

BESSEGGEN

OVERNATTING | MAT | GUIDE | TURTIPS



REINENS RIKE
ESMOLEN



Nasjonalparkriket



Her bor og spiser du

1 GJENDEBU TURISTHYTTE

119 sengeplasser, med relativt moderne fasiliteter. DNT-hytte.
www.gjendebu.dnt.no | gjendebu@dntoslo.no
Tlf: 915 74 965 | 61 23 89 44
GPS: 61°27'04"N, 8°29'15"E

2 MEMURUBU TURISTHYTTE

150 sengeplasser fordelt på to-, tre-, fire- og femmannsrom.
Moderne standard. Rom med dusj og WC. Tilrettelagt for
teltplass. Guidede turer på bestilling.
www.memurubu.no | post@memurubu.no
Tlf: 460 16 100 | 61 23 89 99
GPS: 61°49'09.889" 8°63'10.668"

3 GJENDEBÅTEN

Båten på Gjende. Daglige avganger.
www.gjende.no | harald@gjende.no
Tlf: 913 06 744
GPS: 61°49'52"N, 8°80'92"E

4 GJENDEGUIDEN

Gjendeguiden skreddersyr turen for deg. Vi byr på turer til fots,
i kajakk, på sykkelsetet og på ski etter ditt ønske.
www.gjendeguiden.no | gjendeguiden@gmail.com
GPS: 61°49'52"N, 8°80'92"E

5 GJENDESHEIM TURISTHYTTE

180 sengeplasser, fordelt på to- og firemannsrom.
Sovesaler og nokre enkeltrom. DNT-hytte.
www.gjendesheim.no | gjendesheim@dnt.no
Tlf: 61 23 89 10
GPS: 61°29'38"N, 8°48'45"E

6 BESSEGGEN FJELLPARK MAURVANGEN

26 hytter, 19 av disse med dusj/WC. Campingplass med
sanitæranlegg. Butikk og kafeteria m/middag.
www.maurvangen.no | post@maurvangen.no
Tlf: 61 23 89 22
GPS: 61°29'12"N, 8°50'33"E

7 BESSHEIM FJELLSTUE OG HYTTER

160 sengeplasser, 65 av disse på rom. 19 hytter med dusj og
toalett. Kafeteria med middagsservering.
www.bessheim.no | post@bessheim.no
Tlf: 61 23 89 13
GPS: 61°30'47"N, 8°51'13"E

8 HINDSÆTER

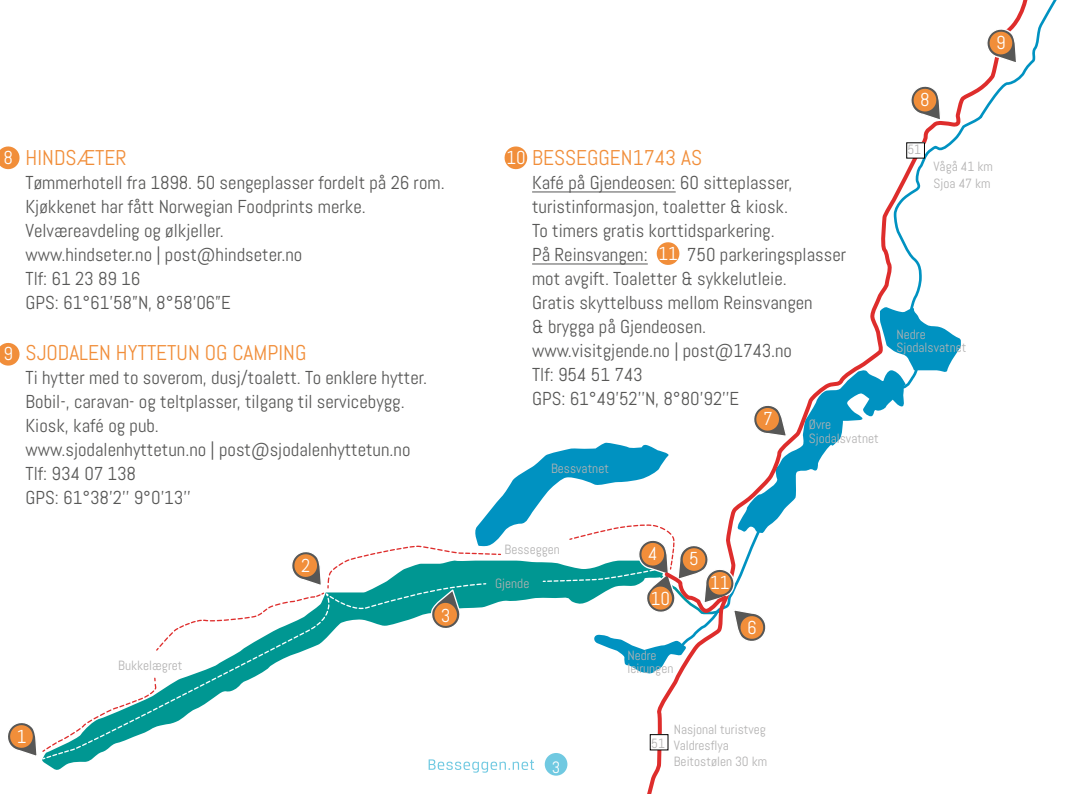
Tømmerhotell fra 1898. 50 sengeplasser fordelt på 26 rom.
Kjøkkenet har fått Norwegian Foodprints merke.
Velværeavdeling og ølkjeller.
www.hindseter.no | post@hindseter.no
Tlf: 61 23 89 16
GPS: 61°61'58"N, 8°58'06"E

