

# TURPROGRAM

INFORMASJON

2026



Sogndal Turlag



## SOGNDAL TURLAG - 50 ÅR MED FRILUFTSLIV

I 1976 var det ei gruppe som tok initiativ til og starta opp Sogndal Turlag. I det året som vi no er inne i kjem dette til å bli markert på fleire måtar. Det blir utgjeving av jubileumshefte, medlemsarrangement og jubileumsturar.

Frå oppstarten og fram til i dag har turlaget vokse i tal medlemmer, hytter, aktivitetstilbod og ikkje minst har vi no tilbod for alle - frå barn til seniorar. Vi har vokse til ein av dei største frivillige medlemsorganisasjonane i Sogndal Kommune.

I jubileumsåret har lagt inn ein del turar som var i dei første turprogramma til turlaget og nokre som blitt klassikarar i Sogndal Turlag. I tillegg så vil vi besøke Råkeneset i

Solund som Sogndal Turlag hadde ansvar for i ti år frå 2008.

Etter omfattande satsingar dei seinare åra med nytt kajakknaust på Leikanger og turlagshytta Kjördalsselet så er turlaget no klar for nye oppgåver, både på hytte- og aktivitetsfronten. Alt ligg såleis til rette for at turlaget også skal vere viktig for eit enkelt, aktivt og allsidig friluftsliv som fremjar folkehelsa dei neste 50 åra.

Til lykke med jubileet alle turlagsmedlemmer!

**Leif Longvanes**  
leiar  
Sogndal Turlag



Sogndal Turlag på tur til Salen i Frudalen i 1986. Foto Tom Dybwad



Leiar i Sogndal Turlag Leif Longvanes. Foto Vibeke Johnsen

## GRASROTANDELEN

Tilbakebetaling frå Norsk Tipping gjev kvart år turlaget fleire tusen kroner ekstra i kassen.

Om du vil støtta laget med 5% av speleinnsatsen din, er det berre å gje beskjed hos kommunisjonsæren eller på [www.norsk-tipping.no](http://www.norsk-tipping.no).

Sogndal Turlag sitt organisasjonsnummer er **993746061** og koden vår til Norsk Tipping er **32774886022492**.

I jubileumsåret 2026 arrangerer turlaget 4 jubileumsturar. Dette er turklassikarar som har vore på turprogrammet i fleire år.

## JUBILEUMSTUR: VÅRSKITUR; BLEIA-FRØNNINGEN



Vårskitur på Bleia. Foto Sigrid Skjerdal.

Denne turen er lagt opp som ein skitur frå Sluppen til Frønningen i Lærdal. Viss veret er godt nok, tek vi turen oppom Bleia 1717 moh.

Vi leiger buss for å køyre oss opp til Sluppen. Vi går slakt oppover inn Modlaugsdalen og over høgdedraga til Bleiaskard. Her tek vi avgjerda om vi skal gå opp til toppen av Bleia, som er ein avstikkar (fram og tilbake ca 1,5 timar

ekstra) på ca 3 km kvar veg og litt under 500 meter ekstra stigning. Frå Bleiaskard går turen i vekslande terreng ned til Åsen som er nedlagde gardar. Frå Åsen følgjer vi grusvegen ned til Nyborg, og derifrå på stien langs tømmerrenna ned til Sagi og vidare til kaien på Frønningen. Dette er ein lang tur som tek, med Bleia, 8-9 timar.

Dette er ein tur som har påmelding, og vert vi så få at båtlege og busslege vert for kostbart, er det aktuelt å gjere turen om slik at ein nyttar privatbilar til Sluppen for å gå fram og tilbake til Bleia, ein tur som ein må rekne tek 7-8 timar. Truleg må vi vere minst 20 personar for at ikkje kostnadene skal bli for store.

### SUNDAG 19. APRIL

**Påmelding:** Krav om påmelding for organisering av transport

**Turleiar:** Ove Ellingsen (913 54 923) og Vemund Flatebakken

**Gradering:** Krevjande

Avreise med ferje frå Mannheller kl. 8.00, dvs. frammøte på Allmenningen kl. 8.00.

## JUBILEUMSTUR: TUR LANGS SØRSIDA AV SOGNEFJORDEN

På sørsida av Sognefjorden er det ikkje veg, berre stiar mellom gardane. Det gjer det vanskeleg å besøke gardar og grender som Vollevik, Sylvarnes, Stavedal, Vetlesand og Alrek som ligg lengst vest i Vik kommune. Sogndal Turlag inviterer deg med på ei spanande vandring langs stiar mellom desse gardane og smågrendene. Nokre bruk er fråflytta, medan på andre vil me treffa trivelege fastbuande. Vandringa vil ta 5-6 timar og er ganske lett, men med noko opp og ned. Me blir skyssa fram og attende med båt frå Vik. Det vert tidleg avreise frå Sogndal, og ein må rekne med å bruke heile dagen. Nærare opplysningar om avreisetidspunkt vert annonsert på nettsidene til Sogndal Turlag. Det er påmelding på turen, og båten sin kapasitet avgjer kor mange vi kan vere på turen.

Kart: Turkart Vik 1:50 000

Oppmøte: Vert annonsert i forkant av turen på nettsida til turlaget.



Turlaget på tur til Sørsida i 2024. Foto Tom Dybwad

### SUNDAG 26. APRIL

**Påmelding:** Krav om påmelding og eigenandel for båttransport

**Turleiar:** Tom Dybwad (975 23 411) og kjentmann Vidar Læg Reid

**Gradering:** Middels Krevjande



Turlaget på tur til Sørsida i 2024. Foto Tom Dybwad



Råkeneset. Foto Arne Lerum

## JUBILEUMSHELG: KYSTTUR TIL RÅKENESET MED YTRE SOGN TURLAG

Råkeneset er ei ubetjent DNT-hytte i Solund kommune. Huset på Råkeneset er 250 år gammalt og både hus og området er freda av Riksantikvaren. Dette krev ekstra varsam bruk av huset og området.

