

Jotunheimen nasjonalpark



Foto: Øivind Haug



**Jotunheimen
nasjonalpark**

Kart og informasjon
Velkommen inn i
nasjonalparkane i Noreg

Velkommen inn i Jotunheimen

Eit alpint landskap med høge toppar, snø og brear kvar du enn snur deg. Det er slik det er å stå på toppen av Galdhøpiggen: Du veit at akkurat nå er du den som med fast grunn under føtene er høgast i Noreg. Rundt deg ser du dei høgaste fjella i Nord-Europa.

Jotunheimen strekkjer seg frå vestlandsk natur, med høge og kvasse tindar i Hurrungane som det mest særmerkte, til austlandsk natur med store dalar og fjellvatn.

Dronninga av fjellvatna er smaragdgrøne Gjende. Den grønne farga skuldast tilførsel av brevatn. Breelvane fører med seg slam med ørsmå leirpartiklar ned i fjellvatna. Partiklane reflekterer sollyset og gjev vatna den særmerkte grønne farga. Når smeltinga i fjellet er stor, er farga på sitt mest intense.

Utladalen er verna som landskapsvernområde saman med Jotunheimen nasjonalpark. I denne tronge og eigenarta dalen finst varmekjær lauvskog og høge fossar. Folkevegen som snirklar seg oppover dalen kryssar den ville Utlei fleire gongar på sin gang mellom dalsidene.

Ser du deg sjølv på ein av dei kvassaste toppane? Fjellklatringa i Jotunheimen står like sterkt nå som da engelskmennene byrja å utforska desse fjella på 1800-talet og mange følgjer fortsatt fotspora til Slingsby og dei andre pionerane.

Dagdrøymer du om rykket i fiskestonga i det fjellauren bit på? Er haustdraumen å stikke til fjells med familien, hoppe frå stein til stein langs ein stig og opne nistepakka på toppen av ei steinblokk? I Jotunheimen treng ikkje alt dette berre vere ein draum.

Både tinderanglarar og barnefamiliar finn vegen til Jotunheimen. Her kan du nyte frodig og blomstrande vegetasjon, oppleve magien i blåisen, meistringa i fjellveggen og vandre i dagevis i steinur, snøfonner og mektige fjell. Eller berre nyte utsikta.



Foto: Thor Østbye

Besseggen ragar høgt over Gjende og Bessvatnet.



Foto: Terje Valen Heihjelle

Vettisfossen - 275 meter i fritt fall.

Opplevingar

I Jotunheimen har vi plass til både tinderanglaren og blomsterelskaren. Både dei med høgfjell under huda og førstereisande til fjellheimen finn gode opplevingar her. Manglar du kjennskap til fjellferd på eige hand eller ønskjer du deg turfølgje? Finn fjellet saman med ein fjellfører!

Hytte til hytte

Dei merka stiene i Jotunheimen leier deg nesten alltid til ei turisthytte. På dei fleste hyttene får du varm mat på bordet og tak over hovudet for natta, dersom du ikkje heller ordnar deg sjølv på ei av dei ubetjente hyttene. Har du telt med deg i sekken har du all verdas moglegheiter! Ta med fiskestonga også, for auren i jotunheimvatna kan lurast. Kjøp fiskekort på *inatur.no*.

Klimapark 2469

Opplev fjell og klima på ein spennande og lærerik tur gjennom klimaparken ved Galdhøpiggen. Den guida turen blir avslutta inne i istunnelen: 60 meter inne i isen – 6000 år attende i tid. Bestill tur på *klimapark2469.no*.

Besseggen

Besseggen er sjølve ikonet på den norske fjellturen. Turen går delvis i luftig og bratt terreng og med klyving. Undervegs har du utsikt til Gjende og høge fjell i Aust-Jotunheimen. Denne dagsturen krev at forma er god, og at du har med mat og klede for ein dag i fjellet. Bestill billett på Gjendebåten og ta fatt på den mest kjende fotturen i Noreg. Sjå *gjende.no*.

Topptur

Galdhøpiggen har reist seg høgare enn alle andre fjell i Noreg. Følg ein breførar frå Juvasshytta eller gå på eige hand frå Spiterstulen. I Jotunheimen finn du storparten av 2000-meterstoppane i Noreg. Utsikta frå ein tind vekkjer lysta til å besøkje den neste, og slik byrjar tinderanglinga. Følg Høgruta i Jotunheimen – fem dagar på ski over sju 2000-meterstoppar, med lange motbakkar og bratte nedkøyringer.