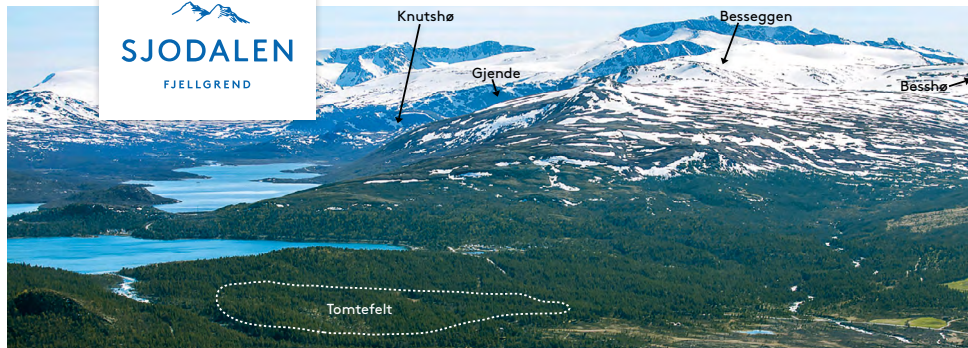
9 SJODALEN HYTTETUN OG CAMPING

Ti hytter med to soverom, dusj/toalett. To enklere hytter.
Bobil-, caravan- og teltplasser, tilgang til servicebygg.
Kiosk, kafé og pub.
www.sjodalenhyttetun.no | post@sjodalenhyttetun.no
Tlf: 934 07 138
GPS: 61°38'2" 9°0'13"

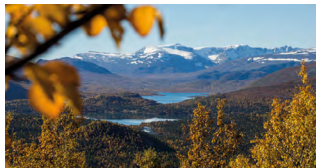
10 BESSEGGEN1743 AS

Kafé på Gjendeosen: 60 sitteplasser, turistinformasjon, toaletter & kiosk.
To timers gratis korttidsparking.
På Reinsvangen: 11 750 parkeringsplasser mot avgift. Toaletter & sykkelutleie.
Gratis skyttelbuss mellom Reinsvangen & brygga på Gjendeosen.
www.visitgjende.no | post@1743.no
Tlf: 954 51 743
GPS: 61°49'52"N, 8°80'92"E





I HJERTET AV JOTUNHEIMEN,
tilbyr vi nøkkelferdige hytter fra 1.975.000,-



sjodalen.no

Gå dagsturer fra hytta til flere av Norges
mest kjente 2000-meters topper!

*Fikk du ikke
tid til å gå
Høgruta i vinter?*



Den tiden kan du ta tilbake

*Det kommer ny snø og
nye muligheter neste år*

Planlegg eventyret nå

Vi gleder oss til å ta imot deg!



Velkommen til fjells!



SPITERSTULEN
JOTUNHEIMEN

*Sommer som vinter ønsker vi
velkommen til oss. Her er mange
fine turer som passer for alle!*

Spiterstulen

gir hverdagen et pusterom!



E-post: post@spiterstulen.no

Telefon: +4761219400

Ta båten

Book
båtbillett
på gjende.no
- så slipper
du å starte
fjellturen i kø!



Et gå

BESSEGGEN

De fleste som besøker Besseggen tar båten innover Gjende før de tar fatt på den populære fjellturen.

Gjendebåten går fra brygga ved Gjendesheim daglig, og tar deg videre til Memurubu og Gjendebu. Det er på Memurubu turen over Besseggen starter.

Du kan også gå Besseggen den andre veien. Da starter du turen fra Gjendesheim eller Bessheim. Velger du å gå denne veien, går du ned Besseggen og ender opp i Memurubu der du tar båten tilbake til Gjendesheim. Online booking på www.gjende.no.

Hvis du blar om, vil du se en illustrasjonstegning over Besseggenturen.



BESSEGEN



Rated Top 20 Best Hikes in the
World by National Geographic

BANDET

Bandet er en smal rygg som hindrer Bessvannet (1374 moh) å renne ut i Gjende som ligger 400 meter lavere. Det sies at Bessvannet er Norges reneste innsjø med en sikt på ca. 30 meter. Mange velger å ta en matpause og fylle vannflaska her. Når du står på Bandet har du gått syv km og du er halvveis.

BJØRNBØLTJØNN

Her kan du fylle opp drikkeflasken din med friskt fjellvann.

