ÚTIVIST

2020



FRÍTT eintak

utivist.is

FJALLA KOFINN

ÆVINTÝRAFERÐIR

Fjölbreyttar göngu- og hjólaferðir til Evrópu

Kíktu inn á **ferdir.fjallakofinn.is** og skoðaðu úrvalið



Einnig skipuleggjum við sérferðir fyrir einstaklinga og hópa

Hafið samband við okkur á **ferdir@fjallakofinn.is**
eða í síma **5109500**

Fjallakofinn ævintýraferðir | Kringlan 7 | 103 Reykjavík | Sími 510 9500 | ferdir@fjallakoifnn.is

GARMIN

GARMIN GPS OG inREACH SAMSKIPTATÆKNIN SKILAR OKKUR HEIM.



FENIX 6
SPORT- OG ÚTIVISTARÚR MEÐ
KORTI OG MIKILLI RAFHLÖÐUENDINGU

INREACH MINI
GERVIHNATTA NEYÐARSENDIR,
TRACKER OG SAMSKIPTATÆKI

GPSmap 66s
3" SKJÁR MEÐ FRÁBÆRRI UPPLAUSN
OG TENGJANLEGT VIÐ SNJALLSÍMA

GARMINBÚÐIN

ÖGURHVARFI 2, 203 KÓPAVOGUR | SÍMI: 577 6000 | GARMIN.IS



ÚTIVIST, ferðafélag
Laugavegi 178 · 105 Reykjavík
Netfang: utivist@utivist.is
Vefsíða: utivist.is

Sími
562 1000

Forsíðumynd: Í Múlatungum inn af Goðalandi. Mynd: Ingibjörg Eiríksdóttir.

Myndir: Fanney Gunnarsdóttir, Grétar W. Guðbergsson, Guðbjartur Guðbjartsson, Guðmundur Örn Sverrisson, Guðrún Hreinsdóttir, Gunnar S. Guðmundsson, Ingibjörg Eiríksdóttir, Ingvi Stígsson, Rúnar J. Hjartar, Skúli H. Skúlason, Vala Friðriksdóttir, Þorleifur Eggertsson.

Útgefandi: Ritform ehf. í samvinnu við Útivist.
Ábyrgðarmaður: Skúli H. Skúlason.
Auglýsingar og umbrot: Ritform ehf.
Myndvinnsla: Gunnar S. Guðmundsson.
Prentun: Ísafoldarprentsmiðja – Desember 2019



Hvað er það við útivist sem við sækjumst í?

Síðast liðið sumar gekk ég hringinn í kringum Langasjó sem er ein af náttúruperlum okkar Íslendinga. Þetta er fáfarin gönguleið, um 60 km og hún krefst þess að þú berir allan búnað með þér. Þetta er ein af þeim leiðum sem mig hefur alltaf langað að ganga og nú lét ég verða að því.

Ég lagði af stað frá skála Útivistar sem er staðsettur rétt undir Sveinstindi. Þessa tvo daga sem tók að ganga hringinn var veðrið með besta móti, 20 gráður og logn. Þessi veðurskilyrði gerðu þessa göngu frábrugðna öðrum göngum sem ég hef farið í vegna þess að hluti af þeim vistum sem ég hafði meðferðis skemmdist í hitanum og hver er í ullarsokkum í göngum á Íslandi í þvílíkum hita? Ég hafði búið mig undir örlítið kaldari aðstæður þar sem Langisjór er staðsettur undir jökli í 600 metra hæð.

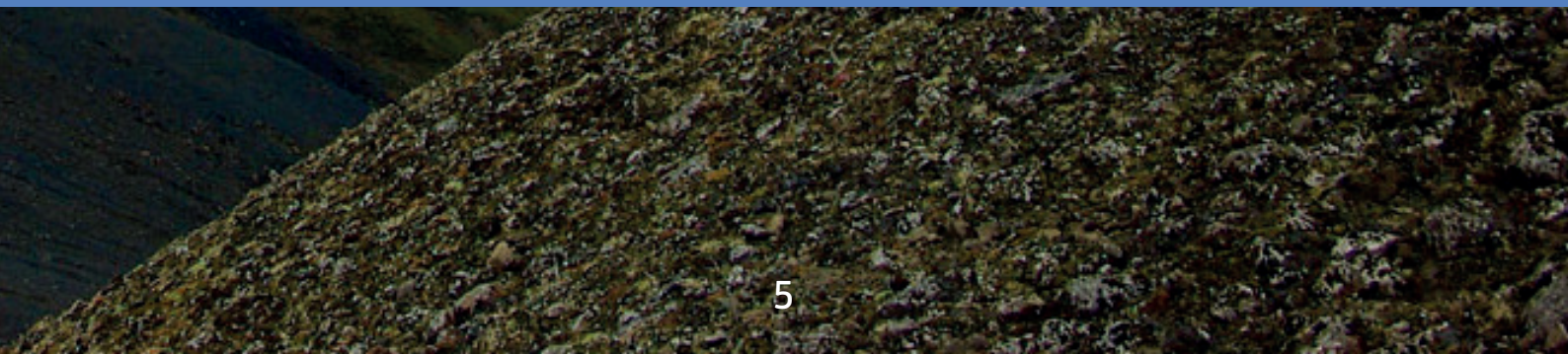
Ég varð ekki vör við neinar mannaferðir á leið minni en þó mátti sjá nokkur fótspor í sandinum. Upplifunin var líkt og ég væri ein í heiminum, náttúran og fegurðin umlukti mig og ferðafélagann. Þögnin og kyrrðin var ómetanleg. Þó var markmið ferðarinnar einfalt, njóta samvista hvors annars, upplifa núið og komast aftur til byggða.

Stuttar eða langar gönguferðir í ósnortinni náttúru geta virkað sem góður sálfræðitími hvort sem maður er einn eða í félagsskap annarra. Þar gefst tækifæri til að ræða um það sem liggur manni á hjarta og aðstæðurnar bjóða upp á að á mann sé hlustað, án áreitis. Fyrir mér er útivist ómetanleg og þar slær hjartað mitt.

Markmið Ferðafélagsins Útivistar er að skapa tækifæri fyrir einstaklinga, vana jafnt sem óvana, til að fara í gönguferðir sem þeir annars myndu líklegast aldrei leggja í. Við viljum fara óhefðbundnar sem og hefðbundnar gönguleiðir sem meðlimir Útivistar hafa ánægju af.

Samfélag félagsmannanna er fjölþætt. Hvort sem þú kýst að ganga, hjóla eða fara um á gönguskíðum þá er þetta samansafn af líflegum og uppbyggjandi einstaklingum sem mynda samfélagið okkar, Ferðafélagið Útivist. Ef þú heillast af útivist og frábærum félagsskap þá er Útivist fyrir þig!

Kristjana Ósk Birgisdóttir
Varaformaður Útivistar





Fjallfarar Útivistar

Fjallfarar Útivistar er samhentur hópur félagsmanna sem gengur saman 20 skipulagðar göngur frá ágúst 2020 fram í júní 2021. Dagskráin er fjölbreytt og ferðirnar af ólíkum toga enda spannar hún allar árstíðir. Styttri og lengri ferðum er blandað saman, bæði dagsferðum og kvöldferðum. Dagskráin samanstendur m.a. af fjallgöngum, þjóðleiðum, þemaferðum, óvissuferðum auk klassískra Útivistarferða á borð við afmælisgöngu á Keili.

Að jafnaði er ein kvöldganga í mánuði og ein dagsferð með undantekningum þó. Dagskránni lýkur með glæsilegri helgarferð. Í kvöldgöngum og einstaka dagsferðum sameinast hópurinn í bíla en í öðrum ferðum verður ferðast í rútu. Brottför í kvöldgöngur er venjulega kl. 18:00 á miðvikudögum og í dagsferðum kl. 8:00 á laugardögum.

Fjallfarar henta þeim sem hafa þegar tekið sín fyrstu skref í fjallgöngum og útivist og vilja ferðast drjúgar dagleiðir og fara í skemmtilegar kvöldgöngur í góðra vina hópi. Rík áhersla er lögð á vingjarnlegt andrúmsloft, liðsheild og félagsanda.



Við tökum vel á móti þér um land allt



Á 95 stöðum um land allt



Frítt **Wi-Fi** á völdum N1 þjónustustöðvum

KAFFI & CROISSANT

Þú átt það skilið!



Nesti

KJÖTSÚPA

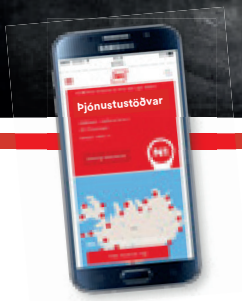
Alltaf góð



Nesti

N1 kortið færir þér bæði afslátt og punkta





Sæktu um kortið á **n1.is** og byrjaðu að spara og safna.

HAMBORGARI & FRANSKAR

Sá allra besti



Nesti

Við erum með þétt net Þjónustustöðva um allt land. Þú finnur hver af þessum **95 stöðvum** er næst þér á **www.n1.is**.

Alltaf til staðar N1



Útivistarlífið

Hópverkefnið Útivistarlífið hóf göngu sína vorið 2019 hjá Ferðafélaginu Útivist og var ákaflega vel tekið enda ein fjölbreyttasta útivistardagskrá sem völ er á. Í Útivistarlífinu býðst byrjendum sem og lengra komnum að taka þátt í fjölda ferða þar sem fólk blandar saman hefðbundnum kvöld- og dagsferðum, þrekæfingum,og öðrum útivistargreinum.

Þátttakendur taka þátt í níu kjarnaviðburðum, þ.e. þremur kvöldferðum, þremur dagsferðum og þremur þrekæfingum. Að auki geta þátttakendur valið tvær greinar: náttúrujoga gönguskíði, sjósund, vetrarsalsa, gönguþrennu, utanvegahlaup eða ferðahjólreiðar.

Hér er lykilsetningin „viltu prófa?" því valgreinarnar eru miðaðar við byrjendur sem langar að prófa fjölbreytta útivist. Þátttakendur geta verið óhræddir við að prófa greinar sem þeir þekkja lítið til og ekki þarf að teljast góður á gönguskíðum, í sjósundi eða joga til að taka þátt. Byrjendur fá leiðsögn við fyrstu skrefin í þeim greinum sem valdar eru. Heildarfjöldi viðburða er á bilinu 16-19 eftir greinum. Rétt er að taka fram að starf Útivistarlífsins skarast ekki við starf Fjallfara.

