

Vinvandring i sommarfjäll



Upptäck det vackra Härjedalen på ett helt nytt sätt! Välkommen till vårt naturnära vinäventyr där du får utforska, smaka och njuta av det bästa från fjällen den här årstiden och av våra viners värld. Ta del av spännande vandringar genom blomstrande stigar, avnjut läckra kvalitetsviner och låt dig omfamnas av naturens lugn och skönhet.

Vi kommer tillsammans med andra likasinnade som vi alla älskar viner få njuta av sommarfjäll och ljusa nätter. Vi ägnar oss åt mycket lätt vandring som mestadels är längs stigar och spångar. Vi bor tillsammans på pensionat Helags nere i Ljungdalsbyn med helpension. Om man vill kan man delta på lätt yoga och mindfulness före frukost, inga förkunskaper krävs. Vi vandrar i vacker fjällnatur där vi plockar örter för naturspa med samiska ritualer i naturen och njuter av goda kvalitetsviner i vinprovning med vinkunskap under helgen. En föreläsning om natur och hälsa ingår, samt teprovning med läkeörter.

Vi samlas på Pensionat Helags i Ljungdalen torsdag eftermiddag, där vi välkomnas av Johanna som äger och driver detta anrika pensionat. Där äter vi gemensam middag och får en introduktion av programmet för helgen.

Dagarna inleds med ett pass i yoga eller mindfulness för dem som vill. Efter dagens yogapass äter vi en härlig frukostbuffé. Var och en gör själv lunchpaket av buffen och tar med i egen ryggsäck. Transport från pensionatet upp till parkeringsplatsen Björken. Därifrån vandrar vi till vår vackra fjällstuga i Solviken, en ca 4 km lätt promenad längs vackra blommiga stigar, fjällbjörkskog och bäckar... Vi låter denna promenad bli en naturvandring med inslag av naturspa och vi pratar om det vi ser och upplever.



Joy Event
Hunt and Health
Jakt & Eventarrangör

Evelina Åslund
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden
Mobil: +46 70 623 99 74
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se

Väl framme i Solviken äter vi vår medhavda matsäck över öppen eld vid stugan. Här får ni ta del av en föreläsning om natur och hälsa. Kaffe- och tekok. Efter en skön lunchvila går vi tillbaka till parkeringen och tar oss ner till vår gård Uppgården nere i Ljungdalsbyn där för vår första vinprovning som Maud guidar oss igenom. Det blir viner från Spanien, Italien och Portugal. Ni kommer också av Evelina få provsmaka ett vin som är framställt av SAV, ett fascinerande tillvägagångssättet att framställa vin på. Tilltugg erbjuds till vinerna. Efter detta tar vi oss tillbaka till vårt boende och spenderar tid på egen hand fram till vår gemensamma middag.

Lördag (som ovan)

Efter frukost vandrar vi Silverleden med start i Skärkdalen med fjällguiden Evelina och vår växtkunniga Maud, en lätt vandring längs stig på ca 6 km. Efter vägen berättar Maud om ätbara växter och örter som vi också plockar med oss för att använda oss av i vår matlagning senare på kvällen. Vid Solviken erbjuds man att ta ett bad om vädret tillåter. Vi äter vår matsäck vid campen. Kaffekok och en samisk ritual för rening med kaffesump.

Efter detta vandrar vi ner till Engrunds stuga som ligger i närheten av parkeringen där vi stannar och njuter av helgens andra vinprovning, kvalitetsviner från Piemonte, Italien. Maud berättar om vinerna. Efter detta tar vi oss tillbaka med bil till vårt boende och spenderar tid på egen hand. Transport finns. Om myggen skulle bli ett problem för oss eller vid dåligt väder finns möjlighet att gå in i vår fjällstuga och äta lunchen där.

Före middagen erbjuds ni av Maud en fördjupning i ämnet viner. Före middagen blir det dags för helgens tredje vinprovning med passande tilltugg som kryddas med de örter och växter som vi plockat under dagen.

Söndag

På söndagsmorgonen avrundar vi vår helg tillsammans med yoga och frukost. Efter det är det dags för hemfärd.



JOY
EVENT
HUNT AND HEALTH

Joy Event
Hunt and Health
Jakt & Eventarrangör

Evelina Åslund
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden
Mobil: +46 70 623 99 74
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se

Max 12 personer, minst 8.

Datum: 11-14 Juli

Investering: 7700 kr/pers

(Ordinarie pris är 9 500 kr. Då detta är vår första vinvandring på denna plats vill vi gärna prova oss fram och erbjuder er därför ett specialpris i år mot att vi vill ha er ärliga feedback på helhetsupplägget)

Inklusive:

- Helpension (3 nätter logi, frukost, lunchpaket och tvårätters middag)
- 3 yoga/mindfulness sessioner med vår egen fjällguide
- Föreläsning om natur och hälsa samt om vin
- Naturspaupplevelser med samiska ritualer för rening
- 3 vinprovningar med vinkunskap
- 2 st teprovning med läkeörter
- Boken Ätbara växter

Logi:

Vi bor i 2-bäddrum på Pensionat Helags. Sängkläder och handduk ingår. På Helags finns också duschar och en bastu samt restaurang och bar. Enkelrum finns mot tillägg, 1000 kr. Har du hund är du mer än välkommen att ta den med denna helg, vi har dock ett begränsat antal platser, max 6.