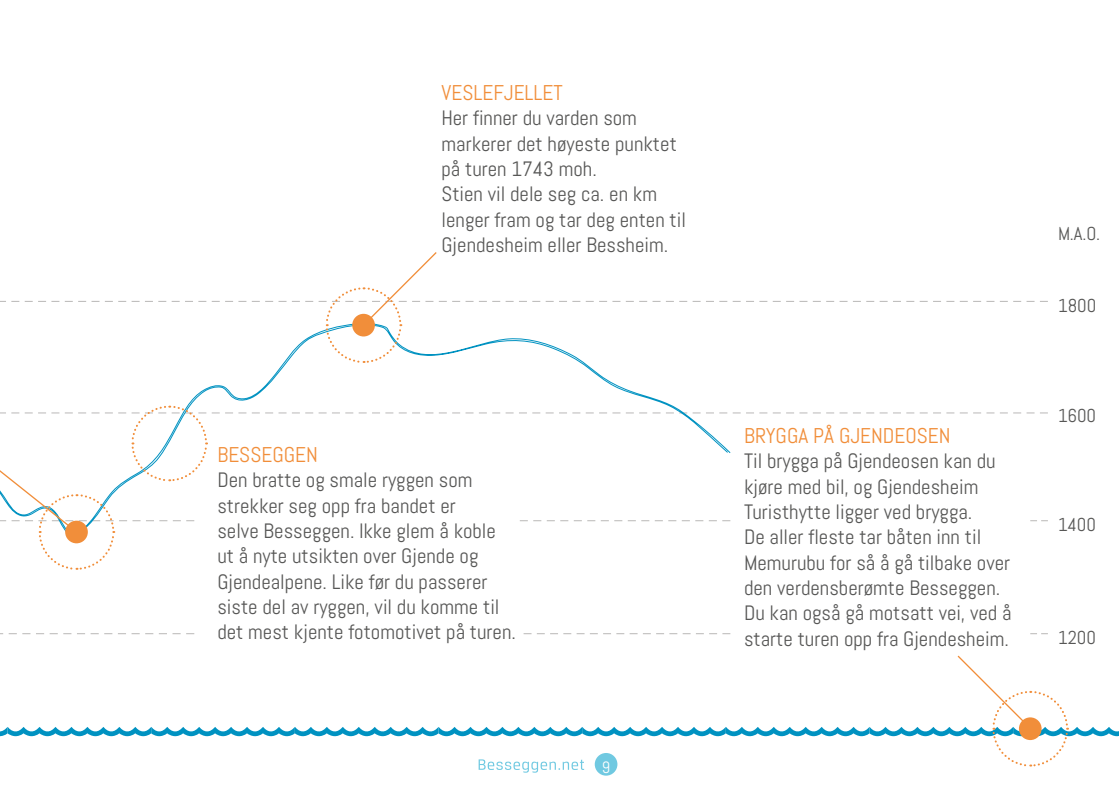
BRYGGA PÅ MEMURUBU

Stien opp fra Memurubu er bratt og har en fin utsikt ned i breelven Muru. Det er blant annet Muru som tar med seg sandpartikler og gir Gjende den smaragdgrønne fargen.

BRYGGA PÅ GJENDEBU

GJENDEBÅTEN

Rutetabell finner du på www.gjende.no



Gjende & Bessvatnet

Gjende

Bessekken

Bessvatnet

Gjende er ca 20 km langt, og i gjennomsnitt ca en km bredt. Fjellveggene reiser seg på det meste nesten 1300 meter opp fra vannflaten. Med 150 meters dybde er Gjende den dypeste innsjøen i Jotunheimen nasjonalpark.

De høye, motstandsdyktige fjellmassivene i nord og sør gjorde at store ismasser ble presset sammen på et lite område. Dette gjorde isen tykk og gravde Gjende dypt.

Den blågrønne fargen oppstår ved at fine brepartikler vaskes ut i Gjende og reflekteres i dagslyset. Fargen forsterkes ytterligere ved at Gjende er så tett omsluttet av mørke fjellvegger og kraftig grønn vegetasjon, slik at kontrastene blir større.

Gjende er et godt fiskevann, og særlig utløpet ved Gjendeosen er en kjent og ettertraktet fiskeplass for mange.

Bessvatnet ligger 1374 meter over havet og er med sin blåfarge en kontrast til Gjende. Fra Bessheim er det omtrent tre km på fin sti opp til vannet. Bessvatnet er syv km langt, og ca 120 meter dypt. Det er «kåret» til Norges reneste innsjø, man kan se bunnen selv der det er nesten 30 meter dypt.

Fotturer og aktiviteter

Foto: Tore Rell



HULDERSTIGEN

Hulderstigen Natur- og Kultursti finner du midt i Sjødalen. En enkel rute gjennom fjellbjørkeskog, furuskog, langs myr, bekker og små skogstjern. Informasjons-skilt langs ruta som tar en til to timer å gå.



