf around the clock

It barely gets dark in Jämtland Härjedalen in the summer. Do like the locals by dressing to the occasion - whether rain or

shine, and stay outside. Go with a local guide to get introduced to nature and culture, visit a summer farm in the mountains and sample dairy products, go climbing, ride into the fells,

go golfing til midnight and meet locals at one of many homestead museums.



Sjumilautsikt i Årefjällen. Foto: Anette Andersson

Vandra

Bo bekvämt och gör dagsturer efter väder från Storulvån, Södra Årefjällen, Åre, Funäsfjällen, Vemdalen, Bydalsfjällen, Storlien, Ljungdalsfjällen eller Frostviksfjällen, eller gå från stuga till stuga.

Vandring med guide

STF:s fjällstationer anordnar fjällvandring för nybörjare, till exempel Storulvåns fjällstation.

Strövtåg, Berjes Adventures, Jormvattnets fiskecamp, Nordic Husky Farm, Basecamp Norråker, Strapatser, Äventyrsguiderna i Vemdalen, Åre Nature Adventures, Åreguiderna med flera andra anordnar vandring med guide.

Andersön Långa vackra stränder, knotiga tallar, fornminnen och fossiler. Populär plats för familjer, motionärer och andra som vill ladda batterierna. I skogen finns ett myller av skogsstigar för den som vill jogga, cykla, strosa eller plocka svamp och bär.

Bynäset Ett tidigare militärt övningsområde med panoramautsikt över fjällen och Storsjön. Här kan du gå, springa och cykla runt halvön på stigen som är cirka 7km.

Högforsleden har vildmarkskaraktär och sträcker sig 8 km längs Härkans bitvis branta älvstrand.

Forsaleden tar dig 7 km genom ett omväxlande landskap med



Dromskåran, Bydalsfjällen. Foto: Jonas Herjeby

kulturlämningar, naturliga äventyrsbad och storslagna vyer.

Backe vandringseldorado Ett tiotal lättillgängliga leder med pärlan Djuptjärnsstigen som går genom en pelarsal av tallar och långa sträckor på en sandrevel.

Döda Fallet Vildhussen tömde ut en hel sjö under slutet av 1700-talet och lämnade det brusande fallet snustorrt. Breda spänger längs botten låter dig upptäcka spåren efter vattnets framfart. **Geopark Indalsälven** innehåller totalt ett 30-tal korta vandringar till geologiska sevärdheter.

Dromskåran bildades vid Inlandsisens avsmältning när vattenmassor forrade fram mellan Drommen och Falkfångarfjället. Skåran är 70 meter djup, 130 meter bred och nästan en kilometer lång.

Sonfjället är regionens enda nationalpark med en karaktäristisk silhuett. Området är ett av landets björntätaste. Följ leder kring fjället mot bland annat Sododalen.

Mittåkläppen Vägen är en utflykt i sig, men fortsätt fram till Djupdalsvallen. Välj mellan lätt eller svår väg upp till toppen 1212 m ö h med fin utsikt. Guldtur 7b i Funäsfjällen.

Bekvämlig fjällvandring Ta sittliften upp på fjället och vandra med vinden i håret. Sommaröppna liftar finns i Funäsfjällen, Vemdalen, Lofs dalen och Åre.

Flerdagsturer STF, Svenska turistföreningen, har ett system av fjällstationer och stugor med en dagsturs avstånd. Vandra till exempel Jämtlandstriangeln eller Vålådalsfyrkant.

Vandra i karolinernas fotspår på den svenska och norska sidan av gränsen med information från fälttåget som tragiskt slutade i en snöstorm nyåret 1718-1719.



Ta med bästa vännerna och kombinera med fiske. Foto: Darren Hamlin

Rogen Med långa vindlande åsryggar och långsträckta sjöar däremellan bildar Rogenmoränen ett fascinerande landskap för vandring (och paddling).

Vildmarksvägen Gå dit näsan pekar över Stekenjokks fjällplåt eller utgå från Leipikvattnet för att utforska Bjurälvens naturreservat med älven som delvis går under jord.


Helags En lättgången vandring om 12 km upp till Helags fjällstation och vidare ca 2 km brant vandring

upp till Sveriges sydligaste glaciär på regionens högsta fjälltopp, Helagsfjället 1796 m ö h. Fortsätt mot Sylarna eller Fältjägaren och Ramundberget.

S:t Olavsleden Pilgrimsvandra eller cykla delsträckor när du har tid och lust (näbart med tåg) eller avsätt större delen av sommaren för att vandra hela sträckan, 564 km, i ett svep. Andra pilgrimsleder är Jämt-Norgevägen, Indalsleden, Kårböleleden och Romboleden.

6 tips för en trygg vandring

- **Välj rätt utrustning:** Lätta vind- och regntäta kläder som andas. Lätta förstärkningsplagg för rasten packas i ryggsäcken med matsäcken.
- **Meddela färdväg** och beräknad ankomst för att underlätta om något skulle hända. Ladda ned 112-appen för korrekt platsangivelse.
- **Anpassa fjällturen efter vädret** Håll koll på väder- och fjällvädervarningar.
- **Följ markerade leder**, om du av någon anledning skulle behöva hjälp. Röda kryss markerar vinterleder, som inte alltid är lämpliga att följa på sommaren. Sommarleder har målade markeringar på stenar m m.
- **Rådfråga erfarna människor** om vägval, vattenstånd, broar och annat som underlättar din planering.
- **Ta med karta och kompass.**

 **Hiking in Jämtland Härjedalen** Stay in comfort and dine in style with day hikes from: Funäsfjällen, Vemdalen, Storlien, Storulvån, Åre and Lofs dalen. Östersund offers hikes just minutes from the city center, like Bynäset or Andersön. Perhaps the most striking hike is the one along the bottom of the Döda Fallet (the Dead Falls) of Ragunda. The one National Park of the region is Sonfjället

with trails for 1-2 day hikes. The Swedish Tourist Association offers a system of cabins and mountain stations, a day trip away (about 18 km) in every direction.

Safe, prepared and aware Wear breathable rain- and windproof clothing and bring extra, warm garments in your backpack. Keep a light backpack, bring food and something to drink.

Tell someone where you are going. Adjust your tour in case of bad weather. Check forecasts before you go and come prepared for quick changes. Stick to the trail where it is easier to get help. Always bring a map and compass. Ask a local for advice before you head out. If you encounter wild animals, stay calm and retreat in a controlled way.

Mäktiga vattenfall

Ljudet av vatten i rörelse fascinerar. Stillsamt porlande små bäckar och åar – eller dramatiskt när vattenmassorna kastar sig ut från höga klippor.



Forsaleden, Bräcke. Foto: Anne Adsten



Hällingsåfallet. Foto: Darren Hamlin

Åre Tännforsen väster om och Ristafallet öster om Åre är bland Sveriges största och lätta att komma nära. Brudslöjan är ett vattenfall på gränsen mellan Sverige och Norge vid Storlien. Över Handölsforsens virvlande vatten i Handöl finns en hängbro.

Vildmarksvägen Vattnet i Hällingsåfallet störtar 40 meter ned i Sveriges längsta kanjon. Lejarfallet ligger 4 kilometers lätt vandring från Ankarede, en samisk samlings- och begravningsplats. Gaustafallet nedanför Stekenjokk är särskilt imponerande om våren. Ta en uppfriskande dusch i Brakkåfallet.

Krokom Ansättåns kanjon har blankslipade hållar med jättegrytor. Hasslingsåns fall ser ut som trappsteg. Rengsfallet dånar liksom det gjort sedan senaste istiden, det vill säga i 9 000 år.

Vemdalen Följ stentrappan till det 60 meter höga Fettjeåfallet i Klövsjö. Mittåfallet i Långå har en lagun mellan två fall. Sångbäcksfallet finns vid infarten till Storhogna. Fallmorän är en fåbod med två porlande vattenfall. Rändåfallet är flera vattenfall som tillsammans bjuder på ett skummande skådespel.

Funäsfjällen Anderssjöåfallet i Funäsfjällen är ett mäktigt vattenfall som du kommer riktigt nära via vackra trappan av sten.

Ljungdalsfjällen Silverfallet är det högsta av flera trappstegsformade fall längs den 3 km långa vandringen vid Öjönån.

Bräcke Forsaleden följer Forsaån med vattenfall, strömmar och dammar. Längs vandringsleden finns många kulturlämningar och vindskydd för medhavd matsäck.



Silverfallet, Ljungdalsfjällen. Foto: Torsten Hjerpe

Mighty waterfalls

The largest waterfalls are Tännforsen and Ristafallet in Åre. The strikingly high and narrow are Brudslöjan (The bride's veil) in Storlien and Fettjeåfallet in Vemdalen. One of the longest is Handölsforsen

with a suspension bridge that will get your adrenalin running. The most remarkable one may be Hällingsåfallet by the Wilderness road as it rushes down 40 meters into the longest canyon of northern Europe.



Barnvänliga cykelleder i Åre. Foto: Emrik Jansson



Spännande cykling vid Vildmarksvägen. Foto: Mia Wiktor Lunde



Cykling i södra Lofsdalen. Foto: Emma Edejern

Cykla

Likheterna mellan skidåkning och downhill-cykling är många; det är samma fart, glädje och svårigheter att bemästra. Självklart finns även stigcykling och turer längs grusvägar.

