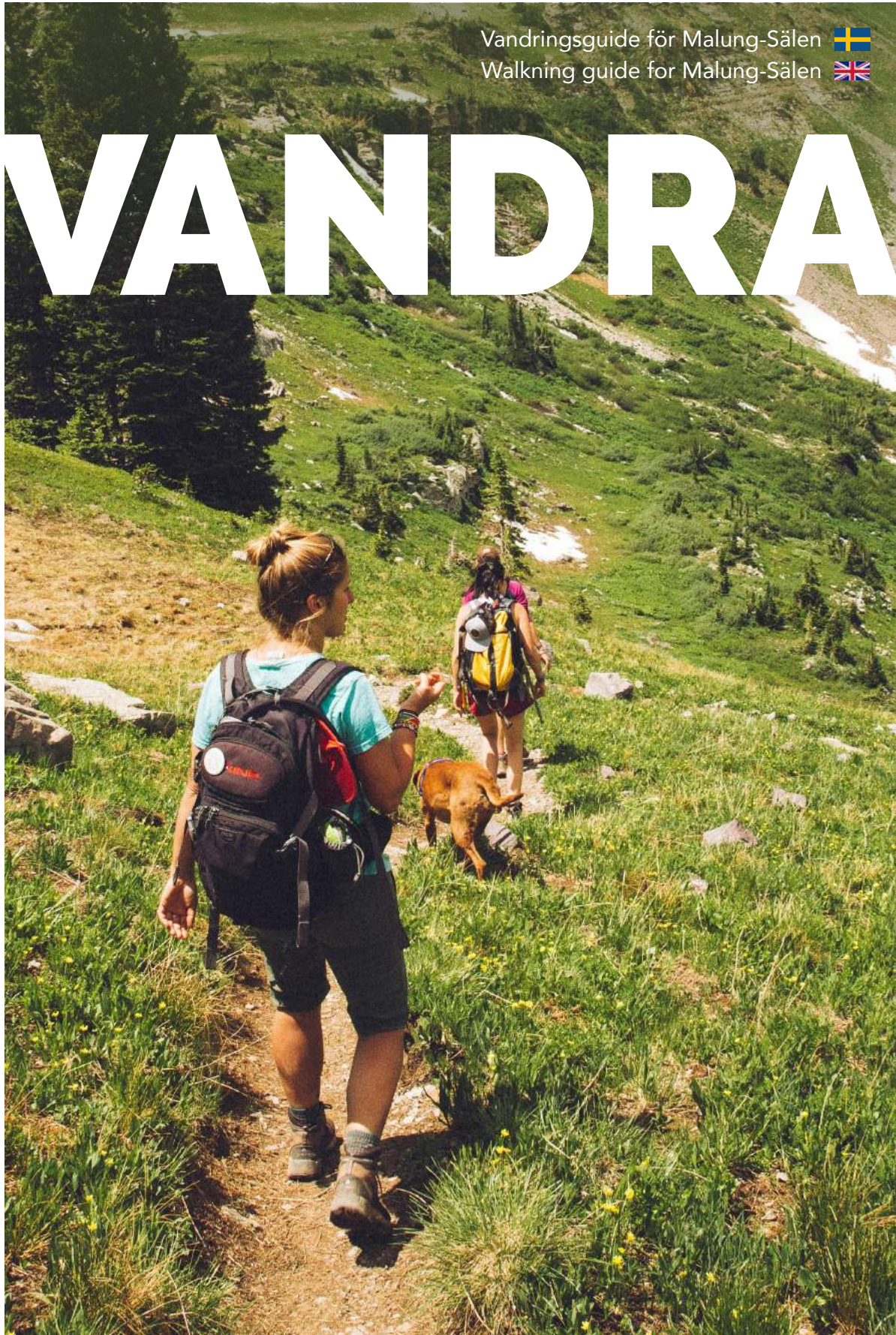


Vandringsguide för Malung-Sälen 🇸🇪
Walking guide for Malung-Sälen 🇬🇧

VANDRA



ANSVARIG UTGIVARE
Malung-Sälen Turism AB
visitmalungsalen.com
Tel. +46 (0)280-187 00

I SAMARBETE MED:



VISIT DALARNA



SÄLENFJÄLLEN



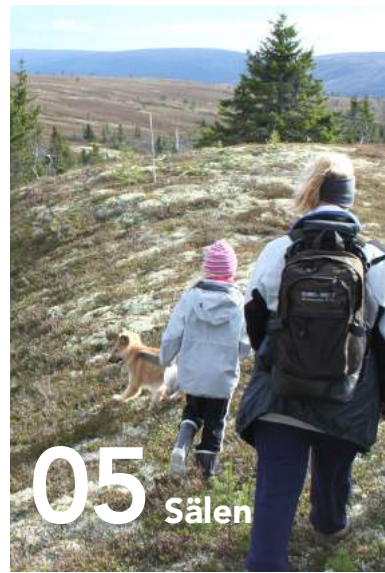
GRAFISK UTFORMNING
Adpine AB
Lisellska Torget 1 | MALUNG
Tel. +46 (0)280-120 01
info@adpine.se | adpine.se

LÄS ONLINE PÅ
ISSUU.COM/ADPINE

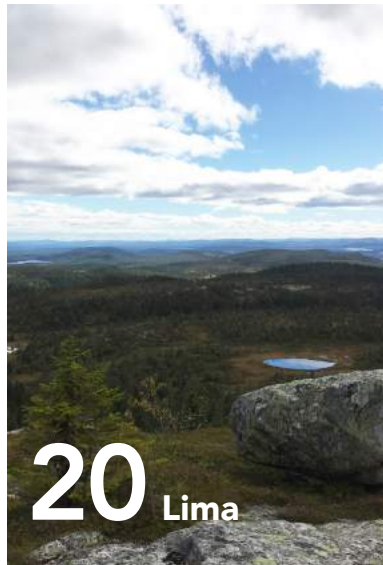
ADPINE
PRODUKTIONSBYRÅ



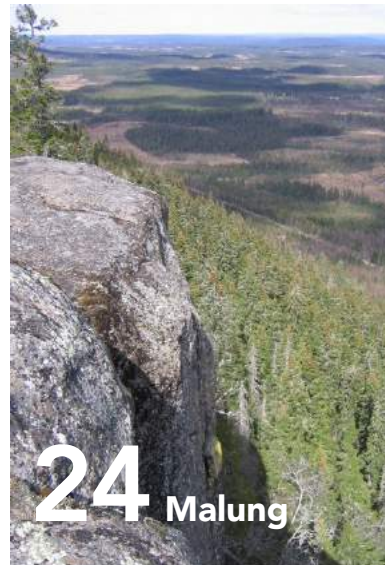
04 Intro



05 Sälen



20 Lima



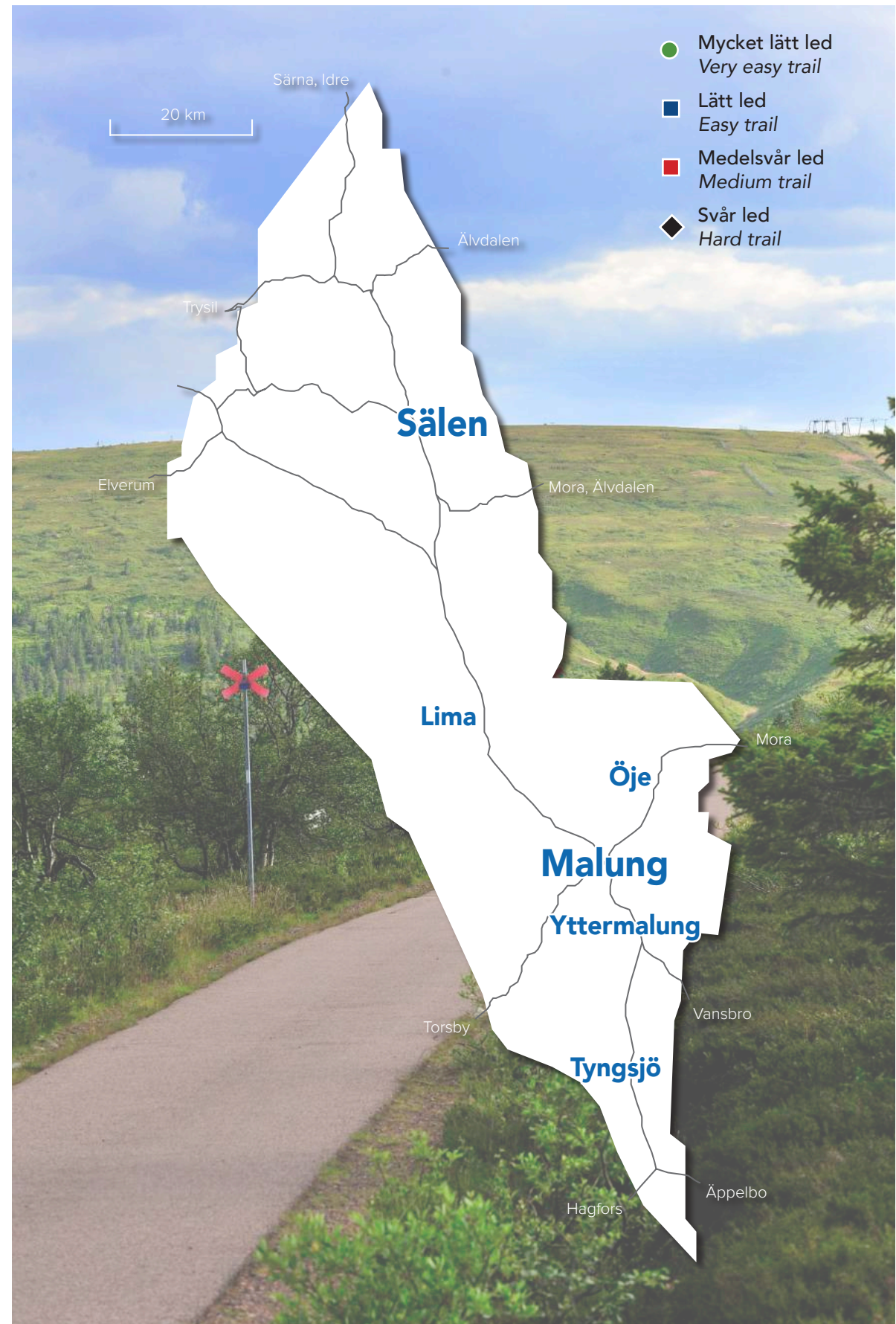
24 Malung



32 Öje



36 Yttermalung & Tyngsjö



Välkommen till Malung-Sälen!

UPPTÄCK SÄLEN TILL FOTS

Våra vackra fjäll erbjuder vandringsalternativ för både nybörjare och mer rutinerade vandrare. Totalt finns här ca 200 km rödade leder. Längs dessa finns ett antal raststugor och vindskydd. Lederna är markerade med röda kryss på ledstolpar. Vid varje ledskilje finns skyltar med hänvisning om ledens riktning, och hur långt det är till nästa mål. Även om det är lätt att hitta, är karta och kompass bra att ha med sig. Den ovane vandraren bör hålla sig till markerade leder. Kolla upp din färdväg innan du ger dig iväg och se till att du har packat matsäck och vatten så att det räcker för din tur till fjälls. Tidsberäkningen på våra turförslag kan naturligtvis variera beroende på hur van vandrare du är och hur långa raster du tar – vi har försökt beräkna en snitttid. Bästa tiden för vandring är midsommar – september/oktober. Kartor finns att köpa på Sälens Tourist Center samt på ett flertal service-ställen runtom i Sälen.

FÖRSLAG PÅ UTRUSTNING

Stövlar eller kängor, kläder efter väderlek, varm/kall dryck, smörgåsar, snabb energi så som russin, choklad och frukt. Kåsa/mugg, skrappåse, sittunderlag, kniv, toalettpapper, plåster, myggmedel, kompass och givetvis en mobiltelefon.



Fjällsakerhetsrådet, Fjällräddningen och Sveriges lokala Fjällsakerhetskommittéer rekommenderar Fjällsakerhetsappen som ger dig en säkrare vistelse i fjällområdena. Ladda ner appen och få tillgång till bland annat: Färdmeddelanden, Fjällkartan, information vid nödsituationer m.m.

DISCOVER SÄLEN ON FOOT

Our wonderful highlands offer marvellous opportunities for novice and experienced hikers alike. In total, we have around 200 km of well-marked trails. There are a number of huts and wind shelters along these. The trail markers are posts with a red cross. At every fork in a trail, there are signs indicating where the separate paths go and the distances to the next waypoints. Even if finding your way is easy, it is always a good idea to bring along a map and a compass. Inexperienced walkers should keep to mark-ed trails. Before starting off, check your route and ensure that you have packed enough food and water for the trip. Clearly enough, the time needed for each suggested hike varies with length of breaks, each hiker's experience, etc. We have attempted to give an average time. Midsummer to sep/oct is the best period for hikes in our glorious highlands. Maps can be bought from Sälen Tourist Center and a number of other outlets around Sälen.

