

Vinteraktiviteter Winter Activity Guide



HEMSEDAL
AKTIV

Velkommen til Hemsedal Aktiv

– en felles bookingkanal for aktiviteter i Hemsedal

Vi, i Hemsedal Aktiv, ønsker å gi deg en unik opplevelse på ferien din i Hemsedal. Vi lar de ulike aktivitetsbedriftene i Hemsedal gjøre det de er best på - å vise Hemsedal fra sin beste side, mens vi gjør den «kjedelige» kontorjobben. Vi synes bare ikke det er så kjedelig. Vi hjelper deg med bookinger, spørsmål, veibeskrivelser, tips og tricks m.m. slik du får en flott opplevelse i fjellet. I denne brosjyre finner du inspirasjon til hva du

kan finne på av gøyalt tidsfordriv og trenger du mer informasjon finner du dette på bookhemsedal.com. De fleste aktiviteter er online bookbare, men trenger du hjelp eller har forespørsler på andre tider er det bare å ta kontakt, så hjelper vi så godt vi kan. Utover aktiviteter hjelper vi også med overnatting, mat og drikke på restaurant eller på hytta, gruppeopplegg og pakkeløsninger – kontakt oss for tilbud.

Nyt tiden i fjellet og ikke nøl med å ta kontakt dersom vi kan hjelpe deg med noe

Booke/ Booking: bookhemsedal.com

Forespørsel/ Requests: info@hemsedalaktiv.no

For umiddelbar hjelp/ Immediate help: +47 48 38 60 18

Sosiale medier/ SoMe: [@hemsedalaktiv](https://www.instagram.com/hemsedalaktiv)

Welcome to Hemsedal Aktiv – your bookingsystem for activities in Hemsedal

We wish to give you the most unique experience on your holiday in Hemsedal. We send our guides to do what they do best – show you the best of Hemsedal, while we do the “boring” paperwork. Except, we don’t find it boring at all. We can help you with bookings, questions, road directions, tips and advice and much more. In this guide you will find inspiration on what to do for fun in Hemsedal and if you need more info check our website: bookhemsedal.com. Most of the activities can be booked online, but if you need help or have requests, please contact us and we will do our best to help you. In addition to selling activities, we can also help you with accommodation, catering, group activities and packages – contact us for an offer.

Enjoy your time in the mountains and please do not hesitate to contact us if we can help you with anything.



Mari Foss



Henriette Emdal Petersen



Aking topp til bunn

Sledding from top to bottom

Med store Stiga Snowracere suser man ned fjellet etter skiheisens stengetid. Vi kjører fra toppen av fjellheisen (1280 m.o.h), via Fjellkafeen og ned Turisten til Alpin Lodge (650 m.o.h). Turen har totalt 630 meter fall og er 5 km lang. Trolig Norges lengste aketur.

After hours we race down the slopes on Stiga Snowracers. We start at the top of Fjellheisen (1280 masl.), pass Fjellkafeen (1100 masl) and end up at SkiStar Lodge (650 masl). The trip is in total 5 km and you travel 630 vertical meters.

🕒 1,5 t/h

Oppmøte/ Meeting point: I bunnen av Hollvin/ Start of Hollvin Express lift.

Ta med/ Bring: Hjelme og goggles om du har, godt fotføy (alpin støvler ikke tillatt). Hjelme kan lånes.

Helmet and goggles, boots (ski boots not allowed). Helmet can be borrowed.

Aldersgrense/ Age limit: 10 år, men barn 3-9 kan kjøre sammen med en voksen.

10 years, but children from 3-9 can sit with an adult.

Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg/ Pay road:** Nei/ No.

Værbetingelser/ Weather sensitive: Heisbasert/ Lift must run.



Aking i Fjellheisen

Sledding in Fjellheisen

Med store Stiga Snowracere suser man ned fjellet på kveldstid med hodelykt. Vi tar fjellheisen til topps og kjører ned bakken til Fjellkafeen. Du kan kjøre så mange ganger du ønsker i løpet av ca. 1 time. Løypa vi bruker har ett fall på 160 meter og 1 km lang.