Downhill I Lofsdalen Bike Park startar nybörjare med den gröna Fjälleden och ökar farten i Happy MTB. Venom och Viper har stenar, drops och andra klurigheter. Åre Bike Park har omkring 40 leder med olika svårighetsgrad ner för den 1 420 meter höga Åreskutan. Frösön har maskingrävda och ett flertal leder med olika svårighetsgrader kring Gustavsbergsbacken. Vemdalen erbjuder en cykelarena som nås med sittlift, perfekt för familjen. I Funäsfjällen finns tre downhillområden för hela familjen.

Pump tracks, dirt & flow Skapa fart genom att hänga med i svängarna i en pump track. En dirtbana kan liknas vid en motocrossbana för


cyklar med hopp som ger chans att sätta sköna tricks. Flow trails är skapade för fart och rytm. Vemdalen, Åre, Funäsfjällen, Frösön, Brunflo Bike Park, Myrviken, Änge, Backe, Gäddede med flera orter i Jämtland Härjedalen erbjuder cykling som passar bra för trixiga åkare. Lofsdalen har den längsta "flow trailen", drygt fem km.

Stig, landsväg eller cykling på grus Stigcykling i Östersund finns på Frösön, Bynäset, Fursteli och Spikbodarna. För landsvägscyklning rekommenderas Ås-Rödön-Frösön eller Brunflöviken runt. Vemdalen och Åsarna erbjuder cykling längs små grusvägar och stigar kantade av naturscenerier.

Funäsfjällen har fjällcykling för hela familjen. I Åre Björnen finns en cykelarena att öva i och lättcyklade leder som byggts för att skona naturen. Välj Kallsjön runt för en tur på mestadels grusväg med sköna vyer.

Karl Johans väg var den nya landsvägen 1835 över fjället och in i Norge med många fina stenvalvsbroar. Parkera strax efter Skalstugan när du ser skylten "Den gamla vägen" för att cykla på den.

Långfärdscykla Njut av vackra vyer och vattenfall längs Vildmarksvägen. På cykel kommer man närmare naturen och kan lugnt uppleva omgivningarna.

 **Biking in Jämtland Härjedalen**
Some ski resorts turn into bike parks in the summer. The largest is Åre Bike Park with radical downhill trails as well as XC-trails for the whole family. Lofsdalen boasts the most family friendly downhill biking and XC-biking.

Minutes from the city center Östersund offer downhill trails at Frösöberget. XC-trails in the mountains are a speciality in Funäsfjällen. Vemdalen offers a bike arena accessible by lift perfect for the family. The pump tracks, flow trails and dirtbans are growing in numbers and can

be found in many destinations. A nice long tour with a gravel bike is around lake Kallsjön, or with a racing bicycle on the asphalt roads around lake Storsjön.



Flugfiske i Kvissleströmmarna. Foto: Anette Andersson

Kända fiskevatten

- Gimån
- Herrevadsströmmen
- Dammån
- Kvitsleströmmarna
- Häckrenmagasinet
- Lövsjöströmmen
- Hotagsströmmen
- Rörströmsälven
- Ljusnan
- Sölvbacka strömmar
- Ammerån
- Hårkan
- Långan i Lit

Fiska

Jämtland Härjedalen har god fisketillgång till fjälls och i de djupa skogarna. Sammanlagt finns omkring 280 mil av älvar och åar samt mer än 17 000 sjöar att välja bland. För bästa service kan du bo på en fiskecamp med tillgång till utbildade fiskeguider, bekväma stugor och flera fiskevatten inom räckhåll. Drömfiske är föreningen som tillsammans marknadsför de allra bästa anläggningarna.



Fiske från brygga i Östersund. Foto: Håkan Wike

Bekvämt fiske Varggranstjärn uppe på Vemdalskalet är Sveriges högst belägna put-and-take-vatten och som dessutom är lättillgängligt via bilväg. Tre andra familjevänliga vatten är Järpbäcksdammen, Sturvåndtjärn och Svartåstjärn. I Östersund kan du fiska fritt från land med handredskap, strax utanför staden finns Lillsjön och Ösjön med barnvänligt fiske.

Turistfiskekort Vattudals- och Frostvikenkortet ger dig fiske i över 170 olika fiskevatten längs

Vildmarksvägen både nära bilväg, och i mer orörda marker. Hotagenkortet erbjuder 100 vatten på ett fiskekort och Fiskevägenkortet är ett samarbetsprojekt mellan 9 fiskevårdsområden, i Krokom. Fiskepasset i Funäsfjällen ger tillgång till alla upplätta fiskevatten i västra Härjedalen med 200 fjällsjöar och mer än 300 km av strömmande vatten. Fiska i Berg (FiskaiBergKortet) erbjuder tillgång till 130 fiskevatten, varav ca 20 tillgänglighetsanpassade.

Go fishing

The most well known fishing is in Gimån, Dammån, Kvitsleströmmarna and Gevsjöströmmen, Lövsjöströmmen and Hotagsströmmen. With more than 17 000 lakes and

2800 km of streams, a good place for fishing is never far away. There are fishing licences that include large areas of lakes and streams to make it easy to choose a secluded fishing spot. Easily accessible waters for family friendly fishing are

Lillsjön and Ösjön in the outskirts of Östersund and put-and-take-waters of Destination Vemdalen.

Paddla

Glida fram i landskapet eller paddla motströms? Hyr en kanot och glid ut i vildmarken. Följ med strömmen och låt paddlingen bli meditativ. Önskar du hårdare tag finns fartfylld forsraning.

Surfbukten i Östersund har en 150 meter lång eldriven kabel som ger full action utan utsläpp och buller. Medan du väntar på din tur finns beach-volley, slackline, SUP- och kajakuthyrning.

Paddla på Storsjön och se alla små byar från vattnet i din egen takt. Hyr kajak, kanot eller SUP i Surfbukten, Bynäset och Norderön. Om du rör dig smidigt och blir ett med naturen så kanske du får sällskap av Storsjöodjuret!

Fjällnära paddling på egen hand eller med guide längs Vildmarksvägen, i Funäsfjällen eller i Södra Årefjällen, omgiven av fjäll på Ottsjön till ljudet av vågskvalp och en eller annan knipa eller trana.

Rogens naturreservat innehåller ett spännande sjösystem med en säregen karg natur. För dig som är van

att vistas i vildmarken är Rogen ett fulländat äventyr där du kan paddla ända in i Norge.

Klövsjön och Svartåstjärn Leta upp en egen badstrand med hjälp av en hyrd kanot, kajak eller SUP.

Hårkan och Långan På Lits Camping och kanotcentral, strax norr om Östersund kan du hyra kanot och få skjuts för att sedan paddla under en eller flera dagar nedströms tillbaka.

Paddla längs Veman, från Vemdalen by till Vemhån och därifrån vidare mot Svegssjön. Veman är helt oreglerad så kolla flödet innan du ger dig ut.

Hejdlöst ös med forsfärd Prova i Funäsfjällen eller Årefjällen. Några turer passar hela familjen medan andra kräver stor vattenvana.



Paddling i Rogen. Foto: Emrik Jansson



Vacka vyer i Ottsjö. Foto: Darren Hamlin

Paddling quiet streams or white water

Try paddling on a quiet mountain lake in Vemdalen or Åre. At Surfbukten (Surfer's bay) in Östersund you can try wakeboarding with the help of an electric cable, there is also a possibility to rent SUPs

and kayaks. The rivers Hårkan and Långan are suitable for a multi day trip paddling downstream, rent a canoe at Lit Canoe Center. Veman is another nice river for paddling, fast in the spring and more slow in late summer. White water rafting can be found in Funäsfjällen and Åre.

Med barn

Anpassa aktiviteternas längd, ta med gofika och upptäck naturen och kulturen genom barnens ögon.



Vemdalens Hembygdsförening. Foto: Victoria Forsberg



Vatten från källan i Lofsdalen. Foto: Martin Olsson



Teknikland utanför Östersund. Foto: Anne Adsten

Introduktion till naturen och kulturen för barn finns hos Gäddede turistinformation med möjligheten att göra ett "provkryp" i Korallgrottan. Även Sonfjället natur och kultur och Naturum i Vålådalen har program för barn. Många hembygdsgårdar har mini-handelsbodas och lekfjös (lekladugårdar), till exempel Vemdalen, Hallen, Ragunda och Strömsunds hembygdsgård. Björnlandet i Åre Björnen har lekmiljöer som påminner om gruvbrytningen i Fröå gruva.

Välj en kortare sträcka och gärna en stig med rolig information som gör att man kan stanna ofta och prata om det man ser tillsammans. Alla destinationer har natur- och kulturstigar och ibland även sagostigar. Exempelvis Sagostigen och Konst(ig)stigen i Edsåsdalen.

Museer för små upptäckare På Jamtli kan barn delta i rollspel, kela med djur och ta körkort i trafikskolan. På Teknikland kan barn provsitta i flygplan, köra elbil och besöka spionrummet. Arvemuseet har en spännande vattenlek och lekmiljöer inomhus. En spännande lekanläggning finns vid Krångede vattenkraftsmuseum och Härjedalens fjällmuseum har en lek-fäbod.

Hoverbergsgrottan är upplyst i flera färger. Vandra vidare till Hoverbergstoppen och den spännande sprickan i berget, Rämnan.