SUGGESTED EQUIPMENT

Hiking boots, clothes to suit the weather, hot/cold drinks, sandwiches, quick-energy foods (raisins, chocolate, etc.), fruit, mug or other drinking vessel, bag for rubbish, something comfortable to sit on, knife, toilet paper, plasters, mosquito repellent, compass and of course a cellphone.



The Mountain Safety Council of Sweden recommend Fjällsakerhetsappen, who gives you a safer visit in the mountainareas. Download the app Fjällsakerhetsappen and receive for example updated messages, maps and information in need of emergency.



■ HUNDFJÄLLSSLINGAN

Längd/Length 12 km

Tid/Time 3 h

Kör rv 66 förbi Hundfjällets anläggning, ca 2 km, till Tandådalstjärn på höger sida. Mitt emot tjärnen är det parkering och start på Hundfjällsslingan. Efter ca 2 km viker leden av mot Hundfjällskölen och Skogsäterstugan. Här finns det valmöjlighet, du kan gå mot Hundfjällets liftar, totalt 12,5 km eller gå mot Hundfjällets naturreservat, ca 20 km. Ordinär vandringsled, bitvis genom fin gammelskog. Från Skogsäterstugan relativt brant stigning upp på Hundfjället med fantastisk utsikt i alla väderstreck. Leden bär sedan nedför Hundfjället till Hundfjällets skidanläggning. Gå fram till rv 66, gå till vänster ca 3 km till utgångspunkt, parkering vid Tandådalstjärn. Vandringsleden är markerad med röda kryss.

Drive road 66, past Hundfjällets skiresort, approximately 2 km, to a small lake on your right side. Opposite the road is a parking place and the start point for Hundfjällsslingan. After about 2 km the hiking trail turn aside to Hundfjällskölen and Skogsäterstugan. Here are the options, you can either go to Hundfjällets ski lifts and the trail becomes 12,5 km. If you however choose to go against Hundfjällets naturereserve the trail becomes 20 km. The hiking trail is extraordinary through partly fine old forest. From Skogsäterstugan quite steep climb up on Hundfjället where you have a lovely view in all directions. The hiking trail then car-

ries down Hundfjället to Hundfjällets skiresort. Go to rv 66 and turn left on the road. Walk about 3 km to the starting point, the parking lot at Tandådalstjärn. The trail is marked with red crosses.

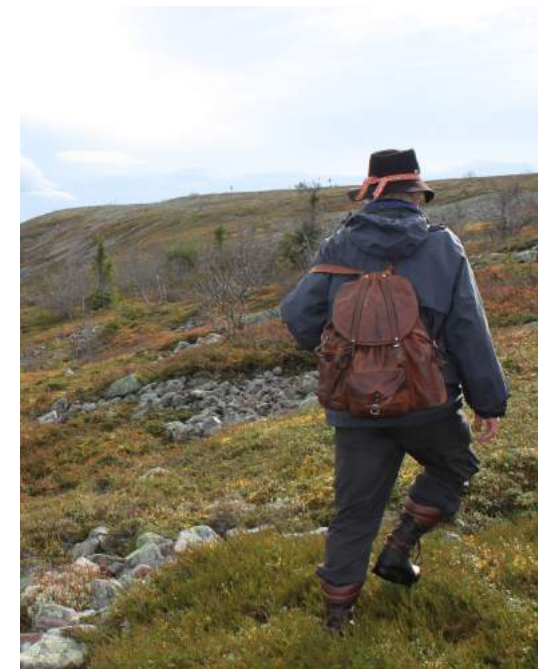




FOTO P.A. Liss

■ STOR-NÄRFJÄLLSLEDEN

Längd/Length 15 km

Tid/Time 5 h

Påbörja turen vid stugområdet Myrflodammen, ledmarkering, röda kryss. Leden går till att börja med över några små myrar där det är spångat och fortsätter sedan genom dalgången mellan Stor-Närfjället och Lägerdalsfjället. Efter ca 3,5 km kommer du till Kruggbäcksdalen. Här blir det rejält stenigt på några ställen där man får ta sig över ett par stenrösen med stora stenblock. Kruggbäcken med sitt kristallklara vattensystem korsar leden vid ett flertal tillfällen, där efter övergår leden till mer lättgången terräng innan den efter några kilometer viker av mot väster och in i dalgången mellan Stor-Närfjället och Östra Granfjället, bitvis stenigt i dalen. När du kommit ur dalen blir leden lättgången igen med en svag stigning upp mot Närfjällsstugan. Väl framme kan du njuta av storslagen utsikt i alla väderstreck. En klar dag ser du ända till Städjan (Idre) i norr och Trysilfjäll på norska sidan i väster. I stugan finns kamin och hjälptelefon. Efter en välförtjänt fikapaus bär det av mot Orrliden. Leden går rakt över Stor-Närfjället och underlaget är lättgången. Efter ca 1,5 km når du toppen av fjället, 931 m.ö.h. Här delar sig leden, fortsatt mot Orrliden. Nu börjar det gå svagt utför och det blir brantare och stenigare efter hand för att därefter plana ut igen. Leden fortsätter i kanten av stugområdet tills man kommer fram till Jens Brittass väg, gå till vänster på Jens Brittass väg ca 150 m, därefter gå till vänster in på Orrlidsvägen, gå ca 1 km, till parkeringen vid Hemköp. Lämpligt för denna led är att ha två bilar. Parkera en bil vid Hemköp, Tandådalen och kör sen till Myrflodammen och starta vandringen där. Har ni inte möjlighet till det får ni gå från Hemköp till Myrflodammen längs rv 66, en promenad på ytterligare ca 5 km.

Start this trail at Myrflodammen. In the beginning, the trail crosses several small bogs where there are plank walkways. It continues through the valley between Stor-Närfjället and Lägerdalsfjället. After about 3,5 km, you arrive at the Kruggbäcken valley, which is very rocky in several places. Here, you have to cross a couple of rock mounds that have large boulders. The Kruggbäcken stream crosses the trail a number of times. After a few kilometers of easier terrain, the trail swings off to the west into the valley between Stor-Närfjället and Östra Granfjället, here it is rocky in places. Leaving the valley, the trail is once again easy to walk despite the slight incline up to Närfjällsstugan. Here at the cabin/hut there are magnificent views in all directions. On a clear day, you can see all the way to Städjan (Idre) in the north and Trysilfjäll (in Norway) in the west. The cabin has an iron stove and an emergency telephone. After a well-earned refreshment break, continue towards Orrliden. The trail runs straight across Stor-Närfjället and the walk is easy. After around 1,5 km you reach the top of the mountain, 931 metres above sea level. Continuing towards Orrliden. Beginning to go gently downwards, the trail gradually becomes steeper and stonier before once again levelling out. The trail continues along the edge of an area of summer cottages until it reaches Jens Brittass väg. After 150 m on Jens Brittass väg (Jens Brittass road), turn left on to Orrlidsvägen (the Orrlid road). Continue on Orrlidsvägen for about 1 km., to parking area at the supermarket Hemköp. It is useful to have two cars for this walk. Park one of the cars by the supermarket Hemköp in Tandådalen and then drive to Myrflodammen along rv 66, a further 5 km walk.





◆ LILL-NÄRFJÄLLSLEDEN

Längd/Length 15 km

Tid/Time 6 h

Parkera bilen vid Hemköp i Tandådalen. Gå gångväg till höger om Orrlidsvägen ner mot Orrlidens stugområde. Efter ca 1 km, gå till höger in på Jens Brittass väg, gå ca 150 m till startpunkt för vandringsleden. Leden går lätt uppför till att börja med, vid sidan av stugområdet, innan det blir en rejäl stigning i en knapp kilometer. Väl uppe passar det med en kort paus innan du fortsätter vandringen. Härifrån är det fortfarande uppför i några kilometer innan du kommer fram till ledskiljet där du ska vika av mot Saldalskojan. Härifrån går leden utför ca 1,5 km innan du kommer fram till Saldalskojan. Här är det lagom att ta en längre paus. Efter kojan går leden ganska snart brant utför, ca 2 km innan den planar ut och blir lite blötare, spänger finns men det kan vara rejält blött på sina ställen. Väl nere i dalen ligger Närsjön en bit från leden, här passar det bra med ytterligare en vilopaus, om vädret tillåter kan du passa på att ta ett dopp i sjön. Leden fortsätter genom skogsterräng och snart är du framme vid rv 66 och Tandådalstjärn. Gå längs rv 66 ca 3,5 km tills du kommer till infarten till Hundfjällets anläggning, där går du till vänster mot Fjällsåsen. Gå ca 1 km till Orrlidsvägen, där går du till höger ca 500 m till Hemköps parkering. Vandringsleden är markerad med röda kryss.

Park your car at Hemköp in Tandådalen. Walk the footpath to the right of Orrlidsvägen down towards Orrlidens cottage area. After about 1 km, turn right onto Jens Brittass road, walk about 150 m to the starting point of the hiking trail. At its beginning the trail rises gently along the side of a cottage area and then becomes a real climb of just under 1 km. Reaching the top, a short break is a good idea before continuing the walk. From this point, it is still uphill for a few kilometers, until you get to where the trail splits, where you should turn of towards Saldalskojan. From where the trail splits the trail runs downhill for around 1,5 km before reaching Saldalskojan. This is a ideal spot for a long break. After Saldalskojan the trail soon runs steeply downhill for about 2 km. Then it levels out and becomes quite wet, but there are footbridges to walk on. The Närsjön lake is at the bottom of the downhill section and here it is a nice place to take a break in, if the weather permits, take the opportunity to take a dip in the lake which is not far from the trail. The hiking trail continues through woodland. Soon you will arrive at rv 66 and Tandådalstjärn. Walk along rv 66 about 3,5 km until you reach Hundfjällets Skiresort where you turn left towards Fjällsåsen. Walk about 1 km to Orrlidsvägen where you turn right and walk about 500 m to parking area at Hemköp Tandådalen. The trail is marked with red crosses.





■ SYNDALSTUREN

Längd/Length ca 15 km

Tid/Time 3 h

Parkera vid Myrflodammen, följ ledmarkeringen till vänster om dammen. Lättgången led periodvis på fina spänger genom härlig natur med rikt fågelliv, efter ca 2,5 km kommer ni fram till Kläppenskjulet, en trevlig slobod som gjord för en skön paus. Vandringsen fortsätter på leden, Sälenringen, över Lägerdalsfjället där ni har en fantastisk vy i alla väderstreck. Efter ca 5 km vid ledskiljet tar ni vänster mot Myrflodammen, leden går brant nedför mot Kruggbäcken, där den följer den kristallklara bäcken ner mot utgångspunkten vid Myrflodammen igen.

You can park your car by Myrflodammen, follow the red trailmarks to the left to Myrflodammen. Easy hiking trail through amazing scenery with rich bird life. After about 2,5 km you are coming to a rest area called "Kläppenskjulet", a nice place where you can take a short brake. The hiking continues on the trail, Sälenringen, the trail goes over Lägerdalsfjället (Lägerdalsmountain) with a wonderful view in all directions. After about 5 km, by the crossroad, take to the left towards Myrflodammen, here the trail goes quite steep downhill towards "Kruggbäcken" (Kruggstream) where the trail follows the crystal clear stream down to the starting point at Myrflodammen.





● SÖDRA KUNGSLEDEN

Längd/Length 9 km

Tid/Time 2,5 h

Leden börjar mitt emot Högfjällshotellet. Gå genom portalen och du har börjat din vandring på Södra Kungsleden. Leden börjar med en svag stigning upp för Östfjällets sydsida, en lätt vandring då underlaget är asfalt. Här passar det utmärkt att ta med barnvagnen eller för den rullstolsburne att ta sig ut på fjället. Asfalteringen är ca 2,5 km lång och längs den här delen finns bänkar utplacerade för den som behöver vila lite, eller bara njuta av utsikten. Vid asfalteringens slut fortsätter leden norrut, underlaget är grus så det är fortfarande lätt vandring ända fram till Östfjällsstugan och Östfjällstjärnarna. Härifrån fortsätter du den grusade leden västerut. Vid ledskiljet, efter ca 1 km, viker du av söderut mot Gruven/Högfjället. Här går du på spänger. Efter ca 3 km är du nere vid rv 66, här blir det en promenad längs vägen på ca 1 km innan du är framme vid Högfjällshotellet och utgångspunkten igen. Vandringsleden är markerad med röda kryss.

This hiking trail starts just opposite Högfjällshotellet and is marked with red crosses. Go through the portal and you have started your hike on Södra Kungsleden. The hiking trail begins with a very gentle climb up the southern side of Östfjället. This part of the trail is asphalted and easy. It is excellent not only for guests with prams, but also for our guests with wheelchairs who wish to get out into the highlands. The asphalted section is around 2,5 km long, and along this part there are benches for those who want some rest or just want to enjoy the beautiful view. At the end of the asphalt the surface is gravel so it's still easy hike up to the Östfjällsstugan. From here the hiking trail continues westward, the substrate is gravel. Where the trail splits after about 1 km fold the south towards Gruven/Högfjället. Here you walk on footbridges. After about 3 km you are down by road 66, where it will be a walk along the road about 1 km, before you reach the Högfjällshotellet and starting point.