After hours we race down the slopes on Stiga snowracers with head lamps. Vi go up with Fjellheisen lift og race down the slope to Fjellkafeen. You can go as many times as you want in about an hour. The trip is 1 km and has a vertical drop of 160 meters.

🕒 1,5 t/h



Oppmøte/ Meeting point: I bunnen av Hollvin/ Start of Hollvin Express lift.

Ta med/ Bring: Hjelme og goggles om du har, godt fotføy (alpin støvler ikke tillatt). Hjelme kan lånes.

Helmet and goggles, boots (ski boots not allowed). Helmet can be borrowed.

Aldersgrense/ Age limit: 10 år, men barn 3-9 kan kjøre sammen med en voksen.

10 years, but children from 3-9 can sit with an adult.

Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg/ Pay road:** Nei/ No.

Værbetingelser/ Weather sensitive: Heisbasert/ Lift must run.





Hundekjøring

Dog sledding

På denne opplevelsen får du lov å oppleve hvordan det er å være hundekjører. Bli med å sele på 5 - 6 ivrige huskyer. Du blir lært opp i "hundekjørerspråket" og får selv prøve deg som hundekjører. Sammen med en annen bytter dere på å kjøre sleden og nyte turen som passasjer. Turlederen kjører sitt eget hundespenn foran og deltagernes spenn vil følge etter. Det er ikke nødvendig å ha noen erfaring med hundespenn fra før. Ever wondered what it's like to be a musher? This can be your chance! At Hemsedal Huskies you will meet a bunch of excited dogs and will be guided in how to prepare the sled and given a short safety instruction before take-off. No prior experience is needed. You will share the sled with another guest; one driving, one riding it as the passenger, and the halfway point you will switch.

🕒 3 t/h

Oppmøte/ Meeting point: Hemsedal Huskies, Eikre.

Aldersgrense/ Age limit: 3 år, men barn 0-2 kan sitte i fanget til en voksen/ **Age limit:** 3 years, but children from 0-2 can sit with an adult.

Parkering/ Parking: Ja/ **Yes.** Bomveg: Nei/ **No.**

Ta med/ Bring: Varme robuste klær/ **Warm clothing.**

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ **Cancelled upon unsafe conditions.**



Snøscootersafari

Snow mobile safari

Bli med på tur gjennom skog og fjell. Turen går i enkelt terreng og det er alltid med en guide som kjører foran. Hver snøscooter har plass til 2 personer og snøscooterne som brukes er fra 500-800ccm.

Join us for a trip through the woods and on the mountain. We drive in simple terrain and there is always a guide driving in front. 2 persons can be seated on each snow mobile, and the snow mobiles are from 500-800ccm.

🕒 1 t/h



Oppmøte/ Meeting point: Gol Motorpark Gol.

Aldersgrense/ Age limit: Fører må ha førerkort for bil eller snøscooter/ **Driver must have a drivers license or license for snow mobile.**

Parkering/ Parking: Ja/ **Yes.** Bomveg: Nei/ **No.**

Ta med/ Bring: Varme robuste klær, hjelm kan lånes/ **Warm clothing, helmet can be borrowed.**

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ **Cancelled upon unsafe conditions.**



Kanefart/ Hest og slede

Horse and carriage

Bli med oss på hest og slede på Lykkja med majestetiske Skogshorn og Tisleifjorden som bakgrunn. En hyggelig tur i vakre vinteromgivelser med fakler og dombjeller. Selve turen tar ca. 30 minutter og når vi kommer tilbake til gården blir det servert en varmende kopp gløgg ved bålet

Join us on a romantic sleigh ride in the beautiful surroundings in Lykkja with views of Mount Skogshorn and the big frozen lake Tisleia. We offer a cozy ride with torches and jingle bells through the winter landscape. The ride lasts approx. 30 minutes and when we come back to the farm there will be served a nice hot cup of gløgg (Norwegian non-alcoholic glühwein) by the fireplace.

🕒 30 min.