Útivistarlífið er á dagskrá tvisvar sinnum á ári. og allir eru að sjálfsögðu velkomnir. Fylgstu með á Facebooksíðu Útivistar þar sem fram koma upplýsingar um dagskrána og opnað verður fyrir skráningu.

Jóga í náttúrunni

Jóga er frábær líkamsrækt og passar einstaklega vel með gönguferð í náttúrunni. Jóga miðar að því að gera okkur heilbrigð á líkama, huga og sál með æfingum, öndun og hugleiðslu. Jóga hjálpar okkur að vera í góðu jafnvægi, andlega og líkamlega. Segja má að gönguferð í náttúrunni gefi okkur það sama í gegnum líkamlega áreynslu en einnig í gegnum önnur skilningarvit; með öndun, sjón, heyrn og hugsun. Í gönguferð í náttúrunni reynum við líkamlega á okkur og um leið drögum við að okkur hreint útiloft, finnum lykt í náttúrunni, hlustum á fuglasöng og önnur náttúruhljóð, horfum á fallegt útsýni og verðum fyrir hughrifum. Saman mynda jóga og gönguferð enn sterkari upplifun og áhrif heldur en hvort um sig eitt og sér.

Útivist býður upp á Jógaferð í Þjórsárdal dagana 4.-6. júlí og gefst þar tilvalið tækifæri til að upplifa þetta allt. Gist er í skála í Hólaskógi og ferðast um einstaklega fallegt umhverfi í næsta nágrenni.



KLETTUR

Hvern vilt þú dekka?

Ekki gera málamiðlanir þegar kemur að öryggi

- veldu Goodyear



GOODYEAR

MADE TO FEEL GOOD.







Paradísin í Básum

Einn fallegasti ferðamannastaður á Íslandi er í Básum á Goðalandi. Við hikum ekki við að fullyrða það og vitum að margir eru okkur sammála. Í skjóli hárra fjalla og jökla breiðir birkikjarrið úr sér um gil og hlíðar og skapar einstaklega veðursæla náttúruparadís. Í Básum er fjöldi gönguleiða og hægt er að eyða mörgum dögum við náttúruskoðun. Tvær vinsælustu gönguleiðir landsins geta endað í Básum, hinn víðfrægi Laugavegur og gönguleiðin yfir Fimmvörðuháls. Tilvalið er að gista í Básum eftir göngu á þessum fjölsóttu leiðum.

Í Básum eru tveir gistiskálar þar sem 60 geta gist í stærri skálanum og 23 í þeim minni. Ágæt eldunaraðstaða er í báðum skálum og rennandi vatn frá vori og fram á haust. Stórt tjaldsvæði er í Básum og salerni víðsvegar um svæðið auk þess sem gestir hafa aðgang að sturtum. Inni á milli trjánna er víða hægt að finna skemmtilega staði fyrir minni tjöld þar sem hægt er að vera í ró og næði þó margir séu á svæðinu. Stórum tjöldum má koma fyrir á sléttum og góðum flötum. Loks má nefna að gott pláss er fyrir tjaldvagna og fellihýsi og aðgengi auðvelt. Frítt er á tjaldsvæðið fyrir félagsmenn í Útivist.

https://www.utivist.is/skalar/basar-a-godalandi





Tindfjallasel

Útivist hefur í samvinnu við Flugbjörgunarsveitina í Reykjavík tekið nýjan skála í notkun í Tindfjöllum sem nefnist Tindfjallasel. Þetta er neðsti skálinn af þremur í Tindfjöllum og kemur hann í stað eldri skála Flugbjörgunarsveitarinnar. Tilkoma skálans opnar nýja möguleika á að njóta margs konar útivistar á þessu stórkostlega svæði. Hann hentar vel fyrir bækistöðvaferðir, hvort heldur er á gönguskíðum að vetri eða fyrir gönguferðir að sumarlagi. Auðveldara verður að fara í lengri ferðir þar sem gengið er yfir Tindfjöll og áfram í Hungurfit og Dalakofann.

Saga Tindfjalla sem útivistarsvæðis á sér nokkuð langa sögu. Fjallamenn með Guðmund frá Miðdal í fararbroddi sóttu mikið á þetta svæði um miðja síðustu öld og byggðu þeir fyrsta skálann í Tindfjöllum árið 1941. Þekktustu tindarnir eru Ýmir og Ýma, en af öðrum má nefna Saxa, Búra, Haka, Hornklofa, Sindra og Ásgrindur að ógleymdum Tindi sem svæðið dregur nafn sitt af. Hér er því nóg af toppum til að klífa.



FETAÐU NÝJAR SLÓÐIR

Í FATNAÐI SEM ÞÚ GETUR TREYST.

ÚTIVISTARDEILDIN ER Í SMÁRALIND



ARNASYNIR

THE NORTH FACE

ÚTILÍF

síðan 1974

KRINGLUNNI · SMÁRALIND

utilif.is



Skælingar

GPS-hnit N 63°58,849 / V 18°31,319
Gistipláss í skála eru 16 talsins
Tjaldstæði
Salernishús
Vatn er sótt í lækinn

Steinolíuofn til upphitunar
Gashellur til eldunar
Verð á gistingu í skála:
3.200 kr. fyrir félagsmenn
5.700 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:
Gjátindur
Eldgjá
Uxatindar
Grettir



Velkomin í Dalvíkurbyggð

Fyrir þá sem vilja njóta náttúrunnar frá fyrstu hendi er Dalvíkurbyggð tilvalinn staður en sveitarfélagið liggur við náttúruparadís á Tröllaskaga auk þess að hafa frábært aðgengi að sjó. Frá Dalvíkurhöfn siglir ferjan Sæfari milli Dalvíkur og Grímseyjar og ferjan Sævar siglir frá Árskógssandarhöfn á milli Árskógssandar og Hríseyjar

Í Dalvíkurbyggð er fjölmargar gönguleiðir að finna og þar má einnig finna glæsilega sundlaug, byggðasafnið Hvol, einstakt skíðasvæði, 9 holu golfvöll, sjóstangveiði og hvalaskoðun, hestaferðir og margt, margt fleira. Það er tilvalið að skella sér á Dalvík og upplifa kyrrðina, öryggið og dásamlegt útsýnið.





Komdu og upplifðu Dalvíkurbyggð
- og þú munt ekki sjá eftir því!

Allar frekari upplýsingar um það sem hægt er að gera í Dalvíkurbyggð má finna á heimasíðu Dalvíkurbyggðar, www.dalvikurbyggd.is

DALVÍKURBYGGÐ

FJÖLNOTA POKAR ERU FRAMTÍÐIN

Vínbúðirnar hafa á boðstólum úrval af fjölnota pokum fyrir viðskiptavini.



HÁR SVARTUR með 2 hólfum fyrir vínflöskur | **150 KR.**



STÓR SVARTUR með 12 hólfum fyrir bjórflöskur | **200 KR.**

Stöndum með náttúrunni og veljum fjölnota!



120 KR. SVARTUR

150 KR. GRÁR

180 KR. RAUÐUR

VÍNBÚÐIN

Fimmvörðuskáli

GPS-hnit er N 63°37.320 W 19°27.093
Opinn 15. júní til 31. ágúst
Símanúmer í skála 893 4910
Gistipláss í skála eru 20 talsins
Salerni
Gashellur til eldunar
Eldunaráhöld og borðbúnaður
Verð á gistingu í skála:
4.200 kr. fyrir félagsmenn
7.200 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Gosstöðvarnar á Fimmvörðuhálsi
Magni og Móði
Eyjafjallajökull
Mýrdalsjökull
Þórsmörk
Básar á Goðalandi





Fimmvörðuháls

Ein þekktasta gönguleið landsins liggur yfir Fimmvörðuháls, frá Skógum og yfir á Goðaland og Þórsmörk. Þessi leið er fyrir löngu orðin sígild og hana fara margir ár eftir ár. Leiðin er rómuð fyrir fjölda fagurra fossa og flúða þar sem Skógaá hlykkjast niður af Hálsinum um grasi gróna hvamma. Efst á Hálsinum stendur skáli Útivistar og er hann gott skjól hvort heldur til næturgistingar eða fyrir nestisstopp. Þegar tekur að halla undan fæti norðan Hálsins blasir Goðaland og Þórsmörk við í allri sinni dýrð. Í góðu skyggni er útsýni yfir Fjallabak eins og það leggur sig.

Full ástæða er til að bera virðingu fyrir gönguleiðinni yfir Fimmvörðuháls. Veður getur breyst hratt á þessum slóðum og oft liggur þoka yfir Hálsinum. Góður búnaður, hlý útivistarföt og grunnþekking í rötun þarf ævinlega að vera með í för. Í ár fer Útivist í nokkrar ferðir yfir Fimmvörðuháls þar sem reyndir fararstjórar leiða hópinn. Ýmist er gist í Fimmvörðuskála eða gengið yfir í Bása á Goðalandi á einum degi.

https://www.utivist.is/frodleikur/leidarlysingar/fimmvordu-hals---2-dagar











Fjölskylduferðir Útivistar

Börn hafa skemmtilega sýn á náttúruna. Við réttar aðstæður upplifa þau ævintýri úr einföldustu fyrirbærum og hinir fullorðnu njóta góðs af gleði þeirra. Þess vegna eru fjölskylduferðir þar sem börn og fullorðnir ferðast saman skemmtilegar fyrir alla.

Útivist er ár hvert með á dagskrá góðar fjölskylduferðir þar sem áhersla er lögð á barnvæna útivist og afslappað en skemmtilegt andrúmsloft.

Hér að neðan eru nokkrar ferðir úr ferðaáætlun Útivistar sem henta einstaklega vel fyrir bæði börn og fullorðna.

9.5.	Fjölskylduhjólaferð: Hjól og grill í Heiðmörk
29.5.-1.6.	Fjölskylduferð í Bása um Hvítasunnu
3.-4.7.	Hjólað í útilegu upp í Mosfellsdal – Fjölskylduferð
26.-30.7.	Ævintýri við Strút
7.-9.8.	Fjöldskylduferð yfir Fimmvörðuháls
28.-30.8.	Berjaferð í Bása
23.-25.10.	Vetrarfrí í Básum
27.-29.11.	Aðventuferð

Nánari lýsingar á fjölskylduferðunum má finna á vef Útivistar.