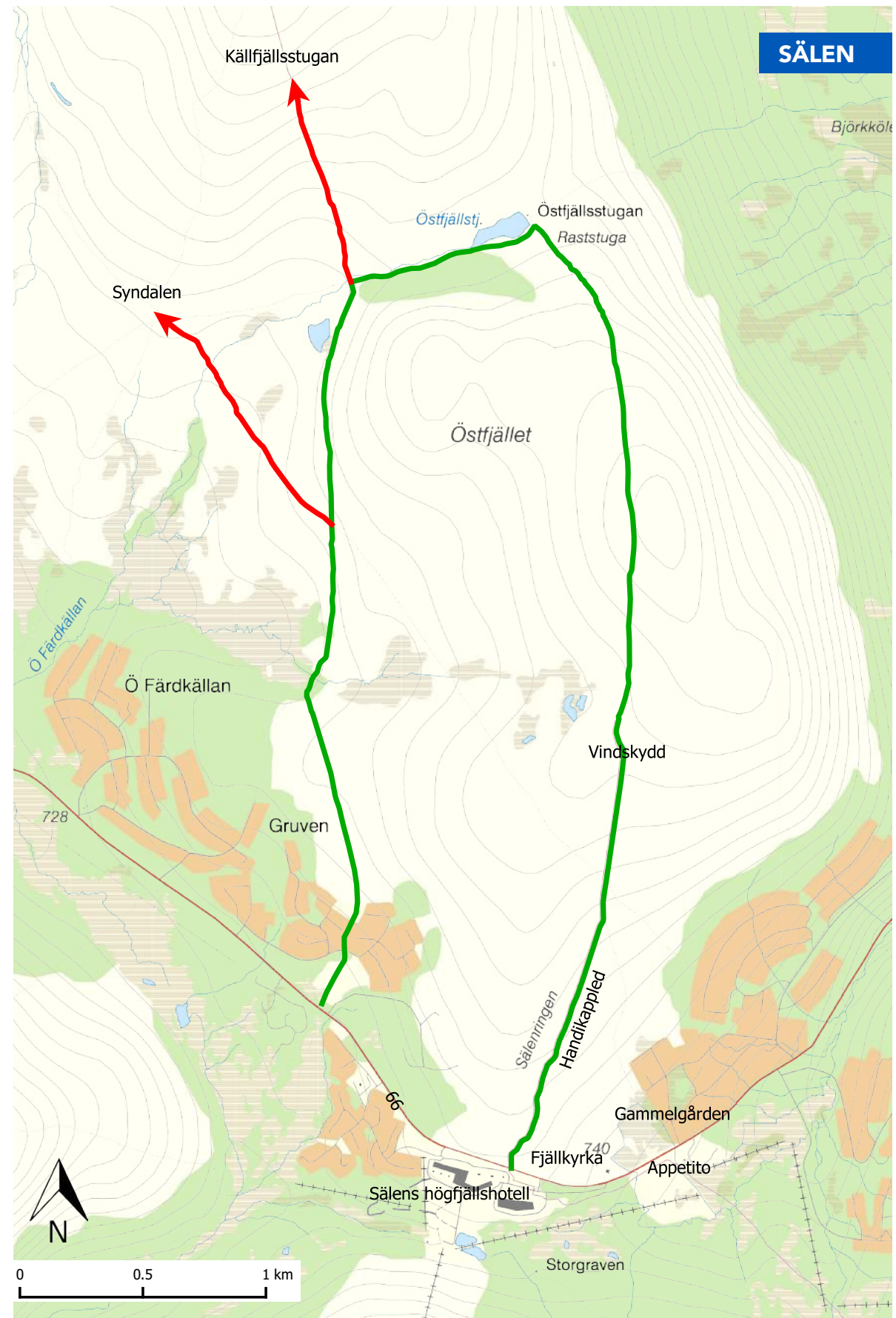




FOTO P.A. Liss

● SÄLFJÄLLSTUREN

Längd/Length 14 km

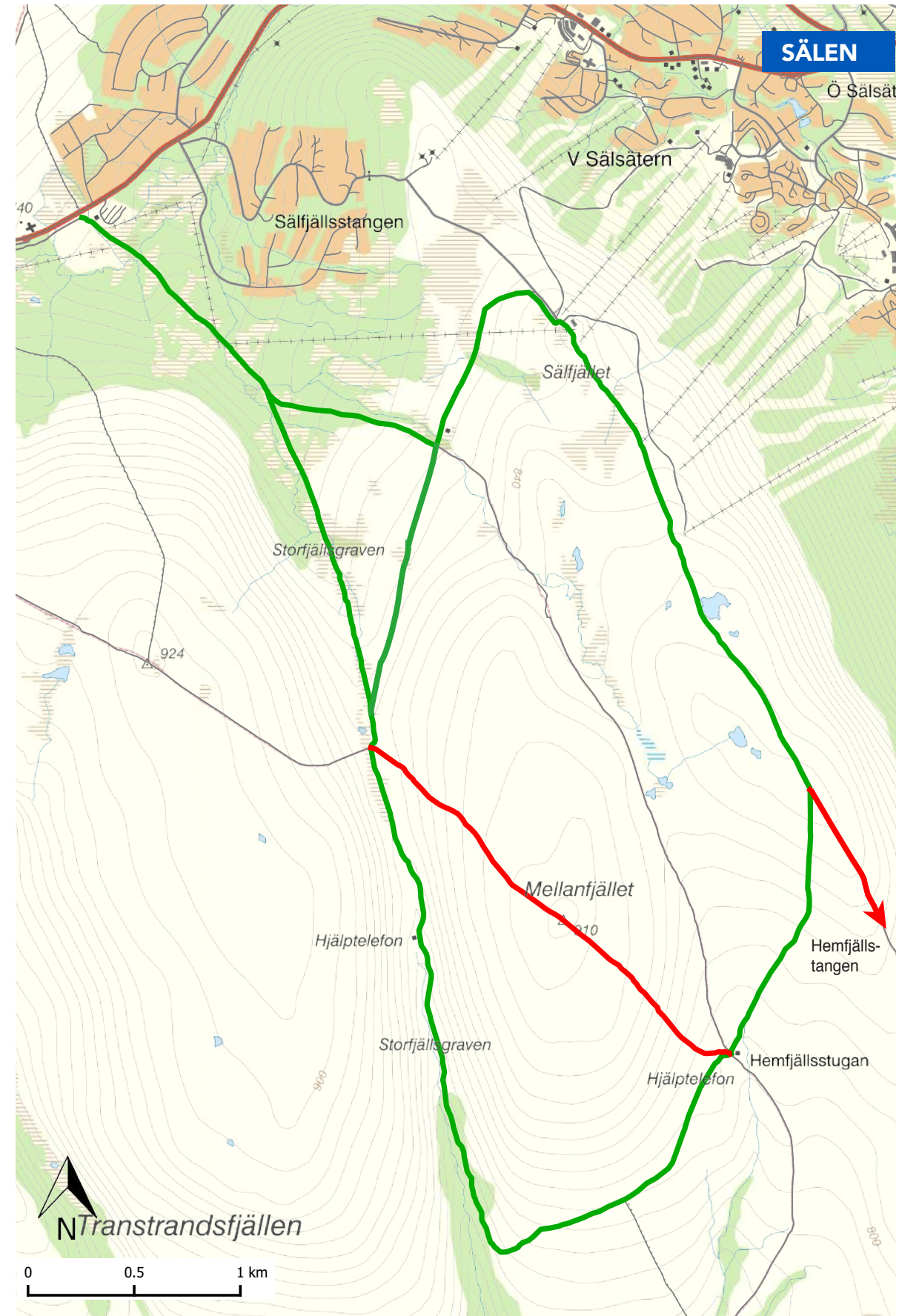
Tid/Time 4 h

Leden börjar mittemot Gammalgården. Första delen går över myrmark men är spångad så det är lätt att ta sig fram. Efter myren går det en del uppför men underlaget är grus så det går ganska lätt. Efter ca 1,5 km kommer du till ett ledskilje, följ skyltningen Hemfjällsstugan/Lindvallens liftar. Efter någon kilometer kommer du till Apotekarstugan där du tar vänster och följer den grusade leden. Härifrån är det ytterligare någon kilometer innan du kommer fram till toppstugan Snögubben på Lindvallen. Fortsätt mot Hemfjällsstugan, på vägen passerar du Stensjön med sina fina stenformationer. Här slutar den grusade leden och övergår i stenig terräng med bitvis vandring på spänger över blöta partier. Härifrån är utsikten över dalgången fantastisk. Väl framme vid Hemfjällsstugan kan du inta en välförtjänt matsäck.

Leden går över Mellanfjället och passerar Storfjällsgraven. Leden är ca 7 km och den är bitvis stenig och spångad. Väl framme vid Storfjällsgraven passar det bra med en kort paus. Fortsättningsvis är leden ganska lättgången. Sista biten är densamma som du började dagen med. Leden är markerad med röda kryss.

This hiking trail starts just opposite Gammalgården. First part goes over bogland but are boarded and easy to get around. From here the trail rises slightly but because the surface is gravel it's pretty easy to walk anyway. After around 1,5 km were the trail splits, follow the signs to Hemfjällsstugan/Lindvallens lifts. In a few kilometers, you arrive at Apotekarstugan where you turn left and follow the gravel trail. Another few kilometers will take you to the top cabin "Snögubben" in Lindvallen ski resort. Continue towards Hemfjällsstugan, on the way you pass Stensjön with its stone statues. Here stops the gravel trail and turns into rocky terrain in places, walking on footbridges over wet parts. From this point the view over the valley is fantastic. Once you arrive at Hemfjällsstugan, it is a good idea to eat your own food bag, before you continue your hike.

The trail goes over Mellanfjället and passes Storfjällsgraven. The trail is about 7 km and it is from time to time a bit rocky and also a little wet in places where you walk on footbridges. Once at Storfjällsgraven it fits in well with a short break. Continue the trail is relatively easy to walk. The last part is the same as you started with. The trail is marked with red crosses.



— MELLANFJÄLLSTUREN

Längd/Length 26 km

Tid/Time 8 h

Leden utgår från Gammelgården där man går på rv 66 ca 1 km västerut, sedan viker leden av mot Kvillkojan. Vandring på spänger kan förekomma över blöta partier. Fram till Mellanfjällstugan via Vålbrändans fåbod sträcker sig leden genom fin gammelskog och vackra tallhedar. Från Mellanfjällstugan vidare mot Hemfjällsstugan har du kalfjället framför dig med härlig utsikt. Från Hemfjällsstugan finns flera valmöjligheter att vandra mot Gammelgården och Högfjällshotellet igen, via Storfjällsgraven, Mellanfjället och Hemfjället. Leden är markerad med röda ledkruss.

The trail starts from Gammelgården where you are walking on road 66 about 1 km westward, the trail then turns off towards Kvillkojan. Until Mellanfjällstugan through Vålbrändans pasture extending the trail through the beautiful old growth forest. Hiking on footbridges may also occur over the wet parts. From Mellanfjällstugan towards Hemfjällsstugan you have beautiful bare mountain in front of you with great views. When you arrive at Storfjällsgraven go in to the valley between Storfjället and Mellanfjället down to Gammelgården again. The trail is marked with red wood crosses.