 **Kid friendly attractions** Introductions to nature and culture in a child friendly way can be experienced at Naturum Vålådalen, Sonfjället Natur & Kultur, Gäddede Turistinformation, Härjedalen's Mountain Museum and Jamtli. Other museums that welcome young

Storsjöodjurscentrum Birger är ett litet Storsjöodjur som bor i Storsjön tillsammans med sin pappa och sin vän Gula Fisken. Lär dig mer om Storsjöodjuret på biblioteket i Svenstavik eller på Jamtli och besök Birgers Äventyrspark i Östersund. Runt om Storsjön finns spännande observationsplatser för Storsjöodjurspaning, till exempel Tibrandshögen på Rödön.

Aktivitetshus och Lekland Åre Jump Yard har trampoliner och klättring. I Östersund finns Multi Challenge äventyrshus med gokart, klättervägg, laserhall samt Boda Borg. Aktivitetshuset i Lofsdalen har både bowling och ett lekland. Bräcke har Jämtland Härjedalens största lekpark på perfekt avstånd från den kända glassbaren!

”Birger är ett litet Storsjöodjur som bor i Storsjön tillsammans med sin pappa och sin vän Gula Fisken.

Äventyrssvambad Storsjöbadet i Östersund, Holiday Club i Åre och Sveg har äventyrssvambäder med vattenrutschbanor och badlandskap för de minsta.



Birger och Gula Fisken.
Illustration: Anders Nilsson

guests are Teknikland, Arvemuseet and Krångede Kraftverksmuseum. Discover all about the Nessie of lake Storsjön called Storsjöodjuret (the Great Lake Monster) at the library in Svenstavik or Jamtli. Indoor water parks are found in Östersund, Åre and Sveg.



Fjällvandring med hund. Foto: Nordic Husky Farm

Med hund

Självklart är din bästa vän välkommen att följa med dig på äventyr i Jämtland Härjedalen. Här kommer några tips på resmål.

Fjällvandra Om du vänjer din hund vid klövjesäck på hemmaplan så kan den bära sin egen mat. Håll hunden kopplad och se till att den får vatten ofta. STFs fjällstugor och fjällstationer har hundrum, boka i förväg eller välj att tälta.

Åk skidor Särskilda spår finns där hundar är välkomna. Ofta är det lättare att ha med hund vid turåkning än i finare preparerade spår och elljusspår. Vi rekommenderar inte att ta med hunden i liftar och preparerade pister ur säkerhetssynpunkt och för att miljön mest troligt inte uppskattas av hundar.

Hundvänligt boende Många campingar, stugbyar och hotell

erbjuder boende där du kan ha med din hund. En egen stuga är bekvämt med egen dörr. Storhogna högfjällshotell & spa har rum med matskål, hundbädd och altandörrar för hundägare.

Hundäventyr som utvecklar både dig som ägare och utmanar hunden finns bland annat hos Trumvallen jakt och äventyr, ForsWards hund & jakt, Ullis & Rudolf och Härjedalsguiderna.

Restauranger som välkomnar hundar I Destination Vemdalen finns ett stort antal matställen där hunden är välkommen liksom i Östersund, Åre och Funäsfjällen. Fjällvetrinären i Strömsund har ett djurvänligt kafé.

Låna hund om du inte har en egen. Till exempel kan du skapa konstverk eller vandra med en snäll och mysig hund hos Nordic Husky Farm utanför Strömsund.

Frösö Park Hotel erbjuder fyrverkerifritt nyårsfirande. Hotellet ligger bredvid flygplatsen som är en fyrverkerifri zon, därför passar de på att erbjuda ett hundvänligt firande.

Håll koll på din vän Inom renskötselområden och särskilt 1 mars till 20 augusti bör hunden vara kopplad. Då är naturen full av små renkalvar, vingliga rådjurskid, fågelungar och andra små värnlösa krabater. I nationalparker och naturreservat gäller särskilda regler för hundägare.

”Ofta är det lättare att ha med hund vid turåkning än i finare preparerade spår och elljusspår.

Kom-ihåg-lista

- Boka djurtillåtet boende
- Anpassa turernas längd
- Ihopfällbar vattenskål
- Energipåfyllning
- Tasskydd
- Halsband/sele & band
- Hundtäck
- Första-hjälpen

Bring your dog

When visiting Sweden you can bring your dog, cat or other animals if they fulfil certain EU-rules. Many accommodations have dog-friendly rooms or apartments and there are cabins for dog owners.

Make sure to plan your hike or ski tour according to the stamina of your dog and serve water regularly. Always keep your dog leashed, especially March 1st til August 20th when nature is full of baby animals. Never go near reindeer, or any other wild animals with your dog.

Några Campingar

- Fjällnäs
- Gällö
- Hammarstrand
- Hede/Sonfjället
- Hoting
- Jormvattnet
- Kallsedet
- Ristafallet
- Krokom
- Lofsdalen
- Råtan
- Stora Blåsjön
- Strömsund
- Sveg
- Åkersjön
- Åsarna
- Ö Valådalen
- Östersund

Några ställplatser

- Arvesund
- Camp Dammån
- Gräftåvallen
- Hedlanda flygplats
- Sandnåset golfklubb
- Strömsunds hembygdsgård
- Svenstavik
- Trångsviken
- Zorbcenter Dövikén
- Utanede
- Bräcke
- Bydalsfjällen
- Storlien
- Tännforsen
- Östersund

”Fjälldestinationernas campingar har många trogna gäster som stannar hela säsongen.

Året-runt-öppna campingar finns i samtliga destinationer, ofta nära naturen så att du kan vandra eller cykla för att uppleva mer. **Fjäll-destinationernas campingar** har många trogna gäster som stannar hela säsongen, därav finns förutom de tillfälliga platserna på campingarna, tomter för husvagnar med så kallade spike-tält, frigebodas som byggs ihop med vagnarna.

Om du ändå bestämmer dig för att stanna vid vägkanten så är grundregeln att du på vardagar får stanna i högst 24 timmar på rastplatser och skyltade P-platser utmed allmän väg. På lördagar, söndagar och helgdagar får du stanna till nästa vardag. Andra regler kan finnas på tilläggstavlan under P-märket. I vissa kommuner finns lokala ordningsföreskrifter som säger att camping i husvagn och husbil inte får ske på offentlig plats. På enskilda

vägar avgör markägaren om motortrafik och parkering ska vara tillåten. Vid övernattnig nära ett

bostadshus behöver du fråga markägaren om lov. Följ föreskrifter kring vattenskyddsområden och andra skyddade områden. Om inget annat anges får du ställa upp ditt fordon precis intill vägen, förutsatt att marken inte skadas, parkeringen utgör en trafikfara eller markägaren hindras i sin verksamhet.

Färdsoppor och latrin Närmaste turistinformation eller InfoPoint kan ge dig vägvisning om var du tömmer latrin, färdsoppor och var närmaste återvinning finns, om du inte hittar information på nätet. Vi uppskattar att du bidrar till ett rent och snyggt, attraktivt Jämtland Härjedalen.

Campingliv – semester på hjul

Det handlar om frihet. Frihet att stanna när du vill. En hemmakänsla, fast på resan. Jämtland Härjedalen har många genuina, bekväma campingar och ställplatser. Campingvärdarna ger dig gärna tips på turer i naturen, de bästa kulturupplevelserna och evenemangen. Genom att handla lokalt och bo på anläggningar med service får du en bättre upplevelse och bidrar till en levande landsbygd.



Camp Viking, Gällö. Foto: Göran Strand



Camping vid Kallsjön, Kall. Foto: Maria Wilhelmsson

Camping life

All year round camping sites are available all over the region, often located close to nature. When you stay in designated camping sites you also contribute to the local economy and your waste gets properly taken care of. It is ok to stay one night with your vehicle in connection to a road as long as this doesn't damage the ground, hinders traffic or the land owner.

Staying close to a private house needs permission. Parking lots marked with a "P" are for temporary stays. The basic rule is a maximum of 24 hours during weekdays and on weekends it is ok to stay til the next weekday. A sign under the "P" may state that other rules apply. Your nearest Tourist Information can tell you more and where to dispose of waste and recycle. Please leave nothing but footprints.



Utsikt från Hoverberget. Foto: Gustav Kron

Rundturer

Gör en rundtur med bil, eller ännu hellre, packa cykeln för en fridfull semester bland vykortsvackra motiv och en lagom mix av vandring, historia, kultur och god mat.

Inlandsvägen (E45) - Från Sveg till Strömsund

Från Sveg i söder till Hoting i norr erbjuder Inlandsvägen en perfekt blandning av historia, kultur och natur, oavsett om du vill vandra, lära dig om vikingatiden eller bara njuta av vyerna.

Sveg är porten till Härliga Härjedalen. Här kan du ladda batterierna med shopping, restaurangbesök, äventyrsbad eller ett stopp på det filmiska fiket Cineast?

Ytterhogdal har sommarservering vid hembygdsgården Gammelträde. Äldsta föremålet är en dörr från 1200-talet.

Överhogdals forngård, visar historien om de vikingatida Överhogdalsbonaderna – färggranna textilier som hittades här under tidigt 1900-tal. Dessa unika historiska fynd berättar en fascinerande historia och figurerna på väven bjuder in till många tolkningar.



- Inlandsvägen
- Storsjön runt
- Södra rundturen
- Norra rundturen med Vildmarksvägen
- Från kust till kust



Cafe Cineast i Sveg. Foto: Anne Adsten



Historiska tävlingsdräkter visas på Åsarna Ski Center. Foto: Anne Adsten

Åsarna kallas även Guldbyn, tack vare sina många framgångsrika skidåkare. Här hittar du skidspår i världsklass som prepareras av självaste skidlegenden Thomas Wassberg. På Åsarna Skicenter finns skidhistoria, restaurang och boende.