Verndum
náttúruna
Stólpi Gámar bjóða upp á salernishús sem hægt er að fá í mörgum stærðum, allt frá stökum gámum með einu salerni upp í stórar samsettar einingar.
Salernin koma með öllum tækjum og lögnum og því tilbúin til notkunar - að-eins þarf að tengja vatn og frárennsli.
Seljum einnig og leigjum gistieiningar og geymslugáma - sérsniðnar lausnir að þörfum viðskiptavina
stolpigamar.is
Hafðu samband 568 0100
Stólpi Gámar
Óseyrarbraut 12 | 220 Hafnarfirði | Klettagörðum 5 | 104 Reykjavík



Undraveröld Skælinga

Á Skælingum á Skaftártunguafrétti er einstakt landslag. Sérstakar hraunmyndanir úr Skaftáreldum setja svip sinn á umhverfið og gera staðinn að sannkallaðri undraveröld. Margir hafa lýst staðnum sem náttúrulegum lystigarði og er sú lýsing ekki fjarri lagi. Skammt fyrir austan Skælinga ólmar Skaftá, gjarnan móbrún að lit. Af nálægum tindum má nefna Uxatinda og Gjátind sem gnæfir yfir Eldgjá.

Skælingar eru úr alfaraleið en þó er þar skáli. Skálinn er gamall gangnamannakofi sem Útivist gerði upp í samvinnu við sveitarfélagið. Gönguleið kennd við Sveinstind og Skælinga liggur um þessar slóðir. Í ferðum Útivistar er byrjað á því að ganga á Sveinstind við Langasjó, en þaðan er gengið í skála undir fjallinu. Daginn eftir er gengið á Skælinga og áfram upp á brún Eldgjár og í Hólaskjól þar sem gangan endar.

https://www.utivist.is/frodleikur/leidarlysingar/sveinstindur-skaelingar







HVER ER ÞÍN UMHVERFISVITUND?

GARÐYRKJA | NÁTTÚRA & UMHVERFI | SKÓGUR | SKIPULAG & HÖNNUN | RANNSÓKNIR






VELKOMIN Í LBHÍ

Í Landbúnaðarháskóla Íslands eru fjölmargir námsmöguleikar í boði bæði í starfsmenntadeild á framhaldsskólastigi og grunn- og framhaldsnám á háskólastigi.

Við leggjum áherslu á að efla rannsóknir, nýsköpun og kennslu með sjálfbærni, hagsæld og framsækni að leiðarljósi.

STARFSMENNTANÁM

- Blómaskreytingar
- Búfræði
- Garð- & skógarplöntu-framleiðsla
- Lífræn ræktun matjurta
- Skógur & náttúra
- Skrúðgarðyrkja
- Ylrækt

GRUNN- & FRAMHALDSNÁM

- Búvísindi
- Hestafræði
- Náttúru- & umhverfisfræði
- Skógfræði
- Umhverfisskipulag
- Skipulagsfræði



Jeppadeildin

Jeppaferðir eru skemmtileg leið til að kynnast hálendinu. Á góðum jeppa má komast víða um hálendið og kynnast stöðum sem annars væri erfiðleikum bundið að nálgast. Í jeppaferðum opnast heill heimur af stórkostlegri nátturu.

Hálendið að vetri er ekki síður mikill ævintýraheimur og með tilkomu sérútbúinna jeppa hafa opnast möguleikar á vetrarferðum sem heilla marga. Á góðum vetrardegi er fegurð óbyggðanna einstök. Til þess að fara í hálendisferðir að vetrarlagi þarf fleira að koma til en vel útbúinn jeppi, að mörgu er að hyggja og nauðsynlegt að hafa getu og kunnáttu til að takast á við margvíslegar aðstæður. Þess vegna er kjörið að koma í ferð með jeppadeild Útivistar þar sem reyndir jeppamenn leiða för.

Í ferðum jeppadeildarinnar koma þátttakendur á eigin bíl en fararstjórar sem hafa góða reynslu af jeppaferðum sjá um leiðsögn. Í vetrarferðum eru gerðar sérstakar kröfur um búnað jeppa en sumarferðir og haustferðir henta lítið breyttum eða óbreyttum jeppum.





Styrkir til líkamsræktar

Mörg stéttarfélög veita félagsmönnum sínum styrki til líkamsræktar. Margir nýta þessa styrki til að ferðast með Útivist. Við hvetjum félagsmenn til að kanna hvað þeim stendur til boða hjá sínu stéttarfélagi. Hugsanlega leynist þar möguleiki á enn frekari þátttöku í ferðum Útivistar.

Forfallatryggingar

Við vekjum athygli þátttakenda í ferðum á að kynna sér hvort ferða-, forfalla- og slysatryggingar séu hluti af fjölskyldutryggingu. Einnig má hafa í huga að þegar ferð er greidd með kreditkorti eru oft einhverjar ferðatryggingar innifaldar.

Íþróttamiðstöðin
Blönduósi



Sundlaug - Íþróttahús - Þreksalur

Sumaropnun

frá 1. júní

Virka daga

8:00 - 21:00

laugardaga og sunnudaga

10:00 - 20:00

Vetraropnun

frá 20 ágúst

Þriðjudaga og fimmtudaga: 07:45 - 21:00

Mánudaga og miðvikudaga: 06:30 - 21:00

Föstudaga: 06:30 - 17:00

Laugardaga: 10:00 - 16:00

sunnudaga: lokað

Athugið:

- Hætt er að hleypa ofan í sundlaugina 30 mín. fyrir lokun.



www.imb.is

Sími: 452-4178





Hátíðahöld í Básum

Oft er sagt að hjarta Útivistar slái í Básum og á það sannarlega við síðustu vikur ársins. Þá er farið í ferðir í Básа sem eiga það sammerkt að búa yfir ævintýraljóma og hátíðarbrag. Hver árstíð setur sinn svip á svæðið.

Aðventuferð

Aðventuferðin er tilvalin fjölskylduferð þar sem áhersla er lögð á notalega aðventustemmningu með föndri, gönguferðum, jólahlaðborði og kvöldvöku. Stressið er skilið eftir heima en í staðinn er fjalla-kyrrðarinnar notið. Kertaljós koma í stað neonljósa auglýsinganna. Farið er með rútu frá BSÍ föstu-daginn 27. nóvember.

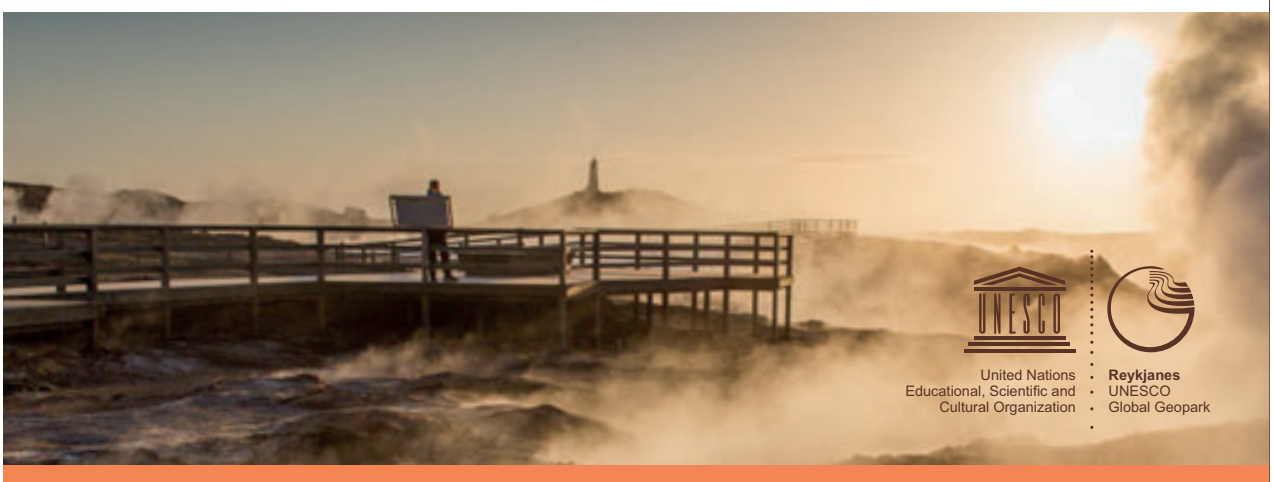
Áramót í Básum

Áramót eru tími uppgjörs og góðra fyrirheita. Áramótaheitin fela oft í sér heilbrigða lífshætti, útiveru og fyrirætlanir um að njóta lífsins með uppbyggilegum hætti. Rétta umgjörðin fyrir slík heit er í Básum þar sem náttúran ræður ríkjum. Áramót í Básum eru öllum ógleymanleg upplifun þar sem samspil náttúrunnar, áramótabrennu og flugelda skapar sérstakt andrúmsloft sem lætur engan ósnortinn. Nýju ári er svo fagnað með kvöldvöku og söng. Farið er með rútu frá BSÍ kl. 8:30 þann 29. desember, en heimkoma er á nýársdag.

UPPLIFÐU KRAFTMIKLA
OG ÆGIFAGRA NÁTTÚRU
Á REYKJANESI

REYKJANES · UNESCO · GLOBAL · GEOPARK ·

reykjanesgeopark.is — visitreykjanes.is





Jarðfræðiferðir

Stundum er sagt að Ísland sé eins og stór tilraunastofa í jarðfræði og víst er að náttúra landsins er áhugaverð fyrir jarðfræðinga og áhugafólk um jarðfræði. Víða má sjá með berum augum hvernig náttúruöflin móta landslagið.

Gosbeltið liggur þvert í gegnum landið og mótar það ásamt jöklum, jökulfljótum og öðrum náttúruöflum.

Fyrir leikmenn eykur það innsýn og skilning á landmótuninni ef ferðast er undir leiðsögn sérfræðinga á þessu sviði. Tækifæri til þess er að fara í jarðfræðiferðir með Útivist. Í ár eru fjórar slíkar ferðir á dagskrá.

Þann 25. apríl verður á dagskrá jarðfræðiferð um Reykjanes. Ásta Þorleifsdóttir jarðfræðingur og Útivistarfélagi til margra ára leiðir þessa ferð og fræðir þátttakendur um það sem fyrir augu ber.