Oppmøte/ Meeting point: Haugen Gård, Lykkja/ **Haugen Farm at Lykkja.**

Aldersgrense/ Age limit: Nei/ **No**

Parkering/ Parking: Ja/ **Yes.** Bomveg: Nei/ **No.**

Ta med/ Bring: Varme klær/ **Warm clothing.**

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ **Cancelled upon unsafe conditions.**



Vinterridning

Horseback riding

Nyt vinterlandskapet fra hesteryggen. Etter å ha hilst på din nye turkompis og fått instruksjoner, rir vi en rolig tur i Lykkja-området med majestetiske Skogshorn i bakgrunnen.

Enjoy winter wonderland from the saddle. You will get to know your new buddy and get some instruction, before we take a nice and calm riding trip in the Lykkja area with the majestic Mount Skogshorn in the background.

🕒 2 t/h



Oppmøte/ Meeting point: Haugen Gård, Lykkja/ **Haugen Farm at Lykkja.**

Aldersgrense/ Age limit: Fra 12 år/ **From 12 years.**

Parkering/ Parking: Ja/ **Yes.** Bomveg/ **Pay road:** Nei/ **No.**

Ta med/ Bring: Varme klær/ **Warm clothing.**

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ **Cancelled upon unsafe conditions.**





Hemsedal Klatresenter

Hemsedal Climbing Center

Klatresenteret gir glede og utfordring til alle. Passer både for deg som prøvd klatring tidligere og for deg som har klatret veldig mye. Klatresenteret har en 14 m høy klatrevegg med både enkle ruter tilpasset barn og vanskelige ruter opp til grad 8+. Du kan både sikre med tau eller bruke automatsikring. I tillegg er det et flott buldreområde med utfordringer for både barn og voksne. Klatresenteret har også moonboard og treningsstativ. Trenger du litt hjelp til å komme i gang, får du den hjelpen du trenger. Sko og sele kan leies i klatresenteret.

The climbing center includes a 14-meter-high climbing wall with 16 routes, graded from 4 to 8+. In addition, you will find a large bouldering area graded 4 to 7b+. In the center you will also find a moonboard and training rack.

Oppmøte/ Meeting point: Hemsedal Klatresenter i Skistar Lodge/ Climbing Center in Skistar Lodge.
Alder/ Age: Passer for alle. Barn under 13 år må ha følge med en voksen/ Suitable for everybody.
 Children under 13 must be accompanied by an adult.
Parkering/ Parking: Korttidsparkering gratis i 2 t og etter 17.00/ Free for 2 h and after 5 pm.



Skredkurs 1 dag eller 2-3 dager

Avalanche course - 1 day or 2-3 days

Skredkurs 1 dag for deg som vil lære grunnprinsippene i skredvurdering og bruk av elektronisk sender/mottaker til bruk i kameratredning. Kurset kan gå i fjellet eller i skisenteret.

2-3 dagers kurset gir en innføring i turplanlegging, skredvarsling, skredfarevurdering, veivalg og kameratredning med bruk av sender/mottakerutstyr. 3-dagers kurset følger Norsk Fjellsportforum (NF) sin kursmal for Grunnkurs skred i Alpin ferdsel. Dette går noe mer i dybden på vegvalg og snødekkeundersøkelser.

1-day course for you that wish to learn the basic principles in avalanche assessment and usage of a transmitter in buddy rescue. The course is held in the ski resort or in the mountains.

2-3 days course will go deeper in understanding the importance of inspecting the snow cover and will give you an introduction in planning, warnings, assessment, route choice and buddy rescue using transmitter.



Oppmøte/ Meeting point: Avtalt sted/ As agreed upon.
Alder/ Age: Fra 12 år, men viktigst er skiferdigheter/ From 12 years, but ski skills are important.
Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg/ Pay road:** Info gis av guide på forhånd/ If so, info will come.
Ta med/ Bring: Toppturutstyr/ Ski touring equipment.
Værbetingelser/ Weather sensitive: Avlyses ved usikre forhold/ May be cancelled upon unsafe conditions.