Svenstavik Hoverberg är en dröm för vandrare. Här finns leder som tar dig till Hoverbergsgrottan, en av Sveriges största klyftgrottor, och till den så kallade Rämnan. Vid hembygdsgården kan du se det kompletta bössmakeriet Bingstasmedjan. Fortsätt i Södra Storsjöbygden till Hackås medeltidskyrka, en av Norrlands äldsta kyrkor, med magnifik utsikt över Oviksfjällen.

Locknesjön skapades av ett meteoritnedslag för 458 miljoner år sedan och är en geologisk skatt. På Locknekratern Meteoritcenter kan du lära dig mer om denna fascinerande historia.

”Fortsätt i Södra Storsjöbygden till Hackås medeltidskyrka, en av Norrlands äldsta kyrkor, med magnifik utsikt över Oviksfjällen.

Brunflo kastal är den enda kvarvarande kastalen i Norrland och anses vara ett av de äldsta medeltida byggnadsverken i Jämtland. Kastaler är vaktorn och försvarsbyggnader av sten och började uppföras i Norden på 1100-talet. Idag används Brunflo kastal som ett klocktorn. Passa på att ta en kafferast på Hembygdsgården.

Östersund är residensstaden i Jämtland Härjedalen med ett stort utbud av shopping, restauranger och aktiviteter. Varför inte göra ett besök på Jamtli, Teknikland i Ope, eller ta en paus på ett av alla mysiga caféer?

Vackermyren ligger vid Fyrås med spänger som gör det möjligt att utforska myrens sällsynta växter.

Strömsund med sina charmiga butiker och restauranger, har en vackert belägen hembygdsgård vid Ströms Vattudal samt en camping med utomhusbassänger.

Hotings bilmuseum är en höjdpunkt för biltusiaster, med veteranbilar och rariteter som Kung Gustaf VI Adolfs Princess Vanden Plas. Missa inte den lilla forntidsutställningen vid campingen.

Inlandsvägen fortsätter norrut från Jämtland Härjedalen via Vilhelmina, Storuman, Arvidsjaur, Jokkmokk, Gällivare och Karesuando.

Inlandsvägen (E 45) – From Sveg to Strömsund

Along this route lies a string of experiences combining history, culture, nature, and adventure. From Sveg in the south to Strömsund in the north, you'll find everything from ancient relics to fantastic nature trails.

Sveg is where the journey begins, the gateway to picturesque Härjedalen. Recharge with some shopping, dining, a visit to the adventure pool, or a stop at a charming cinematic café. The mix of relaxation and activity makes Sveg an ideal starting point.

Överhogdal Heritage Site is where you can admire the Viking Age tapestries – colorful textiles discovered here in the beginning of the 20th century. These unique historical artifacts tell a captivating story of the Viking Age and are treasures deserving great attention.

Åsarna is known as the Golden Village due to its many successful

skiers. Here you'll find world-class ski trails maintained by none other than skiing legend Thomas Wassberg. At Åsarna Skicenter you will find memorabilia from the skiers in the village, a restaurant and a place to stay.

Hoverberg and Hackås is a hiker's dream, with trails leading to the Hoverberg Cave, one of Sweden's largest rift caves. At the local heritage centre, you can visit Bingsta Smith Works to witness traditional artifacts from gunsmithing. Nearby lies Hackås Medieval Church, one of the oldest churches in northern Sweden, offering a stunning view of the Ovikén Mountains.

Locknesjön was formed by a meteorite impact 458 million years ago, is a geological gem. At the Lockne Crater Meteorite Center, you can delve into this fascinating history.

Östersund, the regional capital, offers a wide range of shopping, dining, and activities. Visit Jamtli, Teknikland in Ope, or unwind at one of the cozy cafés. Whether you're looking for tranquility or new experiences, Östersund offers a unique blend of urban amenities and small-town charm.

Vackermyren and Strömsund In Fyrås, Vackermyren marshlands features boardwalks allowing exploration of the bog's rare flora. Strömsund, with its charming shops and restaurants, boasts a beautifully situated heritage site by Lake Ströms Vattudal. Car enthusiasts will love Hotings Car Museum, showcasing vintage cars and rarities, including King Gustaf VI Adolf's Princess Vanden Plas.



Midssommarrifande på Gammelträde. Foto: Ytterhogdals hembygdsgörning

Storsjön runt

Många av attraktionerna som presenteras på tidigare sidor i reseguiden finns runt Sveriges femte största sjö Storsjön. Mest hela tiden när du reser runt är vattnet, skogarna och fjällen närvarande – blått, grönt och vitt, som på Jämtland Härjedalens egen flagga. Glöm inte att spana efter Storsjöodjuret!

Östersund-Ytterån-Arvesund-Bydalsfjällen Utgå till exempel från Östersund över bron till Frösön med den nordligaste runstenen, Frösö kyrka och kompositören Wilhelm Peterson-Bergers Sommarhagen. Vidare till Rödön för att spana efter Storsjöodjurspar vid det gamla färjeläget mot Tibrandshögen. Besök Mus-Olles Museum i Ytterån och fortsätt till Mattmar för en fika på Agdas, vidare till Arvemuseet i Arvesund. Bo över på vandrarhemmet eller fortsätt mot Bydalsfjällen med mysiga stugor och en vandringstur till den fascinerande Dromskåran.

Marby-Norderön-Persåsen-Svenstavik Kör söderut mot Marby gamla kyrka och ta färjan för en lunch hos Tivars gårdsmejeri på Norderön. Fortsätt till Wikners i Persåsen för att se hur vackra trä möbler blir till och vik sedan av mot Hoverberg för att beundra utsikten från tornet högst upp på berget. Vandra ned mot Hoverbergsgrottan och

stanna hos Kossan i Berg för en glass innan du besöker Storsjöodjursutställningen på biblioteket i Svenstavik.

Hackås-Tandsbyn-Brunflo-Östersund Kör mot Hackås kyrka som har många spår från medeltiden, Locknekraterns Meteoritcenter för att återuppleva meteoritnedslaget i deras mini-cosmonova och vidare mot Brunflo Kastal och hembygdsgård med hembakt fika. Besök Teknikland innan du fullföljer Storsjöturen tillbaka i Östersund.

Om du vill så kan du bo på ett ställe i Storsjöbygden och dela upp Storsjöturen via färjetrafiken (gratis) Håkansta-Norderön och Norderön-Isön eller via Sannundsbron. Boendialternativ finns till exempel i Svenstavik, Persåsen, Bydalsfjällen, Arvesund, Krokom och Östersund.

”Fortsätt till Wikners i Persåsen för att se hur vackra trä möbler blir till och vik sedan av mot Hoverberg för att beundra utsikten från tornet högst upp på berget.



Besök älgarna på Moose Garden. Foto: Anne Adsten



Allt i trä hos Wikners i Persåsen. Foto: Anne Adsten



Storsjöodjuret? Illustration: Naboer AB



M/S Thomee utgår från hamnen i Östersund. Foto: Per-Åke Wahlund



Around lake Storsjön

Storsjön is Sweden's fifth largest lake and the terrain varies between forests, fjells and the marvellous lake, home to the Storsjöodjuret lake monster. The colours that dominate the scenery are green, blue and white, the motivation behind the Jämtland regional flag.

Östersund-Ytterån-Arvesund-Bydalsfjällen Start in Östersund on to the island Frösön to interpret the northernmost runestone in Sweden,

on to the beautifully situated Frösö church and the home of the famous composer Wilhelm Peterson-Berger, called Sommarhagen. Continue to Rödön to look for the Storsjö monster with tracks leading towards the old stronghold Tibrandshögen. See the Mus-Olles museum in Ytterån with all things collected by one single man in the beginning of the 20th century. Have a Swedish fika at Agdas in Mattmar and see the technical evolution at Arvemuseet. Stay the night at the hostel or continue to the

mountain resort Bydalsfjällen with cosy cabins and the hiking trail to the magnificent Dromskåran - created by melting water the end of the last ice age.

Marby-Norderön-Persåsen-Svenstavik Drive south to Marby old church for a morning coffee at the homestead museum and take the ferry to the island Norderön with a visit at Tivars dairy and restaurant. Rent a kayak for some paddling or continue to Wikners in Persåsen to see professional carpenters at work. Go to the top of mount Hoverberg to admire the view and look for Storsjö monsters and hike to the Hoverberg cave lit up by artificial lightning. Make a stop at Kossan in Berg for a delish icecream before you learn more about the Storsjö monster at Storsjöodjurscentrum by the library in Svenstavik.

Hackås-Tandsbyn-Brunflo-Östersund Hackås church has several parts unchanged from the middle ages. Locknekratern was created by a meteorite downfall and the Meteorite center lets you feel the power of the impact in their movie center. Go to Brunflo to climb the defence tower by the church and stop at the homestead museum for home baked cookies. Visit Teknikland to catch up with the military history of the area with quite a collection of airplanes before you get back to Östersund.

You can use Östersund or any of the other villages around the lake as the starting point to make day tours using the free ferries and the Sannsundsbron bridge to divide the tours. head either over the Sannsundsbron Bridge or the free ferry over the island of Norderön.