Um mánuði síðar verður Ásta aftur á ferðinni með jarðfræðiferð um Vesturland, en sú ferð er á dagskrá þann 23. maí.

Helgina 17.-19. júlí verður á dagskrá ferð þar sem gengið verður inn að Morsárjökli. Í þeirri ferð mun Þorsteinn Sæmundsson fræða göngumenn um þá landmótun sem þar er í gangi. Aftur verður Þorsteinn á ferð með okkur helgina 14.-16 ágúst, en að þessu sinni verður farið í Básá Goðalandi og gengið inn að Tungnakvíslarjökli. Eins og fram hefur komið í fréttum eru athyglisverðar breytingar að eiga sér stað á þeim slóðum sem gaman er að skoða og velta fyrir sér.



Básar á Goðalandi



GPS-hnit N63°40,559 / V19°29,014
Símanúmer hjá skálaverði 893 2910

Gistipláss í skálum eru 83 talsins
Skála skal rýma fyrir kl. 11 á brottfarardegi
Innskráning á komudegi er eftir kl. 14
Gashellur til eldunar
Eldunaráhöld og borðbúnaður
Grill
Salerni yfir sumartímann, þurrklósett að vetri
Sturtur (verð 500 kr.) yfir sumartímann
Verð á gistingu í skála:
Fyrir félagsmenn í Útivist 4.200 kr.
Almennt verð 7.200 kr.

Tjaldstæði

Tjaldstæði við skála
Salerni yfir sumartímann
Sturtur (verð 500 kr.) yfir sumartímann
Grill
Tjaldgjöld:
Fyrir félagsmenn í Útivist 0 kr.
Almennt verð 1.700 kr. + 300 kr. skattur á tjald

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Gosstöðvar á Fimmvörðuhálsi
Eyjafjallajökull
Mýrdalsjökull
Þórsmörk
Útigönguhöfði

Leigi út hópferðabíla
8 til 70 manna
einnig 4x4 hálendisbíla



Sæmundur Sigmundsson

Kveldúlfsgötu 17 – Borgarnesi

Símar í Borgarnesi
437 1333 – 437 1373
Fax 437 2373

Símar í Reykjavík
566 7833 – 552 2202
Fax 566 7933

VERTU ALLTAF
MEÐ RÉTTU GRÆJURNAR!

GÖNGULJÓS
LEITARLJÓS
ÖRYGGISLJÓS
TALSTÖÐVAR
VINDHRAÐAMÆLAR
HITAMYNDAVÉLAR



...VIÐ **MÆLUM** MEÐ ÞVÍ **BESTA**

ÍSMAR

SÍÐUMÚLA 28 / 108 REYKJAVÍK
SÍMI 510 5100 / ISMAR.IS



Dagsferðir

4.1.	Nýárs og kirkjuferð: Kálfatjarnarkirkja
11.1.	Arnarhamar og Smáþúfur
18.1.	Reykjaborg, Þverfell og Reykjafell
25.1.	Krýsuvíkurgata
1.2.	Flatafell, Stórhóll og Helgufoss
8.2.	Hrafnhólar, Tröllafoss og Þríhnúkar
15.2.	Reykavegur 1: Reykjanesviti – Þorbjörn
22.2.	Húsfell og Búrfellsgjá
29.2.	Reykjavegur 2: Þorbjörn – Leirdalur
7.3.	Litli Meitill og Stóri Meitill
14.3.	Reykjavegur 3: Leirdalur – Djúpavatn
21.3.	Afmælisganga á Keili
28.3.	Reykjavegur 4: Djúpavatn – Kaldársel
4.4.	Vestursúla
18.4.	Reykjavegur 5: Kaldársel – Bláfjöll
25.4.	Jarðfræðiferð um Reykjanes
2.5.	Reykjavegur 6: Bláfjöll – Hamragil
9.5.	Litla og Stóra Kóngsfell
16.5.	Reykjavegur 7: Hamragil – Nesjavellir
23.5.	Jarðfræðiferð á Vesturland
30.5.	Eyjafjallajökull
6.6.	Tröllladyngja, Grænadyngja og Eystra Lambafell
13.6.	Hafnarfjall
16.6.	Leggjabrjótur næturganga
27.6.	Þórisjökull
4.7.	Helgrindur
1. 8.	Syðsta-Súla
8.8.	Litla Björnsfell
15.8.	Umhverfis Skriðutinda
22.8.	Flugeldaganga
29.8.	Kvigindisfell – Botnsdalur
5.9.	Horfnir skálar á Hellisheiði
19.9.	Hátindur – Laufskörð
26.9.	Kattartjarnarleið
3.10.	Þingvellir 1: Skinnhúfuhöfði – Hagavík
3.10.	Þingvellir 1: Hengill
10.10	Brynjudalur – Þingvellir
17.10.	Þingvellir 2: Hagavík – Heiðarbær
17.10.	Þingvellir 2: Ármannsfell
24.10.	Brekkukambur
31.10.	Þingvellir 3: Heiðarbær – Þingvellir
31.10.	Þingvellir 3: Hrafnabjörg
7.11.	Vífilsfell
14.11.	Þingvellir 4: Þingvellir – Arnarfell
14.11.	Þingvellir 4: Kálfstindar
21.11.	Lyklafell
28.11.	Þingvellir 5: Arnarfell – Sogshorn
28.11.	Þingvellir 5: Búrfell í Grímsnesi
12.12.	Jólasveinaganga í Heiðmörk

Lengri ferðir

1.-5.7.	Laugavegurinn
2.-5.7.	Sveinstindur – Skælingar
2.-5.7.	Strútsstígur
3.-6.7.	Jökulsárgljúfur
4.-6.7.	Jógaferð í Þjórsárdal
5.-8.7.	Dalastígur
8.-12.7.	Laugavegurinn
9.-13.7	Hornvík – bækistöðvaferð.
10.-14.7.	Lónsöræfi
15.-19.7.	Laugavegurinn
16.-19.7.	Sveinstindur – Skælingar
16.-19.7.	Strútsstígur
16.-19.7.	Perlur í umhverfi Dalakofa
18.-24.7.	Langleiðin: Langanes – Grímsstaðir á Fjöllum
19.-22.7.	Dalastígur
22.-26.7.	Laugavegurinn
26.-30.7.	Ævintýri við Strút
1.-4.8.	Sveinstindur – Skælingar
1.-4.8.	Strútsstígur
5.-9.8.	Laugavegurinn
10.-13.7.	Laugavegur – hraðferð

Helgarferðir

28.-30.1.	Þorrablót í Básum
29.5.-1.6.	Fjölskylduferð í Bása um Hvítasunnu
19.-21.6.	Jónsmessuganga á Fimmvörðuháls
26.-28.6.	Fimmvörðuháls
10.-12.7.	Söguslóðir Grettissögu
10.-12.7.	Fimmvörðuháls – hæg ferð
17.-19.7.	Fimmvörðuháls
17.-19.7.	Jarðfræðiferð að Morsárjökli
24.-26.7.	Fimmvörðuháls
1.-.3.8.	Fimmvörðuháls og Básar
7.-9.8.	Fimmvörðuháls – fjölskylduferð
14.-16.8.	Jarðfræðiferð að Tungnakvíslarjökli
28.-30.8.	Berjaferð í Bása
11.-13.9.	Grill og gaman í Básum
23.-25.10.	Vetrarfrí í Básum
27.-29.11.	Aðventuferð
29.12.-1.1.	Áramótaferð

Jeppaferðir

11.-12.1.	Þrettándastuð í Þórsmörk. Jeppa- og gönguskíðaferð
24.-26.1.	Dalakofinn
15.-16.2.	Langjökull
29.2.-1.3.	Fjallabak nyrðra – Mælifellssandur
21.-22.3.	Setrið - Leppistungur
4.-5.4.	Fjallabak syðra
23.-26.4.	Vorferð jeppadeildar á Vatnajökul
8.-10.5.	Enn og aftur Vatnajökull
9.-12.7.	Núpsstaðarskógar og fleira. Sumarleyfisferð jeppadeildar
10.-11.10.	Bárðargata
24.-.25.10.	Vöð og vatnasull



Hjólaferðir

4.1.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Miðbær – Grandi
18.1.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Úlfarsfell – Mosfellsbær
1.2.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Breiðholt – efri byggðir Kópavogs
15.2.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Vífilsstaðavatn – Hafnarfjörður
29.2.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Geldinganes – Mosfellsbær
14.3.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Gróttuhringur
28.3.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Kársnes – Álftanes – Hafnarfjörður
11.4.	Hjólað á höfuðborgarsvæðinu: Heiðmörk – Kaldárselsvegur
25.4.	Hádegismóar – Hólmsheiði
9.5.	Fjölskylduhjólaferð: Hjól og grill í Heiðmörk
23.-24.5.	Hjólað í Bása, helgarferð. Næturhjól
3.-4.7.	Hjólað í útilegu upp í Mosfellsdal – Fjölskylduferð
9.-12.7.	Sumarleyfisferð: Steingrímsfjörður
14.-16.8.	Vestmannaeyjar – helgarferð
29.8.	Eyrarbakki - Stokkseyri Votmúli – Hringferð
12.-13.9.	Grill og gaman í Básum
26.9.	Þingvallavatn – Haustlitaferð
10.10.	Eldvörp – Hafnir – hringleið. Fjallahjólaferð
24.10.	Mosfellsdalur – Skammidalur
7.11.	Reykjavík Vesturbær
21.11.	Hafravatn – Heiðmörk
5.12.	Jólahjólaferð um miðbæ Reykjavíkur

Skíðagönguferðir

28.2.-1.3.	Tindfjallajökull
	Dagsferðir settar á þegar snjóalög leyfa
26.-29.3.	Bjarnafjörður og nágrenni



Nýársþrek Útivistar

Í ársbyrjun taka vaskir Útivistarfélagar nýárið með trompi í Nýársþreki Útivistar sem hefst í janúarbyrjun ár hvert.

Nýársþrekið er glæsileg, tíu viðburða Útivistardagskrá í janúar og er góð byrjun á nýju gönguári. Í Nýársþrekinu er tvinnað saman fjórum kvöldgöngum, fjórum þrekæfingum utandyra og tveimur dagsferðum svo úr verður frábær hreyfiveisla úti í náttúrunni sem hentar byrjendum sem lengra komnum. Þrekæfingarnar eru með því móti að allir geta notið góðs af þeim og aðlagað að eigin getu.