Årsmøte i Sogndal Turlag gjorde i 2008 vedtak om å ta på seg å utvikle Råkeneset til ubetent turlagshytte, då det ikkje var lokalt turlag som kunne stå føre dette og i dei ti neste åra var hytta ein del av Sogndal Turlag sitt hyttetilbod. I samband med 50-årsjubileet til Sogndal Turlag vil vi tilbake til Råkeneset.

Fredag blir det felleskøyring til Solund og Råkeneset. Laurdagen blir det tur til

Pollatinden på 541 moh. Pollatinden gjev ei flott utsikt over øyane i Solund og områda nord og sør for Solund. I tillegg så blir det tid og høve til å gjere seg kjent i området. Søndagen er det avreise, og høve til tur på Krakhellenipa (569 moh).

Ytre Sogn Turlag drifrar hytta på Råkeneset no.

### DATO: 5.-7. JUNI

**Påmelding:** Krav om påmelding og eigenandel for overnatting og transport

**Turlei:** Leif Longvanes (906 46 424) og Reni Herland

**Gradering:** Enkel

## JUBILEUMSTUR: VERDSARV TUR TIL STIGEN OG BEITELN

Turen går til Stigen og Beitelen i verdsarvområdet i Nærøyfjorden. Høgdegarden Stigen og fjellklippa Beitelen som deler Aurlandsfjorden og Nærøyfjorden er attraktive turmål. Men det er ein bratt sti opp til Stigen gard, slik

at ein bør ikkje vere med på turen dersom ein har høgdeskrekk! Vi køyrer til Undredal der vi leiger båtskyss til kaien under Stigen. Turen til Stigen tek om lag ein time, og stien vidare til Beitelen om lag 2 timar. Her er det flott utsikt over fjord og fjell. Returen går same veg tilbake. Det er påmelding på turen som i alt vil ta kring 6 timar på tur. Båten sin kapasitet avgjer kor mange vi kan vere på turen, truleg kring 20 personar totalt.

### SUNDAG 23. AUGUST

**Påmelding:** Krav om påmelding og eigenandel for båttransport frå Undredal

**Anna info:** Turen passar ikkje for folk med høgdeskrekk

**Turleiar:** Tom Dybwad (975 23 411) og Finn Loftesnes

**Gradering:** Middels krevjande

Kart: Turkart Nærøyfjorden 1:50 000

Oppmøte: Vert annonsert. Truleg Lægredsplassen i Sogndal kl. 8.15, ferje frå Mannheller kl. 9.00.



Turlaget sin tur til Beitelen i 2022. Foto Tom Dybwad



Barnas Turlag på overnattingstur til Tungestølen. Foto Astri Knudsen

## BLI MED BARNAS TURLAG PÅ TUR!

Eit aktivt uteliv er viktig for å gje borna ein god oppvekst.

Gjennom Barnas Turlag treffer ein andre barnefamiliar, og borna kan glede seg over å treffe andre born på tur. Alle frå 0 til 12 år kan vere med i Barnas Turlag. Turlaget arrangerer turar både i nærområdet der du bur, og på fjellet.

Sogndal turlag har to aktive barnas turlag (BT), eit i Sogndal og eit på Leikanger. Det vert ulike aktivitetar for familien, der ungane får vere ute i friluftslivaktivitetar, og ikkje minst i lag.

Ynskjer du å bidra i BT- laga, send ein epost til: [sogndal.turlag@mnt.no](mailto:sogndal.turlag@mnt.no) Det er alltid behov for god dugnadsinnsats!

BT Sogndal og BT Leikanger har eiga turprogram, sjå s. 15.

Ynskjer du meir info, sjekk dei ut på facebook!



Barnas Turlag på fugletur. Foto Astri Knudsen

Barnas Turlag Sogndal

Leiar: Stine Andresen

Facebookside: [Barnas Turlag Sogndal](#)



Barnas Turlag Leikanger

Leiar: Bjørn Carlsen

Facebookside: [Barnas Turlag Leikanger](#)



## BLI MED SOGNDAL GÅLAG PÅ TUR!

Turane går kvar tysdag frå midt april til midt i oktober, med sommarpause i juli månad. Turane startar kl. 09.30 eller 10.00 ved fastsett oppmøtestad. Oppmøtestaden varierer avhengig av kor turen går, nærare info vert lagt ut på heimesida ei veke før turen.

Sogndal Gålag har turar i alle kommunane som utgjer nye Sogndal kommune. Deltakarane må kunna gå i terreng i to til fem

timar. Me stiller med turleiar og lokalkjent på kvar tur. Me lovar deg fine turar i flott terreng! Du vil møte turvener og får godt høve til å røra på musklane. Dersom det blir dårleg vêr, kan det bli endringar - men tur blir det i alle fall!

For meir info sjå: Sogndal Gålag på Facebook eller [www.dnt.no/sogndal/gaalag](http://www.dnt.no/sogndal/gaalag) Meld deg inn i Gålaget ved å sende ein e-post til [arnhaus@online.no](mailto:arnhaus@online.no)



Turane til Gålaget er svært populære. Foto: Ingunn Bjelde



Kom deg ut-dagen ved Svartavatnet. Foto Astri Knudsen

## **TURFORSLAG BARNAS TURLAG SOGNDAL**

Bli med på haustens nasjonale Kom Deg Ut-dagen. Turen går til Svartavatnet som ligg øvst i Øvstedalen, der det er gapahuk med bål plass, kano og fine høve for leik og moro. Turen er eit samarbeid med Barnas Turlag Leikanger.



### **SUNDAG 6. SEPTEMBER**

**Påmelding:** Nei

**Turleiar:** Stine Andresen 986 94 264

**Gradering:** Enkel



På Kom deg ut-dagen kan du prøve kano. Foto: Astri Knudsen

## TURFORSLAG BARNAS TURLAG LEIKANGER

Bli med på vår populære påskeeggjakt! Påskeharen likar seg nemleg i skogen på Leikanger, og har vore ute og gøymt mange påskeegg. Desse må me finne saman.

Fin nær- og fellesaktivitet med store og små.

