



# FRISKSPORTARNAS FJÄLLVECKA 2022

Som ni alla vet är det fortfarande lite osäkert hur det ser ut med Coronaläget i mars nästa år, men vi i fjällresegruppen hoppas verkligen att vi ska kunna genomföra fjällveckan 2022. Vi räknar med att alla har vaccinerat sig nu. Vi kommer att hålla oss uppdaterade när det gäller vilka rekommendationer som kommer att gälla i olika avseenden, när vi närmar oss nyår. Vi vill nu hälsa er:

## ***Välkommen till Frisksportarnas fjällvecka på Walles Högfjällshotell, Bruksvallarna 6 - 13 mars 2022!***

*Bruksvallarna, som ligger i Härjedalen, har Sveriges sydligaste högfjällsområde. Fjälltopparna som finns i närheten är Helagsfjället, Sveriges sydligaste glaciär & högfjäll, Sylarna, Skars och den karakteristiska Mittåkläppen. Vyer som man aldrig kan se sig mätt på. Samtliga bilder är tagna från tidigare vinterveckor med Frisksportarna på Walles.*



Hotellet har hög standard med gott om utrymmen för gemensam samvaro. Ett extra plus är pool och matsal med utsikt över fjällen. Terrängen är lämplig för vana och mindre vana skidåkare och det finns spår med varierande längd. Hotellet ligger vid trädgränsen, så man kommer direkt ut på fjället. Vid sämre väder kan man åka på spår nere i skogen. Det finns möjlighet till skidturer av olika längd och svårighetsgrad. Man kan göra turer på egen hand eller tillsammans med flera deltagare. Programmet i övrigt kommer förhoppningsvis (beroende på ev rekommendationer), liksom tidigare år, att innehålla morgongympa och morgonsamling, samt kvällsunderhållning med exempelvis bildvisning, frågesport och musik.



Det finns inget krav på medlemskap i Svenska Frisksportförbundet för deltagande, men alla frisksportarrangemang är tobaks- och alkoholfria. Medlemmar i Svenska Frisksportförbundet får rabatt på avgiften med 200 kr. Om du inte är medlem, men vill lösa ett medlemskap för 2022, rekommenderar vi att du tittar på länken: <https://www.frisksport.se/bli-medlem-43.html>

Du kan också kontakta någon i fjällresegruppen för ytterligare information.

Olika boendialternativ: Dubbelrum (wc/dusch/TV) 7.095 kr/person, dubbelrum mini (wc/dusch/TV) 6.675 kr/person, enkelrum (wc/dusch/TV) 8.075 kr/person, enkelhytt 7.095 kr/person. Ange i anmälan vilket boendialternativ du önskar. Eftersom vissa rum

finns i begränsat antal gäller först till kvarn.... (räknas när anmälningsavgiften är betald). En förutsättning för fjällveckan är att vi blir minst 40 personer.

I avgiften ingår frukost, smörgåspaket med varm dryck till lunch samt middag på kvällen. Middagen består av salladsbord/buffé, huvudrätt och efterrätt samt kaffe. Det går att välja vegetarisk kost eller husmanskost, men även ett mellanting som består av fisk och i övrigt vegetarisk kost. Det valda alternativet gäller hela veckan. Val av kost samt allergi eller överkänslighet mot vissa födoämnen anges i anmälan.

Vallamöjligheter och skidförvaring finns på hotellet och därifrån utgår också flera skidspår. För att utnyttja de 30 mil preparerade skidspåren, krävs ett spårkort. Pris 510 kr för 6 dagar år 2021. (2022 års priser ej klara ännu) och ingår **inte** i avgiften. Man behöver inte köpa spårkort för hela veckan utan kan

köpa för några dagar om man vill. Med spårkortet kan man också åka buss till slalombackarna i Ramundberget eller Funäsdalen utan kostnad. Se gärna hotellets hemsida för mer information [www.walles.se](http://www.walles.se). Om du är intresserad av att hyra skidor, stavar och/eller pjäxor under veckan kontakta Tomas på Walles tfn 0684-201 00, innan du åker upp. Han har ett begränsat antal. För den som vill prova att gå med snöskor, finns ett begränsat antal att hyra under veckan. Då är det viktigt att man själv har ett par rejäla vinterkängor med sig.

Kostnad för resan t o r Walles tillkommer. Var och en ordnar själv sin resa. Vi känner till följande resealternativ:

- **Buss Stockholm-Bruksvallarna t o r med Härjedalingen.** För pris och tidtabell hänvisas till: [www.mohlinsexpressbuss.se](http://www.mohlinsexpressbuss.se) eller tfn 0651-100 00. I Bruksvallarna hämtar hotellets minibuss till en kostnad av ca 80 kr t o r.
- **Nattåg till Östersund och buss till Funäsdalen.** För pris och tidtabell hänvisas till: [www.sj.se](http://www.sj.se) eller tfn 0771-75 75 75, där även **hela** resan bokas t o r Funäsdalen. Hotellets minibuss kan, beroende på antal, hämta i Funäsdalen, till en kostnad av ca 80 kr t o r.
- **Egen bil**

Fjällveckan startar med middag söndag kväll och slutar påföljande söndag med frukost och smörgåspaket/dryck.

**Senast den 1 december 2021.** Anmälan och inbetalning av anmälningsavgiften på **500 kr** till **bankgironummer 5283-5816**, Svenska Frisksportförbundet. Glöm inte att ange ditt/era namn på "Meddelande till betalningsmottagaren". **Plats reserveras först när anmälningsavgiften är betald.**

**Slutbetalning senast den 31 december 2021.**

**Anmälan** till Ingemar eller Margit. Vid anmälan anges:

- Medlem eller inte medlem i Svenska Frisksportförbundet
- Boendeönskemål. Önskemål om rumskamrat om du väljer dubbelrum.
- Val av kost (Husman, vegetarisk, fisk och i övrigt vegetarisk)
- Allergier och överkänslighet
- Resealternativ t o r Walles

**Vid ev avbokning gäller följande:**

<b>Före 31 december 2021</b>	Hela avgiften återbetalas.
<b>1 – 31 januari 2022</b>	Hela avgiften utom anmälningsavgiften återbetalas.
<b>1 – 14 februari 2022</b>	50 % av betald avgift återbetalas.
<b>Efter 15 februari 2022</b>	Ingen återbetalning.

**Tips:** Kontrollera om du har avbeställningsskydd i din hemförsäkring.

Eventuell **avbokning** görs till Ingemar eller Margit.

### **Fjällresegruppen!**



**Ingemar Wetterholm**

[frisk.ingomar@gmail.com](mailto:frisk.ingomar@gmail.com) tfn 0730-65 46 43

**Margit Nelson Wareborn**

[frisk.ingomar@gmail.com](mailto:frisk.ingomar@gmail.com) tfn 0734-28 00 49

**Kerstin Larsson**

[kerstin.larsson@frisksport.se](mailto:kerstin.larsson@frisksport.se) tfn 0703-14 19 54

**Rolf Larsson**

[rolf.larsson@frisksport.se](mailto:rolf.larsson@frisksport.se) tfn 0709-74 91 41

**Vi ses i fjällen!**