● VASALOPPSLEDEN

Längd/Length 90 km

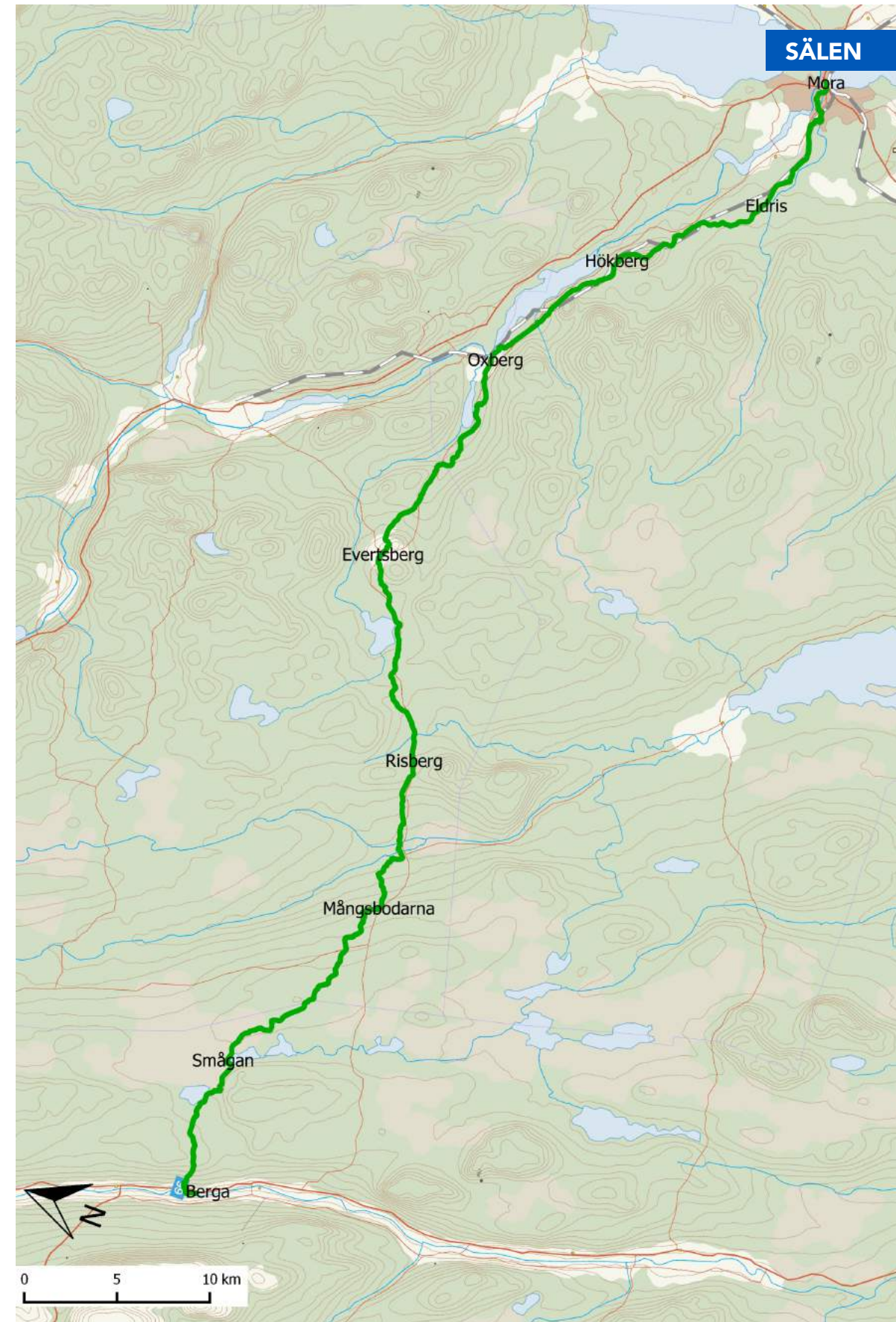
Tid/Time ca 4 d

Leden startar i Berga by och följer till stora delar det klassiska Vasaloppsspåret fram till Mora. Längs leden finns 9 övernattingsstugor och 11 slobodar, utefter leden passerar du alla klassiska Vasaloppssbyar och fäbodnar. Numrerade informationstavlor finns längs hela leden med utmarkerade sevärdheter. Hela Vasaloppsleden är naturreservat.

Övernattning i stugorna kostar 50 kr/bädd och natt. Information finns i stugorna alternativt kan betalning ske på turistbyråerna i Sälen, Mora, Älvdalen och på Vasaloppets Hus i Mora. Bidragen behövs för att leden ska kunna underhållas på ett bra sätt. Utförligare information och karta över leden finns att köpa på Sälens Tourist Center. Leden är markerad med stolpar som har orange toppmålning där man bränt in symbolen "Gustav Vasa".

The hiking trail starts in the village Berga and follows largely the classic ski race track "Vasaloppet" to Mora. Along the hiking trail, there are 9 cabins and 11 shelters. You will also come across all the famous Vasaloppet villages and shacks. Pointing out everything of great interest, there are information boards along the whole trail. The entire trail is a nature reserve.

Overnight stay in the cabins costs 50 SEK/bed and night. Information are available in the cabins or alternatively payment can be made at the tourist offices in Sälen, Mora, Älvdalen and Vasaloppet's House in Mora. The contributions required to maintain the trail in a good way. Further information and map of the trail can be purchased at Sälens Tourist Center. The hiking trail is marked with poles with symbol "Gustav Vasa" that have orange top mark.





■ TANDÖVARDEN

Längd/Length 10,5 km

Tid/Time 3 h

Tandövardens naturreservat är ca 3.500 ha. Storvarden som med sina 775 m.ö.h. utgör reservatets högsta punkt. Tandövala har en naturrik miljö med ett extremt sydligt beläget lågfjäll med en till stora delar orörd natur. Vid vandring över Tandövalas topp bjuds man på en vidunderlig utsikt. Här kan man få se typiska fjällväxter som fjälllumner, fjällbräken, snölav, snömärkeslav, krypljung, ripbär och Sveriges sydligast förekomst av lappljung.

I området finns gammal finurskog. Det finns stallar i området som är 500 år och äldre. De äldsta torrakarna är från medeltiden. Valsäteren är en levande fåbod med betande getter och väl värt ett besök.

Alternativ 1 Kortare vandring till toppen på Tandövala. Leden startar antingen från öster vid Stensundet eller väster ifrån där Gräsbricksleden korsar vägen. Leden är ca 3 km från vadera håll.

Alternativ 2 En längre vandring i reservatet med anslutning till toppen startar från västra sidan om reservatet vid Gräsbricksleden. Total längd ca 10,5 km

Tandövardens nature reserve is approximately 3.500 ha. Storvarden with its 775 m above sea level is the reserve's highest point. Tandövala has a rich nature with an extremely southern mountain environment with large parts of untouched nature. When walking over Tandövalas top, you are offered a spectacular view. Here you can see typical mountain plants, such as fjälllumner, fjällbräken, snölav, snömärkeslav, krypljung, ripbär and with Sweden's most southern appearance, lappljung.

In the area there is an old virgin forest with pines older than 500 years. The oldest trees here are since the middle ages. Valsäteren is a living chalet with pasturing goats.

Alternativ 1 Shorter hikes to the top of Tandövala. The trail starts either from the east, at Stensundet or from the west, where Gräsbricksleden crosses the road. The trail is approximately 3 km from both directions.

Alternativ 2 A longer hike in to the reserve with connection to the top. Starts from the west side of the reserve, at Gräsbricksleden. Total length, approximately 10,5 km.





● KLÖVJESTIGEN

Längd/Length 18 km

Tid/Time 5 h

En fäbodstig mellan Hammarsbyn och Rörbäcksnäs över fäboden Kinnvallsjösätra. Varje år anordnas en marsch längs stigen, deltagarna startar i Hammarsbyn och i Rörbäcksnäs och möts i Kinnvallsjösätra.

Klövjestigen is a trail between Hammarsbyn and Rörbäcksnäs crossing the chalet Kinnvallsjösätra. Each year there is an arranged march along the trail. The march starts in Hammarsbyn and in Rörbäcksnäs and meet in Kinnvallsjösätra.

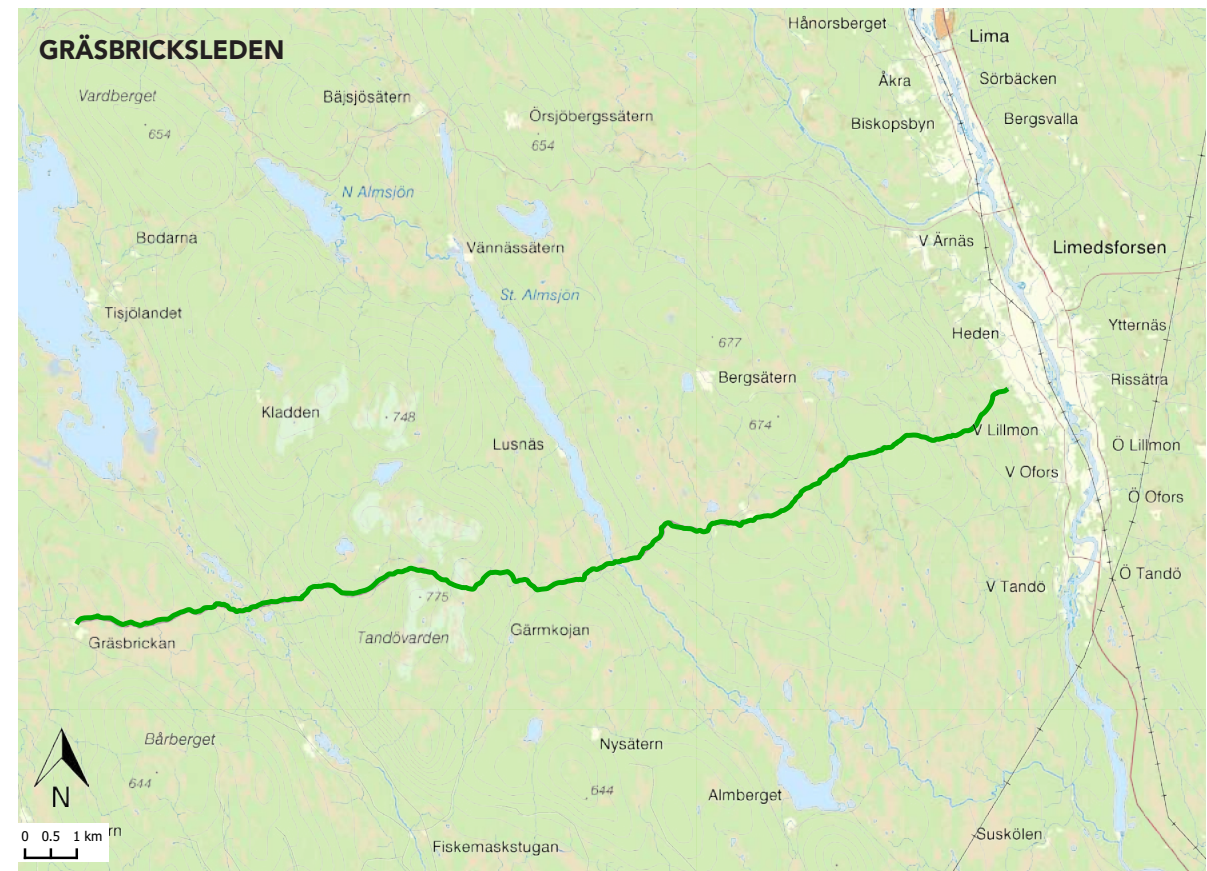
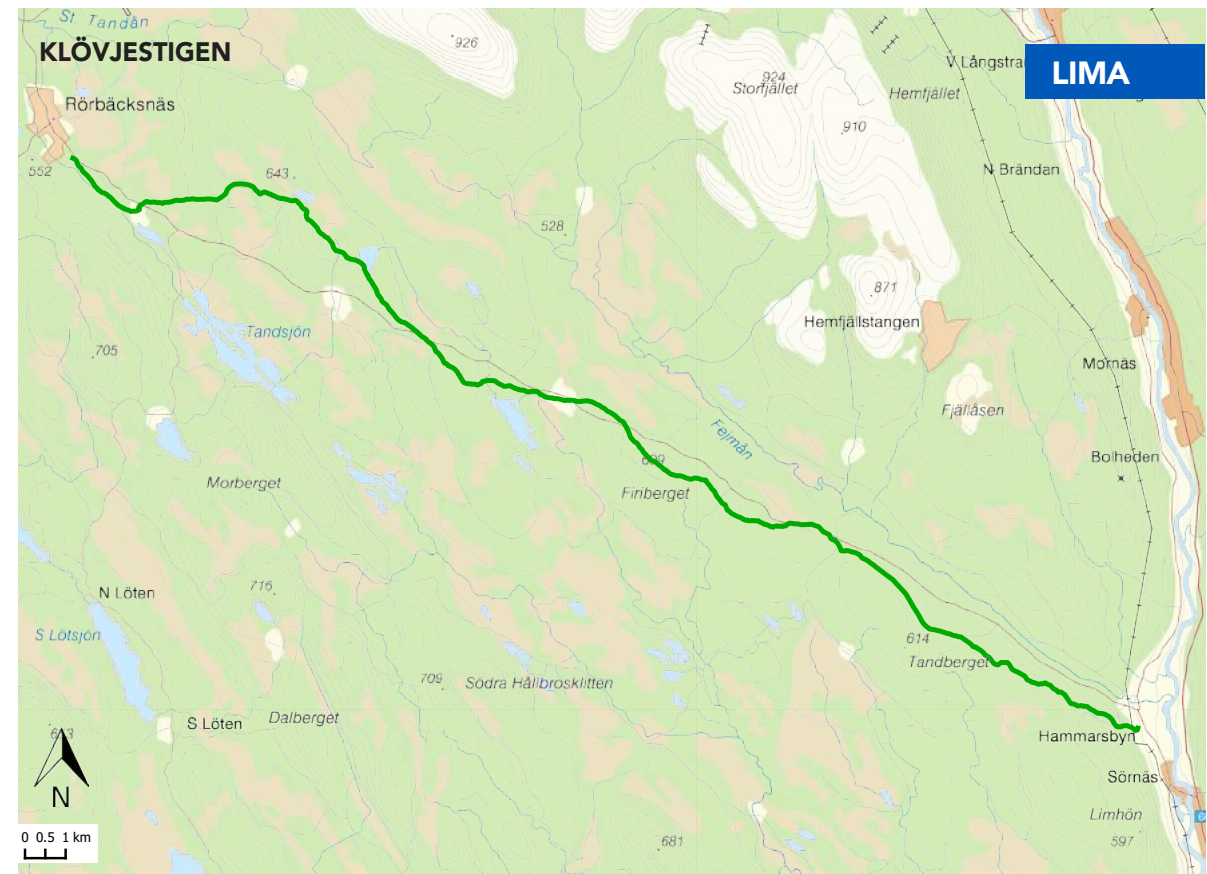
● GRÄSBRICKSLEDEN

Längd/Length 22 km

Tid/Time 7 h

Leden börjar från Heden i Lima och man passerar Mosätrens fäbod innan man går genom Tandövala naturreservat och vidare till Gräsbrickans fäbod. Ett alternativ är att ta stigen upp över toppen för att sedan ansluta till Gräsbricksleden igen. Deltar man i Gräsbricksmarschen sista lördagen före midsommar blir det både flötgrötskalas och underhållning vid framkomsten.