### SUNDAG 22. MARS

**Påmelding:** Me vil gjerne vite kor mange som kjem med tanke på tal påskeegg

**Turleiar:** Marte Lange Vik

**Gradering:** Enkel



Bli med Barnas Turlag på påske-eggjakt. Foto Bjørn Carlsen



Påske-eggjakt er eit arrangement for heile familien. Foto Bjørn Carlsen



Sogndal Turlag har to kajakknust, eit i Sogndalsfjæra og eit på Leikanger. Foto: Marrit Amsterdam

## VELKOMMEN TIL Å LEIGE KAJAKK FRÅ SOGNDAL TURLAG!

Sogndal Turlag har to kajakknust, eit i Sogndalsfjæra og eit på Leikanger. Kajakktilbodet i Sogndal er eit samarbeid med Sogndal Folkehøgskule som eig naustet. Kajakknustet ligg langs Fjordstien, nedunder folkehøgskulen, i nærleiken av Loftesnesbrui. Der har me 12 singelkajakkar og 1 dobbeltkajak.

På Leikanger leiger DNT eit kajakknust, som ligger på båthamna ved Hermansverk. Der har me 5 singelkajakkar. Tilbodet er eit samarbeid med Båtlaget på Hermansverk.

For å leige kajak må du vera medlem i

DNT, over 16 år, du må ha våttkort eller tilsvarende kunnskap om trygg padling og redning.

Kvart DNT-medlem kan ta med seg opp til to vener som ikkje er medlem.

### KVART DNT-MEDLEM KAN TA MED SEG OPP TIL TO VENER SOM IKKJE ER MEDLEM

| Medlem DNT           | Ikkje medlem          |
|----------------------|-----------------------|
|                      | (i lag med medlemmar) |
| Heildagsleige: 150,- | 450,-                 |
| Halvdagsleige: 100,- | 300,-                 |

Utlån av kajak skjer gjennom bookingsystemet på Sogndal Turlag si heimeside  
[www.dnt.no/sogndal/kajak](http://www.dnt.no/sogndal/kajak)

## KAJAKKURS



Eivind Aadland er instruktør på våre kajakkurs.  
Foto: Marrit Amsterdam

I 2026 tilbyr Sogndal Turlag turar og padlekurs.

**Kurs**

- Grunnkurs havpadling i Sogndal: 6.-7. juni og 5.-6. september
- Teknikkurs havpadling: 25.-26. april på Rongevær Kysthytte. 13.-14. juni på Råkeneset.

**ONSDAGSPADLING**

Frå mai til september arrangerer me padleturar annakvar onsdag for å samle kajakkinteresserte som ønskjer å padle i lag. Turane vert sett opp frå ulike turutgangspunkt slik at ein kan få nye perspektiv på fjorden kvar onsdag. Du har sjølv ansvar for å stille med kajakk og naudsynt tryggleiksutstyr. Ved avtale er det mogleg å låne kajakk gratis frå Sogndal Turlag sine kajakknaust. Info om onsdagspadlingane vert lagt ut på heimesida og Facebook-sida til turlaget.

For å delta må du ha introkurs kajakk, våttkort eller tilsvarende opplæring i eigenredning.

Sjå meir på: [www.dnt.no/sogndal/kajakk](http://www.dnt.no/sogndal/kajakk)

**RUNDTUR: HARDBAKKE-UTVÆR**

Denne turen er for deg som ynskjer å padle så langt vest du kjem i Noreg! Turen vekslar mellom innaskjers og skjerma område der me padlar mellom hundrevis av øyer og padling i opne og eksponerte havområde. Dagsetappar vil vere på 20-30 km, etter vegval, vær- og sjøforhold, og gruppa si erfaring. Undervegs overnattar me i telt.

Dette vert eit skikkeleg padleeventyr.

**FRE 11.-SUN 13. SEPTEMBER**

**Påmelding:** Påmelding via heimesida [www.dnt.no/sogndal](http://www.dnt.no/sogndal)

**Oppmøte:** Hardbakke fredag kl. 18.00

**Turleiar:** Eivind Aadland (476 23 461)

**Gradering:** Krevjande

Sjå meir og følg med på programmet på [www.dnt.no/sogndal/kajakk](http://www.dnt.no/sogndal/kajakk)



Padleeventyr i Solund. Foto Eivind Aadland

# TURPROGRAM 2026

## Turane er merka med vanskegrad

-  Enkel: Nybyrjarar. Krev ingen spesielle ferdigheiter. Skal kunna gjennomførast av alle. Om lag 300 høgdemeter
-  Middels: Nybyrjarar. Middels trente turgåarar. Grunnleggjande ferdigheitar. Om lag 600 høgdemeter
-  Krevjande: Erfarne turgåarar. Godt uthald. Krev godt turutstyr. Om lag 1000 høgdemeter
-  Ekstra krevjande: Erfarne fjellfolk. Godt uthald. Krev godt turutstyr. Meir enn 1000 høgdemeter

