

Gå en topptur (under 2000 m.o.h.)

Har du lyst til å gå en fjelltur og kjenne mestringsfølelsen på toppen? Da bør du velge dette oppdraget!



VANSKELIGHETSGRAD
Vanskelig



KATEGORI
Natur



TIDSBRUK
Lang



FARGE
Lilla



Les mer på
4h.no

Beskrivelse av oppdraget

I Norge har vi flere hundre fjelltopper med fantastisk utsikt og gode turmuligheter. Noen er selvfølgelig vanskeligere enn andre, men det finnes faktisk en rekke fjelltopper som er overkommelige for folk flest.

Velger du dette oppdraget, skal du prøve å bestige en av de mest kjente fjelltoppene som ligger under 2000 m.o.h. og som det er mulig å gå tur til. Her er noen forslag:

Fjelltopp	Høyde	Fylke
Gaustatoppen	1883 m.o.h.	Vestfold og Telemark
Skåla	1848 m.o.h.	Vestland
Besseggen	1743 m.o.h.	Innlandet
Romsdalseggen	1329 m.o.h.	Møre og Romsdal
De syv søstre	910-1072 m.o.h.	Nordland
Festvågstind	541 m.o.h.	Nordland

Det finnes også en rekke andre fjelltopper under 2000 m.o.h. som det er mulig å gå topptur til. Sjekk gjerne med din lokale turistforening for tips. Ønsker du å gå en topptur som er over 2000 m.o.h., kan du heller velge oppdraget "[Gå en topptur \(over 2000 m.o.h.\)](#)".

Dette bør du huske på før du drar på en topptur:

- Det er svært viktig at du undersøker fjelltoppene du ønsker å bestige i forkant av turen. **Noen toppturer kan kreve enten spesialutstyr eller hjelp fra en brefører. Det kan også hende at deler av turen krever klyving eller klatring.** Legg derfor aldri ut på en topptur uten å undersøke nok først.
- [Bli godt kjent med fjellvettreglene før du drar på topptur.](#) Fjellvettreglene er ni råd som skal hjelpe deg med å planlegge og gjennomføre en trygg tur i fjellet. Du kan laste dem ned til mobilen din under "Dokumenter".
- Planlegg turen godt i forkant. Dette vil gjøre turen tryggere og du vil få en bedre opplevelse av turen. Det er for eksempel lurt å sjekke om du har nødvendig utstyr til turen eller om det finnes alternative ruter opp som vil gjøre det enklere å bestige fjelltoppen.
- Sjekk alltid værmeldingen før du drar på topptur. Husk at det kan skje raske værendringer på fjellet. Lytt også til råd fra lokale dersom de fraråder deg å gå turen den dagen du ønsker å gå på grunn av værforholdene.
- Ikke dra på turen dersom du ikke er i god nok fysisk form. Toppturer kan være svært krevende, og på grunn av terrenget kan det være veldig vanskelig å få hjelp dersom du ikke klarer å gå hele turen.
- Ta alltid med varme klær til pausene, nok mat og drikke til hele turen, samt utstyr til å takle en lang dag ute. Det er ikke uvanlig med snø på toppen – lue, votter og en ekstra ullgenser er derfor lurt selv om du går toppturen om sommeren. Gode sko er også viktig – å få gnagsår eller vrikke foten underveis på turen er aldri godt. Det er også vanlig at det blåser mye i fjellet, eller at det plutselig kommer en regnskur, så ta alltid med en vindtett og vanntett jakke. Det kan også være lurt å ta med en vindsekk i tilfelle du trenger ly på veien opp.
- 4H Norge har laget to videoer som viser [hvordan du bør kle deg til tur](#) og [hvordan du bør pakke sekken til tur](#). Du kan også [sjekke pakkelisten til DNT for gode pakketips](#).

Lykke til!

Oppdraget er inspirert av forslagene til Karen, Erlend, Martine, Frida og Ulrik.