NEDRE SJODALEN

I nedre Sjødalen finner du mange korte og lengre vandreturer i variert fjell- og sæterlandskap.

Foto: Gjendeguiden



SYKLING

Det er mange fine muligheter for stisykling i Sjødalen og videre opp på Valdresflye.

Mer info: www.trailguide.net



RAFTING I SJØA

I Norge er Sjøa i Heidal en av de mest kjente og benyttede rafting- og vannsport-elvane.

Foto Terje Rakke/Nordic Life AS/www.visitnorway.com



ØRRETFISKE

Kjøper du fiskekort kan du fisk i Sjødalen/ Gjende området. Det finnes mange fine fiskeplasser langs elva Sjøa.

ANNONSE:

Møt skogens konge – og dronning!

Eventyrlige Glittersjø fjellgård, 30 min kjøring med bil fra Gjendesheim. Åpent hver dag kl. 11-17, fra 17.06 til 01.09.

www.glittersja.no

Fotturer og topper

Foto: Hans Kristian Krogh Hanssen



GJENDEHØ

Gjendehø er som en liten versjon av Besseggen. Gå fra fylkesvei 51 til Nedre Leirungen og følg sauetrållet oppover til toppen. Det er ikke merket, men det er fint å gå nesten over alt. Som på Besseggen ser du ned på et grønt vann (Gjende) og et blått vann (Nedre Leirongen). Tilbake går du mot Gjende og videre langs strandkanten mot Gjendeseen. Her passerer du Jo Gjendes bu før du går inn på DNTs rute tilbake til Leirungen.

LANGS VANNET

Ett fint alternativ til ruta over Besseggen er å gå etter strandkanten av Gjende mellom Memurubu og Gjendeseheim. Turen har en veldig rik fjellflora.

Foto: Cathrine Dokken



Foto: Kristoffer Mæle Thuestad



KNUTSHØ

Knutshø har en utrolig utsikt langs hele ryggen og veldig variert landskap med en sandstrand! Dette er ikke en merket tur, men det er noen skilt underveis som viser hvor du skal gå. Det bør være fint vær når man går Knutshø. Turen starter ved Vargebakken langs fylkesvei 51. Etter noen hundre meter med sti er det litt klyving til man er oppe på selve eggen (kan være litt vanskelig ved vått vær eller sterk vind). Etter et par fortopper kommer du til selve toppen av Knutshø, og du ser Besseggen på andre siden av Gjende. Fortsett videre nordvestover ryggen til du er nede ved Leirungsåi og ta så til venstre mot Øvre Leirungen, der du etterhvert passerer en fin sandstrand. Rundturen tar fem til seks timer.



BUKKELÆGERET

Bukkelægeret er ruta mellom Gjendebu og Memurubu, vest for Besseggen. Med start i Gjendebu får du en bratt oppstigning fra Gjende. Vel oppe på Memurutunga brer Jotunheimen seg ut i det reneste panorama. Turen som ta 5–6 timer avsluttes med nedstigning til Memurubu langs Sjugurdstind. Her møtes man av nok et malerisk panorama. Turen kan gås begge veier, fra Memurubu eller Gjendbu.

SYNSHORN VIA FERRATA

Er du klar for et eventyr 400 meter over bakken – på toppen av Norge? Synshorn Via Ferrata er kun en kort kjøretur fra Besseggen. Her vil erfarne guider ta deg trygt opp til nye høyder. Du trenger ingen spesiell erfaring.



Foto: Kristoffer Møle Thuestad



MØT SKOGENS KONGE – OG DRONNING!

På eventyrlige Glittersjø fjellgård blir du kjent med sjarmerende husdyr i alle størrelser, farger og varianter. Omgivelsene er spektakulære, med panoramautsyn over Jotunheimen og Glittertind. Europas største elgtrekk går gjennom fjelldalen, og på Glittersjø kan du stifte bekjentskap med både skogens konge, dronning og hele arverekkefølgen. Fra publikumsområdet kommer du tett innpå elgene – og kan gjerne delta når elgene mates med ferskevare fra skogen. Opplev det største dyret i Norge i elgens favoritterreng – et minne for livet!

Foto: foto og stilerne @kellet



Besseggløpet

Bli med på et fantastisk eventyr, enten som mosjonist eller som konkurranse-løper. Raskeste registrerte på 60-tallet var da Reidar Andreassen i 1963 løp på bare en time og 16 minutter. Da ble løpet arrangert for tredje gang. I 2011 ble løpet gjennomført på nytt, og skal nå arrangers årlig langs den klassiske ruten fra Memurubu til Gjendesheim. Rekorden er på 1.15.40, satt av Tomas Bereket i 2014. Lengde: 14 km, høydeforskjell: 1100 m. Damerekorden har Tuva Toftdal Staver med 1.35.31.