| DATO       | TYPETUR                                                                                    | TUR/AKTIVITET                                   | PÅMELD. | TURLEIAR           | MOBIL      | KJENTMANN                  | MERKNAD                                                                               |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------|--------------------|------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.02.     |  ski    | Måneskinstur                                    | nei     |                    |            |                            |                                                                                       |
| 14.03.     |  ski    | Torstadnakken                                   | ja      | Louis Anda         | 480 52 760 |                            | Fjellski og randotur.                                                                 |
| 28.03.     |  ski    | A-B skitur på austsida av Sogndalsdalen         | ja      | Leif Longvanes     | 906 91 624 | Frank Nymark               |                                                                                       |
| 19.04.     |  ski    | Vårskitur Sluppen-Bleia-Frøningen               | ja      | Ove Ellingsen      | 913 54 923 | Vemund Flatebakken         | Organisering av transport                                                             |
|            |                                                                                            | JUBILEUMSTUR                                    |         |                    |            |                            |                                                                                       |
| 26.04.     |  fottur | Sørsidetur                                      | ja      | Tom Dybwad         | 975 23 411 | Vidar Læg Reid             | Eigendel for båtttransport fra Vik                                                    |
| 10.05.     |  ski    | Vårskitur med Luster Turlag til Gravdalsstinden | ja      | Anne Rudsengen     | 906 91 624 | Ole Hermann Meløy          |                                                                                       |
| 05.-07.06. |  fottur | JUBILEUMSHELG/KYSTTUR på Råkeneset              | ja      | Leif Longvanes     | 906 46 424 | Reni Herland               | Eigenandel for overnatting                                                            |
| 14.06.     |  fottur | Villblomstens dag - med Barnas Turlag           | nei     | May Britt Sva      | 975 91 828 | Liv Norunn Hamre           |                                                                                       |
| 28.06.     |  fottur | TEMATUR: Stølsvandring Årvolvsåsen              | ja      | Anne Britt Reppen  | 909 83 861 | Oddbjørn Engebakken Halset | A-B tur, eigenandel for transport                                                     |
|            |                                                                                            |                                                 |         |                    |            |                            |                                                                                       |
| 01.08.     |  bretur | Frå Lunde til Fjærland via Marabreen            | ja      | Gaute Dvergsdal    | 916 16 748 | Anne Rudsengen             | Eigenandel for breføring.                                                             |
| 02.08.     |  fottur | Meneseggi og Melsnipa                           | ja      | Inge Menes         | 908 68 943 | Anne Britt Reppen Halset   | Finværstur. 1. august er værdato. Organisering av privatbiler.                        |
| 09.08.     |  fottur | Anestølen-Berge                                 | ja      | Anne Britt Reppen  | 909 83 861 | Bente Leirdal Sleen        | Finværstur - turen kan flyttes ved dårlig værmelding. Organisering av transport       |
| 15.08.     |  fottur | Skyttarpiggen med Luster Turlag                 | ja      | Bjarne Venjum      | 907 24 759 | Anne Kari Ness             | Krav om påmelding, antall plasser: 15                                                 |
| 23.08.     |  fottur | JUBILEUMSTUR: Verdsarvuttl Stigen og Beitelten  | ja      | Tom Dybwad         | 975 23 411 | Finn Loftesnes             | Eigendel for båtttransport frå Undredal - turen passer ikkje for folk med høgdeskrekk |
| 30.08.     |  fottur | Kvannaholtnipa                                  | ja      | Vemund Flatebakken |            | Jogscha Abderhalden        |                                                                                       |
| 20.09.     |  fottur | Vindhellavegen i Lærdal                         | ja      | Anna Kobbeltvedt   | 926 82 917 | Åge Årdal (951 43 872)     |                                                                                       |
| 18.10.     |  fottur | Lunde - Vidarsehovden i Feios                   | ja      | Anne Skaar         | 900 70 257 | Astri Knudsen              |                                                                                       |
| 29.11.     |  ski    | Skitur i Jostedalen                             | ja      | Louis Anda         |            |                            |                                                                                       |

Turane er gratis for medlemar av DNT. Dersom ein ikkje er medlem av DNT betaler ein kr. 50 for å vere med på vaksenturane.

BARNAS TURLAG LEIKANGER

| DATE       | TYPE TUR        | TUR/AKTIVITET                     | PÅMELD. | TURLEIAR         | TELEFON    | MERKNAD                                                      |
|------------|-----------------|-----------------------------------|---------|------------------|------------|--------------------------------------------------------------|
| 01.02.     | Ski             | Kom-deg-ut-dagen, Kleppa          |         | Joakim Urdahl    | 936 39 435 | Skitur og aktivitetar i snøen, Systondsmeisterskap flaskebob |
| 22.03.     | Fottur          | Påskeeggjakt                      |         | Marte Lange Vik  | 476 36 522 | Me leitar etter påskeegg                                     |
| 11-12.04.  | Ski             | Skiatlon-tur                      | ja      | Arturs Garsellis | 405 61 104 | Turski opp, alpint ned                                       |
| Apr/mai    | Fottur          | Lammebesøk                        |         | Ben Snook        | 465 49 285 | Tur på Leikanger med besøk til årets lam                     |
| Mai        | Fottur          | Påskeiljetur til Eitorn           |         | Karl Grinde      | 977 12 905 | Me drar på tur og leitar etter påskeiljer                    |
| 13-14.06   | Overnattingstur | Overnattingstur til Gaularfjellet | Ja      | Bjørn Carlsen    | 930 52 452 | Spanande tur til Gaularfjellet                               |
| 22.08.     | Fottur          | Turorientering                    |         | Bjørn Carlsen    | 930 52 452 | Me arrangerer turorientering                                 |
| 06.09.     | Fottur          | Kom-deg-ut-dagen                  |         | Ben Snook        | 465 49 285 | Fellestur med BT Sogndal & Leikanger                         |
| sept       | Overnattingstur | Hytte til hytte tur               | Ja      | Marte Lange Vik  | 476 36 522 | Me går hytte til hytte i regionen!                           |
| 04.10.     | Fottur          | TURmat                            |         | Karl Grinde      | 977 12 905 | Tur med deilig turmat tillaga ute                            |
| Godværsdag | Fottur          | Båltenningstur                    |         | Bjørn Carlsen    | 930 52 452 | Me trenar på å tenne bål                                     |
| i oktober  |                 |                                   |         |                  |            |                                                              |

Mørk dag Fottur Lommelykttur 405 61 104 Tur med lommelykt i haustmørket i november

