Preliminärt program för resan till Vålådalen

*11 september*

Avresan sker från UKK klockan 07:00 på morgonen.  
Vi kommer att göra två stopp på vägen upp till Vålådalen. Dels för att fika och ett stopp för lunch. Vi räknar med att vara framme vid Vålådalens fjällstation ca kl. 16.00.

Då vi suttit hela dagen i buss så föreslår vi för de som känner sig pigga att göra en vandring innan middagen den första kvällen. Det finns två alternativ.

1. Runt Mellandalstjärn via Gunders Mosse. Det är en sträcka på ca 3,5 kilometer. Den är dels på asfalt (rullskidbana) och på fin och bred skogsstig. Denna runda lär Gunder Hägg har sprungit varje morgon innan arbetet som dräng i Vålådalen kallade.   
   2. Till Gunders Mosse. En vandring på 2,5 kilometer på bara asfalt.

Efter de stärkande promenaderna kommer det att smaka extra gott med en tre rätters middag i matsalen.   
Baren är sedan öppen till kl. 22.00.

*Torsdagen den 12 september.*

Efter frukost besöker vi Olandermuseet. Här erbjuder vi Er att gotta ser i riktig idrottshistoria. Bland annat Mora-Nisses och Martin Lundströms guldskidor från OS 1948. Gunder Häggs spikskor. Olle Tandbergs och Ingemar Johanssons boxningshandskar. Sigge Erikssons och Tomas Gustavssons guldskridskor och mycket, mycket annat.

Därefter har vi tänkt att genomföra en vandring för de som känner sig manade, det finns än en gång två alternativ. Turerna sker med ledare och vi går i den takt som passar alla deltagare.

1. Blanktjärnsrundan, som är 13 kilometer. Den går i mycket fin skogsterräng och passerar de magiska sjöarna med sitt otroligt vackra gröna vatten.
2. Vandring upp till Ottfjällets topp. Det är en tuff tur. Ottfjället ligger på ca 900 meter över havet och vi startar från Vålådalens fjällstation som ligger på 600 meter över havet.

Givetvis är dessa turer helt frivilliga. Det går alldeles utmärkt att vandra en bit på dessa turer eller göra egna små utflykter kring Vålådalen.

Vi har en fullstor sporthall för de som känner för att sträcka ut inomhus. Det finns möjlighet till bastubad med badtunnor med fjällutsikt. Ett besök på det närbelägna Naturum går också att genomföra.

Gå gärna in på Vålådalens hemsida, valadalen.se och bli mer bekant med Vålådalen!

Ta gärna med bekväma vandringskor, kängor eller stövlar samt en liten ryggsäck och termos för att ta med fika på turerna. Ett sittunderlag eller regnskydd kan komma till pass.

*Fredagen den 13 september*  
Efter frukost och utcheckning tar vi bussen ner till Nulltjärn. Det är en sträcka på 3 km till denna vackra sjö med en mycket fin sandstrand där löparna på den tid det begav sig genomförde sina intervallpass.

Därefter rullar vi mot Uppsala med ett kort stopp vid Ristafallet. Lunchrast blir vid skidmetropolen Åsarna.

Räknar att vara i Uppsala ca kl. 21.00 på fredagskvällen

Vi kommer att bo i Tipshuset.

I början av augusti kommer vi att sända ut mera information om Vålådalen som Ni kan läsa på i lugn och ro för att på bästa sätt få ut så mycket som möjligt av Er vistelse i Vålådalen.

Vi har fortfarande 15 platser kvar i bussen. Passa på att anmäla Er senast till den **15 augusti** då vi även motser Er betalning på postgiro 81 82 34 – 7. Skriv Vålådalen. Priset är 3.500:-/person i dubbelrum och enkelrum 3.800:-

Styrelsen i Upplands Idrottshistoriska Förening hälsar Er hjärtligt välkomna på vår resa till Vålådalen.