For påmelding og informasjon: www.bessegglopet.no

Jo Gjende

HADDE SIN EGEN STI OPP TIL BESSEGGEN

Jo Tjøstolvsson Kleppe var født i 1794 i Vågå. Foreldrene hans døde da han var barn og han vokste opp hos slektninger på Heringstad i Heidal. Etter hvert utviklet Jo seg til å bli en stor jeger. Han trivdes bedre i reinsfjellet enn blant folk i bygda. Mesteparten av sitt voksne liv levde han et eneboerliv i fjellet, først som «farende fant», sommer som vinter, senere i bua ved Gjendeosen som han bygde omkring 1840.

Jo Gjende som Jo etterhvert ble kalt ble en sagnomsust reinskytter, og det ble fortalt at han skjøt mer enn 500 reinsdyr, for det meste storbukker. Sommeren 1855 kom engelskmannen Blackwell til Gjende sammen med en annen engelskmann (Rathbone) og en tjener. Utover sommeren og høsten tilbrakte de mye tid sammen, og de delte Jos lidenskap for jakt og fjellet. Jo Gjende er på en måte den første guiden i Jotunheimen, som mange henvendte seg til når de ville jakte, fiske og utforske området. Jo møtte bare så vidt de tre engelskmenn

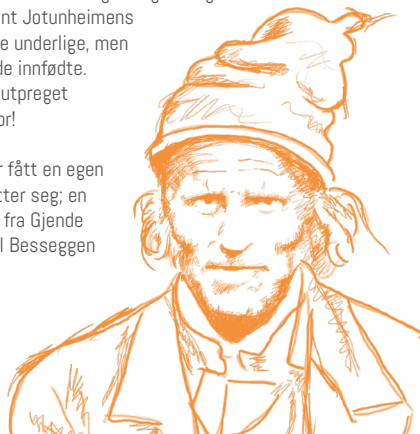
som senere skrev klassikeren «Tre i Norge – ved to av dem». Sommeren 1880 som blir omtalt i boken, var Jo sammen med deres guide Jens Tronhus i Fearnley-hytta ved Russvatnet. Jo døde 1884 på sin gard Brurusten som han hadde kjøpt omkring 1850.

Boken «Tre i Norge: ved to av dem» kan du fremdeles kjøpe: En udødelig klassiker fra pionertiden da engelske fotturister våget seg stadig lenger inn blant Jotunheimens ville fjell og de underlige, men vennligsinnede innfødte. Skildret med utpreget engelsk humor!

Jo Gjende har fått en egen sti oppkalt etter seg; en luftig snarvei fra Gjende og rett opp til Besseggen

” Eg er som du vel veit, ein fjellets mann, og derfor dreg til fjells so tidt eg kann

Kilde: Ivar Kleiven: Gamledågå



Gjendine slålien

Sommeren 1871 ble Kaia Gjendine Slålien født i steinbua ved Gjendebu. En tilfeldig forbigående prest døpte henne «Gjendine» den 24. juli 1871 i Gjende.

I barndomsårene var Gjendine hver sommer ved Gjendebu, hun kunne være opptil tre til fire uker alene med buskapen. Senere jobbet Gjendine som budeie rundt på setrene om somrene og som tjenestejente på gårder i dalen.

Det var en av somrene hun var budeie på Skogadalsbøen at hun traff Edvard Grieg, som ble så fasinert av sangen hennes, at han skrev den ned og brukte den i sine musikkstykker.

På begynnelsen av 1900-tallet var den hollandske dronning Vilhelmina flere år i Jotunheimen sammen med datteren sin, og Gjendine ble forespurt og takket ja til å være med som en slags hoffdame på turene i fjellet.

Gjendine ble over 100 år, og var rask og bemerkelsesverdig frisk nesten til det siste.

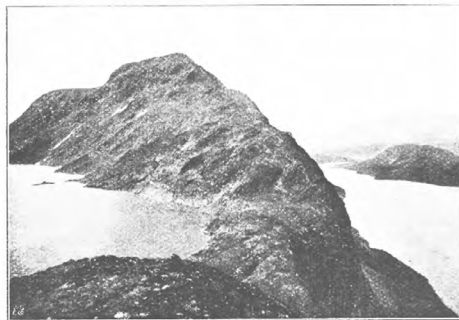
Kilde: Arvid Møller: Gjendine



Peer Gynt

«Har du sett den Gjendin-eggen noen gang? Den er halve milen lang. Hvass bortetter som en Ijå. Utenfor bræer, skred og lider, rett nedover urder grå, kan en se til begge sider lukt i vannene, som blunder svarte, tunge, mer enn tretten hundre alen nedenunder. Langsmed eggen han og jeg skar oss gjennom vejret vej. Aldri red jeg slik en fole! Midt imod, der vi for fram, var det som der gnistred sole. Brune ørnerygge svam i det hvite svimle sluk midtveis mellom oss og vandene, – sakket akterut, som fnugg. Isflak brast og brøt mot strandene; men der var ei døn at høre; bare hvirvlens vætter sprang, som i dans; – de sang, de svang seg i ring for syn og øre!»