BARNAS TURLAG SOGNDAL

| DATE   | TYPE TUR | TUR/AKTIVITET                             | TURLEIAR              | TELEFON    | TURLEIAR                          |
|--------|----------|-------------------------------------------|-----------------------|------------|-----------------------------------|
| 01.02. | ski      | Kom deg ut-dagen vinter på Kollsetestølen | Ola Sørensen          | 928 12 284 | Tor Martin Brekkeflåt             |
| 01.03. | skøyter  | Skøytetur                                 | Tor Martin Brekkeflåt | 909 65 083 |                                   |
| 21.03. | skitur   | Skitur til Narvasete i Luster             | Tor Martin Brekkeflåt | 909 65 083 |                                   |
| 21.04. | sykkel   | Sykkelleik i Kvernhusaugen                | Gunnar Hæreid         | 911 80 626 | Elin Wahlberg                     |
| 20.05. | kano     | Padletur til Storeyna                     | Tor Martin Brekkeflåt | 909 65 083 | Stine Andresen                    |
| 14.06. | fottur   | Villblomstens dag på Ornes                | May Britt Sva         | 975 91 828 | Liv Norunn Hamre og Elin Wahlberg |
| 23.08. | fottur   | Tur til Kjørda lsselet                    | Gunnar Hæreid         | 911 80 626 |                                   |
| 06.09. | fottur   | Kom deg ut-dagen haust på Svartavatnet    | Stine Andresen        | 986 94 264 |                                   |
| 27.09. | fottur   | Sopptur med soppljennar                   | Stine Andresen        | 986 94 264 | Elin Wahlberg                     |
| 05.11. | fottur   | Spennande hovudlyktur                     | Elin Wahlberg         |            | Kristine Flackè                   |
| 06.12. | fottur   | Nissemarsj - Koseleg adventstur           | Gunnar Hæreid         | 911 80 626 |                                   |

# GÅLAGET OG KAJAKK

Sogndal Gålag har turar på tysdagar. Oppmøte og avreise vert opplyst i turomtalen. Denne oversikta er med atterhald om endringar.  
Oppmøteplassar: Sogndal: Almenningen. Leikanger: Saften. Kaupanger: Skogly. Balestrand: Holmen eller Dragsvik

| DATO  | GRADERING | TUR/AKTIVITET                    | PÅMELD | DATO       | GRADERING | TUR/AKTIVITET                        | PÅMELD |
|-------|-----------|----------------------------------|--------|------------|-----------|--------------------------------------|--------|
| 14.4. | ■         | Eitorn - Rud                     | ja     | 30.6.      | ■         | Tylderingen                          | ja     |
| 21.4. | ■         | Kongaberg - Røvhagane            | ja     | 04.8.      | ■         | Vik: Kålsete - Dagsturhytta          | ja     |
| 24.4. | ■         | Strendene: Vollevik - Sylvarnes  | ja     | 11.8.      | ■         | Åsen - Nuken                         | ja     |
| 28.4. | ■         | Amla: Kyndelstjørni              | ja     | 18.8.      | ■         | Norane: Hagafjellet - Øyranobbi      | ja     |
| 05.5. | ■         | Esebotn                          | ja     | 25.8.      | ■         | Huksdalen - Eitrebotn                | ja     |
| 12.5. | ■         | Fimreite - Meisen                | ja     | 01.9.      | ■         | Engjadalen - Flatningane - Navarsete | ja     |
| 19.5. | ■         | Muntemarki - Oklevik             | ja     | 08.-09.09. | ■         | Jostedalen / Jostedal Hotell         | ja     |
| 26.5. | ■         | Fjærland: Horpedal               | ja     | 15.9.      | ■         | Nornes rundt                         | ja     |
| 02.6. | ■         | Skåri Mørkridsdalen              | ja     | 22.9.      | ■         | Årdal: Eldegard                      | ja     |
| 10.6. | ■         | Frønningen - Frønningåsen        | ja     | 29.9.      | ■         | Flyplassen - Bøttejuvkamben          | ja     |
| 16.6. | ■         | Fresvik: Skomakarnipa            | ja     | 06.10.     | ■         | Bondehaug - Skårane                  | ja     |
| 23.6. | ■         | Kleppe - Høgehaug - Dagsturhytta | ja     | 13.10.     | ■         | Gardsvandring Sogndal: Ugla - Kvåle  | ja     |

## KAJAKK

| DATO       | TUR/AKTIVITET                                   | KURSLEIAR/TURLEIAR                    |
|------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 25.-26.04. | Teknikkurs i samarbeid med Nordhordaland Turlag | Eivind Aadland                        |
| 06.-07.06. | Grunnkurs havpadling                            | Eivind Aadland                        |
| 13.-14.06. | Teknikkurs på Råkeneset                         | Eivind Aadland                        |
| 05.-06.09. | Grunnkurs havpadling                            | Eivind Aadland                        |
| 11.-13.09. | Rundttur: Hardbakke-Utvær                       | Eivind Aadland                        |
|            | Onsdagspadling                                  | Annakvar onsdag frå mai til september |

# LUSTER TURLAG

| DATE       | TUR/AKTIVITET                                                 | PÅMELD. | TURLEIAR                                             | KJENTMANN/KVINNE    | ANNA/MERKNAD                 |
|------------|---------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|
| 25.01.     | <div></div> Fjeldskitur til Nigardsbreen                      |         | Kristine Selbervik Lund<br>og Ingeborg Kvåle Bruflot | Liv Endresen        | Tur med DNT Ung              |
| 10.05.     | <div></div> Vettisfossen                                      |         | Liv Endresen                                         |                     |                              |
| 23.05.     | <div></div> Gravdalsstind - fellestur med Sogndal Turlag      |         | Ole Herman Meløy                                     | Anne Rudsengen      | Fellestur med Sogndal Turlag |
| 14.06.     | <div></div> Bergheimsnosi                                     |         | Anna Marita Oma                                      | Anne Merethe Feigum |                              |
| 06.-07.07. | <div></div> Turtagrø-Skogadalsbøen-Friken-Årdal (Topptrimmen) | ja      | Ole Herman Meløy                                     | Morten Norheim      |                              |
| 19.07.     | <div></div> Vigdalsdilten                                     |         | Amalie Råum                                          | Malin Råum          |                              |
| 15.08.     | <div></div> Skyttarpiggen - fellestur med Sogndal Turlag      |         | Bjarne Venjum                                        | Anne Kari Ness      | Maks 15 deltakere            |
| 22.08.     | <div></div> Kronprinsens rute - bretur på Opptaksbreen        | ja      | Gaute Dvergsdal                                      | Anne Kari Ness      |                              |
| 29.08.     | <div></div> Kupaen (Topptrim)                                 |         |                                                      |                     |                              |
| 06.09.     | <div></div> Kringla/Smørvevatnet                              |         | Anita Kjørlaus                                       | Anne Marie Alme     |                              |
| 11.-13.09. | <div></div> Yogahelg på Tungestølen                           | ja      | Trine Smukkestad Lavik                               |                     |                              |