Levande historia på Jämtli.
Foto: Jämtli



Ruvalen, Funäsfjällen, är utgångspunkten för en vandring till hällmålningarna vid Flatruet. Foto: Helena Åkerlind

Södra rundturen

Upplev de södra fjälldestinationerna i Härjedalen med start och slut i Östersund. En veckolång tur för dig som vill uppleva fåbodar, vilda djur, en glaciär och Sveriges högst belägna bilväg - Flatruetvägen.

Östersund-Frösön-Orrviken-Persåsen Åk med bil från Östersund via Frösön och över Vallsundsbron tills ni når Moose Garden i Orrviken. Gå på guidad älgsafari och se skogens konung med egna ögon. Kör vidare via Sannsundsbron till Wikners i Persåsen för att se deras trähantverk av jämtländska träslag och utställningar om Snilleriket. Ta en fika hos Fjällkonditoriet och kör sedan vidare längs Fåbodvägen som går genom ett område med över 30 fåbodar mellan Storsjöbygden och Oviksfjällen. Det finns två restauranger där du kan smaka samiska rätter i området; Hävvi i

Glen och Hävvi Elaine strax utanför Myrviken.

Ljungdalen-Mittådalen-Funäsdalen-Tännäs Fortsätt mot Ljungdalen och gör en 12 km vandring fram till Sveriges sydligaste glaciär på fjälltoppen Helags, 1 797 meter över havet. Bo över på fjällstationen för att ha styrka över för en topptur. Ta Flatruetvägen, som är Sveriges högsta belägna väg, med fantastiska vyer över det omgivande kalvfjället, vidare till Mittådalen. Gör en vandring till stenålderns motsvarighet till en graffitivägg vid Ruändan. Hällmålningarna visar bland annat människor, björn och älg. Vidare mot Funäsdalen för en tur med gondolen upp till den samiska parken Lopme Laante och en inblick i den samiska kulturen. I byn hittar ni Härjedalens Fjällmuseum med vackra utställningar om samer, fjällbönder och gruvarbetare, som format och



Fjällvandring till Helags. Foto: Joachim Lagercrantz

”Gör en vandring till stenålderns motsvarighet till en graffitivägg vid Ruändan. Hällmålningarna visar bland annat människor, björn och älg.

formats av landskapet. Åk vidare till Tännäs för att bekanta er med urtidsdjuren vid Myskoxcentrum.

Lofsdalen-Hede-Vemdalen-Klövsjö-Östersund Fortsätt söderut mot Lofsdalen där ni kan prova på downhillcykling och spana ut över fjällvärlden från toppen

av Hovärken. Lofsdalen har ett Bear's Den som är ett gömsle med övernattningsmöjlighet för att se brunbjörn. Styr vidare mot Hede och Sonfjällets nationalpark för en vandring med majestätiska vyer. Vidare österut når ni Vemdalen där ni kan belöna kroppen, ta in på Storhogna Högfjällshotell & Spa

och utforska flera vattenfall. På väg tillbaka mot Östersund kan ni stanna till i Sveriges vackraste by, Klövsjö, och unna er en gofika på Klövsjö Stenugnsbageri. Vid Åsarna är du åter vid väg E45 (se Inlandsvägen) och kan fortsätta norrut tillbaka till Jämtland Härjedalens enda stad, Östersund.

The Southern Route **Östersund - Frösön -**

Orrviken - Persåsen Go by car from Östersund via the island Frösön and over the Vallsund bridge until you reach Moose Garden in Orrviken. Join a guided moose safari and see the king of the forest with your own eyes. Continue driving via the Sann Sund bridge to Wikners in Persåsen with fantastic carpentry and an exhibition on the richness of the region's inventiveness. Have a Swedish fika at Fjällkonditoriet and continue driving along the Fäbodvägen with more than 30 shielings (summer farms). Along the way you can visit two Sami-themed restaurants named Hävvi in Glen and Hävvi Elaine in Myrviken.

Ljungdalen - Mittådalen - Funäsdalen - Tännäs Continue to Ljungdalen and stretch your legs on the 12 km hike to Sweden's southernmost glacier, Helags, 1.797

meters above sea level. Stay at the mountain hut to gain strength for a hike to the peak. Drive over Flatruetvägen, the highest road in Sweden and traverse across the open mountain terrain towards Mittådalen. Ruändan has Stone Age rock paintings of bear, moose and humans to admire before heading onwards to Funäsdalen. Take the gondola up to the Sami-themed park Lopme Laante to get an insight into the Sami culture and enjoy the panoramic views. In the village you'll find Härjedalens mountain museum with beautiful exhibitions and rich culture. Continue to Tännäs and visit the prehistoric muskox in the Myskoxcenter.

Lofsdalen - Hede - Vemdalen - Klövsjö - Östersund Continue south to Lofsdalen where you can try downhill biking and take in the scenic views from the mountain

peak, Hovärken. Go bear-spotting in Lofsdalen's Bear's Den where you also can spend the night. Continue north to Hede and the national park of Sonfjället for a hike with amazing views. Carry on the drive turn towards Vemdalen, where chasing waterfalls is the name of the game. Treat yourself with a stay at Storhogna Högfjällshotell & Spa to recharge your batteries. On your way back to Östersund, make a stop at Sweden's most beautiful village, Klövsjö, and stop for pastries at Klövsjö Stenugnsbageri. Continue to Åsarna by road E45 (see the Inland road) and go north to come back to the city of Jämtland Härjedalen, Östersund.



Fettjeåfallet i Vemdalen. Foto: Philip Kibsgård



Cykla på hållbara fjällleder i Lofsdalen. Foto: Emma Edejern - Red Anette Andersson



Spökprästgården, Borgvattnet. Foto: Carina Landin



Brakkåfallet i närheten av Stora Blåsjön. Foto: Anne Adsten



Gamla Lanthandeln i Krokoms. Foto: Anneli Åsén

Norra rundturen med Vildmarksvägen

Att köra norra rundturen med Vildmarksvägen är en resa genom ett hisnande landskap. Turen tar dig genom Jämtland, över gränsen till Norge och tillbaka, med stopp som bjuder på gastronomiska höjdpunkter, historiska minnesmärken och spektakulära naturfenomen.

Östersund och Krokoms

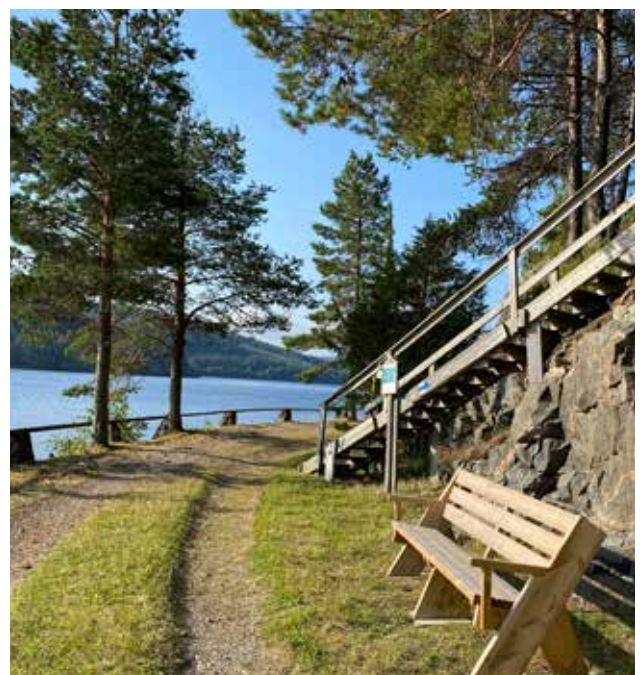
Resan börjar i Östersund och fortsätter till Krokoms, där Gamla Lanthandeln bjuder på nostalgiska varor och aktiviteter. Gör en sväng förbi Renates konditori för en glassupplevelse.

Skärvången och Åkersjön - Väg 340 kallas även Fiskevägen tack vare alla fina fiskevatten. Stanna i Skärvången, känt för sitt bymejeri och ostproduktion i världsklass. En guidad tur här avslutas enligt

tradition med en ostbuffé. Gör en vandring i Åkersjön och bo över på hotell eller camping. Valsjöbyn bjuder på en mer eftertänksam upplevelse vid Skansen Klintaberg, som påminner om de mörka åren under andra världskriget.

Gäddede - Efter att ha kört norrut in i Norge, återvänder du till Sverige vid Gäddede. Vidare längs Vildmarksvägen följer en rad naturupplevelser, som fiske i Jormvattnet och en guidad tur i den mystiska korallgrottan. Bjurälvens naturreservat imponerar med sin unika geologi, där ån växlar mellan att flöda ovan och under jord.

Stekenjokk - Vägen leder vidare hit där du kan köra mellan imponerande snövallar och njuta av en vandring på fjällplatån. I närheten ligger Ankarede kyrkstad, där samiska kåtor och små stugor ramar in den



Geopark Indalsälven: Vid Stadsberget finns berg i dagen som vittnar om jordens utveckling och skyltar som förklarar. Foto: Carina Landin



Vildmarksvägen över Stekenjokk. Foto: Darren Hamlin

lilla kyrkan. Missa inte att testa den lokala specialiteten Klining som bäst beskrivs som ett slags tunnbröd. Övernatta i Stora Blåsjön med utsikt över sjö och berg. Från Stekenjokk kan du välja att fortsätta Vildmarksvägen mot Vilhelmina eller vända söderut mot Strömsund.

