**Liomseter med besteforelder ((6-12 år)**

På Liomseter er vi i overgangen mellom lun fjellbjørkeskog og det åpne snaufjellet - et bra utgangspunkt for varierte turer. Vi orienterer med kart og kompass, følger merkede stier og finner en koselig leirplass. Her kan barn og besteforeldre få kvalitetstid sammen, med god tid til prat, lek og læring. Vi er ute mye ute om dagen og kan nyte ettermiddagene og kveldene på tunet og i den koselige stua på hytta. Vertskapet på Liomseter tilbyr gode senger og nydelig, lokalprodusert mat.

For barn fra 6-12 år med voksenfølge.

PROGRAM

Dag 1: Oppmøte Lillehammer eller Liomseter

* **Oppmøte Liomseter innen kl. 14.00**. Det er bilvei helt inn til hytta (bomvei).
* Innsjekking på Liomseter og velkomst på tunet kl. 14.30. Praktisk info og Bli kjent-leker.
* Vi pakker med oss en liten sekk med ekstra tøy og drikke og går opp på nærmeste utsiktstopp for å få litt oversikt over området. Turlederne viser hvor vi skal de nesten dagene.
* Middag.
* Aktiviteter og lek ute og inne.

Dag 2: Badetur med elvesafari

* Frokost.
* Vi møtes på tunet klare for tur kl. 10.00. Lek og moro før vi går. Alle har med dagstursekk med ekstra klær, matpakke og drikke.
* I dag blir det badetur! Vi går til vannet Kringllonen og legger fra oss sekkene der. Så fortsetter vi videre til vi møter på elva Fjelldokka. Klarer vi å følge elva tilbake til Kringllonen uten å gå stien? Tilbake ved vannet nyter vi nistematen, før det er tid for bading og for å leke oss varme igjen etterpå.
* Tilbake på hytta blir det tegne- og maleaktiviteter på tunet.
* Middag.
* Spill, rolig lek og lesestund.

Dag 3: Topptur til Nordre Suluhø, 6 km en vei

* Frokost.
* Vi møtes på tunet klare for tur kl. 10.00. Lek og moro før vi går. Alle har med dagstursekk med ekstra klær, matpakke og drikke.
* Dagens mål er toppen på Nordre Suluhø. På veien tar vi oss god tid til å klatre i trærne og leke med "båter" i bekker, og vi tar gode pauser. Barna finner veien, og de voksne ser om de klarer å holde følge. Det er 6 km til toppen. Vi finner et lunt sted hvor vi kan spise lunsj. Er det klart og vindstille, kan vi nyte matpakka på toppen, med flott utsikt helt til Jotunheimen.
* Vi går tilbake til hytta hvor det blir aktiviteter på tunet.
* Middag.
* Spill, rolig lek og lesestund.

Dag 4: En liten tur i retning Falkhaugen og hjemreise

* Frokost.
* Turlederne aktiviserer barna på tunet mens de voksne pakker og rydder ut av rommene.
* Vi går en liten avskjedstur i retning Falkhaugen, som ligger vest for Liomseter.
* Felles avslutning og diplomutdeling på tunet kl. 11.20.

*Vi tar forbehold om endringer i programmet.*

### **Generell informasjon:**

**Pris:**3 overnatting med fullpension på Liomseter.    
Hver deltaker betaler for sitt opphold direkte på hytta. Se nettside til Liomseter for priser.

Påmelding skjer uten betaling i Sherpa. Deltakerne blir fakturert individuelt fra hyttene/overnattingssted. Transport bestilles og betales selv individuelt. Måltider ordnes og betales i hovedsak selv. Ved unntak og eventuelle fellesmåltider vil det opprettes oppgjør i VIPS mellom deltakere og turledere.

For turelementer der deltaker selv er ansvarlig for bestillingen gjelder avbestilling mellom deltaker og gjeldende tilbyder (eks. transportør), og etter tilbyders avbestillingsvilkår. **Deltaker er selv ansvarlig for avbestilling av eventuell hytteovernatting og faktureres etter gjeldende vilkår hos leverandør**.

[Bli medlem i DNT](https://www.dnt.no/medlem/)  
  
**Nødvendig spesialkost:** Gi beskjed ved påmelding!  
  
**Maks antall deltakere**: 20 (pluss to turledere)

Velkomstbrev sendes deltakerne 1-2 uker før turstart. Der står det bl.a. hvem som er hovedturleder og kontaktinformasjon til denne.

Passer turen for vår familie?

[**Gradering av turen**](https://www.dntoslo.no/graderingfellesturer/)**:** Grønn  
**Alder og ferdigheter:**Både barn og voksne må kunne gå i rolig tempo i 4-5 timer på sti i ulendt terreng. De voksne må kunne bære dagstursekk med nødvendige klær, mat og utstyr. Alder er satt til 6-12 år og skal overholdes. Her forklarer vi hvorfor:

* Barnas Turlag arrangerer mange ulike turer for barnefamilier, både i nærmiljøet og på fjellet. Noen av turene er åpne for alle, mens andre turer er for en bestemt aldersgruppe som vi angir med fra-til (år). På disse turene er det ikke anledning til å ha med barn/søsken som er yngre eller eldre enn den oppgitte alderen. Dette gjør vi for å gi turdeltakerne en best mulig turopplevelse.
* Turens innhold og krav til ferdighetsnivå er tilpasset den aktuelle målgruppa, og det forventes at alle kan gjennomføre de aktivitetene som er planlagt. Slik kan vi lage et godt, skreddersydd program med aktiviteter som treffer barna som deltar og som legger grunnlag for en god gruppedynamikk og en setting der alle opplever å bli godt ivaretatt.