Utsiktspunktet ved Vettisfossen. Foto: Tom Dybwad

## VÅRSKITUR TIL GRAVDALSTINDEN – FELLESTUR MED LUSTER TURLAG

Saman med Luster Turlag blir det vårskitur til Gravdalstinden søndag den 10. mai. Turen går stort sett i slakt terreng oppover mot Gravdalstind men har nokre få meir bratte parti for å kome opp på sjølve tinden. Vi kryssar Smørstadbreen som ikkje krev breutstyr på den ruta vi vel. Her får du flott utsyn over vestre del av Jotunheimen og Hurrungane mot vest og toppane rundt Smørstadbreen i øst. Ein flott vårskitur som krev godt vêr. Turen er i underkant av 2 mil,

tur-retur og litt under 900 meter stigning.

Tilrådde ski er fjellski eller lett randoneeutstyr. Ta med skredutstyr. Turen krev gode-middels skiferdigheiter. Turen vil ta mellom 7 til 9 timer

Oppmøte for felleskjøring: Sogndal kl. 08.00 frå Allmenningen (Lægreid hotell). Gaupne (COOP parkering) 08.30 eller 09.45 ved Krossbu.



### SUNDAG 10. MAI

**Påmelding:** Krav om påmelding grunnet maksbegrensning på tal deltakarar

**Turleiar:** Anne Rudsengen (959 63 888) og Ole Hermann Meløy (Luster Turlag)

**Gradering:** Krevjande

## TEMATUR: STØLSVANDRING ÅRVOLLSÅSEN



Honningatjødni. Foto: Anne Britt Reppen Halset

Turen startar ved Årvollsåsen. Oppmøte kl. 10 på parkeringa. Er du åleine i bilen eller treng skyss, sei i frå om dette ved påmelding.

Me går i slakt/flatt terreng til Halsavatnet, vidare til tuftene etter stølen Vatnasete. Deretter til Espendalstølen og Kvamsnystølen (bilde). Me passerar idylliske Honningatjødni (bilde) og går nedatt på Ølnesstølen. Felles transport tilbake til Åsen. Turen vil ta 4-5 timar, og går i lett turterreng.

**DATO: 28. JUNI**

**Påmelding:** Påmelding på SMS til turleiar

**Turleiar:** Anne Britt Reppen Halset (909 83 861)

**Gradering:** Enkel



Kvamsnystølen. Foto: Anne Britt Reppen Halset

## FRÅ LUNDE TIL FJÆRLAND VIA MARABREEN

Lunde (inst i Kjosnesfjorden) og over til Fjærland (Bøyadalen) er ei av dei klassiske rutene over Jostedalsbreen, og den kortaste kryssinga av breen.

Vi møtast i Sogndal for samkøyring kl. 8.00 og set att nokre bilar på Fjærlandssida og køyrer vidare gjennom Fjærlandstunnelen for parkering og start å gå frå Lundebotn ca. kl. 09:00.

Vi går roleg, men jamnt, opp den bratte stien i Lundeskaret, ca. 650 meter stigning til toppen av skaret på ca. 1000 moh. Vidare i slakare stigning retning Trollavatnet og så igjen noko stigning til Marabreen. Breen er ganske flat i starten og truleg fri for snø. Siste bakken på bre/snø opp til passet mellom Kvitevardane (ca. 1400 moh) er litt brattare. Så er det berre unnabakke ned til Bøyadalen.

Turen tek 8-10 timar og er gradert som ekstra krevjande fordi vi går både på bre, over snøfenner, i bratt terreng, stadvis utan sti og fordi turen har mange høgdemeter og er lang.

Gaute Dvergsdal Bøyum er med som breførar gjennom sitt firma Mountaingoat. Det er mogleg å låne breutstyr (stegjarn, isøks og klatresele) hjå han.

Turen blir avlyst viss det er for dårleg vær.

### LAURDAG 1. AUGUST

**Påmelding:** Påmelding innan 29. juli via heimesida [www.dnt.no/sogndal](http://www.dnt.no/sogndal) – det kjem eigenandel for breføring

**Turleiar:** Anne Rudsengen (959 63 888) og breførar Gaute Dvergsdal (916 16 748)

**Gradering:** Ekstra krevjande



Flott utsikt mot breen på denne turen. Foto: Anne Rudsengen



## SUNDAG 2. AUGUST

**Påmelding:** Påmelding via heimesida [www.dnt.no/sogndal](http://www.dnt.no/sogndal) - merk turen er noko luftig og ein bør ikkje gå den viss ein har høgdeskrekk.

**Turleiar:** Inge Menes (90868943)

**Gradering:** Ekstra krevjande

På turen går me over fleire fjelltoppar. Her utsikten frå Haravollnipa. Foto: Inge Menes

## TUR OVER MENESEGGI TIL MELSNIPA

Flott tur over Meneseggi til Melsnipa.

Vi går opp til Menes stølen ca 800 moh. Vidare slak stigning fram til Haravollnipa, ca 1500 moh. Då byrjar vi på egga fram til Melsnipa. Det er eit noko bratt og utfordrande parti, det går an å gå utan om dette partiet ved å gå ned fremst i Teigadalen.

Stein og fjell heile vegen fram til Melsnipa ca. 1550 moh. Opp og ned over fleire fjelltoppar. Etter Meelsnipa går vi over ein bre ned til Grøndalen, det kan vere lurt å ta med broddar. Eit parti her er litt bratt og lausmasse, så ein må vere varsam og ikkje løyse stein. Det er ein lang og seig tut frå nipa ned til Langehaugen fremst i Vetlefjorden.



Det er noen luftige partier på turen over egga.  
Foto: Inge Menes

Turen er berekna til å vare mellom 12 – 14 timer. Ta med rikeleg med vann og mat.

Turen gjennomførast berre i fint ver og utan skodde.