Nýársþrek Útivistar er góð byrjun á nýju ferðaári og að dagskrá lokinni hafa þátttakendur fengið að kynnast gönguleiðum við hæfi á þessum árstíma, þrek- og styrktaræfingum á útisvæðum sem henta vel til þrekþjálfunar. Láttu ekki frábært tækifæri til að rífa sig í gang eftir hátíðirnar, losa sig við jólalögin og njóta bæði samveru og útiveru í góðum hópi fólks framhjá þér fara - og ekki skemmir verðið fyrir!

VISITSEYÐISFJÖRÐUR

Sérstakur, skemmtilegur, skrítinn, listrænn,
fallegur, opinn, þenkjandi, friðsæll, dásamlegur,
fyndinn, vinalegur, dularfullur, skapandi

Þú finnur upplýsingar um Seyðisfjörð á vefsíðunni visitseydisfjordur.com



Svífðu inn í svefninn eftir góða útiveru

Í áraraðir hefur Ragnar Björnsson ehf. framleitt rúm af öllum stærðum og gerðum, allt eftir óskum viðskiptavina. Við ráðleggjum fólki að hafa tvær dýnur í öllum hjónarúmum og tengja dýnurnar saman með rennilásum. Mismunandi stífleika er hægt að velja allt eftir þyngd þeirra sem á dýnunum hvíla. Þú velur rétta hæð á rúmið þitt og stígur létt framúr.

Mikið úrval af öllum tegundum rúma.

Hafið samband við sölumenn okkar fyrir frekari upplýsingar.

Íslensk framleiðsla síðan1943.

Alþjóðleg viðurkenning fyrir framúrskarandi árangur í framleiðslu í rúmum og springdýnum.

Opið alla virka daga
frá kl. 09.00–18.00 og
laugardaga 10.00–14.00

Erum á facebook

RÚM

RB RÚM DALSHRAUN 8 220 HAFNARFIRÐI WWW.RBRUM.IS SÍMI 555 0397





Jónsmessu-hátíð Útivistar

Um Jónsmessuna gerast ævintýrin og um Jónsmessuhelgina gerast mikil ævintýri á Fimmvörðuhálsi og í Básum. Þá er hin árlega Jónsmessuganga Útivistar. Nóttin er björt, jöklar varða leiðina og þegar komið er í Básа að lokinni göngu gefst færi á að slaka á í dásamlegu umhverfi eftir útiveru næturinnar. Þessi ferð er stór þáttur í starfi Útivistar ár hvert og tilvalið að byrja göngusumarið með Útivist á Jónsmessu.

Lagt er af stað frá Reykjavík síðdegis á föstudegi og gengið yfir Hálsinn um nóttina. Á leiðinni er stoppað á völdum stöðum og boðið upp á hressingu. Í dögun á laugardegi koma göngumenn niður í Básа þar sem tími gefst til að hvílast. Um kvöldið tekur margrómuð gleði völdin þegar slegið er upp grillveislu og varðeldi.



Göngu- og gleðivika fyrir alla fjölskylduna



Á fætur
í Fjarðabyggð
20.-27. júní 2020.

Drífðu þig á fætur
og taktu þátt í frábærri dagskrá fyrir alla fjölskylduna

Ný fimm fjöll, göngugarpar, fjölskylduferðir, fjöruferðir, söguferðir, kvöldvökur, sjóræningjapartý, náttúruskóli fyrir yngstu börnin og margt fleira ævintýralega skemmtilegt.

Nánar á visitfjardabyggd.is







ÍSLENSKA SIA.IS FJA 61937



Strútur á Mælifellssandi

GPS-hnit N63°50,330 / V 18°58,477
Gistipláss í skála eru 26 talsins
Tjaldstæði við skála
Salerni yfir hásumarið
Sturta (verð 500 kr.) yfir hásumarið
Gashellur til eldunar
Eldunaráhöld og borðbúnaður
Grill
Verð á gistingu í skála:
3.700 kr. fyrir félagsmenn
6.700 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Strútur
Strútslaug
Mælifell
Torfajökulssvæðið
Krókagil

Velkomin í ELDHEIMA
nýja gosminjasafnið í Vestmannaeyjum



Fjöll og fjara við Þingvallavatn

Raðganga haustsins 2020 verður umhverfis Þingvallavatn, stærsta náttúrulega stöðuvatn Íslands. Vatnið er talið um 12000 ára gamalt, 83,7 km^2 að meðtöldum eyjunum, sem eru 0,5 km^2 að stærð. Þær eru þrjár og heita Sandey, Nesjaey og Heiðarbæjarhólmi. Þar sem vatnið er notað sem miðlunarlón fyrir raforkustöðvar er vatnsyfirborð örlítið mismunandi, en um 101 m y.s. að meðaltali. Mesta dýpi er um 114 m. en meðaldýpi er um 34 m. Saga og náttúrufegurð gerir Þingvallavatn einstakt meðal vatna landsins. Gengið verður umhverfis vatnið í 5 áföngum. Hér er um að ræða léttar láglendis-göngur sem merktar eru sem einn skór.

Fyrir þá sem vilja fara hærra og örlítið hraðar yfir, verður boðið upp á göngur á fimm fjöll í nágreni við Þingvallavatn á sama tíma og gengið verður við vatnið. Fjöllin sem gengið verður á eru: Hengill, Ármannsfell, Hrafnabjörg, Kálfstindar og Búrfell. Eru fjallgöngurnar merktar sem tveir skór.



Það skiptir ekki máli hvert á að fara, BUFF® hentar alls staðar.

ÞÚ FÆRÐ BUFF® Í ÖLLUM BETRI ÚTIVISTAR VERSLUNUM LANDSINS.

Buff® er skrásett vörumerki Original BUFF, S.A. Spáni

Gönguhópurinn „Stakkar og skór“

Stakkar og skór er nýr lokaður gönguhópur hjá Útivist fyrir þá sem vilja fara hærra og lengra en aðrir hópar innan Útivistar. Nafn hópsins vísar í að hér er á ferðinni fólk með reynslu og þekkingu. Hópurinn veit hvernig á að klæðast við ólíkar aðstæður og vanmetur ekki gildi þess að ferðast með góðan búnað. Þessi hópur fer lengra og hærra en aðrir hópar innan Útivistar. Þátttakendur þurfa því að vera í þokkalegu gönguformi og kunna að útbúa þig fyrir lengri sem styttri göngur, sumar sem vetur. Hópurinn hentar þeim sem eru fjallavanir og vilja leita á nýjar slóðir með samheldnum og hressum hópi fólks.

Dagskrá hópsins samanstendur af þrenns konar göngum; kvöldgöngum, laugardagsgöngum og svo helgarferðum:

Þriðjudagsgöngur
Fyrstu þrjá mánuði ársins verður gengið á þriðjudagskvöldum á fjöll og fell í nágrenni höfuðborgarsvæðisins. Gönguferðum hópsins verður síðan fram haldið að hausti, í september, október og nóvember. Samtals 24 þriðjudagsgöngur. Fyrsti þriðjudagur í vetur er 7.1.2020 og fyrsti þriðjudagur að hausti er 8.9.2020.

Laugardagsgöngur
Laugardagsgöngur verða níu talsins frá janúar fram í desember. Frí verður frá þeim í júní, júlí og ágúst. Lagt er upp með að leggja af stað ekki seinna en kl. 8:00 og verður þá sameinast í bíla. Ráðgert er að koma aftur í bæinn síðdegis.

Helgarferðir
Þátttakendum býðst að fara í tvær helgarferðir, eina í júní og aðra í ágúst.

Þátttaka í öðrum gönguferðum
Farnar verða nokkrar ferðir með öðrum hópum hjá Útivist, m.a. afmælisferð Útivistar í mars og á Eyjafjallajökul í vor.

Dagsferðir laugardaga og helgarferðir:

18.1.2020	Ármannsfell
15.2.2020	Vatnshlíðarhorn, Hvirfill, Kistufell og Brennisteinsfjöll
21.3.2020	Keilir/afmælisferð
25.4.2020	Ingólfsfjall
30.5.2020	Eyjafjallajökull, möguleiki verður á að fara á fjallaskíðum
20.6.2020	Jónsmessuferð á Fimmvörðuháls/helgarferð
15.8.2020	Tindfjöll/helgarferð m.a. Haki, Saxi, Þrífjöll litla Bláfell, Vörðufell og Bláfell
12.9.2020	Esjan/Hátindur Móskarðshnúkar
10.10.2020	Botnssúlur, Syðsta Súla
7.11.2020	Grjótárvatn og Rauðháls
5.12.2020	Óvissuferð á aðventu

Fjöldi þátttakenda er takmarkaður svo það er um að gera að skrá sig strax! Sum stéttarfélög greiða niður þátttökugjöld og önnur selja gjafabréf frá Útivist svo við hvetjum alla til þess að kanna hvað er í boði hjá sínu félagi.

Skráningargjald. Skráningargjald í hópinn er 65.000 kr. Innifalið í gjaldinu eru kvöld- og laugardagsgöngur. Greitt er aukalega fyrir helgarferðir. Gert er ráð fyrir að þátttakendur fari á einkabílum að upphafsstað göngu nema í ferðina á Fimmvörðuháls.

Kæri lesandi. Ef þig langar að slást í för með þessum stórskemmtilega hópi hafðu endilega samband við Útivist. Einnig er hægt að hafa samband við einhvern af fararstjórunum og þær munu svara öllum spurningum með glöðu geði.













Hjólarækt Útivistar

Hjólarækt Útivistar hefur verið starfandi frá 2003. Í upphafi voru einungis farnar ferðir yfir sumartímann en frá árinu 2006 hafa hjólaferðir verið á dagskrá bæði að sumar- og vetrarlagi.

Ferðir hjólaræktarinnar henta flestum enda eru hjólreiðar bæði góð hreyfing og skemmtileg útvist í góðum félagsskap.

Frá októberbyrjun og fram í maí eru eingöngu farnar ferðir innan höfuðborgarsvæðisins enda erfiðara að skipuleggja lengri ferðir yfir vetrartímann. Þegar fer að vora er farið í lengri ferðir og þurfa þá allir þátttakendur að koma sér og sínu hjóli á upphafsstað. Stundum hefur fólk sameinast í bíla en þá þarf að vera búið að gera ráðstafanir þar að lútandi fyrir ferðina.