Bessekken («Peer Gynt»: Gjendineggen), skarp fjeldryg, der adskiller Bessvand fra Gjende i Jotunheimen; mod Gjende, der ligger ca. 400 m. lavere, er fjeldsiden stupende



Bessvand.

Bessekken.

Gjende.

brat. Langs efter eggen fører en gangsti, som ikke bør benyttes af svimle folk.

Fjellblomster

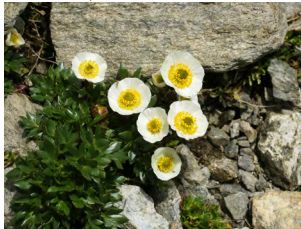
Du kan finne langs turen

Foto: © with CC license by Michael Haferkamp



REINROSE
(rosefamilien)

Foto: © with CC license by Hans Hillewaert



ISSOLEIE
(soleiefamilien)

Foto: Harald Taagvold



MOGOP
(soleiefamilien)

Foto: © with CC license by Banangraut



BERGFRUE
(sildrefamilien)

Foto: © with CC license by Michael Haferkamp



RØDSILDRE
(sildrefamilien)

Foto: © with CC license by Opiola Jerzy

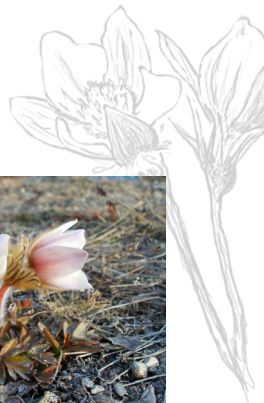


ROSENROT
(bergknappfamilien)

Foto: © with CC license by Tigervernte



FJELLSMELLE
(nellikfamilien)





www.sportenbeitostolen.no
Nettbutikken av fjellfolk for fjellfolk.

Vårt vareutvalg er fokusert mot turer i fjellet, korte eller lange. Vi er viden kjent for vårt kvalitetsutvalg av sko, fjellstøyer, ryggsekker og annet friluftsutstyr.



DEVOLD



Velkommen innom for en hyggelig handel.

Foto: Bly Gundersen/NRK



REINENS RIKE
- SJODALEN -

Høst i Sjodalen

Vakre Sjodalen i Jotunheimen er en særprega høyfjelldal fylt med unike råvarer, mattradisjoner, kulturhistorier og spennende aktiviteter som er tett knytta til fisk og dyr.

Vi har aktive sætrer med ulike beitedyr i området, som du kan møte på nært hold. Reinsdyr, sau, geit og kyr beiter fritt og opprettholder kulturlandskapet slik at du får fine opplevelser!

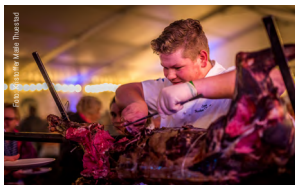
MAT FRA NATURENS SPISKAMMER

Hyttene i området serverer smakfulle retter som er laget på lokale råvarer. Hvordan skal du utnytte råvarene best mulig? Bli med kokken på et matkurs, og få en innføring i kokkekunstens gleder.



PADLING PÅ FJELLVANN

I kajakk eller kano kommer du tett på naturen og får garantert fine opplevelser ute på vannet. Gjendeguiden har kurs, turer og kajakkutleie.



JAKT OG FISKE

Høsten er jakttid i Sjodalen. Kombi- nert med overnatting på en av bedriftene i området, så vil du garantert få ein fin opplevelse uansett utbytte på jakta.

Sjodalen byr på fisking i mange ulike former, og du har muligheten til å slenge ut spinneren, dra oter eller sette garn.

Vågå Fjellstyre forvalter ca 900 km² med areal i Vågå kommune, og mye av dette arealet ligg i Sjodalen. Her finner du både gode fiskevann og fine jaktområder. Ønsker du å prøve fiskelykka eller jakte småvilt?

Gå til www.vaga-fjellstyre.no for å bestille jakt- og fiskekort og finne mer informasjon om regler for både jakt og fiske i Sjodalen.

JOTUNHEIMEN for dine fotter

«Å komme
hit er å sette bort,
og tilveie
komme hjem»

Grønsløfjellgard

FJELLSIDE OG -TILLEGGET

Brødrene Grønsløf har lagt opp til et turprogram der du får med deg alt fra de høyeste tinder til juvvandring og rømmegrot på familiens gamle seter ved Vinstervatn. Les mer på gronolen.no og facebook.com/gronolenfjell

Utsikt inn i Svartdalen



Nasjonalparkriket.no

RIK PÅ OPPLEVELSER

Jotunheimen - Rondane - Dovrefjell - Dovre - Reinheimen - Breheimen



Lokalbanken

SpareBank 1 Lom og Skjåk er aktivt til stades med avdelingar i heile Norddalen – og er jælma begeistra over alle drivande dyktige folk, solide føretak og nyskapande initiativ i bygdene våre.