Gräsbricksleden starts at Heden in Lima and you'll pass Mosätrens chalet before you go towards Gräsbrickans chalet. If you participate in Gräsbricksmarschen the last saturday before swedish Midsommar, you will experience an oatmeal party and entertainment on arrival.



” Njut av lugnet och den underbara miljön i Malung-Sälen!

Enjoy the quiet and wonderful environment in Malung-Sälen!



FOTO Björn Nordin

● ■ ■ LYBERGSGNUPEN

Längd/Length 6 km

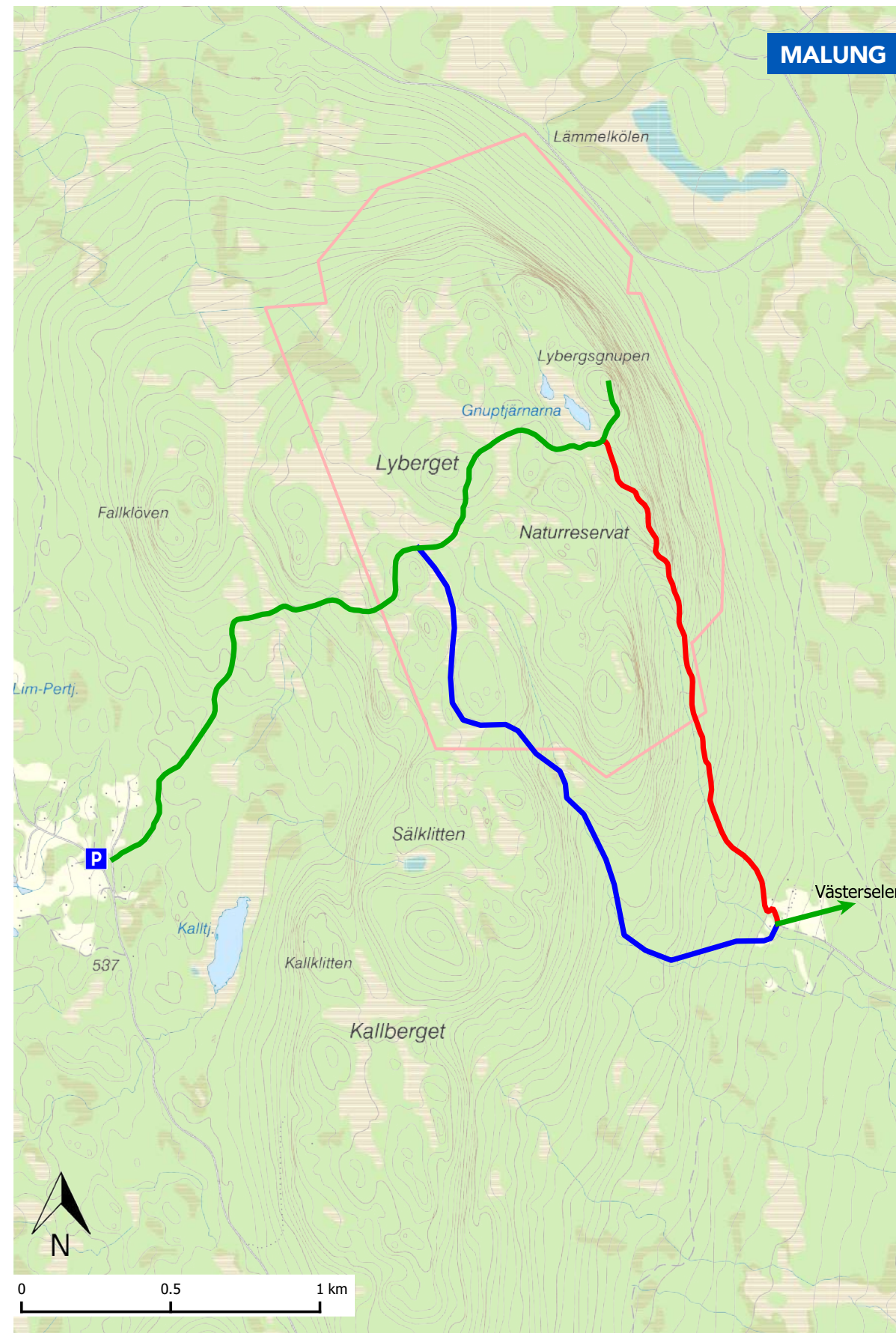
Tid/Time 4 h

Kotdalsleden startar vid Öjslybergets fäbod, vidare gamla stigen mot Malunglyberget. Ta den vänstra stigen. Följ den välmarkerade och upptrampade stigen genom naturreservatet över myrarna tills du kommer på leden mellan Malunglyberget och Gnupen. Här går du till höger, följer leden mot Gnupen. Toppen är 657 m.ö.h. – med milsvid utsikt. Från Lybergsgnupen med sina branta stup har man en storslagen utsikt mot vildmarken. I naturreservatet finns många ovanliga lavar, fåglar och växter. Vandrigen fortsätter sedan genom naturreservatet åter till startpunkten vid Öjslyberget. Håll vänster, ej samma stig som upp. Vandringsleden från Lyberggets fäbod och Öjslybergets fäbod till Lybergsgnupen är 2,5 km. Från Lyberggets fäbod är det spångat över det blöta partier.

The trail Kotdalsleden starts at Öjslyberget and continues on an old trail to Malunglyberget. Take the left trail from Öjslyberget. On the plateau further up, there is a sign pointing north towards Gnupen. Follow the path through the nature reserve, over the wetlands, until you reach the trail that goes between Malunglyberget and Gnupen. Here you take to the right, following the trail to Gnupen. The top of Gnupen is 657 m.a.s.l., the view is expansive. From Lybergsgnupen with its steep slopes you have a magnificent view over the wilderness. In the nature reserve of Lybergsgnupen, there are many rare lichens, birds



and plants to be found. The trail continues from Gnupen through the nature reserve. When you have descended from the mountain top, take the left path for a varied walk back to the starting point at Öjslyberget. The trail from Lyberggets fäbod and Öjslybergets to Lybergsgnupen is 2,5 km





● KRINGELKROKEN

Längd/Length 7 km

Tid/Time 2 h

Kringelkroken är en 1 km lång belyst och handikappvänlig vandringsled på Västerdalälvens östra strand. Fortsättning på kringelkroken är hälsostigen, en 6 km lång stig, som efter det gamla järnvägsspåret viker av ned mot älvstranden, mellan sjöarna Hallsjöviken och södra Mosjön. Älvstranden består av en sandås som sträcker sig hela vägen upp till Valleråsänget, där stigen viker av söderut igen och avslutas. Efter som Hålsostigen går genom hagmarker med kor och hästar är det viktigt att befintliga grindar stängs efter passage.

Kringelkroken is a 1 km long lighted and disabled-friendly trail on Västerdalälvens eastern shore. The trail is then extended by Hålsostigen, a 6 km long hiking trail along the old railroad tracks and later on, back down towards the eastern shore between Hallsjöviken and southern Mosjön. The shore consists of a sand ridge that extends all the way up to Valleråsänget, on which the trail turns south and ends. Since Hålsostigen passes through paddocks with cows and horses it's important that gates remain closed after passing.

● BÄVERSTIGEN

Längd/Length 6 km

Tid/Time 1 h

Bäverstigen är en 6 km lång vandringsled där bävern bor och verkar. När vattennivån är hög kan översvämningar förekomma på vissa ställen. Leden passerar också SP Persson, en del av den industriella skinnindustrins vagg.

Bäverstigen is a 6 km long hiking trail, on which beavers live. When the water levels are high, this trail might be flooded on some places. Along this trail you also pass by the old SP Persson building, a solid piece of Malung's old leather industry.

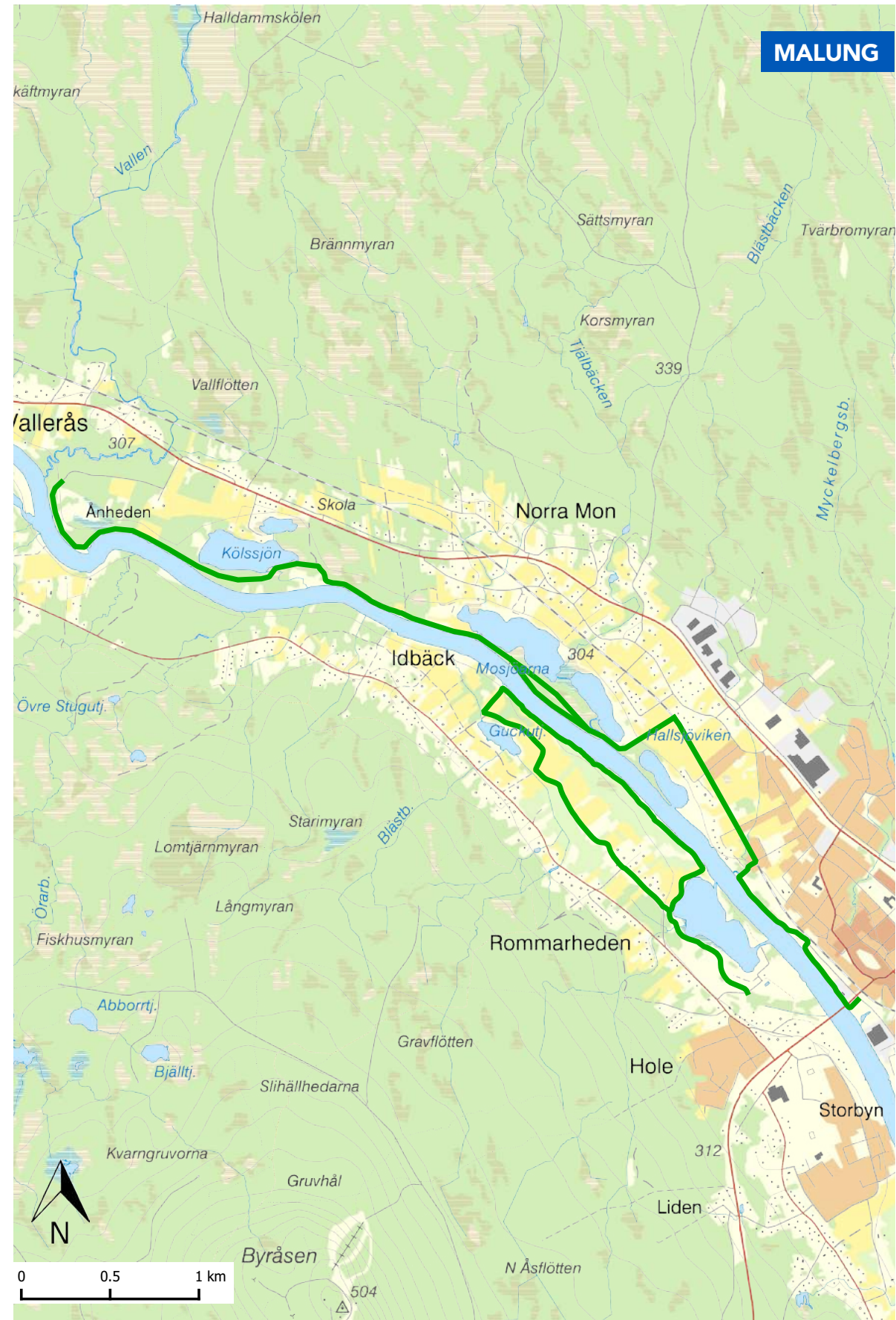




FOTO Bente Mellquist Danielsson

● KVARNSTENSBROTTET

Längd/Length 4,5 km

Tid/Time 2 h

En härlig vandring i historiska spår där människor i bygden huggit kvarnstenar ur berget sedan 700-talet. Inom kvarnstensbrottet är det vissa partier som är steniga och svårframkomliga, särskilt i den norra delen. För att komma till kvarnstensbrottet i Östra Utsjö med bil, tar du av vid Malungs hembygdsförening längs riksväg 66, där en skylt visar vägen. Bilväg går ända fram till brottet, där kan du sedan gå upp i brottet och vandrar söderut cirka 1,2 km eller norrut cirka 500 meter. Totallängden på brottet är 1,7 km och vid slutstationen längst söderut vänder man och går tillbaka samma väg. Vid samlingslokalen finns även en lättare väg att följa för att komma upp i brottet. Du kan också vandra från byn Grimsåker på den stig som finns eller starta vandringen vid Vemforsen och järnvägen söderut.