Overnatting

Familiene bor på 4-6 sengsrom. Familier med 2-3 personer, vil i enkelte tilfeller måtte dele rom med andre familier.  
**Les mer om hytta:**[Liomseter](https://liomseter.dnt.no/)

**Matallergier**: Skriv i merknadsfelt ved påmelding!

Hvordan komme til Liomseter?

*Deltakerne må selv sørge for å komme fram til oppmøtested for turen på egenhånd. Hverken turleder, administrasjon eller bestyrere kan - av ulike årsaker - organisere samkjøring med privatbiler. Det er viktig at man sikrer seg en transportløsning før påmelding.*

**Offentlig transport:** Tog til Lillehammer og buss 140 til Segelstad Bru. Bussene går fra Lillehammer skyss-stasjon hver halvtime,men det kan også være smart å dobbelsjekke med [Innlandstrafikk](https://innlandstrafikk.no/) da rutene kan variere på sommeren.

Fra Segelstad Bru er det mulig å bestille drosje på fra Gausdal drosjesentral på tlf 61 22 02 08.

**Med bil:** Fra Oslo følger man E6 til litt nord for Lillehammer og tar av mot Gausdal. Følg Riksvei 255 til Forset. Ta til venstre mot Fagernes, og følg veien ned en bakke. Ta til høyre, etter skilt mot Fagernes. Følg Riksvei 204 i knappe 2 mil, til Holsbru Kafé. Ta av til høyre, og følger veien (bomveg) i ca 22 km til Liomseter.

Kart

Topo-3000 Langsua nasjonalpark (1:50 000). Sjekk [ut.no](https://www.ut.no/) for oppdatert kart- og ruteinformasjon. Kart kan kjøpes i vårt  Tursenter eller i [DNT Nettbutikk](https://www.dntbutikken.no/kart).

Utstyr

Av sikkerhetsmessige årsaker kreves det riktig og viktig bekledning og utstyr i sekken. Vi viser derfor til DNTs anbefalinger for [pakkeliste for sommertur her](https://inspirasjon.ut.no/fjellvett-sikkerhet-utstyr/pakkeliste-for-sommerturen/100776), men merk at denne er helt generell og gjelder først og fremst for hytte-til-hytte-turer for voksne. Se denne linken for [tips til bekledning og utstyr når man drar med barn på tur](https://barn.dntoslo.no/bekledning/), inkludert pakketips til sommerturen i fjellet.

**Vi vil fremheve følgende utstyr for denne turen:**

* Gode sko. Vi er stort sett ute hele dagen, uansett vær.
* Dagstursekk og drikkeflaske. Alle bør ha varme klær, mat og drikke i dagstursekkene.
* Tøfler for bruk inne.
* Spikkekniv og kompass hvis du har.
* Hånddesinfeksjon og evt. munnbind til voksne for egen bruk.

Har du ikke alt utstyret du trenger? Kontakt [BUA](https://www.bua.io/artikkel/slik-laaner-du-utstyr)  eller [FRIGO](https://www.bua.io/frigo/). De har fine utlånsordninger som gjør at man ikke trenger kjøpe alt nytt. Ta også en titt på bruktstativene i tursentrene våre.

Du kan benytte lakenpose + putetrekk i sengene på de betjente hyttene. Sovepose kan ikke benyttes i sengene. Sengetøy og håndkle kan evt. leies ved ankomst hytta (pris kr 135,-).

**Fellesutstyr:**Turleder har med noe fellesutstyr som felles aktivitetsutstyr, ekstra vindsekk og 1. hjelpsutstyr.

**Smittevernstiltak og hygiene på turer og hytter**  
  
Normale regler:  
- Hold deg hjemme dersom du føler deg syk.  
- Fortsett å vaske hender grundig. Har du ikke tilgang på varmt vann og såpe benytt håndsprit.  
- Bruk papirlommetørkle. Har du ikke tilgang på dette er det best å hoste i albuekroken.  
  
DNT forholder seg til FHIs smittevernsregler ved gjennomføring av turer og aktiviteter.

[FHIs temaside](https://www.fhi.no/)

Før påmelding  
**Vilkår for deltakelse:**  
Når du melder deg på denne turen bekrefter du at du har lest og aksepterer vilkårene som er beskrevet i [[link til vilkårene](https://dennorsketuristforening-my.sharepoint.com/personal/heidi_degnes_dnt_no/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fheidi%5Fdegnes%5Fdnt%5Fno%2FDocuments%2FDokumenter%20som%20deles%20i%20Sherpa%2FVilk%C3%A5r%20for%20frivillig%20organiserte%20aktiviteter%20i%20DNT%20OO%202021%2D08%2D15%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fheidi%5Fdegnes%5Fdnt%5Fno%2FDocuments%2FDokumenter%20som%20deles%20i%20Sherpa)].

Om våre turledere  
Våre turledere er frivillige. De har gjennomgått turlederkurs og/eller instruktørkurs og har mye erfaring med denne type turer. Turlederne gjør sine turlederoppdrag med stor glede og deler villig sin friluftserfaring og -glede med deltakerne. [Les gjerne mer om hvem våre turledere er her.](https://www.dntoslo.no/V%C3%A5re%20turledere/)

**Ofte stilte spørsmål:**[**se vår faq om fellesturer.**](https://www.dntoslo.no/faqfellestur/)**Denne må oppdateres først.**

*Dette er en frivilligdrevet tur, der turleder selv har laget turopplegget. Dette er ikke en pakketur og er ikke omfattet av lov om pakkereiser.*