#vibankarforNorddalen
#fjellbanken

www.sb1ls.no

SpareBank **1**
LOM OG SKJÅK



Lyst til å gjøre noe gøy?

Bestill rafting i Sjoa hos Go Rafting Sjoa!

BESTILL HER: www.raftingsjoa.no

BRUK KODE: BEG2019 og få **15 % rabatt**

GO
RAFTING SJOA

Heidalsvegen 829,
2677 Nedre Heidal
(+47) 61 23 50 00
post@raftingsjoa.no
Facebook: /gorafting.no

Vinter ved Besseggen

GJENDEGUIDEN arrangerer turer over Besseggen om vinteren, både på fjellski og randonee. Informasjon om turen finner dere på www.gjendeguiden.no.

Firmatur over eggen? I verdens mest spektakulære møterom? Vi skreddersyr turen for dere. Send oss mail: gjendeguiden@gmail.com.

GJENDEGUIDEN

Vi arrangerer kurs og turer hele året i Jotunheimen, verdens beste klasserom! Her er noen av aktivitetene:

- » Introkurs skred og randonee
- » Skredkurs
- » Grunnkurs og teknikk kurs kajakk
- » Navigasjon og turteknikk
- » SKI Jotunheimen. Festival for alle

Vi har i utgangspunktet maks seks personer pr fører. Små grupper gir trygghet, gode vilkår for læring og fleksibilitet.

Mer info: www.gjendeguiden.no

HØGRUTA JOTUNHEIMEN

Klar for langtur? Bli med på en femdagers krevende toptur i hjertet av Jotunheimen. Turen går over flere 2000 m topper, inkludert Glittertind og Galdhøpiggen, med overnatting på betjente hytter. Hver etappe er ca 15 km og har 1000–1500 m stigning.

Mer info: www.hogrutajotunheimen.no



Foto: Kjetil Eide/Annettsen, Gjendeguiden



Foto: Kjetil Eide/Annettsen, Gjendeguiden



ISJUING

Vil du bli med oss på isjuving? Sjodalen er magisk om vinteren, og du kan være med på denne spennende og spektakulære aktiviteten som passer for alle. Her får en oppleve naturens kunstverk på nært hold.



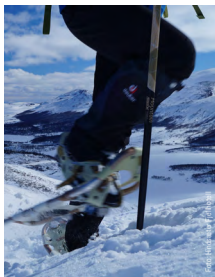
SLEDEKJØRING MED REINSDYR

Har du kjørt slede med reinsdyr? Jotunheimen Rein tilbyr denne eksotiske turen i preparerte løyper. Rutinerte reinsgjeterne sørger for trygg og god stemning.



SYKKEL OG SKI

I Sjodalen kan du leie alt du trenger til ditt turprosjekt: El-sykler, fatbike, stisykler, fjellski, randonee-utstyr og skredpakke. Vil du prøve «Bike and ski»? Klimavennlig pakketilbud får du hos Gjendeguiden.



TRUGER

Sjodalen og områdene rundt Gjende har trugeløyper for alle! Du kan gå i ferdigmerkede løyper, eller lage din egen. Kanskje du vil bli med på en eksotisk kveldstur med hodelykt, truger og bål i villmarken? Flere av bedriftene har truger for utleie.



LANGRENN

Oppkjørt eller stikkede fjelløyper rundt Gjende, preppede spor for klassisk og skøyting rundt Hindsæter eller ved Lemonsjøen. Treningsløyper på Valdresflya i oktober og mai. Se www.skisporet.no for løypeoversikt.



HUNDEKJØRING I SJODALEN

Hos Sjodalen Hyttetun kan du bli med på hundekjøring i mange ulike løyper, både vinter og sommer. På sommeren kan du prøve hundekjøring med vogn! Vi kjører hver helg og noen ukedager. Bestill dagen før. Ta gjerne på en regnbukse og vanntette sko, du kan bli litt våt. Dette er en trivelig aktivitet som hele familien kan delta på, og som gir en skikkelig villmarksopplevelse. Mer informasjon finner dere på www.sjodalenhyttetun.no

Kjekt å vite

UTSTYR

Gjendeguiden går Besseggenpatrulje flere ganger i uka, og ser ofte folk med lite utstyr. De har laget et forslag til hva en bør ha med seg på den seks til åtte timer lange turen over Besseggen (14 km og 1100 høydemeter).

- » Vind- og vanntett jakke og bukse
- » Ullundertøy
- » Votter
- » Lue
- » Gode fjellsko
- » Sekk (ca 35 liter anbefales)
- » Kart og kompass/GPS
- » Førstehjelpsutstyr
- » Solbriller
- » Drikkeflaske som fylles underveis
- » Niste for 6–8 timers tur
- » Litt godteri/sjokolade for humøret
- » Kamera for bevisbildet som deles på
#besseggen #utno #vågå #sjodalen
#visitjotunheimen #nasjonalparkriket

BEHOV FOR HJELP?