A lovely hike in historical trails where people in the village cut the millstones out of the mountain since the 8th century. By car, take off at Malungs hembygdsförening along highway 66, where a sign "Kvarnstensbrottet" shows the way. Within the millstone quarry, there are certain parts that are rocky and difficult to reach, especially in the northern part. The total length of the quarry is 1,7 km. One turns and goes back the same way. You can also start the walk in the small village Grimsåker, that has connecting trails to the quarry, or start at the southern trail that starts at Vemforsen and the railroad.



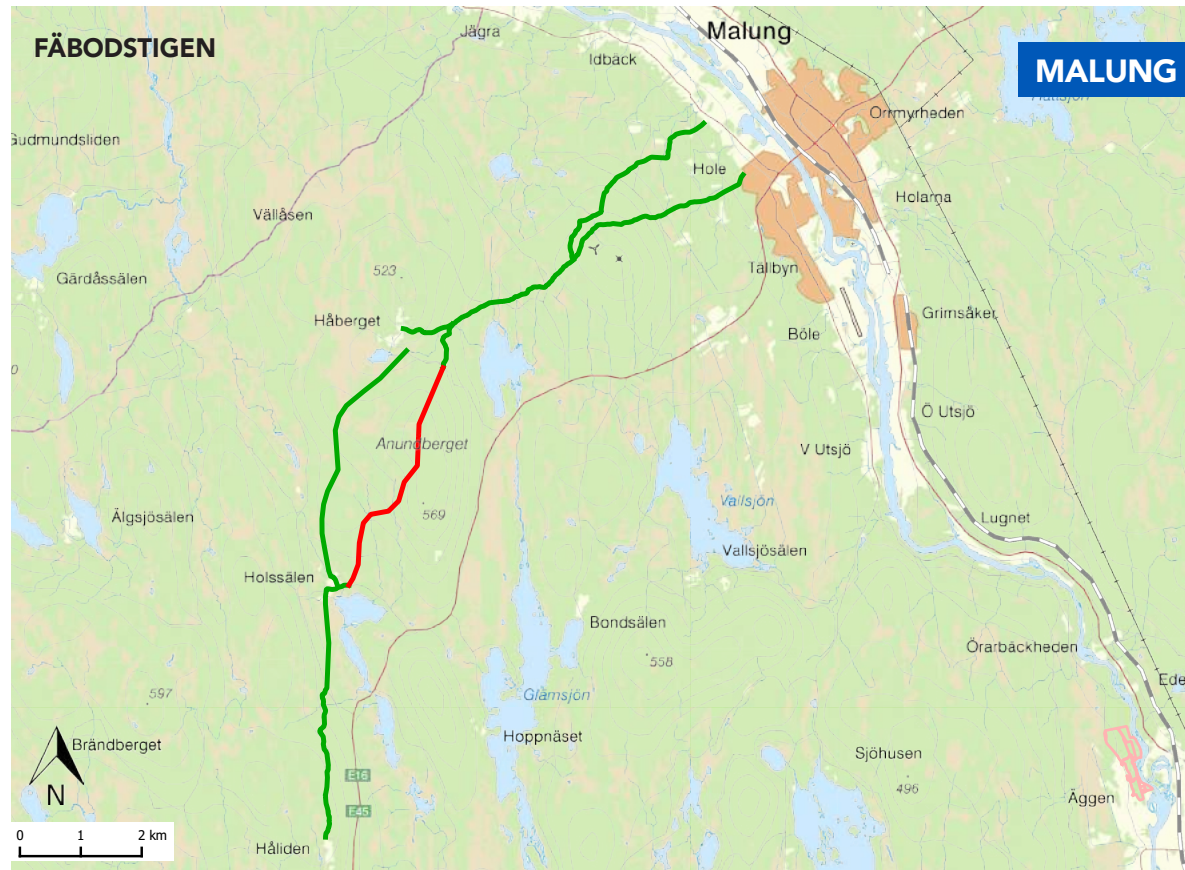
● — FÄBODSTIGEN

Längd/Length 17 km

Tid/Time 6 h

Denna stig är mycket gammal, minst 400 år, kanske ända från 1.000-talet. I gångna tider fanns enbart dessa stigar att färdas på. Man var tvungen att bära sina tillhörigheter på ryggen i en mes eller i en skinnränsel upp till fåbodarna. De tyngre varorna kunde ibland klövjas på hästryggen. På olika ställen efter stigen finns informationstavlor som berättar om olika saker som har anknytning till skog- och jordbruk i forna tider. Stigarna är i terrängen markerade med orange målningar på träden. Samt pilar vid vägövergångar. Vandringen kan göras i etapper, ett antal skogsbilvägar korsar stigen.

This trail is very old, at least 400 years, maybe even from the 1.000's. In the past, these were the trails to travel on. You had to carry your belongings on your back up towards the farms. The heavier goods could sometimes be carried with horses. On different places along the trail there is information boards which tell stories connected to the forest and agriculture in the past. The trails are marked with orange paintings on the trees and arrows on road crossings. The walk can be made in stages, a number of forest roads crosses the path.



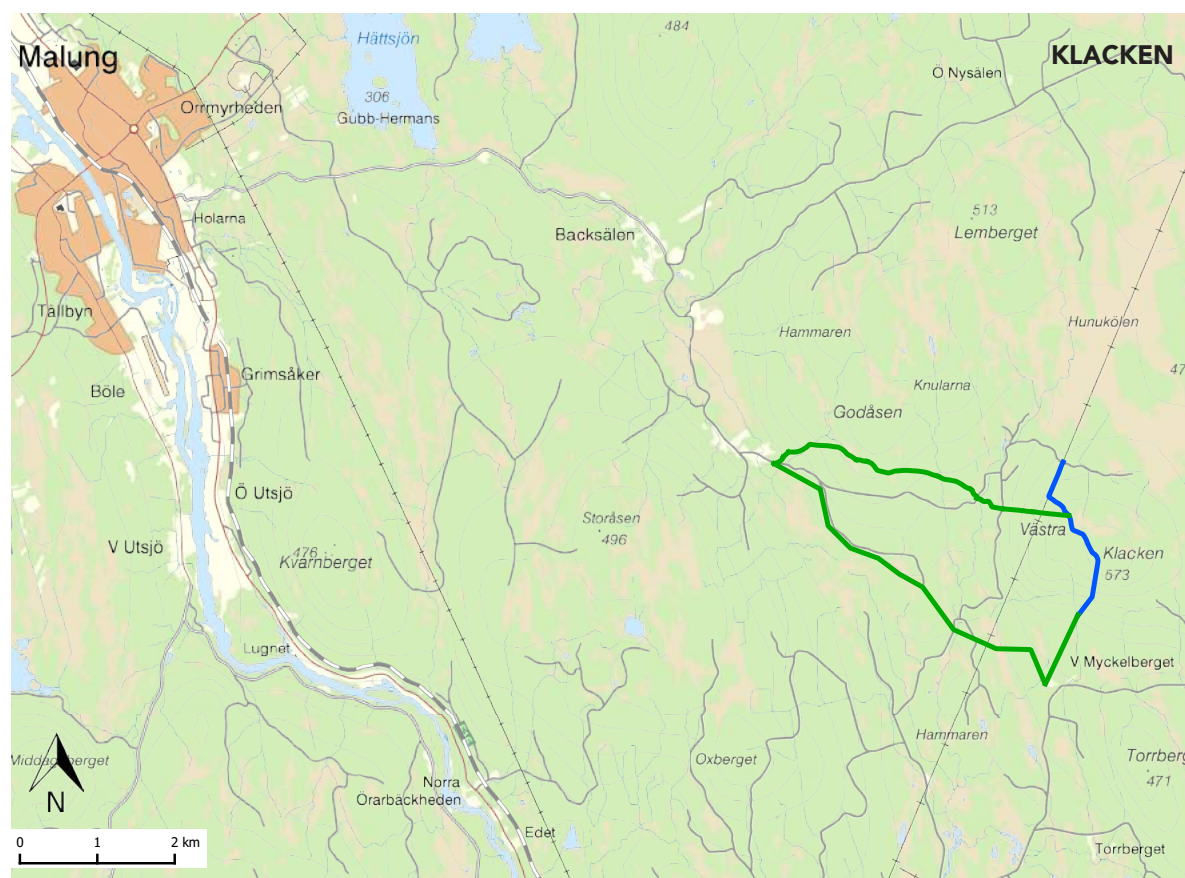
● KLACKEN

Längd/Length 4 km

Tid/Time 2 h

Vandringen startar från Myckelberget, där stigen leder er till toppen av Klacken. På de sista 750 metrarna är det en stigning med 175 höjdmeter. På toppen finns ett gammalt brandvaktorn, väl uppe i tornet har du en vidunderlig utsikt åt alla väderstreck. En av de högsta punkterna i området är (574 m). Leden är dåligt skyltad, komplettera gärna med karta.

The hike starts at Myckelberget path and ends up at Klacken, where you will find an old watchtower for forest fires. With its 574 meter peak it is one of the highest points in the area. The final section of the hike can be challenging as you have a 175 meter height increase in a 750 metre stretch. Once there you will end up in a historical place with a stunning view in all directions.





● VÄSTERSELSLEDEN

Längd/Length 6–9 km

Tid/Time 4 h

Starta vid Östra Öjen i Öje. Följ gångbanan österut 1 km och sväng vänster in på Norbergsvägen som går till Venjan. Efter 3 km kommer en skylt till vänster där det står Västerselen. Följ stigen hela vägen tills du kommer fram. Lätt vandring i blandad skog, på slutet följer leden den vackra Ogströmmen. Över den leder en hängbro och på andra sidan strömmen finns en slobod. Härifrån kan man även fortsätta mot Öjslyberget och Lybergsgnupen. Vid Västerselen tar man bilen eller promenerar tillbaka till Öje, ca 9 km.

Västerselsleden starts at the youth hostel. Follow the footpath eastward 1 km and turn to the left on Norbergsvägen that leads to Venjan, the sign is saying Norberget. After 3 km you will find a sign to the left saying Västerselen. Follow the trail all the way until you reach the end. Easy walking in mixed forests, at the end the trail follows the beautiful river Ogströmmen. You cross the river on a hanging bridge and on the other side of the river there is a shelter with a fireplace. From here you can also continue to Öjslyberget and Lybergsgnupen. At Västerselen you take the car or walk back to Öje, about 9 km.

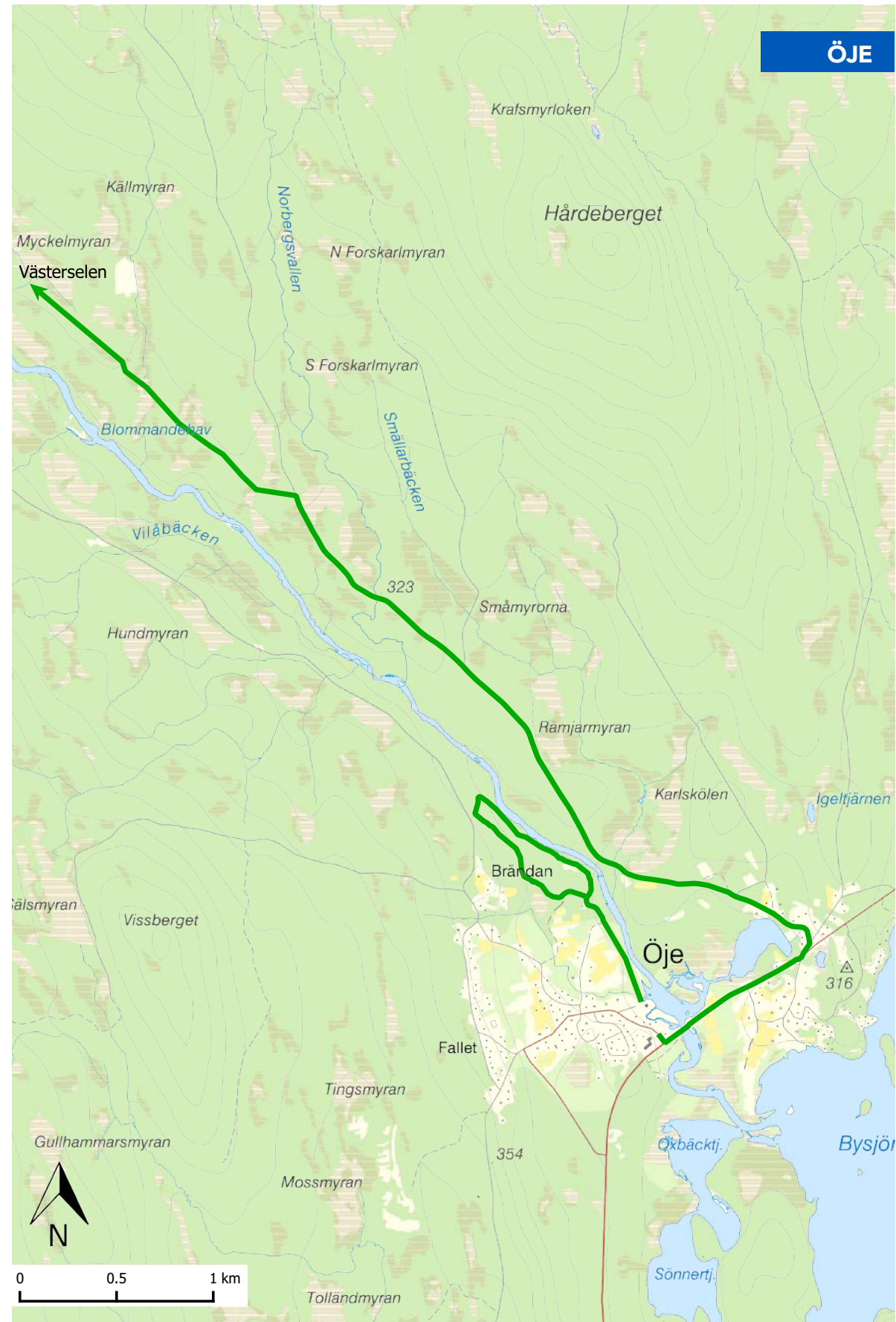
● FORSRUNDAN

Längd/Length 4 km

Tid/Time 1 h

Start vid Öje Kapell. Gå över bäcken, där startar leden. Följ orange markering. Du vandrar i vacker terräng längs med Ogströmmen, efter ca 2 km vänder stigen och följer en vacker ås från istiden.