Tvisvar á ári er hjólaferð inn í Bása á Goðalandi. Fyrri ferðin er farin um miðjan maí og þá er hjólað að næturlagi og gist annað hvort í skála eða í tjöldum. Seinni ferðin er farin um miðjan september á sama tíma og Útivist er með Grill og gaman í Básum. Í þessum ferðum er farangur þátttakenda fluttur inn í Bása.

Ein sumarleyfisferð er farin um mitt sumar og stendur hún yfirleitt í 3-5 daga. Þá er gist í tjöldum, þó þátttakendur hafi stundum komið sér saman um að kaupa aðra gistingu þar sem möguleiki á því er fyrir hendi.

Tvær stuttar ferðir eru farnar þar sem áhersla er lögð á að öll fjölskyldan geti hjólað saman.

Ferðir hjólaræktarinnar eru hálfsmánaðarlega. Eina sem þarf er gott gírareiðhjól og góða skapið. Fararstjórar mæla með því að tekin sé með auka slanga, pumpa og viðgerðasett ásamt kjarngóðu nesti í lengri ferðir.

Allir eru velkomnir í ferðir hjólaræktarinnar þegar hjólað er á höfuðborgarsvæðinu en til að taka þátt í öðrum ferðum þarf að vera félagsmaður í Útivist.

Greiða þarf í sumarleyfisferðir, gistingu í skálum og fyrir trúss.

Ferðir hjólaræktarinnar eru auglýstar á Facebooksíðu og á heimasíðu Útivistar.

Við stillum alla bakpoka þannig að þeir passi fullkomlega fyrir þig.

Osprey bakpokar

-eitt mesta úrval landsins!



Farpoint 55L
Heimsreisubakpoki
verð 28.990 kr.



Talon 33L
Fisléttur alhliða bakpoki
verð 21.990 kr.



Transporter
dufflar
verð frá
21.990 kr.

Kestrel 38L
Göngubakpoki
verð 28.990 kr.



Birt með fyrirvara, verðlisti desember 2019

Klifurbakpokar
Leiðsögumannabakpokar
Fjallgöngubakpokar
Krakkabakpokar
Hjólabakpokar
Ferðatöskur
Dufflar ofl.

Aether 70L
Burðarbakpoki
verð 43.990 kr.



Skipulagspokar
fyrir ferðatöskuna
3 saman í pakka
verð 5.190 kr.

Þú finnur allar okkar vörur ásamt ítarlegum upplýsingum á www.ggsport.is

Fylgstu með okkur á Facebook og á Instagram

GG·sport

Smiðjuvegur 8, **Græn gata**, 200 Kópavogi sími: 571 1020 • www.ggsport.is

Í þessari auglýsingu er aðeins brot af því úrvali sem við höfum upp á að bjóða, sjá nánar á ggsport.is

Sveinstindur

GPS-hnit N 64°05,176 / V 18°24,946
Gistipláss í skála eru 18 talsins
Tjaldstæði
Salernishús (rennandi vatn yfir hásumarið)
Gashellur til eldunar
Verð á gistingu í skála:
3.200 kr. fyrir félagsmenn
5.700 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Sveinstindur
Langisjór
Fögrufjöll





Það skiptir ekki máli hvert á að fara, BUFF® hentar alls staðar.

ÞÚ FÆRÐ BUFF® Í ÖLLUM BETRI ÚTIVISTAR VERSLUNUM LANDSINS.

Buff® er skrásett vörumerki Original BUFF, S.A. Spáni

Fjallabyggð

VELKOMIN TIL SIGLUFJARÐAR OG ÓLAFSFJARÐAR





- BOTNALEIÐ
- FOSSDALUR
- HÉÐINSFJÖRÐUR
- HREPPSENDASÚLUR
- HVANNDALIR
- HVANNDALABJARG
- MÚLAKOLLA
- RAUÐSKÖRÐ
- SIGLUFJARÐARSKARÐ
- SIGLUNES
- OFL.



FJÖLMARGAR GÓÐAR GÖNGULEIÐIR Í STÓRBROTINNI NÁTTÚRU





SJÁ GÖNGULEIÐALÝSINGAR INN Á WWW.FJALLABYGGD.IS



Útivistargírinn

Komdu þér í Útivistargírinn fyrir sumarið með samheldnum hópi Útivistarfólks og nýrri tólf vikna dagskrá.

Útivistargírinn hefur notið mikilla vinsælda frá því starfið hóf göngu sína árið 2016 og heldur nú af stað fimmta árið í röð.

Fjölmargir hafa tekið sín fyrstu skref í Útivist og fjallgöngum með Útivistargírnum þar sem saman koma nýliðar og reynsluboltar í útivistinni.

Dagskráin hefst 1. apríl og stendur til 18. júní. Hópurinn hittist vikulega á miðvikudögum klukkan 18:00 og á dagskrá eru spennandi gönguleiðir í nágrenni höfuðborgarsvæðisins. Göngurnar henta flestum sem geta hreyft sig með góðu móti og eru nýliðar í útivist jafnt sem vant fólk hvatt til þess að taka þátt. Í þessum kvöldgöngum er lögð áhersla á vinalegt andrúmsloft og kynningu á grunn atriðum í útivist og gönguferðum. Fjölbreytt starfsemi Útivistar, þar sem allir geta fundið eitthvað við sitt hæfi, verður einnig kynnt þátttakendum.

Flestar göngurnar taka 2 – 4 klukkustundir. Þátttakendur sameinast í bíla og deila eldsneytiskostnaði.

Kynningarfundur verður haldinn kl. 20:00 þann 25. mars í sal Garðyrkjufélags Íslands.

Þátttaka í göngunum er félagsmönnum Útivistar að kostnaðarlausu en skrá þarf þátttöku í viðburði á Facebook. Áhugasömum er bent á upplýsingar um skráningu á heimasíðu Útivistar. Gönguleiðirnar eru fjölbreyttar og tekur röð þeirra mið af veðri og færð hverju sinni.





Sundhöll Selfoss

Tryggvagata 15, Selfossi
Sími: 480 1960

OPNUNARTÍMI:
Virka daga frá 06:30 til 21:30
Helgar 09:00 til 19:00

Komdu í sund

á Selfossi og á Stokkseyri



Tilboð
handklæði, sundföt og sund
1.700 kr.



Sundlaug Stokkseyrar

Stjörnusteinum 1a, Stokkseyri
Sími: 480 3260

OPNUNARTÍMI:
Vetraropnun: miðjan ágúst–31. maí
Mánudaga–föstudaga 16:30 til 20:30
Laugardaga 10:00 til 15:00
Sunnudaga lokað

Sumaropnun: 1. júní–miðjan ágúst
Mánudaga–föstudaga 13:00 til 21:00
Laugardaga–sunnudaga 10:00 til 17:00

DAVIDTHOR.IS

Gjaldskrá

Fullorðnir (18–66 ára)
Stakt skipti: 1.030 kr.
10 skipta kort: 4.200 kr.
30 skipta kort: 8.500 kr.
Árskort: 30.000 kr.

FRÍTT fyrir öll börn að 10 ára aldri (miðast við 1. júní)

Börn (10–18 ára)
Stakt skipti: 160 kr.*
10 skipti: 1.200 kr.
30 skipti: 3.400 kr.
**Börn búsett í Árborg fá gefins árskort.*

67 ára og eldri búsettir í Árborg fá frían aðgang.
200 kr. fyrir 67 ára og eldri búsettir utan Árborgar.
Öryrkjar fá frían aðgang en verða að framvísa korti.

Myndakvöld

Myndakvöld er gömul og góð hefð sem fylgt hefur starfsemi Útivistar nánast frá upphafi. Öflugur hópur Útivistarfólks sér um myndakvöldin en þar koma félagsmenn saman, skoða myndir og hlýða á ferðasögur úr ferðum sem Útivist hefur staðið fyrir. Auk þess eru kynntar ferðir á nýjar slóðir og sýndar myndir af áhugaverðum stöðum.

Myndakvöld eru haldin fimm sinnum yfir vetrarmánuðina og njóta mikilla vinsælda. Allir eru velkomnir.

Glæsilegar kaffiveitingar eru eitt aðalsmerki myndakvöldanna. Á þessum vettvangi hittast nýir og gamlir Útivistarfélagar, rifja upp góðar stundir og gæða sér á kræsingum af kökuhlaðborðinu.

Allur ágóði af myndakvöldunum er nýttur til að efla félagið. Lengst af var hann notaður í uppbyggingu á aðstöðu félagsins í Básum. Síðasta framlag kaffi- og myndanefnda voru hjartastuðtæki í skála Útivistar.

Sjá nánar á utivist.is






Rúbín
kaffi
Kaffitíminn er okkar fag
nýja kaffibrennslan

Dalakofinn

GPS-hnit N63°57,048 / V 19°21,584
Gistipláss í skála eru 36 talsins
Tjaldstæði við skála
Vatnssalerni í skála yfir hásumarið
Rennandi vatn yfir hásumarið
Gasofnar
Gashellur
Eldunaráhöld og borðbúnaður
Verð á gistingu í skála:
3.700 kr. fyrir félagsmenn
6.700 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Torfajökulssvæðið
Rauðufossafjöll
Laufafell
Hverasvæðið við Hrafntinnusker
Hvínandi
Hverasvæði við Dalamót





Hornvík

Í Hornvík er fagurt um að litast. Í víkinni voru fyrrum 3 bæir. Í Rekavík bak Höfn, sem gengur inn úr Hornvík, var bær. Honum tilheyrði Hvannadalur og land í Rekavík. Frá honum var farið yfir í Höfn um Tröllakamb. Í Höfn stóð bær með miklu undirlendi, sendið mjög vegna framburðar Hafnaróss. Norðan megin í víkinni stóð svo bærinn Horn sem dregur nafn sitt af samnefndu örnefni sem skagar út í Grænlandssund. Af því eru dregin nöfnin Hornstrandir, Hornbjarg og Hornvík.

Jarðir Hornvíkur voru misbúsældarlegar. Í Rekavík var jafnan einbýli, oftast bjuggu þar um 10 manns, í Höfn var oft tvíbýli en á fyrri hluta 20. aldar var þar einbýli, en þar bjuggu jafnan um 10-20 manns. Á Horni bjuggu upp úr miðri 19. öld 15-25 manns, sagnir segja að þegar flest var hafi búið þar um 30 manns.