Last ned 113 appen FØR du reiser på tur. Ute på tur kan det hende at en skader seg og får behov for hjelp. Da kan en ringe 113, hvor det jobber kompetente sykepleiere som veileder deg utifra situasjonen du er i.

Du må oppgi følgende:

- » Hvem er du
- » Hva er skjedd?
- » Hvor er du? (Så nøyaktig som mulig)

Dersom skaden er av et slik omfang at du får hjelp, kan du måtte klare deg selv i opp imot fire timer før hjelpen kommer. Husk dette når du pakker sekken!

NB: Det er variabel mobildekning på turen, men ser du Gjendesheim har du nett.



BRUK AV DRONE

Visste du at det IKKE er lov å bruke drone i nasjonalparker i Norge? Skal du bruke drone på Besseggen, må du søke om tillatelse! Mer informasjon finn du her:

www.luftfartstilsynet.no/droner

HØYDESKREKK

Hvis du oppdager at du har høydeskrekk? Dette har nok skjedd mange før deg... På Bandet kan du snu og gå tilbake til Memurubu eller legge turen langs Bessvatnet til Bessheim eller Gjendesheim. Du kan også finne noen som hjelper deg med å fokusere på stien og ikke på høyden. Det kommer ingen utsatte partier etter at du har passert eggen!

SØPPEL OG DOPAPIR

Vi vil at Besseggen fortsatt skal være Norges reneste reiselivsprodukt. For å klare dette må DU hjelpe oss med følgende:

1. Ta med søpla di ned frå fjellet.
2. Brenn dopapiret etter bruk.
3. Ta gjerne bilde og legg ut på #RYDDEPATRULJEN



VARDER

Vet du hvorfor vardene er bygd i fjellet? I uvær med tett skodde og tåke i fjellet vil vardene vise veg, og kan redde liv og hindre leteaksjoner. Derfor er det viktig at du ikke bygger egne varder, og lar de eksisterende vardene stå.

BESSEGGENPATRULJA

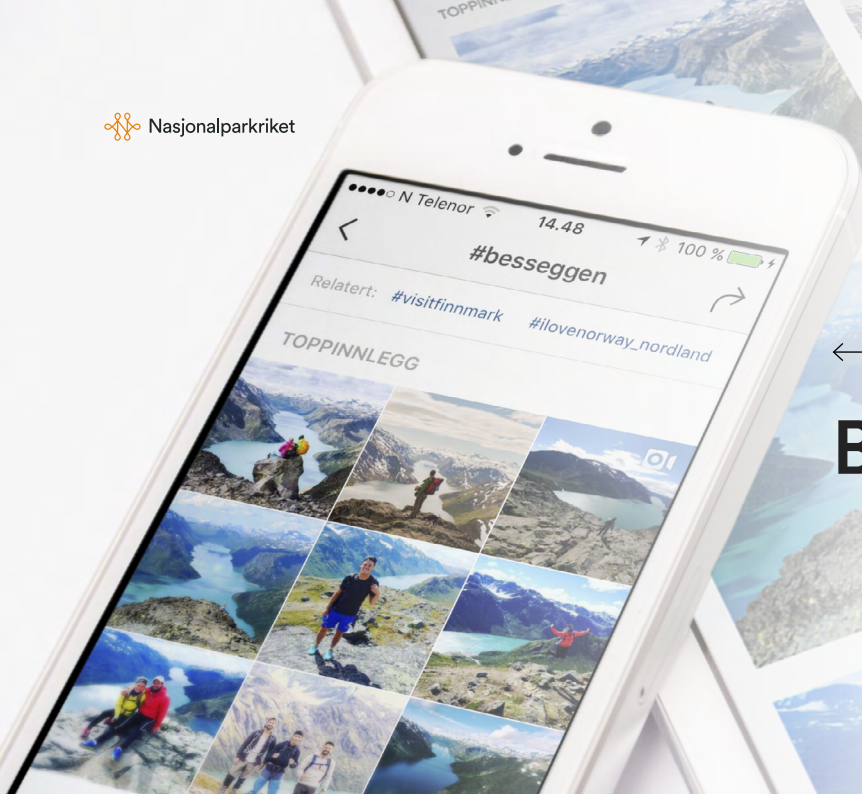
Besseggenpatrulja startet i 2017, og har som formål å:

- » Hindre unødvendige redningsaksjoner
- » Plukke søppel og brenne dopapir
- » Være turistvert for de en treffer på turen
- » Sjekke merking og stien underveis

Ønsker du å bidra? Bruk VIPPS #110385 og velg BIDRAG BESSEGGENPATRULJA



Bakgrunnsbilde: © med CC lisens av Tigerente



NYHET!

Book båt-
billett på
gjende.no
- så går du
rett på båten!

← Del gjerne ditt minne
fra Besseggen med
#besseggen

**BESS
GG
EN**

BESØK OSS PÅ:
www.besseggen.net
[www.facebook.com/
besseggen-turisme](https://www.facebook.com/besseggen-turisme)