

Hälsoslingan

Áhkális

Längd:

7,0 km (tur och retur toppstugan)

Svårighetsgrad:

Svart

Ett besök på fjället Áhkális och Akkelis fjällurskogs naturreservat bjuder på en storslagen utsikt som får dig att känna som om du står på världens tak! Vandringen börjar i björkskog och du kommer snabbt upp på högre höjd. Vid raststugan i närheten av toppen kan du vila dina fötter efter en fysiskt krävande vandring som mestadels går uppför.

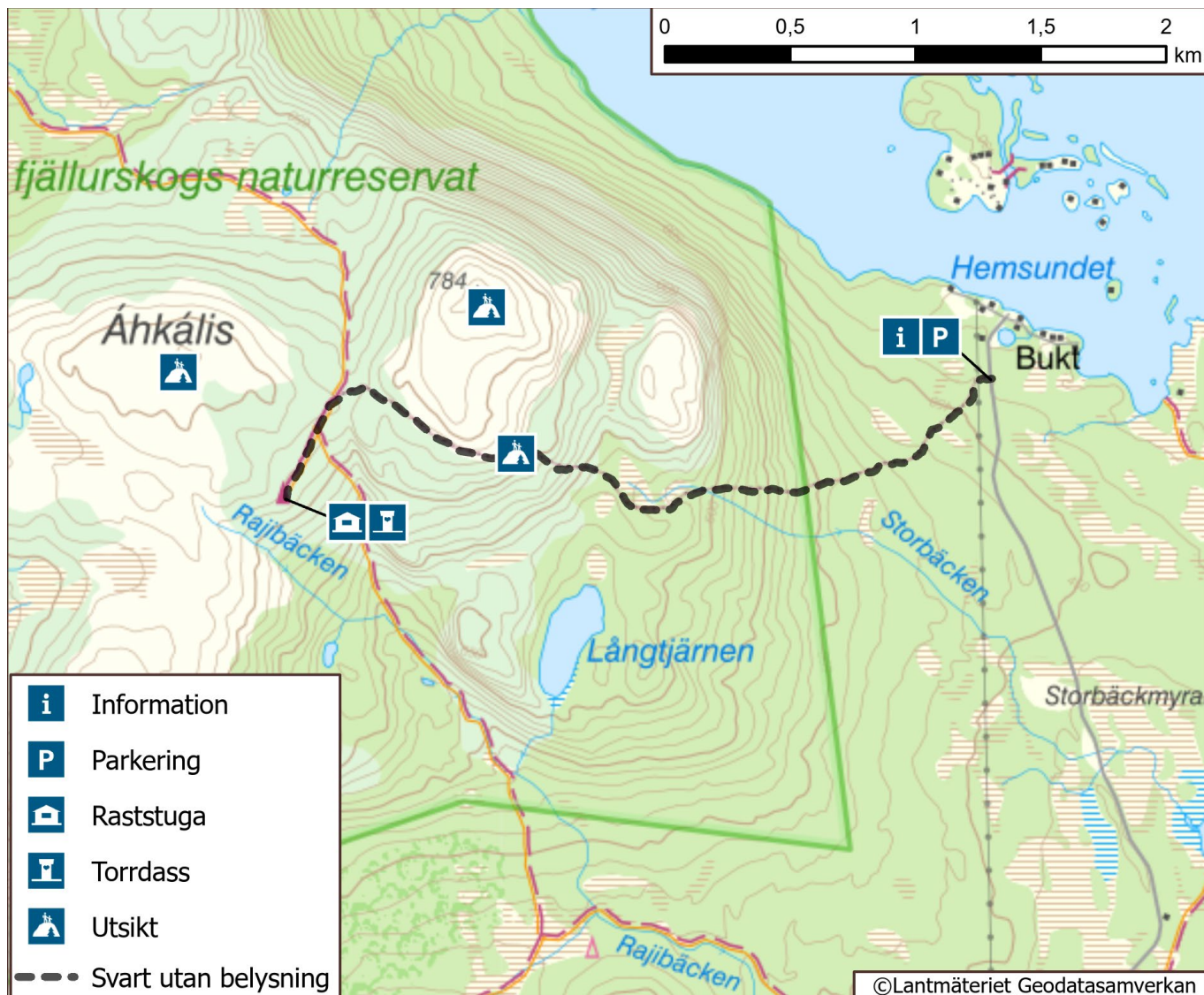
Utgå från parkeringen i närheten av byn Bukt, cirka 16 kilometer från Arjeplog. En stig som är tydlig och markerad med röd färg på träd och stenar tar dig genom björkskogen. Stigen är bitvis stenig och ojämn. Det lutar till en början svagt uppåt. Efter cirka 1 kilometers vandring når du reservatsgränsen och där blir terrängen brantare. Efter ytterligare 1 kilometer når du trädgränsen och kan skymta utsikten över omgivande landskap. En bit längre upp planar stigen ut och resterande bit fram till raststugan är relativt lätt att gå. Nära trädgränsen finns en skylt mot fjällets östra topp. Vik inte av från stigen utan fortsätt att följa markeringarna. När du närmar dig raststugan finns ytterligare en skylt mot fjällets andra topp men även här fortsätter du rakt fram och viker inte av.