Þar var veiddur fiskur og saltaður, farið á hákarlaveiðar og unnið hákarlalýsi og stundaðar smíðar meðfram bústörfum. Á vorin var svo farið í bjargið og leitað nýmetis. Mikið var verslað við útlensk skip og oftast fóru þau viðskipti vel fram. Upp úr 1930 fór fólki að fækka og 1946 fluttust síðustu ábúendur burtu.

Eftir stendur landsvæði með gróðri sem hefur fengið að vaxa og dafna án þess að búfénaður hefði áhrif á. Fyrir bragðið hefur svæðið orðið að vinsælu útivistarsvæði þar sem saman tvinnast falleg náttúra og merkileg byggðasaga. Ferðamenn sækja víkina upp úr miðjum júní bæði í dagsferðum eða lengri gönguferðum.

Í ár er Útivist með á dagskrá bækistöðvaferð í tjöldum í Hornvík dagana 7.-13 júlí. Gengið verður út frá tjaldbúðum um nágrennið og meðal annars farið um Hornbjarg og Hornbjargsviti heimsóttur, farið í Hvannadal, Rekavík bak Höfn og í Hælavík.



Perlur í umhverfi Dalakofa

Í samstarfi við Gústav Þór Stolzenwald efnir Útivist til tveggja daga gönguveislu um einstakt umhverfi Dalakofa, dagana 16 og 17 júlí .

Dalakofi er staðsettur í Vesturdölum á jaðri Torfajökulsöskjunnar og kúrir á fögrum bökkum Markarfljóts rétt norðan við Laufafell.

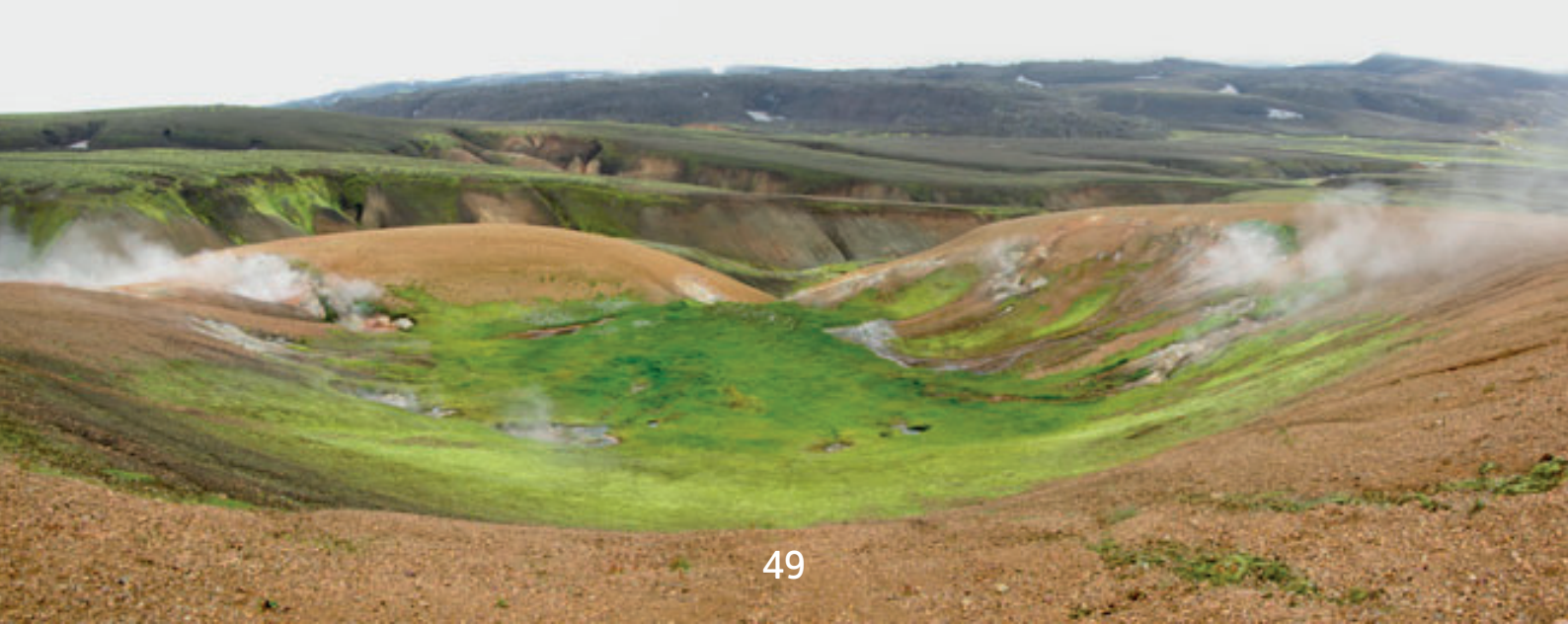
Fyrri daginn verður gengið með Rauðleitum fjöllum um kaldar uppsprettur, svarta kamba og hverabombur á vestur og norðurhluta svæðisins. Gangan tekur 7 til 9 tíma.

Seinni daginn verður gengið með nafnlausum fossum, ljósum fjöllum og um reykfyllta dali á suður og austur hluta svæðisins. Gangan tekur 7 til 9 tíma.

Farastjóri verður Gústav Þór Stolzenwald. Hann hefur ferðast um þetta svæði í meira en hálfa öld og er því orðinn heimavanur. Saga svæðisins og Dalakofans verður þema gönguveislunnar ásamt draugasögum og kvæðaflutningi.

Báða dagana er gengið út frá Dalakofa og endað þar að kvöldi. Lagt verður af stað klukkan 09:00 báða morgna og komið aftur í skála um klukkan 17:00. Þátttakendur geta valið aðra eða báðar göngurnar og eins hvort þeir gisti eða ekki. Pláss er í skálanum fyrir 25 manns og einnig er hægt að tjalda.

Þátttakendur verða að koma sér sjálfir í Dalakofann en hann er í 170 km fjarlægð frá Reykjavík, og 70 km fjarlægð frá Hellu svo það má reikna með minnst 3 tíma ökuferð. Ekið er inn á Fjallabaksleið syðri af Rangárvöllum vestan við Keldur. Farið um veg F210 þar til komið er að vegpresti sem vísar á Dalakofann og Hrafntinnusker. Það þarf jeppa eða duglegan jeppling til að komast. Engar ár eru þó á leiðinni.





Náttúruverndar-stefna Útivistar

„Tilgangur Útivistar er að stuðla að útivist fólks í hollu og óspilltu umhverfi“.

Til að ná fram tilgangi félagsins eins og hann birtist í lögum þess er sjálfbær og vistvæn ferðamennska höfð að leiðarljósi. Óspillt náttúra er undirstaða starfsemi félagsins og því leggur það megináherslu á að vernda náttúruna og að sporna gegn hvers konar náttúruspjöllum með eftir-farandi að leiðarljósi:

- Útivist vill stuðla að og tryggja almannarétt þannig að aðgengi almennings að náttúru Íslands sé óheft án þess þó að landfræðilegum og líffræðilegum fjölbreytileika náttúr-unnar sé stefnt í hættu.
- Útivist vill vernda náttúru Íslands fyrir framkvæmdum sem kunna að hafa alvarleg áhrif á náttúruna eða raska henni varanlega.
- Útivist vill starfa með aðilum sem vinna að náttúruvernd og stefna að framan-greindum markmiðum.
- Útivist mun leitast við að fræða félagsmenn og þátttakendur í ferðum félagsins um náttúruvernd og vistvæna ferðamennsku.
- Útivist mun bæta fyrir neikvæð áhrif sem starfsemi félagsins hefur á náttúruna.

Stjórn Útivistar kemur fram fyrir hönd félagsmanna sinna á opinberum vettvangi í því skyni að tryggja stefnu félagsins í náttúruverndarmálum.

Reykjavegurinn

Reykjanesskaginn er mikil útivistar- og náttúruperla. Fyrir um það bil 25 árum var sett af stað vinna við að leggja og kynna nýja gönguleið sem hlaut nafnið Reykjavegur og liggur á milli Reykjaness og Nesjavalla. Að leiðarljósi var haft að gatan lægi sem næst miðjum endilöngum Reykjanesskaganum og sem fjærst byggð. Engu að síður er víða gott aðgengi að leiðinni sem er um það bil 125 km löng.

Á Reykjaveginum er gengið um margar helstu náttúruperlur skagans. Leiðin var stikuð árið 1996 og þó sumar stikur séu fallnar hafa göngumenn síðustu ára víða markað slóð þar sem hún var ekki fyrir. Á köflum er gengið eftir gömlum götum forfeðranna. Fjölbreytileiki náttúrunnar á Reykjanesskaganum er meiri en margir halda. Gengið verður um flekaskil, misgengi, sprungur, eldstöðvar, hraun og hrauntraðir, jarðhitasvæði, gróðurvinjar og mosa, stöðuvötn, menningarminjar og fleira. Góð leið til að kynnast þessu er að slást í hópinn með Útivistarfélögum í raðgöngunni um Reykjaveginn.











Langleiðin 2020 - 2023

Á þessu ári hefst Langleiðin aftur hjá Útivist en þessi raðganga mun taka fjögur ár. Langleiðin hefur tvisvar sinnum áður verið farin á vegum Útivistar, árin 2008 – 2010 og 2013 – 2015. Þá var gengið frá Reykjanestá að Langanesi um 730 km á 34 og 33 göngudögum. Árin 2016 – 2019 tók svo raðgangan „Horn í Horn“ við og var þá gengið frá Hvalnesvita við Eystra-Horn í Lóni um Lónsöræfi, yfir hálendið, um Strandir og inn á Hornstrandir að Horni í Hornvík. „Horn í Horn“ leiðin var um 780 km löng og var gengin á 33 göngudögum.

Á síðasta ári luku sjö Útivistarfélagar við að krossa landið á vegum Útivistar með því að ljúka báðum þessum raðgöngum. Búast má við að raðgangan „Horn í Horn“ verði endurtekin að þessari Langleið lokinni og fleiri bætist í hóp þeirra sem hafa krossað landið.