Forsrundans startingpoint is Öje kapell. Cross the brook, on the other side the trail starts. Follow orange markings. You will walk in a beautiful terrain along the river Ogströmmen, after about 2 km the trail will turn and instead follow a beautiful esker – a ridge emanating from the Ice Age.





● VÅLBERGET

Längd/Length 9 km

Tid/Time 4 h

Denna vandring startar antingen i Vålberget eller i Hiselen. Sträckan är 9 km och går i blandad terräng med skog, myrar och tjärnar. Vid Hiselen går man över den vackra Lyån. Såväl Vålberget som Hiselen är gamla fåbodar med lämningar från en gammal kultur. På våren blommar vitsippor och blåsippor rikligt.

This walk starts either in Vålberget or Hiselen. The distance is 9 km and stretches through a varied terrain with forests, wetlands and small lakes. At Hiselen you cross the beautiful stream Lyån. Vålberget, as well as Hiselen, are old seasonal forest farmsteads with remains from an old culture. In springtime, wood anemones and hepatica flowers blossom in abundance.

■ ÖJSBERGET

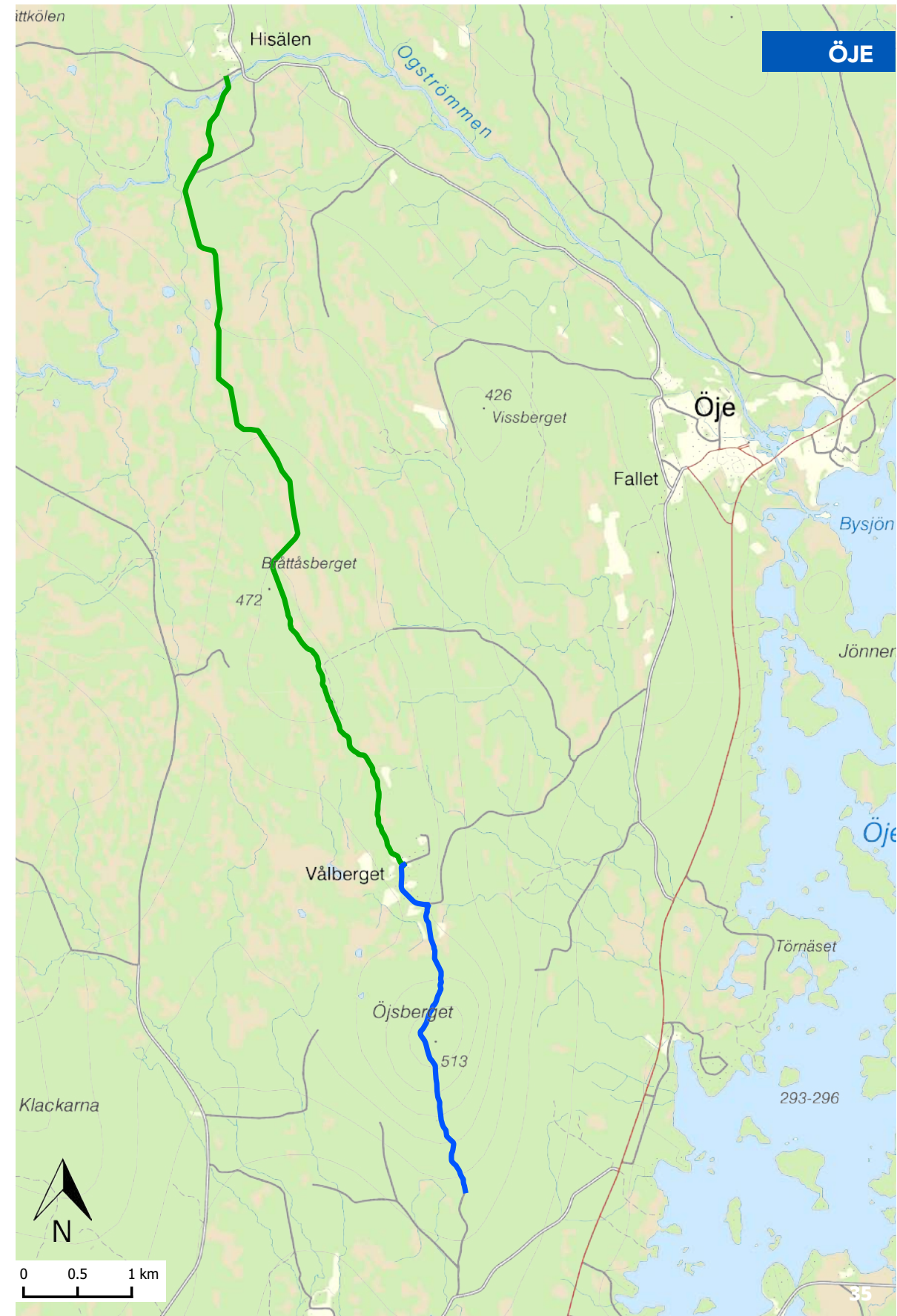
Längd/Length 2 km

Tid/Time 1 h

Vandringen startar endera från Vålberget vid Öje eller bortom Arvselen. Följ skyltarna märkta Öjsberget. Stigen är markerad med orange färg. Längd ca 2 km från båda startpunkterna. På toppen av Öjsberget, 513 m.ö.h., är det en fantastisk utsikt över Öjesjön. Öjsberget är ett s.k. sydväxtberg med en rik flora, med många för våra trakter ovanliga växter, vilka gynnas av bergarten Öjediabas.



The walk towards Öjsberget starts either from Vålberget or beyond Arvselen. Follow the signs marked with Öjsberget. The trail is marked with orange colour. The length is ca 2 km from both starting points. On the top of Öjsberget, 513 masl, the view over the lake Öjesjön is fantastic. Öjsberget is a south-facing hillside with a rich flora with many rare species, uncommon in this area, which benefits from Öjediabase, a local kind of rock.



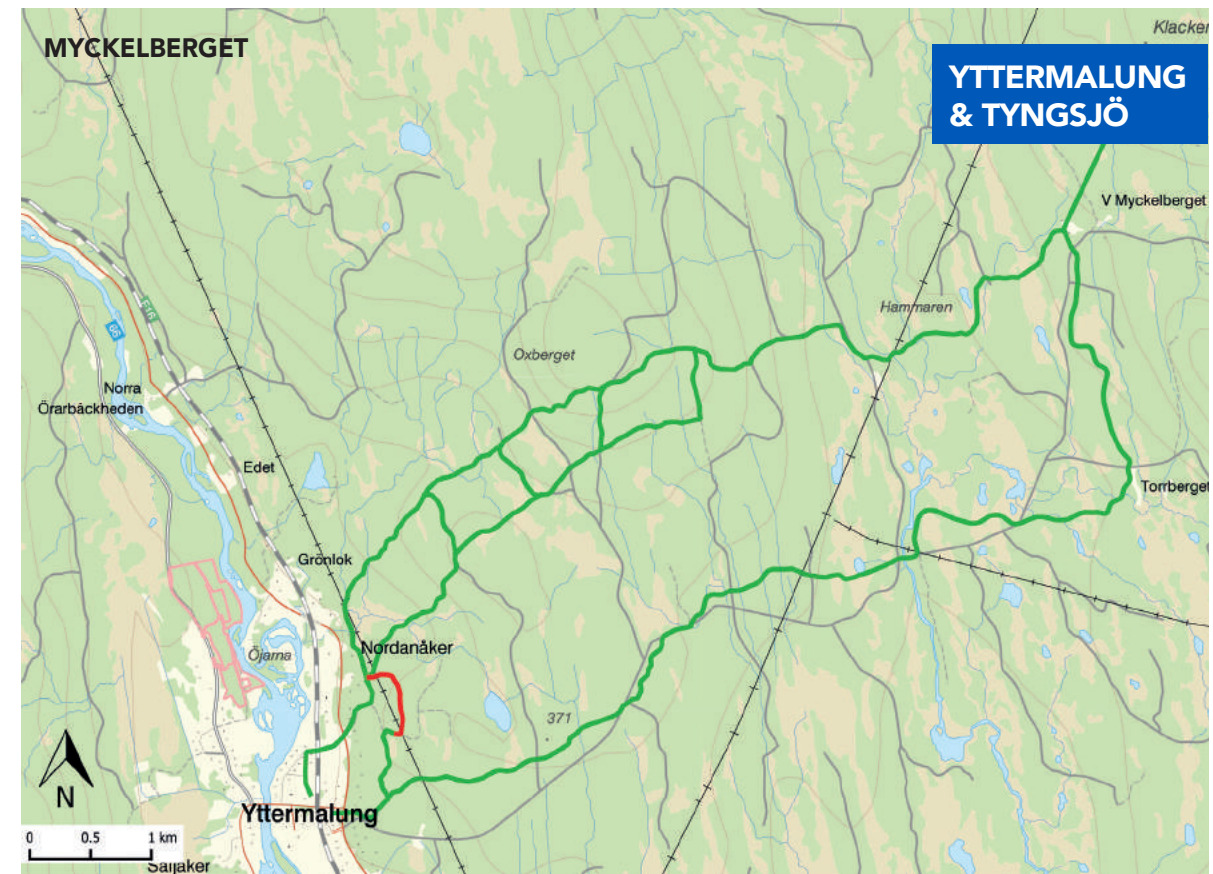
● MYCKELBERGET

Längd/Length 21 km

Tid/Time 6–7 h

Leden startar vid Yttermalungs camping och är i början lätt. Efter ca 4 km är man framme vid Oxberget, här blir det en stigning på 75 höjdmeter på en sträcka av 700 meters längd. Härifrån går det nedför till Hunån, en sträcka på ca 3 km. De sista 2 km till Myckelberget bär det återigen uppför. Från Myckelberget till Torrberget och åter till Yttermalungs camping är det lätt terräng. Tycker man att sträckan är för lång går det bilväg både till Myckelberget och Torrberget.

Getting there: you can access the trail from Yttermalung's campsite. The initial section is very easy. After a 4 km walk you will reach Oxberget, where the challenge starts. A height increase of 75 meters over a 700 meter stretch is followed by a downhill section of approximately 3 km, taking you to Hunån. The final 2 km to Myckelberget will be uphill. From Myckelberget to Torrberget and back to Yttermalung's campsite is easy terrain. If you find the total distance too far to walk there is always the option of taking the car to Myckelberget and Torrberget.



● EGGARNAS NATURRESERVAT

Längd/Length 3 km

Tid/Time 1 h

Eggarnas naturreservat är beläget norr om byn Eggen i Yttermalung. Ett område med naturvärden men framförallt stora sociala värden som friluftsområde för ortsbefolkning och allmänhet. Området är även intressant ur geologisk synvinkel då Malungsåsen löper genom området. Dess åsgravar och åsryggar är helt opåverkade av älvloppet sedan sista istiden och är unika för Västerdalälven.

The nature reserve Eggarnas naturreservat is located north of the village Eggen in Yttermalung. The area has ecological values and it is an important social area for the locals and the general public. You can go for a stroll by the river, grill a hotdog by the fire in the designated area or perhaps choose one of the clearly marked paths for a shorter hike in the forest. The area is interesting from a geological perspective as Malungsåsen "the esker of Malung" runs through the area. Malungsåsen's ditches and ridges have been unaffected by the river since the ice age, which makes the area unique for Västerdalälven.