Från de öppna hedmarkerna ovan trädgränsen har man en fantastisk utsikt över det omgivande sjörika landskapet. Vid raststugan kan du ta igen dig på altanen där det finns bord och bänkar. Du kan även söka skydd i raststugan där stora panoramafönster gör att du kan njuta av utsikten även inifrån. När du känner dig utvilad beger du dig tillbaka samma väg som du kom. Men nu är det nedför nästan hela vägen tillbaka.

Tänk på: Vind och temperatur kan variera kraftigt på kalvfjället. Det är därför klokt att ta med sig vind- och vattentäta kläder samt en extra tröja. Kolla alltid väderprognosen innan du ger dig ut.

Ledalternativ: Besök någon av Áhkális två toppar på 784 respektive 761 meter över havet. Det är skyltat var du ska vika av stigen för att nå respektive topp och leden är markerad, stigarna kan bitvis vara lite otydliga. Den östra toppen är högst och bjuder på den bästa utsikten.





Koordinater till parkeringen där stigen börjar: N 7336050, E 621940 (Sweref 99 TM).

Svårighetsgradsgradering av hälsoslingor:

- Grön hälsoslinga – fungerar för i stort sett alla**
 Fungerar för rullstol, rollator, barnvagn och de som går med teknikkäpp. Har ett relativt hårt och slätt ytskikt utan hinder. Området är flackt med endast små höjdskillnader. Ej fysiskt krävande.
- Blå hälsoslinga – fungerar för gående**
 Fungerar för gående som kan lyfta fötterna ordentligt vid till exempel rötter eller stenar, eventuellt med stöd av stavar eller kryckor. Det kan finnas vissa höjdskillnader. Kräver viss uthållighet.
- Röd hälsoslinga – fungerar för de som går utan problem**
 Fungerar för personer som går utan hjälpmedel. Underlaget kan vara ojämnt och det kan förekomma större nivåskillnader och långa backar. Kräver viss uthållighet.
- Svart hälsoslinga – fungerar för spänstiga och naturvana**
 Fungerar för spänstiga utan nedsatt rörlighet. Underlaget är ojämnt och det kan vara rejäla höjdskillnader. Kräver uthållighet.

Mer information

Mer information om vandring och utflyktsmål hittar du på Arjeplogs kommuns webbplats www.arjeplog.se.

Mer information om Akkalis fjällurskogs naturreservat finns på Länsstyrelsens webbplats www.lansstyrelsen.se/norrbotten/besoksmal samt i appen Norrbottens naturkarta.

Vintertid går en skoterled upp till toppstugan. Den är markerad med orange och streckad rosa linje på kartan.