Að þessu sinni verður Langleiðin gengin í gagnstæða átt frá því sem áður var, þ.e. frá Fonti á Langanesi að Reykjanestá á Reykjanesskaga. Fyrri Langleiðir tóku þrjú ár en það var mögulegt því fyrsti fjórðungur leiðarinnar, Reykjanestá að Hagavatni við Langjökul var farinn í dagsgöngum frá mars og fram eftir sumri. Núna mun Langleiðin standa í fjögur ár þar sem engar dagsgöngur verða á lokakaflanum heldur verður öll raðgangan gengin í 4. – 8. daga leggjum. Gist verður í skálum ef þeir eru á heppilegum stöðum á leiðinni en annars í tjöldum. Farangurinn verður trússaður á milli svefnstaða nema um Þjórsárver þar sem bera þarf allan farangur.

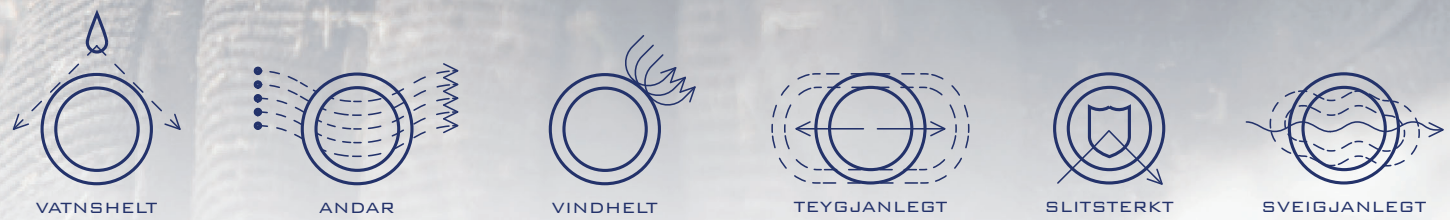
Áætlaðir leggir Langleiðarinnar:

2020	Fontur – Heljardalsfjöll – Grímsstaðir á Fjöllum
2021	Jökulsá á Fjöllum – Nýidalur
2022	Nýidalur – Þjórsárver – Kerlingarfjöll
2023	Hagavatn – Reykjanestá



SEALSKINZ

FYRIR ÍSLENSKAR AÐSTÆÐUR



Sealskinz er breskt fyrirtæki sem framleiðir einstaka línu af vatnsheldum vörum fyrir höfuð þitt, hendur og fætur.

Sealskinz notast við 3ja laga einkaleyfisskráða tækni í prjónuðum sokkum, hönskum og húfum til að búa til óaðfinnanlegar vörur sem eru algerlega vatnsheldar en anda engu að síður.

Endursöluaðilar:

Reykjavík Lífland / Icewear Austurstræti, Þingholtsstræti & Laugavegi / GG Sport / Arctic Trucks / Ellingsen / Veiðifélag RVK **Þingvellir** Þjónustumiðstöðin **Borgarnes** Lífland **Ísafjörður** SB **Sauðárkrókur** KS **Siglufjörður** SR byggingar **Akureyri** Lífland / Veiðiríkið / Icewear / Hornið veiði og útivist / Ellingsen / Goðafoss **Goðafoss** Fosshóll **Mývatnssveit** Dimmuborgir **Egilsstaðir** Mörðudalur Fjalladýrð **Reyðafjörður** Veiðiflugan **Norðfjörður** Multitask **Vík** Icewear **Hvolsvöllur** Lífland **Gullfoss** Gullfosskaffi **Blönduós** Lífland **Vestmannaeyjar** Icewear

JÖTUNN
VÉLAR · VERSLUN · VARAHLUTIR

Austurvegur 69 - 800 Selfoss // Lónsbakki - 601 Akureyri // Sólvangi 5 - 700 Egilsstaðir
Sími 480 0400 // jotunn@jotunn.is // www.jotunn.is



Álftavötn

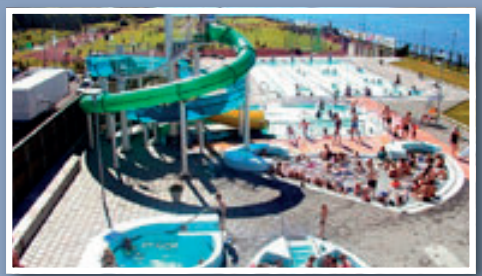
GPS-hnit N63°53,890 / V 18°41,467
Gistipláss í skála eru 20 talsins
Tjaldstæði við skála
Salerni yfir hásumarið
Rennandi vatn yfir hásumarið
Gashellur
Verð á gistingu í skála:
3.200 kr. fyrir félagsmenn
5.700 kr. fyrir aðra

Áhugaverðir staðir í nágrenni:

Strútslaug
Svartahnúksfjöll
Gjátindur
Eldgjá
Steinbogi á Syðri-Ófæru

Skelltu þér í sund í Borgarfirði!





Sundlaugarnar í Borgarfirði
bjóða ykkur velkomin í sumar

Allt til alls:

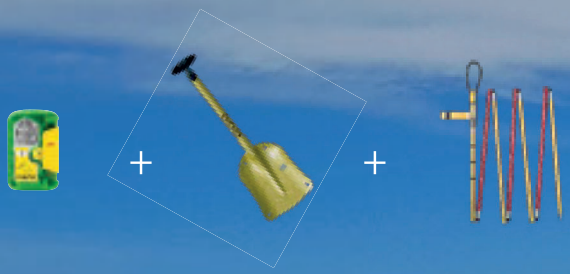
- frábærar laugar
- heitir pottar
- vatnsrennibrautir
- saunaböð
- heilsuræktar-stöðvar

Sundlaugin Borgarnesi, sími 433 7140
Sundlaugin Kleppjárnsreykjum, sími 435 1140
Sundlaugin Varmalandi, sími 437 1401

www.borgarbyggd.is

PIEPS

EKKI GLEYMA ÞVÍ ALLRA MIKILVÆGASTA ÞEGAR HALDIÐ ER TIL FJALLA AÐ VETRI TIL



HIN HEILAGA ÞRENNA!

PIEPS HEFUR VERIÐ LEIÐANDI Í FRAMLEIÐSLU Á SNJÓFLÓÐAÝLUM OG TENGDUM BÚNAÐI Í 45 ÁR

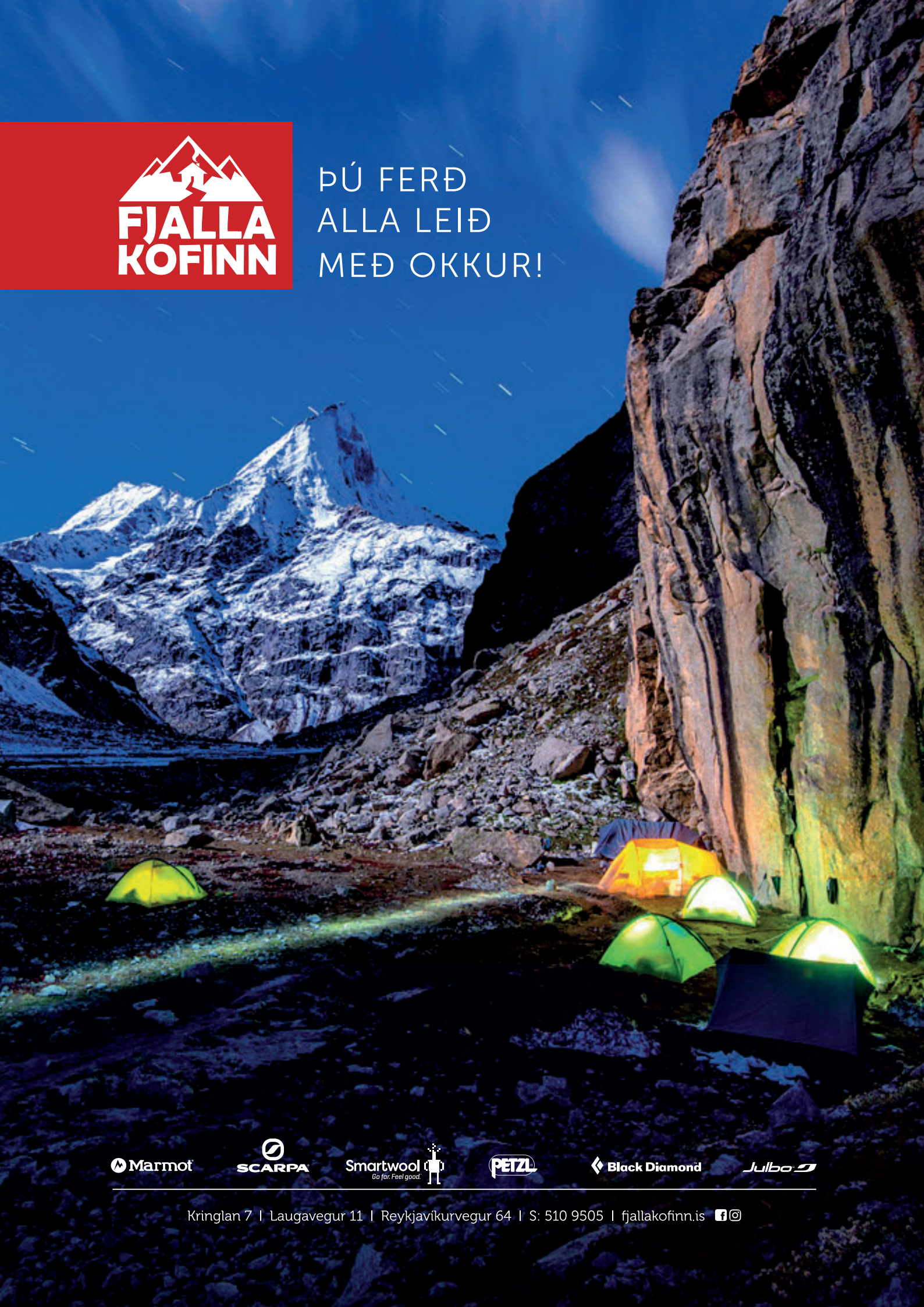
Jetforce
snjóflóðabakpokarnir eru að verða jafn sjálfsagðir og þrennan!

Ísleifsvaði: Trollaskagi

Marmot SCARPA Smartwool PETZL Black Diamond Julbo

Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is

FJALLA KOFINN


FJALLA KOFINN
ÞÚ FERÐ ALLA LEIÐ MEÐ OKKUR!
Marmot
SCARPA
Smartwool
Go far. Feel good.
PETZL
Black Diamond
Julbo
Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is