Topptur og guiding off piste

Randonné and off piste guiding

Guiding på en, eller flere, av Hemsedal sine mange flotte fjelltopper. Vi finner den fineste snøen. Turen tilpasses nivå og størrelse på gruppen. Kan tilpasse til både for deg som prøver topptur for første gang og trenger hjelp med å få på utstyret, til deg som har gått toppturer i mange år.

Join our experienced guides in the mountains of Hemsedal. We are experts in finding the best snow. We customize the trip according to the size and ski level of the group and whether you are trying ski touring for the first time and need help with the equipment, or been touring for years, we find a suitable trip for you.

🕒 3-8 t/h

Oppmøte/ Meeting point: Avtalt sted/ As agreed upon.
Alder/ Age: Ingen aldersgrense/ No age limit.
Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg/ Pay road:** Info gis av guide på forhånd/ If so, info will come.
Ta med/ Bring: Eget utstyr, mat og drikke/ Own equipment, snacks.
Værbetingelser/ Weather sensitive: Avlyses ved usikre forhold/ May be cancelled upon unsafe conditions.



Isklatring

Ice Climbing

For deg som har lyst til å prøve deg på isklatring på en av de lett tilgjengelige fossene i Hemsedal. Du vil lære sikringsteknikk ved isklatring på topptau, klatreteknikk på is m.m.

If you want to try ice climbing on one of the easily accessible waterfalls in Hemsedal, join us on this magical experience. You will learn how to secure on top rope, climbing technique on ice and more.

🕒 3-4 t/h



Oppmøte/ Meeting point: Avtalt sted/ As agreed upon.
Alder/ Age: Fra 12 år/ From 12 years.
Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg/ Pay road:** Opplyses om før tur/ If so, info will come.
Ta med/ Bring: Fjellsko/alpinstøvler, hansker/ Boots, gloves.
Værbetingelser/ Weather sensitive: Gode isforhold/ Safe ice.



Vinter Via Ferrata

Winter Via Ferrata

Via Ferrata er en spennende form for klatring på et nivå mange kan beherske. På vinteren gir det en liten følelse av ekspedisjonsklating. Via Ferrata is an exciting way of climbing on a level most people can manage. During winter you will get a feeling of being on an expedition

🕒 3 t/h

Oppmøte/ Meeting point: Via Ferrata parkeringen, Holdeskarsvegen. **Aldersgrense/ Age limit:** 12 år/ 12 years.
Ta med/ Bring: Fjellsko, snacks, gamasjer om du har/ Boots, snacks and gaiters if you have.
Parkering/ Parking: Ja, skilt med Via Ferrata parkering/ Yes, by the Via Ferrata parking sign.
Bomveg/ Pay road: Ja/ Yes. **Værbetingelser/ Weather sensitive:** Kan avlyses ved usikre forhold/ May be cancelled upon unsafe conditions.





Guidet trugetur

Guided snow shoe trip

Dette er en flott trugetur for alle nivåer. Turen tilpasses gruppens ønsker og tar dere igjennom et flott vinterlandskap. Inkludert leie av truger, varm drikke/snacks og erfaren guide.

This is a great experience for all levels. The trip will be adapted to the group and brings you through a magnificent winter landscape. Price includes snowshoes, hot drink/snack and experienced guide.

🕒 2,5 t/h

Oppmøte/ Meeting point: Resepsjonen i SkiStar Lodge, Hemsedal Skisenter/ SkiStar Lodge Reception, Hemsedal Ski Resort
Aldersgrense/ Age limit: Fra 10 år eller etter avtale/ From 10 years or otherwise agreed upon.

Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg:** Nei/ No.

Ta med/ Bring: Varme klær, fjellstøvler/ Warm clothing, boots.

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ Cancelled upon unsafe conditions.