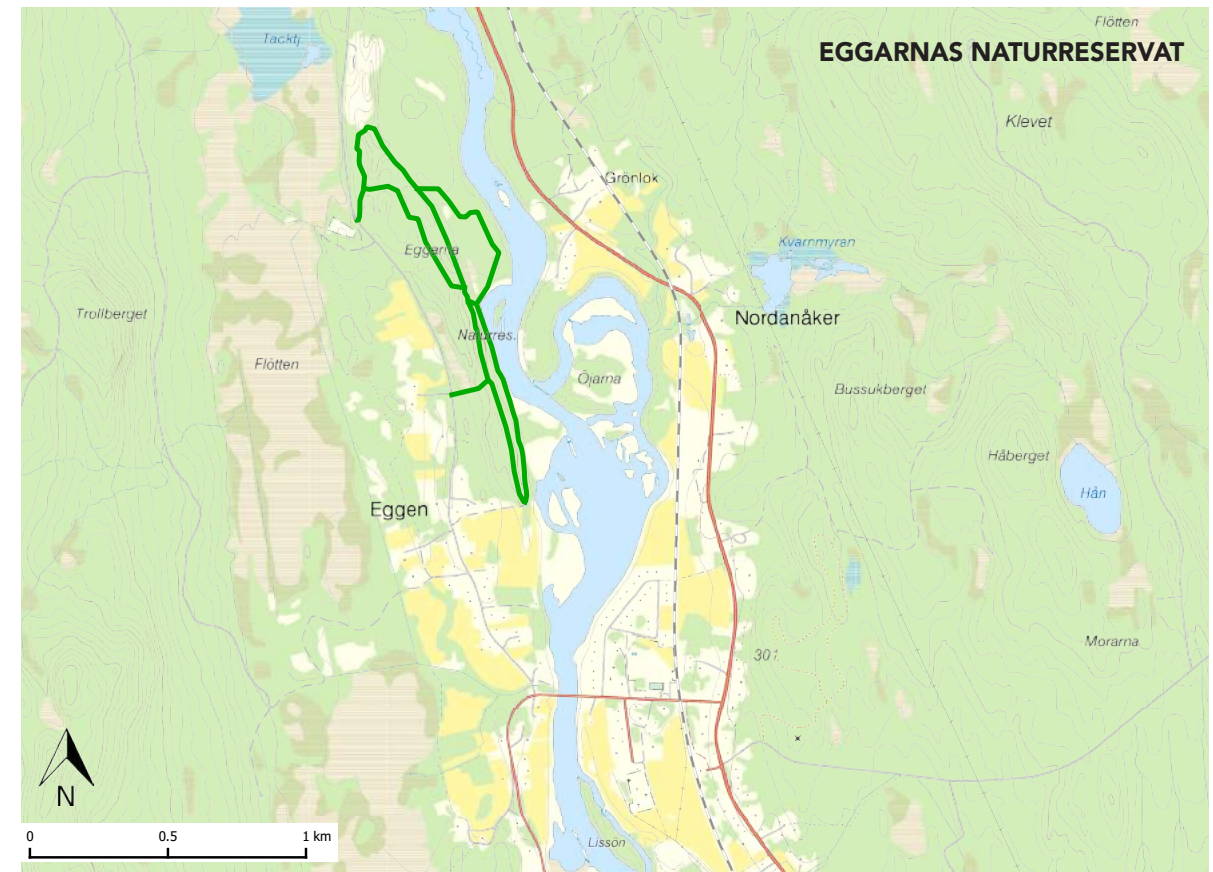




FOTO Isabell Ehnlund



FOTO P.A. Liss

● **HAFTAHEDEARNA**

Längd/Length 9 km

Tid/Time 3 h

För den som vill ta en härlig promenad i en härlig miljö med fina vyer. Packa med matsäck och bege er ut på stigarna för en skön vandring i naturen. En naturstig genom intressant natur av urskog, flygsanddyner och rullstensåsar. Längs stigen finns fornlämningar, forsen Kvisset och en trevlig sandstrand med grillplats och slobod. 35 km söder om Malung i byn Sillerö finns två slingor som totalt utgör 9 km. Efter stigen har du chans att upptäcka olika teman. Till exempel natur, flottning, gammal kultur och lågteknisk järnframställning.

Nature trails through premeval forest, sand dunes and prebble ridges. Along the trail you'll pass ancient remains, the Kvisset rapids and a nice sandy beach with a open fireplace and wind shelter. South of sillerö. located in Yttermalung is a great nature trail, consisting of two parts with a total of 9 km. Both trails begin 8 km south of Yttermalung towards Tyngsjö. One has the opportunity to discover different themes along the trail such as fantastic nature, old timber floating, old culture and a primitive iron-works.

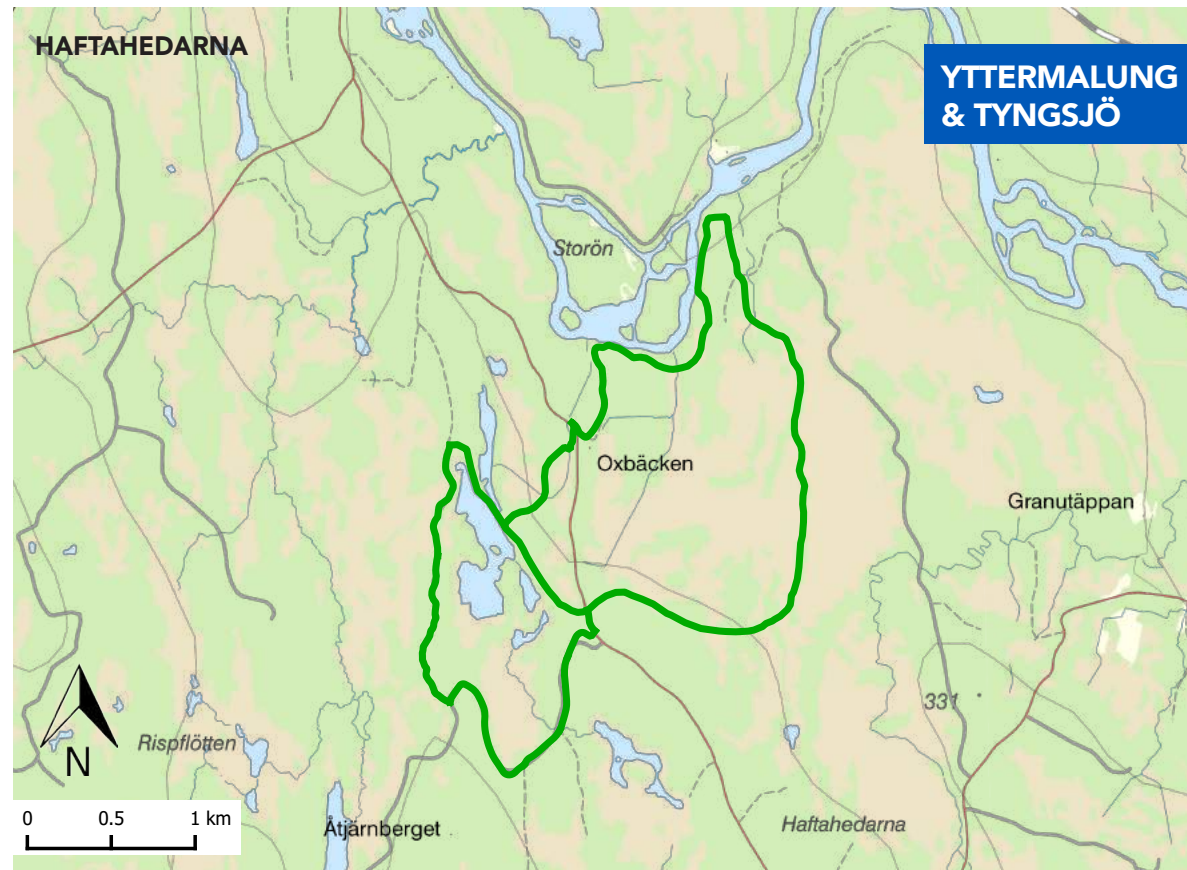
● **GRUNDRÄMMEN**

Längd/Length 9 km

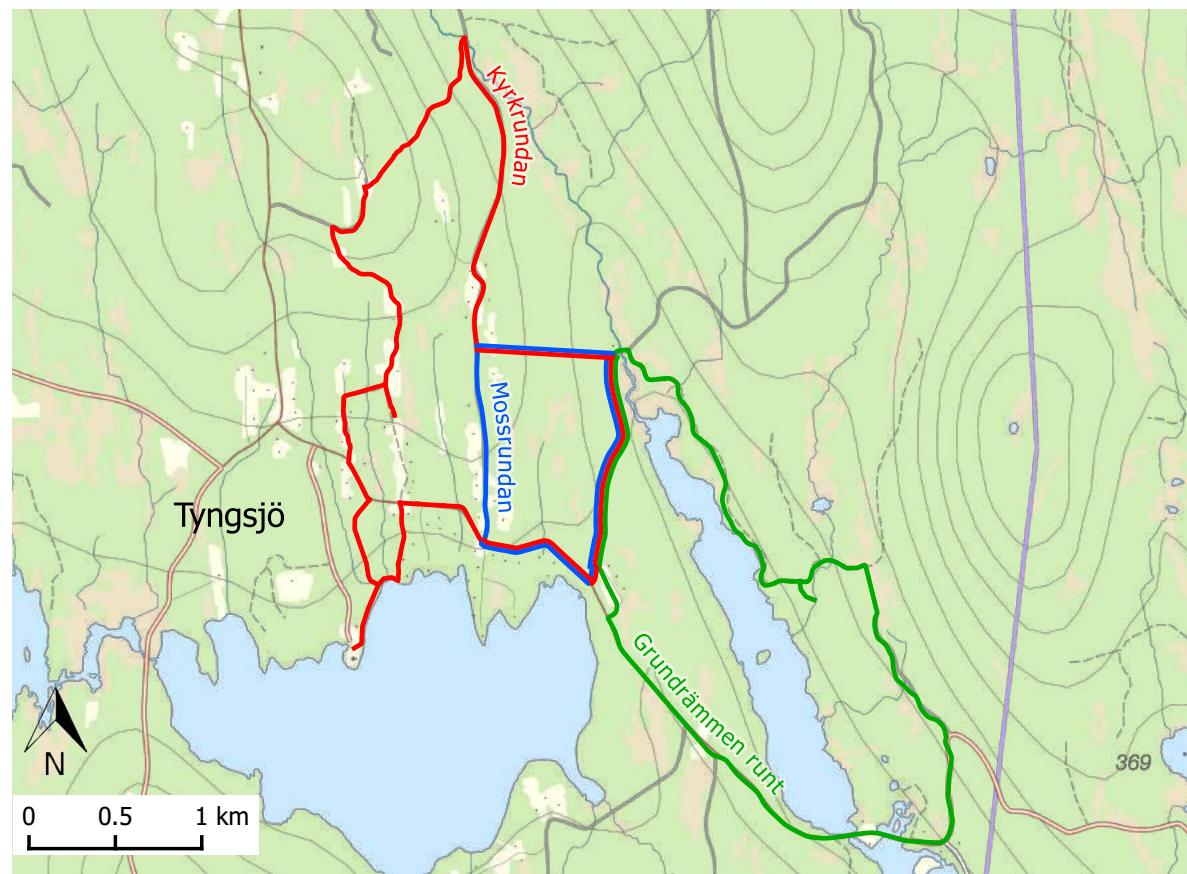
Tid/Time 2 h

Efter ca 2 km kommer du att vandra över dammen mellan Grundrämmen och Milsjön, där en vacker utsikt är belöningen. Under denna vandring kan du besöka ett vattenfall med 8 m fallhöjd. Ta stigen tillbaka till grus- & skogsvägen och fortsätt längs sjön. Veldig vacker led i naturlig miljö.

After ca 2 km you'll pass the dam between Grundrämmen and Milsjön, a beautiful view is your reward! During your hike you can visit a waterfall with an 8 m drop. A very beautiful trail in a natural environment.



YTTERMALUNG & TYNGSJÖ



■ **KYRKRUNDAN**

Längd/Length 13 km

Tid/Time 4 h

Omväxlande tur längs Tyngsjös gamla religiösa byggnader och dess naturliga miljö, vackra utsikter och anslutningsvägar mellan de olika bosättningarna.

The church trip is a varied tour along the old religious buildings of Tyngsjö and its natural environment, beautiful views and connecting roads between the various settlements.

■ **MOSSRUNDAN**

Längd/Length 5 km

Tid/Time 1 h

Vandring längs sommarstugsområde och via skogsvägar och stigar. Njut av Malungs Finnmark i Tyngsjö. Stanna till vid bron över Upprämsälven och upplev en underbar utsikt över Grundrämmen.

Mossrundan is a hiking trail along summer cottages and through the forest road and trails. Enjoy a part of Malung Finnmark in Tyngsjö. Stay a while on the bridge over Upprämsälven and experience a wonderful view over Grundrämmen.



Vad blir din nästa utmaning?

CYKLA, SIMMA, SPRING OCH ÅK SKIDOR I

DALARNA

*Hitta lopp,
träningläger och boende på*
visitdalarna.se