Turen startar frå parkeringsplassen på Menes seinast kl. 08.00, oppmøte 07.30.



Grøssete. Foto: Gry Thyrrestrup

## GRØSSETE

Sogndal Turlag si hytte på Grøssete i Sogndalsdalen er eit ombygd sel, og kortaste vegen går frå Kvamshagen på nordsida av Dalavatnet. Det er laga til parkeringsplass ved startpunktet, og stien opp til hytta er merkt. Sjå meir info om turen på UT.no. Turen tek 1-1,5 time opp og om lag 1 time ned att. Hytta har 4 sengeplassar (+ ein sengebenk i stova).

## KOLLSETESTØLEN

Hytta ligg på Kollsetestølen i Sogndalsdalen og er ei tradisjonell hytte med enkelt kjøkken og stor stove, perfekt for barnefamiljar eller venner på tur. Hytta er eit godt utgangspunkt for turar i nærområdet, til dømes stiane ved Hodlekve. Det er tre soverom pluss ein hems i stova (6 sengeplassar + 2 på hems), kjøken og hyggeleg stove. Det er parkering på Skirsete om lag 500 meter frå hytta. Sjå meir info om hytta og området rundt på UT.no



Kollsetestølen er fin å besøke om vinteren. Foto: Eldar Venes

Alle hyttene våre er ubetjente DNT-hytter, dvs. at det er kokeapparat, men ikkje mat på hytta. Ta også med sovepose eller lakenpose for overnatting. Hugs å ta med DNT nøkkel.

Hyttene bestillast på førehand gjennom Sogndal Turlag si heimeside:

[www.dnt.no/sogndal](http://www.dnt.no/sogndal)

## KJØRRDALSSELET

Kjørrdalsselet er eit gamalt sel som ligg tre kvarters gange ovafor Åberge i Sogndal. Hytta er i løpet av 2023 blitt restaurert av dyktige handverkarar og etter omfattande dugnadsarbeid inne og ute på selbøen. Det er 2-3 sengeplassar i selet, og hytta er låst med standard DNT-nøkkel. Det er også sett opp ein heilt ny utedo. Sogndal Turlag set stor pris på det gode samarbeidet vi har med Sigmar Åberge som vi leiger selet av i 40 år.



Kjørrdalsselet. Foto: Gry Thyrrestrup

### PRIS FOR BRUK AV HYTTENE I 2026:

|                                                | Medlem DNT | Ikkje medlem DNT |
|------------------------------------------------|------------|------------------|
| Dagsbesøk med bruk av ved/gass                 | kr. 50,-   | kr. 100,-        |
| Overnatting vaksne                             | kr. 250,-  | kr. 470,-        |
| Overnatting UNG, 13-25 år                      | kr. 150,-  | kr. 270,-        |
| Overnatting born 4-12 år (saman med føresette) | gratis     | kr. 120,-        |
| Overnatting born, 0-4 år                       | gratis     | gratis           |



Gapahuken er bygd av privatpersonar på eige initiativ. Eit flott nærturtilbod på Leikanger. Foto: Bjørn Carlsen

## TURBOHUKEN PÅ LEIKANGER

Turbohukken er ein gapahuk som blei ferdigstilt sommaren 2020. Den ligg sentralt plassert på Leikanger kor ein kan nå den frå alle himmelretningar. Det er såleis eit tilbod nære der folk bur, og som såleis fremmar dei enkle og nære turane. Turbohukken har grill/bål plass, slakkline, sitteunderlag, kostar for å reingjere, fuglekassar, fin utsikt over fjorden og det renn ein bekk like bak gapahukken, så den har såleis «alle fasilitetar».



Stedjeberget. Foto: Bård Basberg

## TURPOSTANE

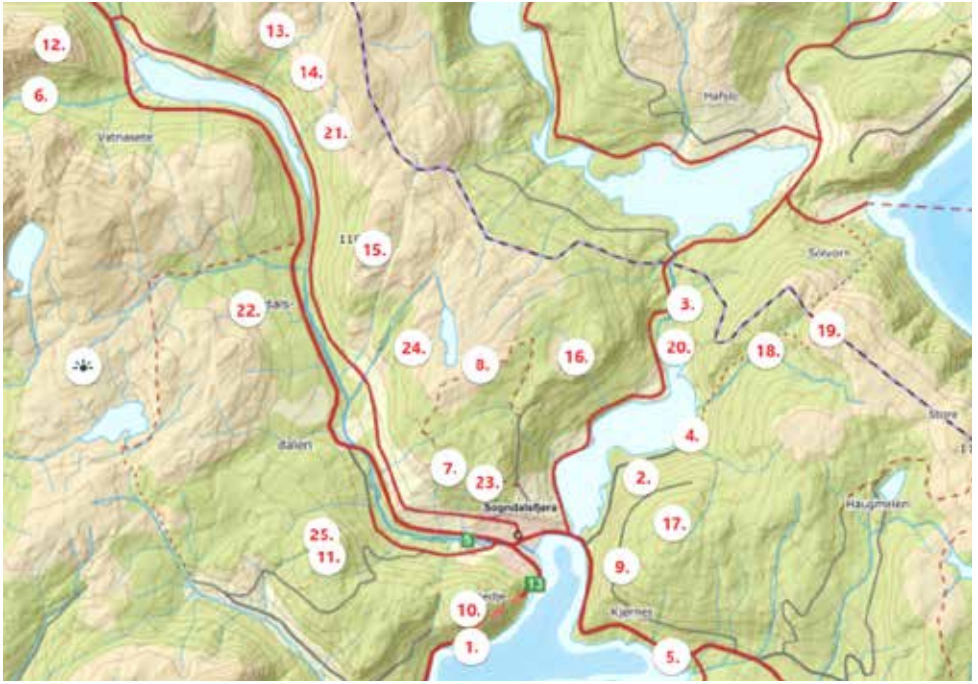
Sogndal Turlag har 25 postar som ligg nær Sogndal sentrum og i Sogndalsdalen. Til alle turpostane går det skilta og merkte stiar. Du finn skildring av turane på DNT sin turapp **UT.no**. Turane er gradert med farge grøen, blå eller raud etter kor krevjande dei er.