Langrennskurs

Cross country skiing lessons

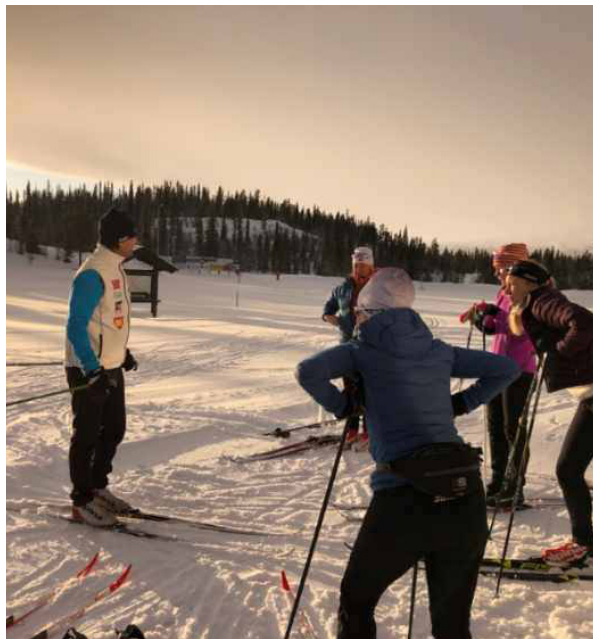
Denne privattimen passer både for deg som har lite eller ingen erfaring på langrennski eller for deg som ønsker å finpusse på teknikken. Skal du gå Birken eller imponere på Skarverennet i vinter er dette midt i blinken for å få tips til hvordan du kan ta ut potensialet. Timen passer for 1-3 personer.

Utstyr kan lånes gratis under timen, ellers 150,- per dag.

This private lesson is ideal for individuals who have little or no experience, but also if you are experienced and would like to adjust your skills to perfection.

The lesson suits 1-3 people. Rental of equipment is free of charge during the lesson, otherwise NOK 150,- pr. day.

🕒 1 t/h



Oppmøte/ Meeting point: Turistkontoret i Hemsedal sentrum/ Tourist Office in Hemsedal town centre.

Aldersgrense/ Age limit: Fra 12 år/ From 12 years.

Parkering/ Parking: Ja/ Yes. **Bomveg:** Nei/ No.

Ta med/ Bring: Varme treningsklær, lue og votter, drikke/ Warm training clothes, beanie and gloves, drinks.

Værbetingelser/ Weather sensitive: Kan avlyses ved usikre forhold/ Cancelled upon unsafe conditions.



Andre aktiviteter

Other activities



Kaffesmaking

Coffee tasting

Massasje

Massage

Slalåmkonkurranse

Slalom competition

Hundekjøring med overnatting

Dog sledding w/ sleepover

Klatrekurs

Climbing courses

Overnatting i Dyrja Domes

Sleeping in Dyrja Domes



Dyrja Domes



Gavekort

Gift card

Gaven til den som har alt! Kjøp et gavekort på aktiviteter, du velger selv beløp og mottakeren velger selv aktivitet og dato.

Buy gift card on activities in Hemsedal. Choose your own amount and date.

Utleie av utstyr

Equipment rental



Topptursutstyr/ Randonné equipment
Langrennsutstyr/ Cross country equipment

Truger/ Snow shoes



Grupper

Groups



I Hemsedal Aktiv jobber vi mye med grupper og kan hjelpe med fult opplegg med aktiviteter, overnatting, mat, transport og konferanselokaler, uansett om gruppen din er på 30 eller 3.000 personer. Vi får til det meste, så send oss gjerne ditt ønske. De fleste aktiviteter går an å få til som gruppe, men vi tilbyr i tillegg gruppeaktiviteter som 5-kamp, Hemsedal Challenge, afterski-opplegg, aking fra Fyri, Skarsnuten eller Skigaarden, foredrag, kaffesmaking, utdrikkingslag m.m.

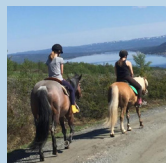
Les mer på bookhemsedal.com eller ta kontakt.

We use a lot of our time coordinating group arrangement. We can help your group with activities, accommodation, catering, transportation etc. whether your group is 30 or 3000 pax. Send us your request and we will bend over backwards to make it happen. Most of the activities will work fine as a group activity, but in addition we offer teambuilding, challenges, après ski, sledding from Fyri, Skarsnuten or Skigaarden, lectures, coffee tasting, bachelorparties and more.

More on bookhemsedal.com or contact us.



Din guide til minnerike opplevelser i Hemsedal



HEMSEDAL
AKTIV