Gäddede-Strömsund - här väntar Hällingsåfallet, ett dramatiskt vattenfall med en av Europas längsta kanjoner, och Skansen Alanäs, en plats som speglar landsbygdens historia i ofredstider. Gör en vandring med vänliga hundar hos Nordic Husky Farm eller gör en avstickare mot Norråker för att bo på lantgård och ta en byrundtur med häst och vagn.

Ragunda Färden fortsätter längs E45, med avstickare till Skyttmon för att beundra de ståtliga träslotten. Övernatta i Spökpräsgården i Borgvattnet om du vågar och fortsätt till Utanede för att se den Thailändska paviljongen, som kontrasterar vackert med sitt bladguld mot den svenska björkskogen.

Hammarstrand passar bra för en övernattnings och ett stopp nästa dag vid Döda Fallet, en fascinerande plats där naturens krafter format landskapet. Vackert utformade gångar av trä leder till jättegrytor och andra hemligheter som tidigare gömdes av vattenmassor. Fortsätt för att se fler av de 30 platserna inom Geopark Indalsälven eller åk mot Östersund och besök Krängedes kraftverksmuseum, där teknik och historia möts i interaktiva utställningar.

The Northern Route and the Wilderness Road

Driving the northern tour and the Wilderness Road (Vildmarksvägen) is an adventure through breathtaking landscapes, rich history, and unique experiences. This route takes you through Jämtland, across the border into Norway, and back again, with stops offering everything from culinary delights to historical landmarks and spectacular nature phenomena.

Östersund and Krokoms - The journey begins in Östersund and continues to Krokoms, where the Old Country Store (Gamla Lanthandeln) offers nostalgic goods and activities.

Skärvången and Åkersjön
Along Route 340, your next stop is Skärvången, known for its dairy and world-class cheese production. A guided tour here concludes with a compulsory cheese buffet. The trip leads on to the Ansätten mountains, where nature enthusiasts can revel in vibrant flora and stunning views. In Valsjöbyn, you'll find a more reflective experience at Skansen Klintaberg, a site that serves as a somber reminder of the dark years during World War II.

Gäddede - After heading north into Norway, the route returns to Sweden via Gäddede. Continue along the Wilderness Road to encounter numerous natural attractions, such as fishing in Jormvattnet and a guided tour of the mysterious Coral Cave. Bjurälven Nature Reserve fascinates with its unique geology, where the river alternates between flowing above and below ground.

Stekenjokk - The road leads to Stekenjokk, where you can drive between towering snow walls and enjoy hiking in the alpine landscape on the mountain plateau. Nearby, Ankarede Church Town showcases traditional Sámi huts (kåtor) and small cabins nestled around the church, a testament to the region's rich cultural heritage. Try the traditional bread "Klining" at the local summer café. From Stekenjokk, you can choose to continue towards Vilhelmina or head south again via Strömsund.

Gäddede-Strömsund - On the way to Strömsund, don't miss out on Hällingsåfallet, a dramatic waterfall surrounded by one of Europe's longest canyons, and Skansen Alanäs, which reflects the history of rural life in times of war. Go hiking with the nicest dogs at Nordic Husky Farm and stay over at a country farm in Norråker and be sure not to miss a village tour with horse and carriage.

Ragunda The journey then continues along the E45 south from Strömsund, turn towards Skyttmon to admire its grand wooden mansions, try to stay over at the haunted vicarage Borgvattnet Spökprästgård and continue to Utanede to see the Thai Pavilion with its golden roof, a striking contrast to the Swedish birch forest.

Before the journey concludes back in Östersund, make a stop at Döda Fallet, a fascinating site shaped by a man and the forces of nature and a part of the Geopark Indalsälven - showcasing earth evolution in 30 different sites, and Krängede Hydropower Museum, where technology and history intertwine.

Kust till kust

En resa med tåg är ett bekvämt sätt att se landskapet från kust till kust. Gör en resa från Sundsvall, via Östersund och Åre till Trondheim i Norge.

Sundsvalls stenstad är lätt att förstå via de interaktiva utställningarna på Sundsvalls museum. Du kan även boka en guidad takvandring för att se de fantastiska husen uppifrån. Makalöst att husen i centrum byggdes upp på bara sex år efter den stora branden 1888!

I **Bräcke** hittar du bland annat Glassbaren i Bräcke som vunnit glass-SM och en av Jämtland Härjedalens allra största lekplatser. Längs med vattnet hittar du Bräcke strand med badmöjligheter och ställplatser. Om magen skulle kurra kan du avnjuta en god lunch på Jämtkrogen. Vandra för en fin natur och kulturupplevelse.

Östersund är Jämtland Härjedalens enda stad och har mycket att erbjuda. Besök och upplev Jamtli med alla rollspelare i de historiska miljöerna, runstenen och kompositören Wilhelm Peterson-Bergers fantastiskt inredda villa Sommarhagen på Frösön. Det finns många restauranger, caféer och mathantverkare i och omkring Östersund. Så många att Östersund utsetts av UNESCO till Creative City of Gastronomy.

Krokom gör ett besök hos Gamla Lanthandeln och lär dig några enkla fraser på jamtska. Ta bussen till Mus-Olles Museum i Ytterån. Mannen som startade museet samlade på allt: stenar, fågelbon, parfymflaskor, burkar och kolapapper.

Åre har en lång turismhistoria. Följ med på en guidad byvandring för att få veta mer. Ta Kabinbanan upp på Åreskutan för en härlig väffla med hjortronsylt. Åre är en by sett till antal invånare, men har regionens största antal gästbäddar, ett stort antal restauranger, butiker och här finns norra Europas största skidsystem. Boka in en upplevelse med något av byns alla äventyrsföretag.

Från **Enafors** station kan man åka buss till STF Storulvåns fjällstation. Gör en kort fjällvandring för att titta på Old Pompe - en gran som beräknas vara 5 700 år gammal! Skänk en tanke till de modiga Karoliner som oturligt nog mötte sitt öde i de här trakterna i en snöstorm kring nyår 1718-1719. Hanriis hus i Handöl har

en fin utställning om karolinerna och täljstensbrytningen i området. Om du törs så går du över Sveriges längsta vattenfall, Handölsforsen via hängbron.

Storlien fyll depåerna i shoppingcentret och vandra till Brudslöjan på gränsen mellan Sverige

och Norge. Vandra Blomsterstigen och provsitt bänkarna längs leden som markerade stopp för Dr Westerlunds patienter kring 1900-talets början.

Norge Gör ett klassiskt stopp i Hell. Ja, stationen heter faktiskt så. Ta en bild på Hell Station och



Glassbaren i Bräcke erbjuder mästarsmaker. Foto: Stina Hylén



Vy mot Östersund från Frösön. Foto: Roger Strandberg

”Vandra Blomsterstigen och provsitt bänkarna längs leden som markerade stopp för Dr Westerlunds patienter under kring 1900-talets början.



Guidad tur vid Fråa Gruva i Åre. Foto: Anette Andersson

Inlandsbanan

En annan minnesvärd tågresa är Inlandsbanan från Kristinehamn, Mora och Östersund via Arvidsjaur till Gällivare.

Another train ride worth taking is the Inland Railway (Inlandsbanan) from Kristinehamn, Mora and Östersund up through Swedish Lapland to Arvidsjaur and Gällivare. The Inland Railway follows the Inland road (E45).

även på dörren med skylten "Gods Expedition", ett obligatoriskt stopp längs med denna tågresa! Trondheim är slutstationen för tåglinjen från kust till kust. Nidarosdomen är självklart med på "måste"-listan liksom Rockheim Nationella Museum för populärmusik. Andra höjdpunkter är att äta färska räkor och att besöka

Ringve Museum, där guiderna faktiskt spelar på instrumenten de berättar om.

Inlandsbanan

En annan minnesvärd tågresa är Inlandsbanan från Kristinehamn, Mora och Östersund via Arvidsjaur till Gällivare.

Coast to coast

The railway leading from coastal Sundsvall to Östersund, Åre and on to Trondheim in Norway will catch your attention as a comfortable way to see the Mid Scandinavian landscape!

Sundsvall The history of the beautiful stone city of Sundsvall is easy to grasp at the museum of Sundsvall. There's a possibility to book a rooftop guided tour to see the beautiful houses from above. Imagine the whole city center with 600 houses was rebuilt in just six years after the great fire in 1888!

Bräcke visit the famous ice cream bar that won the nationals several times. Along the water you will find Bräcke Beach and your kids will love the grand playground. If you feel hungry you can enjoy a good lunch at Jämtkrogen.

Östersund is the only city of the region Jämtland Härjedalen, pay a visit to Jamtli Historyland with actors in the summer, the runestone and the beautiful home of the composer

Wilhelm Peterson-Berger called Sommarhagen. There are many restaurants, cafés and food artisans around Östersund, many enough for the city to be appointed Creative City of Gastronomy by UNESCO.

Krokom is worth a visit for the old fashioned store "Gamla Lanthandeln". Try to learn a few expressions in the local dialect from the shop owner. Take a bus to the museum of one eccentric man; "Mus-Olles museum". He collected everything it seems, the old packages collection are fascinating pieces of art.

Make a stop in **Åre** for a guided village tour to learn about early tourism in the area. Take a ride with the cable car to the mountain top of Åreskuten to savour waffles with cloudberry jam. Åre is a village in terms of number of inhabitants but boasts the region's highest number of guest beds and it is the largest ski resort of Northern Europe.