Maten på Helags:

Restaurangen på Helags serverar närproducerat, hemlagat och hembakat står i fokus och de använder sig så långt det är möjligt lokala produkter av kött och fisk. Maten är rustik, lagad från grunden och stämningen i restaurangen är mycket hemtrevlig.

Vinerna:

M`s Winery: Vinprovning med kvalitetsviner från M`s Winery AB, Norra Italien, Piemonte/Valpolicella, Spanien, Rioja, Portugal, Douro distriktet (M`s Winery registrerad importör sedan 2013, Cert sommelier)

Sav: Närproducerat (Östersund) och råvaran är björksav från jämtländska skogar kring Storsjöns kalkrika marker. Ingen produkt innehåller tillsatt vatten eller vin från druva.



Joy Event
Hunt and Health
Jakt & Eventarrangör

Evelina Åslund
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden
Mobil: +46 70 623 99 74
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se

Om oss:

Evelina Åslund Bäck
Jaktarrangör, jakt- och vildmarksguide,
Mindfulnessinstruktör, programledare
www.joyevent.se



Maud Frånberg:

Certifierad instruktör i medicinsk yoga, sommelier med ett brinnande intresse för vin
Natur/Spa terapeut med kunskap inom Svenska läkeörter och samiska ritualer för
rening i naturen. Akupunktör inom TCM



Övrigt:

Alkoholfritt alternativ finns i form av bärdryck.

Detta är för dig som vill njuta av sommarfjäll och den härliga atmosfären och vyerna
men under lätta förhållanden. Det är en mycket lätt och ganska långsam vandring där
vi hinner se och uppleva det vi passerar. Vi går ca 8- 10 km per dag och stannar
många gånger under vår vandring.

Vi hjälper gärna till och ger tips på hur ni kan ta er till Ljungdalen med flyg, tåg, buss
eller hyrbil. All transport på plats ingår.

Vanliga frågor:

Är det jobbig vandring?

*"Nej det är lättsam vandring då vi mest går längs stigar och leder där det finns
spångar. Vi stannar ofta och ser oss omkring och pratar om det vi passerar."*

Är det mycket mygg?

*"Mygg finns det på sommaren men det brukar inte vara ett problem då vi rör oss och
då det brukar vara lite vind uppe på fjället. Vi har myggmedel och var och en har med
sig mygghatt om det skulle bli besvärligt. Skulle det vara så att myggen besvärar oss
för mycket kan vi gå in i stugan när vi har vår lunchrast."*

Vad gör vi om det regnar?

" Vi har bra kläder på oss efter väder och det finns möjlighet att gå in i fjällstugan vid Solviken om det regnar när vi ska äta vår lunch. Det finns också möjlighet till vindskydd och stuga om det regnar vid våra vinprovningar."

Hur mycket vin dricker vi under vandringen, blir vi onyktra?

" Vi kommer att få smaka på tre- fyra olika sorters viner per provning och vi har alltid lite gott tilltugg till vinerna. Lite onykter kan man bli beroende på hur mycket alkohol man tål varför vi har ordnat med transport så ingen behöver köra bil."

Vilka är de andra som kommer med?

"Det kommer vara likasinnade som tycker mycket om vin och som är nyfiken att lära sig mera om vin, ätbara växter och örter samt om natur och hälsa. Det passar oss som gärna vandrar i fjällen men som tycker det känns tryggt och bra att ha en guide med sig. Det passar även oss som vill ta med sig sin hund"

Varför har ni ledare valt att göra en vinvandring i Ljungdalen?

" Evelina har lång erfarenhet som guide och äger egen mark i Ljungdalen som hon ofta guidar gäster på under höstens älg- och ripjakter. Hon och hennes familj har tillgång till egna fjällstugor på fjället som hon gärna tar gäster till även på sommaren. Hon har erfarenhet och kunskap om hur fjället och skogen påverkar vår hälsa positivt och vill gärna dela med sig av sina kunskaper kring detta. Evelina har paketerat jaktresor som en hälsoupplevelse under sina 15 år i branschen och utvecklar nu sitt koncept i sommar genom nya spännande paketeringar med vin, yoga, naturupplevelser och härlig samvaro.

"Maud har mångårig erfarenhet med olika event i Jämtländska Fjällvärlden som hälsohelger och vinvandringar, promenader med yoga och lymftömmande rörelser. Är certifierad sommelier och har jobbat under många år med vinkunskap och vinimport, är naturterapeut och har mångårig kompetens med human/canine inom natur-, hälsa, medicinsk yoga, traditionell kinesisk medicin och sist men inte minst brinner Maud för att guida grupper i fjällvärlden och delar gärna med sig av sina kunskaper. "

Tveka inte att kontakta oss med frågor. Anmälan till detta fjälläventyr vill vi ha senast 30 juni 2024

Till evelina@joyevent.se

Joy Event har Kammarkollegiets resegaranti för er kunders säkerhet.



Joy Event
Hunt and Health
Jakt & Eventarrangör

Evelina Åslund
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden
Mobil: +46 70 623 99 74
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se



Joy Event
Hunt and Health
Jakt & Eventarrangör

Evelina Åslund
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden
Mobil: +46 70 623 99 74
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se