Brevandring

Eventyrisen i Svellnosbreen er ei verd av is og spennande landskap, ein tumleplass for den eventyrlystne med opplevingstrang, stegjern og isøks. Å ferdast på snøbrear og blåis krev kjennskap til og erfaring med bre og utstyr - eller følgje av ein erfaren breførar.

Utladalen

På Utladalen naturhus får du eit innblikk i naturen og kulturen i dalen og Vest-Jotunheimen. Her, ved inngangen til Utladalen, kan du også nyte ein kaffe og vaffel. Gå den barnevenlege turen langs Folkevegen til Vetti gard. Fint som rusletur, med barnevogn eller sykkel!



Foto: Øyvind Haug

La ungane oppleve Jotunheimen!

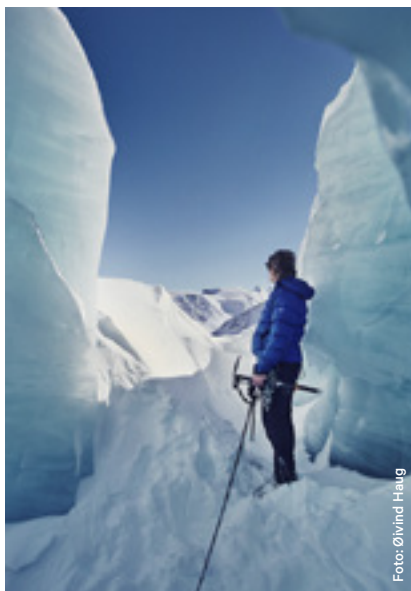


Foto: Øyvind Haug

Ei vakker verd ventar i blåisen.



Foto: Øyvind Pedersen

Mektig utsikt mot Snøholstinden (2141 moh.).

Fakta & informasjon

Jotunheimen nasjonalpark blei oppretta i 1980 og er 1151 km².

	Kvar ligg Jotunheimen	Lom, Vågå og Vang i Oppland fylke. Luster og Årdal i Sogn og Fjordane fylke.
	Korleis kjem eg meg dit?	Buss: Oslo-Gjendesheim-Leirvassbu. Oslo-Tyin-Årdal. Otta-Gjendesheim. Otta-Sogndal. Lom-Juvasshytta. Båt: På Bygdin til Torfinnsbu og Eidsbugarden. På Gjende frå Gjendesheim til Memurubu og Gjendebu.
	Nasjonal turistveg	Fv 55 Sognefjellet Fv 51 Valdresflya
	Nasjonalparklandsby	Lom
	Besøkssenter nasjonalpark	Norsk fjellsenter <i>norskfjellsenter.no</i>
	Utkikkspunkt	Sognefjellshytta
	Planlegg turen	<i>inatur.no</i> <i>ut.no</i> <i>outtt.no/jotunheimen</i>
	Verneområde i nærleiken	Utladalen landskapsvernområde Reinheimen nasjonalpark Breheimen nasjonalpark Rondane nasjonalpark
	Forvaltning og oppsyn	Nasjonalparkstyret for Jotunheimen og Utladalen <i>nasjonalparkstyre.no/Jotunheimen</i> Statens naturoppsyn <i>naturoppsyn.no</i>
	Turistinformasjon	<i>visitjotunheimen.no</i> <i>sognefjord.no</i> <i>nasjonalparkriket.no</i> <i>valdres.no</i>

Dyreliv

Livet i høgfjellet er berre for dei som har knekt koden. Det er ikkje for alle å overleve lange vintrar og strie vindar. Her lever dyr og fuglar som taklar tilhøve ein ikkje skulle tru var moglege å leve i. Dyrelivet i Jotunheimen spenner frå hardføre småfuglar til rovdyr med falkeblikk og skarpe nasar. Dei er alle høgfjellsspesialistar.

Jerv

Smidig og sterk streifar jerven rundt i fjella som jeger og åtseletar. Han er ein einstøing med svært store leveområde. Jerven nyt godt av den talrike førekomsten av rein, som han også deler leveområde med.

Rein

I Noreg har vi eit internasjonalt ansvar for å ta vare på villreinen: Omlag 90 prosent av den ville tundrareinen i verda finst her. Denne høgfjellsarten framfor nokon er tilpassa låge temperaturar og karrige beite, og flokkane er stadig på vandring mellom beite- og kalvingsområde gjennom året. Villreinen held til i Vest-Jotunheimen, medan tamreinlaga i Vågå og Lom driftar store tamreinflokkar aust i Jotunheimen.