Sogndal Turlag brukar appen: **Sjekk UT**. Her finner du alle turpostane i ei liste, då er det berre å byrje å samle på turmål.

Sesongen er i hovudsak 15. mai – 31. oktober.  
Informasjon om turpostane ligg på Sogndal Turlag si heimeside.

Meir info på [www.dnt.no/sogndal/turpostar](http://www.dnt.no/sogndal/turpostar)





**TURPOSTAR**

|                              |           |                           |           |
|------------------------------|-----------|---------------------------|-----------|
| 1. Stedjeberge               | Enkel     | 14. Navarsetestølen       | Krevjande |
| 2. Flot                      | Enkel     | 15. Tylderingen           | Krevjande |
| 3. Olavskjelda               | Enkel     | 16. Imesdal               | Middels   |
| 4. Sauradn                   | Enkel     | 17. Hesteggi              | Krevjande |
| 5. Lem                       | Enkel     | 18. Helgasete             | Krevjande |
| 6. Laugi                     | Enkel     | 19. Solvornipa/Vardafjell | Ekspert   |
| 7. Bjellastølen              | Enkel     | 20. Muntemarki            | Enkel     |
| 8. Nuken                     | Krevjande | 21. Spe                   | Middels   |
| 9. Jeiskedalen               | Middels   | 22. Kollsetestølen        | Enkel     |
| 10. Stedjeåsen               | Krevjande | 23. Kjørrdalen            | Enkel     |
| 11. Slakkafjellet/Svartaberg | Krevjande | 24. Uglååsen              | Enkel     |
| 12. Togga                    | Krevjande | 25. Vinkjellaren          | Middels   |
| 13. Grøssete                 | Krevjande |                           |           |

Frå verdsarvturen i 2025 til Skomakarnipa i Nærøyfjorden.  
Foto: Tom Dybwad



## TURPLANLEGGING

Ettersom turane er planlagde lang tid i førevegen, kan det verta endringar i programmet, m.a. avreisetidspunkt. Følg difor med på heimesida til Sogndal Turlag og på Facebook for oppdatert turprogram.

Viss du er i tvil om kor lett eller tung turen er, eller kva utstyr du treng til turen, ta kontakt med turleiar eller ein i styret. Ver venleg å følgja oppmodinga for å gjera arbeidet lettare for turleiaren. Me har ikkje avgift på turane for medlemmar, men der det blir sett opp buss eller båt så må ein betala. For ikkje-medlemmar som ønskjer å delta på turane kostar det 50 kr å vere med. Sogndal Turlag har VIPPS: 99206.

Dei fleste turane har frammøte på Almenningen (ved Lægroid hotell). Ein eventuell annan frammøtestad blir annonsert. Der-

som du vil møta ein annan stad enn annonsert frammøteplass, så meld i frå til turleiar på førehand i tilfelle turen vert avlyst eller endra.

Alle turane krev påmelding. Dette vert gjort på heimesida til Sogndal Turlag eller på SMS til turleiar.

## FORSIKRING OG ANSVAR

Hugs at du deltek på alle turar på eige ansvar. Alvorlege skadar er svært sjeldne, men me tilrår likevel turdeltakarane å skaffa seg reiseforsikring/anna ulukkesforsikring. Dersom ein deltakar viser seg å vera fysisk eller psykisk uskikka til å gjennomføra turen, er utilstrekkeleg kledd, manglar naudsynt utstyr eller ikkje rettar seg etter turleiaren sine tilvisingar, kan ho/han bli utelukka frå turen.

## STYRET I SOGNDAL TURLAG 2025. NYTT STYRE VERT VALD PÅ ÅRSMØTE I FEBRUAR 2026:

|                          |             |                                  |            |
|--------------------------|-------------|----------------------------------|------------|
| Leif Longvanes           | Leiar       | lei-long@online.no               | 906 46 424 |
| Anne Skaar               | Nestleiar   | Askaar0303@gmail.com             | 900 70 257 |
| Arthur Langeland         | Kasserar    | arthur.langeland@gmail.com       | 971 49 001 |
| Bente Leirdal Sleen      | styremedlem | bente_leirdal@hotmail.com        | 452 55 889 |
| Anne Britt Reppen Halset | styremedlem | abreppen@hotmail.com             | 909 83 861 |
| May Britt Sva            | styremedlem | may.britt.sva@sogndal.kommune.no | 975 91 828 |
| Tom Dybwad               | styremedlem | tojady@hotmail.com               | 975 23 411 |
| Astrid Knudsen           | varamedlem  | astri@gasta.no                   | 900 27 486 |
| Lisbeth Dahle            | varamedlem  | Lisbeth.dahle@hvl.no             | 901 01 963 |

**Sogndal Turlag har ei felles e-postadresse:**  
**sogndal.turlag@dnt.no**

Informasjon om Barnas Turlag, Gålaget og hyttene Grøssete, Kollsetestølen og Kjördalsselet  
finn du på heimesida vår: **[www.dnt.no/sogndal](http://www.dnt.no/sogndal)**



Utsiktspunktet Ramnaholten frå turen Munthemarki Rundt. Foto: Gry Thyrrerstrup



**Sogndal Turlag vart stifta 1. juni 1976  
og har 50-års jubileum i 2026.**

## Ein chatbot har aldri teke opp bustadlån for første gong

Men det har Anne Kari. Og ho er rådgjevar i Luster Sparebank. Der deler ho av erfaringane sine og forstår kva kundane drøyer om.

Ringer du 57 68 27 00 får du snakke med Anne Kari eller nokon av dei andre flinke lånerådgjevarane våre.

Luster Sparebank



TRYKT I  
NOREG  
NO - 4345

Bli medlem på  
[dnt.no/medlem](https://dnt.no/medlem)

Sjå heimesida:  
[www.dnt.no/sogndal](https://www.dnt.no/sogndal)



Sogndalturlag, DNTungSogndal



Sogndal Turlag, Barnas  
Turlag Sogndal, Barnas Turlag  
Leikanger

# Sogndal Turlag