From **Enafors** Station you can book a bus trip bound for Storulvån mountain station. Do a short hike

”**T**a Kabinbanan upp till Åreskutan för en härlig våffla med hjortronsylt.

to see the old fir Old Pompe which is estimated to be some 5.700 years old! Send a thought to the brave Carolean soldiers who unfortunately met their destiny in great numbers as they were marching back from a campaign in Norway right around here in a blizzard in 1718-1719. Stop at Hanriis Café in Handöl for a cultural lesson on the Carolean soldiers and marvel at the kilometre-long rapids at Handölsforsen with a suspension bridge. The physical challenges of the Jämtland Triangle wait in store for active travellers. The classic trail leads between the mountain stations of Storulvån, Blåhammaren and Sylarna.

Storlien, fill your supplies in the well-stocked shopping centre servicing both Norway and Sweden. Take the chance to hike to Brudslöjan waterfall on the border of Norway and Sweden, or wander your way along the 6km long family-friendly floral trail, complete with its rest stops and benches prescribed by Dr Westerlund for his stressed out patients in the 1800's.

Norway Make a classic stop in Hell. Yes, that's the name of the station. Take a mandatory picture of the Hell station building and the door saying "Gods Expedition" (freight services). Trondheim is the final destination for the railway tour from coast to coast. The Nidaros Dome is of course on the bucket list as well as the Rockheim National Museum of popular music. Other highlights while in Trondheim is eating fresh seafood and the Ringve museum where the guides actually demonstrate the different historical instruments on display.

Vinteraktiviteter

Snön ligger som glassyr på en kaka. Solen går upp sent och ned tidigt. Fyll din vintersemester med mer än bara skidåkning och kom hem som ett bättre jag.

Låt spelen börja! Inte sällan syns idrottare som värmer upp inför en tävling. Följ efter någon med flagga på ryggsäcken och heja på dina landsmän. Prova på skidskytte med guide i Östersund. Vi lovar att det inte är lika lätt som det ser ut på tv.

En del av Sapmi Landskapet här är en del av Sapmi. Samerna har levt här så länge vi kan minnas. Smaka delikatesser som rökt renstek, fisk och bär. Besök det samiska museet Gaaltje i Östersund eller möt den samiska kulturen i de samiska parkerna Lopme Laante i Björnrike och på Funäsberget.

Upptäck naturen på snöskor För mycket snö, för lite snö, för lös snö eller bara för att det är en

annan upplevelse. Prova på att gå en tur med snöskor och upptäck vinterlandskapet till fots i t ex Vemdalen, Södra Årefjällen och Södra Storsjöbygden.

Prova en spark När snön knarrar under skorna och bildar ett hårt täcke på vägen är en spark det rätta fordonet. Monomeden är typen för dig med bra balans och känsla för stil medan en traditionell spark är för dig som gillar en stadigare framfart.

Chans till isbalett Det är en underbar känsla att ge sig ut på en frusen sjö med långfärdsskridskor, t ex den plogade banan Medvinden på Storsjön. Håll koll via facebook för tips om frusna sjöar.

Fisken finns under isen Isfiske kanske inte är vinterns mest actionfyllda aktivitet, men det är nog så spännande att använda isborren och spana efter fisk i hålet genom isen med ett pimpelspö i handen.

Körkort i pulkabacken Livet på vintern är mer än skidor, mycket mer. Det är snöborgar, snöänglar, pulkor och kälkar också. I Persåsen kan du till och med ta körkort för kälke och åka i en specialbyggd backe med lift.

Kallbad Det är något speciellt med att sitta i ett varmt bad och titta upp mot vinterstjärnorna. Testa att vinterbada i tunna med eller utan bastu och isvak intill. Klarar du kallare bad så är det fritt fram i valfritt isfritt vatten.



Foto: Anette Andersson

”Prova på att gå en tur med snöskor och upptäck vinterlandskapet till fots.



Vinterparken i Östersund. Foto: Göran Strand



Följ med på hundspannstur. Foto: Nordic Husky Farm

Iskörning med bil Vintertid kan du köra över Storsjöns is från Östersund via Norderön och vidare till Håkansta för att nå Bydalsfjällen, eller isvägen mellan Sunne och Vällviken. Bilen bildar en tryckväg under isen, så åk sakta och njut av utsikten.

Hundspann En gnistrande vinterdag, ivriga hundar, en släde och du själv som förare av ekipaget! Prova på hundspann i bla Åre, Södra Årefjällen, Vemdalen, Strömsund, Bräcke, Krokomb och Lofsdalen.

Snöskotersafari Välj en medlem i branschorganisationen för hållbar snöskoterturism (BOHST) för en trygg och säker upplevelse. Till exempel Åreguiderna, Vemdalen Experience, Skoterhuset i Lofsdalen eller Big River Camp i Storåbränna.

Tystnad, tagning... Jämtland Härjedalens dramatiska landskap drar

till sig filmmakare både för långfilmer och reklamfilm. Bli inte förvånad om ett filmteam sveper förbi och kanske ber dig agera i bakgrunden!

Rätt utrustad? Värm dig innerst med Woolpower eller Eivy, välj skor i form av varma skor från Winterlife

eller Polyver, ett ytterplagg från Klättermusen, Lundhags, Elevenate, Skhoop eller Stellar. Laga mat på ett Trangia-kök och övernatta i tält från Hilleberg. Alla från regionen.



Iskallt vinterbad i Åre. Foto: Maria Wilhelmsson



Winter Fun

The region is a part of Sapmi, so indulge in delicacies like smoked reindeer meat while getting to know sami culture. Try a Swedish spark (kicksled) - standing on one sled and kicking with your free foot, especially on an icy winter road. Some lakes have plowed

tracks for skating, lake Storsjön is one, and you can see caravans of people heading out on sunny days. Ice fishing may not be the ultimate action sport, but it is clearly meditative. For a bit of wind in your hair, book a dog sledding tour or join a snowmobile safari. There are indispensable products for an active outdoor

life made in the area. Warm underwear from Woolpower or Eivy, shoes from Winterlife or Polyver, pants and jackets from Klättermusen, Lundhags, Elevenate, Skhoop or Stellar. For cooking, use an outdoor kitchen from Trangia and spend the night in a high quality tent from Hilleberg.

Alpin skidåkning

Backarna är oftast öppna för skidåkning från Lucia till sista april beroende på snötillgång. Hitta lugnet i de lite mindre skidorter som Edsåsdalen, Huså, Stora Blåsjön, Åkersjön, Hammarstrand och Östersund.

Åre är norra Europas största vintersportort med över 40 liftar och ca 100 nedfarter. Åre erbjuder skidåkning från 1420 m ö h och högzon har öppet till och med första helgen i maj.

Funäsfjällen erbjuder sex skidområden: Tännaldalen, Tännaldsvallen, Ramundberget, Funäsdalsberget, Tännäskröket och Kappruet med sammanlagt ca 35 liftar och närmare 150 nedfarter på ett skipass.

Vemdalen har tre skidområden: Klövsjö/Storhogna, Vemdalsaskalet och Björnrike med mer än 40 liftar och närmare 60 pister.

Bydalsfjällen är perfekt för en lugn skidsemester med familjen. Liftkortet omfattar ca 40 nedfarter och närmare 20 liftar i varierande terräng.

Lofsdalen har Sveriges högsta fallhöjd söder om Åre med totalt 25 nedfarter från nybörjarbackar till "brutalbrant" och 9 liftar.

Storlien vid norska gränsen väster om Åre har en bra blandning av harmoniska skidbackar och riktigt bra offpiståkning. Här finns 9 liftar och över 20 nedfarter.

Trillevallen är ett familjevänligt område med gott om offpist-möjligheter med 8 liftar och över 20 nedfarter.

Rando i pist Tidigare användes stighudar enbart där det inte fanns preparerade skidbackar och liftar. Idag är det en växande sport för träningsentusiaster. Det är positivt att

fler åker mer skidor, men gärna på ett säkert sätt. Backarna är arbetsplatser även efter stängning och därför finns dedikerade leder och öppettider eller guidade turer för att "tura i skidbackar". Se exempelvis Åre, Vålådalen, Tännaldalen, Frösön och Vemdalen.



World Cup-backen i Åre. Foto: Moa Eriksson



Skidlek med "Loffe" i Lofsdalen. Foto: Martin Olson

”Tidigare användes stighudar enbart där det inte fanns preparerade skidbackar och liftar. Idag är det en växande sport för träningsentusiaster.

Ski Resorts

Jämtland Härjedalen proudly comprises many of the major ski resorts in Sweden and whether you're looking for perfectly prepared slopes or good off piste options you can find it

here. The most well-known ski resorts in the area are Åre, Vemdalen, Funäsfjällen, Lofsdalen, Storlien and Bydalsfjällen. They offer everything from quiet family slopes to fresh powder as well as a wide range of activities

besides the skiing. Not far from the major ski resorts you can find some of the smaller gems. The perfect choice if you want to enjoy a skiing holiday with a slightly lower pulse at the end of the day.



Längdåkning i Destination Vemdalen. Foto: Karl Vertergård

Längd- och turåkning

”*T*a skidorna och åk runt Funäsfjällstriangeln, från hotell till hotell eller Solskensturen som går uppe på fjället och passerar tre (!) våffelstugor.

Alla byar i Jämtland Härjedalen med självrespekt har välskötta längdspår. Många av dem har dessutom belysning så att man kan åka varv på varv långt in mot natten eller tidigt på morgonen. Om du inte är född på skidor så finns instruktörer som kan förvandla dig till en mästare.