Fuglar i fjellet

Når vi er i fjellet, både ser og høyrer vi livet i lufta. Dei store rovfuglane jaktar småvilt, gnagarar og småfuglar. Den nest største rovfuglen i Noreg, kongeørna, kan måle heile 2,2 meter mellom vengespissane. Det er hoa som er størst, noko som er vanleg hjå rovfuglane. Også jaktfalken spenner vidt mellom

vengespissane: Med mål opp mot 1,6 meter er dette vår største falk. Han er ein rask jeger som vanlegvis slår byttet sitt i lufta i høg fart. På menyen står helst rype, og han hekkar difor gjerne i område med god rypebestand. Småfugl kan også bli jaktfalken sitt bytte.

Fuglane er ein del av lydbiletet i fjellet. Den magiske låten til heiloen følgjer mange fjellvandrarar, og høyrer du lyden som av to steinar som smell mot kvarandre, er det steinskvetten som held auge med deg. Med si blå og raudbrune bringe er blåstrupen eksotisk å sjå til, og han finst i bjørkeskog og vierkratt også i høgfjellet.

Svingingar i fjellet

Det karrige livsgrunnlaget i fjellet gjer at mange artar er sårbare og heilt avhengige av god mattilgang og uforstyrra område. Berre slik kan dei halde oppe bestanden.

År om anna kryr det av det av små og hissige lemen i fjellet. Store bestandar av smågnagarar gjev gode kår og meir føde for rovdyr og rovfuglar. I slike år slepp rypa lettare unna og får fram fleire ungar i kullet. Slik kan rypebestanden auke etter gode smågnagarår, og like eins minke etter år med låge smågnagartal.



Foto: Kjell Nyeigard

Innunder snøkleddde toppar finn villreinen beite på avblåste rabbar.



Foto: Øyvind Sandbakk

Blåstrupa kan imitere andre fugleartar.



Foto: Rune Hermansen

Ei viktig brikke i fjellet: Lemen.



Foto: Thomas Rødsjø

Jerven - liten og hardfør.

Landskap

Berggrunnen

Den kaledonske fjellkjeda strekkjer seg heile Noreg på langs, frå nord til sør. Ein del av denne fjellkjeda kjenner vi som Jotunheimen. Jotunheimen sine fjell og tindar er motstandsdyktige mot erosjon, noko dei harde jotunbergartane gabbro og syenitt sørgjer for. Andre stadar i Jotunheimen finn vi lausare og meir næringsrike bergartar, som gjev betre grobotn for ein mangfaldig vegetasjon.

Botanisk mangfald

Høgast av alle blomsterplantene veks issoleia: Heilt opp mot 2370 moh. oppunder Glittertinden! Så snart snøen har smelta, tittar mogopen og raudsildra også fram.

Der det er godt jordsmonn veks det fleire typiske låglandsartar godt over 1000 moh. her i Jotunheimen, mellom dei liljekonvallen. Denne giftige planta var tidlegare brukt i urtemedisinen i

risikofylt behandling av hjartesyjukdom, forkjøling og magevondt.

Langs nordsida av Gjende og under Besseggen gjev kalkrik grunn eit botanisk mangfald i frodig fjellbjørkeskog. I bratte heng veks den kvitkleddede fjelldronninga, også kalla bergfrue og lokalt kalla vianvang. Dette er Noreg sin nasjonalblome.

Lav

Kartlav er ein vanleg art i Noreg. Fordi kartlavet ikkje overlever under is, kan vi ved å sjå på storleiken rekne oss fram til kor lenge eit område har vore isfritt. Kartlavet veks sakte: Har individet ein diameter på fem centimeter, betyr det at alderen er om lag 250 år. Lavet byrjar å vekse så fort is og snø ikkje lenger dekkjer steinen heile året. Lys steinur utan lav har difor vore isfri kortare tid enn lavdekt steinur.

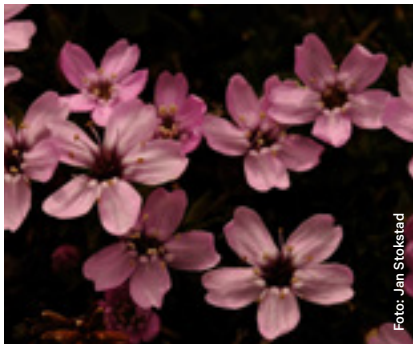


Foto: Jan Stokstad

Fjellsmella veks i tette tuer.



Foto: Kari Swen

Gul kartlav dekorer fjellet.

Velkommen inn, ta vare på naturen

Velkommen på tur i nasjonalparken! Her er det rom for mange om vi tek omsyn til folk og dyr rundt oss. Nasjonalparkane er det beste av norsk natur. Vernet bidreg til å ta godt vare på landskapet og mangfaldet av dyr og planter. Slik kan vi fortsette å samle gode turminne også i framtida.

Allemannsretten. Du kan gå der du vil på beina og på ski. Følg gjerne merka stig eller stikka løype i nasjonalparken. Pausen di kan du ta kvar som helst. Slå opp teltet der du vil så lengje du er over 150 meter frå hus eller hytte der det bur folk. I nasjonalparken kan du plukke bær, sopp og vanlege planter til eige bruk. Omsynet til vegetasjon og dyreliv er viktig, særleg i hekke- og yngletida.

Kulturminne som tufter og fangstgraver er freda, så la stein frå gamle murar liggje.

Søppel. Hugs å rydde opp etter deg og ta med deg søpla heim.

Bål kan du tenne mellom 15. september og 15. april og resten av året på stader der det openbert ikkje kan føre til brann. Følg med på lokale forbod. Vis omsyn til naturen når du finn ved.

Jakt og fiske. I nasjonalparken kan du jakte og fiske som i fjellområde elles dersom du har jakt-/ fiskekort. Det er ikkje lov å bruke levande fisk som agn. Du må heller ikkje ta med levande fisk

eller vått fiskeutstyr frå eit vassdrag til eit anna.

Hund i nasjonalparken. Hunden er velkommen med på tur. Mellom 1. april og 1. oktober/ 1. november skal alle hundar haldast i band. Ta omsyn til vilt, beitedyr og menneske året rundt. Særleg reinen er sårbar om vinteren og våren.

Framkomstmiddel med motor er i utgangspunktet forbode i nasjonalparken.

Klede og utstyr. Vêret i fjellet kan skifte brått både sommar og vinter. Sommaren kan by på varme og blå himmel eller låge temperaturar og tjukk skodde. Vinterturar kan gje deg sol og lang sikt eller kalde vindar og tett snødrev.

Du må sjølv vurdere vêr og føre, form og ferdigheiter og førebu deg med eigna klede og utstyr. Å ferdast i fjellet kan vera krevjande. Å vera på tur med ein fjellfører gjev tryggleik og nyttige tips.

God planlegging gjev ei god turoppleving!



Jotunheimen
nasjonalpark

Kartinformasjon Jotunheimen nasjonalpark

Velkomen inn i naturen

Dette er eit kart utvikla for merkevara Noregs nasjonalparkar. Alle norske verneområde, uavhengig av vernekategori, er ein del av denne merkevara. Desse karta er utvikla ut frå kjennskap om korleis verneområdet vert

brukt og kva område som er sårbare for besøk – grunnlaget for besøksforvaltninga. Dette kartet er ikkje eit turkart, men gjev deg ei oversikt over tilboda i det aktuelle verneområdet og området rundt.



Sognefjellshytta

Ved Sognefjellshytta opplever du norsk høgfjellsnatur i samspel med arkitektur. Følg ein godt tilrettelagd gangveg med fast underlag, om lag ein kilometer lang, rundt vestre del av Fantesteinsvatnet. Ved å ta ein avstikkar opp til toppen sør for Fantesteinsvatnet kan du sjå dei store fjellmassiva Hurrungane, Smørstabbtindane og Fannaråken.



Besøkscenter nasjonalpark

Lom

Norsk fjellsenter er besøkscenter for nasjonalparkane Jotunheimen, Reinheimen og Breheimen og gjev deg informasjon om turar og aktivitetar i fjell og nasjonalparkar. På fjellsenteret kan du sjå utstillingar om folk og fjell, og ta deg ein tur i butikken der du finn turkart, fjellbøker for store og små, lokalt handverk og suvenirar.



Nasjonalparklandsby

Lom

Landemerket Lomseggen kneisar over Lom nasjonalparklandsby, ein naturleg stoppestad før turen går til fjells. Her finn du overnatting, mat og turutstyr, og informasjon om naturopplevingar rundt nasjonalparklandsbyen og til fjells.



Informasjonspunkt

Nasjonalpark

Få meir informasjon om Jotunheimen på informasjonspunkta. Desse er også gode utgangspunkt for turar i nasjonalparken og fjella rundt.



Parkering nasjonalparken



Serveringssted



Anbefalt fotomulighet



Knutepunkt transport



Båtforbindelse



Overnattingsmuligheter



Tilrettelagt camping



Turisthytte betjent



Turisthytte selvbetjent



Turisthytte ubetjent



Tilgjengelig tursti



Tursti sykkel



Tursti fottur



Ski vinterløype