Längdskid-skola

- Östersund
- Åre
- Vemdalen
- Funäsfjällen
- Lofsdalen

Funäsfjällen har 300 kilometer preparerade längdspår och för turåkning finns

450 kilometer markerade leder. Ta längdskidorna och åk runt Funäsfjällstriangeln, från hotell till hotell eller Solskensturen som går uppe på fjället och passerar tre (!) våffelstugor.

Östersunds skidstadion och Nationalarenan för skidskytte har 89 km sammanhängande spår som ligger bara 15 minuters promenad från centrum.

Åre Spåren i Åre och Södra Årefjällen erbjuder olika typer av spår på sjöar,

i skogar och i fjällterräng. Vålådalen sparar snö för spårpremiär i oktober.

Storlien har flera motionsspår och turåkningsspår, bland annat mot Skurdalsporten på gränsen till Norge. Storulvån är porten till turåkning längs Jämtlandstriangeln och vidare mot Ramundberget och Helags.

Vemdalen har utmanande spår för en träningsrunda eller njutningsfulla turer på fjället. Totalt finns 70 km för både skate och klassisk stil, oftast från mitten av november fram till april.

Lofsdalen erbjuder 122 km längdspår både i skyddande skogsterräng och

med milsvida vyer på kalfjället. Dessutom finns 150 km rödade leder för turåkning.

Åsarna Världsmästarspåret i den så kallade Guldbyn är 2-15 km långa och sköts av skidlegendaren Thomas Wassberg.

Bydalsfjällen I Gräftåvallen finns 45 kilometer preparerade längdspår. Mellan Bydalen, Hovde och Höglekardalen finns ett elljusspår, samt preparerade spår runt hela Dalsjön.



XC Skiing and Nordic touring

Cross Country skiing is a national sport in Sweden. There are perfectly groomed

tracks in Funäsfjällen, Vemdalen, Lofsdalen, Åsarna, Bydalsfjällen, Åre and Östersund. Nordic skiing is like hiking in winter - follow

the winter trails marked with red crosses on wooden poles.

Välkommen ut i naturen i Jämtland Härjedalen

Du använder dig av allemansrätten när du går en promenad i skogen, paddlar kajak eller slår upp ett tält i skogen. Är du osäker? Kontakta närmaste turistinformation.

Allemansrätten är en unik möjlighet för oss alla att röra oss fritt i naturen. En bra tumregel är ”Inte störa-inte förstöra”.

Tända en eld – du får göra upp en eld i naturen under säkra förhållanden. Välj gärna färdiga eldstäder. Det kan vara eldningsförbud.

Plocka blommor, bär och svamp Du får plocka blommor, bär och svamp, men vissa växter är fridlysta och får därför inte plockas. Du får inte bryta grenar från levande träd.

Ta med skräpet! All nedskräpning är förbjuden. Krossat glas, burkar, plast, fiskelinor, engångsgrillar och annat skräp kan skada någon.

Camping/tält Du får tälta eller övernatta i husvagn och husbil någon enstaka natt. Tänk på att inte störa de som bor i närheten.

Jakt och fiske Varken jakt eller fiske ingår i allemansrätten. Du behöver ta reda på vad som gäller. Du får vara ute i naturen även om det pågår jakt, men du får inte avsiktligt störa jakten.

På vattnet får du bada och lägga till med båt så länge du inte stör någon som bor i närheten.

Cykla och rida Du får cykla och rida i naturen och på enskilda vägar. Undvik blöta marker som lätt skadas. Ibland får du cykla och rida på motionsspår och vandringsleder, men du måste visa hänsyn.

Ha med hunden För att skydda vilda djur och fåglar måste du ha full koll på din hund. Oftast innebär det koppel.

Terrängkörning Att köra med motorfordon i naturen ingår inte i allemansrätten.



Lämna bara fotspår. Foto: Anette Andersson

Allemansrätten gäller inte lika i alla områden. I naturreservat, nationalparker och på golfbanor har man ofta valt att begränsa allemansrätten. Ta reda på vad som gäller.

Welcome to the countryside in Jämtland Härjedalen

When taking a walk in the forest, paddling a kayak or pitching a tent in the backcountry, you are entrenching on the Right of Public Access. The Right of Public Access is a unique right to roam freely in the countryside. With this right comes responsibilities – to take care of nature and wildlife. The Right of Public Access is summed up in the phrase – ‘Don’t disturb – Don’t destroy.’

Lighting fires You may light a fire in the country if conditions are safe. If you can, choose an already used fireplace. In dry weather there may be a fire ban.

Picking flowers, berries, and mushrooms You are free to pick flowers, berries and mushrooms in the countryside. But keep in mind that some

plants are protected, meaning that they must not be picked. You must not injure growing trees. No littering! Any littering is strictly forbidden. Broken glass, tins, cans, plastic, fishing lines, disposable grills and other kinds of litter can harm people as well as wildlife.

Off-road driving It is forbidden to operate motor vehicles off road as it may cause damage.

Hunting and fishing The Right of Public Access does not cover hunting or fishing. You will have to find out what rules apply. You may spend time in the countryside during the hunting season but not intentionally disturb the hunt.

Camping You may pitch your tent or use your caravan or camper for a night or two in the countryside as long as you don’t disturb the landowner or cause damage to nature.

Water You can swim and sail almost anywhere. You may moor your boat as long as you don’t disturb anyone living near.

Cycling and horseback riding You may ride a bike or a horse in the countryside and on private roads. Avoid wet ground that is easily damaged. There is no general ban on cycling along jogging or hiking trails, but remember that they are intended for people on foot.

Dogs In order to protect the wildlife you must have total command over your dog; Usually meaning on leash, especially in spring and summer.

The Right of Public Access in protected areas In protected areas such as National parks and Nature reserves together with golf clubs, special rules apply. You need to find out.






TURISTINFORMATION/TOURIST INFORMATION








Jämtland Härjedalen


Landskoden för att ringa till Sverige är +46
The country prefix for Sweden is +46


*Digital/infopoints


**Sonfjället natur & kultur

 Östersund..... 063-701 17 00..... visitostersund.se
 Vemdalen 0684-300 01..... vemdalen.se
 Strömsund /
Vildmarksvägen... 0670-164 00 stromsund.se/visit
 Gäddede /
Vildmarksvägen... 0672-41 67 30 stromsund.se/visit
 Ljungdalsfjällen.... 0687-200 79 ljungdalsfjallen.se

 Hede** 0684-500 50 sonfjallsbygden.se
 Lofsdalen 0680-413 50 lofsdalen.com
 Åsarna 0687 - 161 00 bergsliv.se
 Ragundadalen* 0696-68 20 00 ragundadalen.se
 Åre* 0647-163 21 are.se/turistinformati
 Funäsfjällen* 0684-155 80 funasfjallen.se
 Bräcke* 0693-163 00 brackenasta.se



 Information om destinationen, regionen och Sverige.
Information on the destination, region and Sweden.

 Enklare turistinformation hos butik, reception, café etc.
Tourist information light, at a shop, reception, café etc.

 Information om destinationen och region Jämtland Härjedalen.
Information on the destination and region Jämtland Härjedalen.

Destinationer



Medlemsdestinationer i Jämtland Härjedalen Turism

Östersund visitostersund.se
  @visitostersund
#hjärtaostersund #visitostersund #ostersund



Åre aresweden.com
  @aresweden
#älskaåre

Destination Vemdalen vemdalen.se
 @vemdalen  @destinationvemdalen
#vemdalen #älskavemdalen #älskasnö
#vemdalenallaårstider



Lofsdalen lofsdalen.com
 @Lofsdalen  @lofsdalen
#lofsdalen #hovärken #härjedalen



Funäsfjällen funasfjallen.se
 @funasfjallen
 @funasfjallen_
#funäsfjällen



Ljungdalsfjällen ljungdalsfjallen.se
  @ljungdalsfjallen
#ljungdalsfjällen #storsjöljungdalen #helags
#flatruet


Bydalsfjällen bydalsfjallen.se
  @bydasfjallen
#bydalsfjallen



Strömsunds kommun
stromsund.se/visit
vildmarksvagen.se
 @Visitstromsundskommun
 @Vildmarksvagen
#vildmarksvägen #visitstromsund


Åre kommun are.se/turistinformati
 @visitare.tourism
 @visitare.com

Ragunda kommun ragundadalen.se
  @ragundadalen
#ragundadalen #ragunda

Bräcke kommun brackenasta.se
  @Bracketurism, @brackekommun
#brackenasta

Krokoms kommun krokom.se/seochgora
 @krokomturism
#krokomturism

Bergs kommun bergsliv.se
  @bergsliv
#bergsliv

Härjedalens kommun
herjedalen.se/uppleva-och-gora
 @harliga.harjedalen
#härligaharjedalen


Fler medlemmar i JHT

- Skistar Åre och Vemdalen
- STF Jämtlands- och Härjedalsfjällen
- Lofsdalens turistnäring Ek. förening
- Storliens högfällshotell
- Swedavia
- Inlandsbanan
- Jamtli
- Handelsbanken
- Region Jämtland Härjedalen

Jämtland Härjedalen

adventuresweden.com

 @jamtlandharjedalen

 @adventuresweden_com

#jamtlandhärjedalen #adventuresweden



Medfinansieras av
Region Jämtland Härjedalen och EU