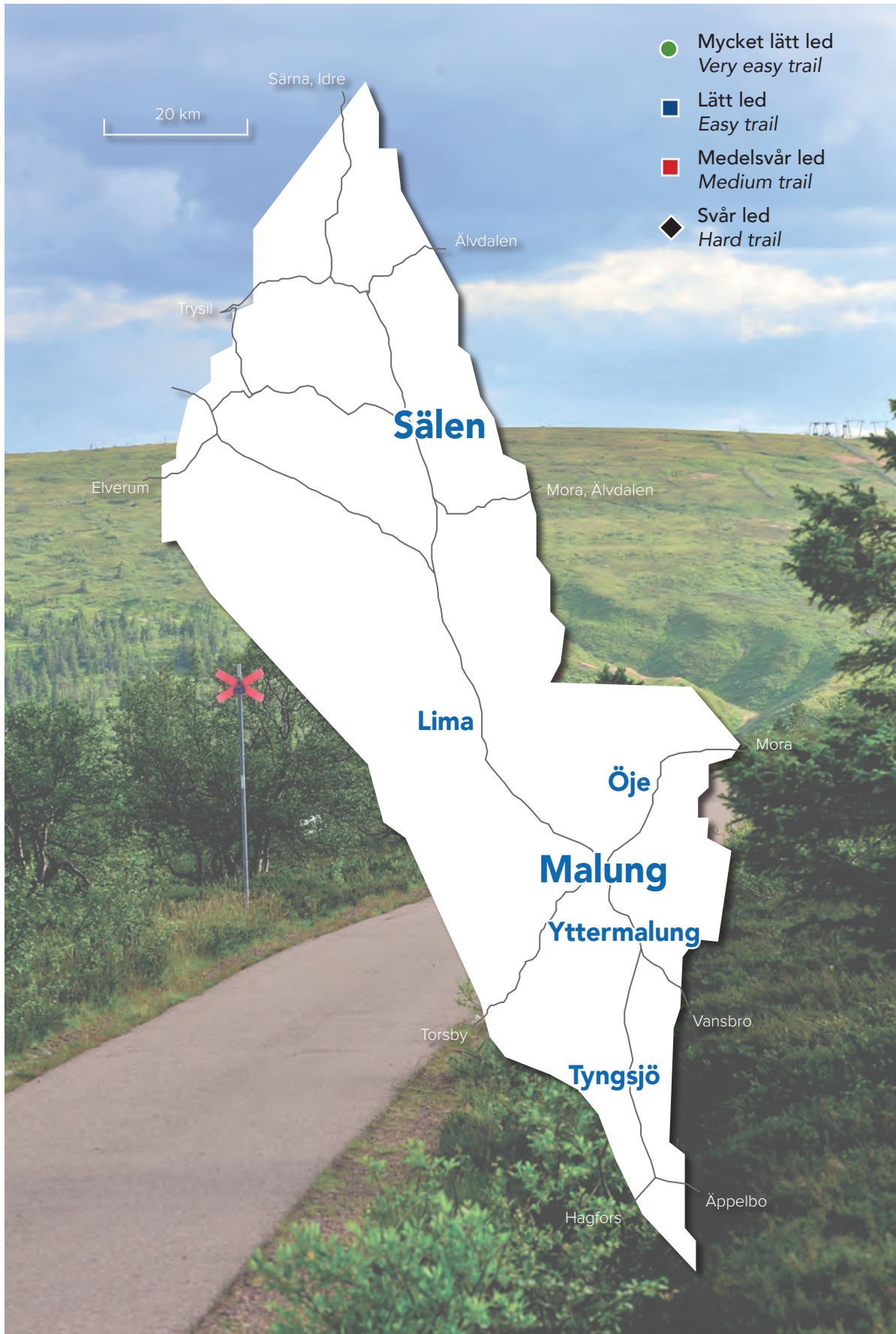


Vandringsguide för Malung-Sälen 🇸🇪  
Walking guide for Malung-Sälen 🇬🇧

# VANDRA





20 km

- Mycket lätt led  
Very easy trail
- Lätt led  
Easy trail
- Medelsvår led  
Medium trail
- ◆ Svår led  
Hard trail

Särna, Idre

Älvdalen

Trysil

Sälen

Elverum

Mora, Älvdalen

Lima

Mora

Öje

Malung

Yttermalung

Torsby

Vansbro

Tyngsjö

Hagfors

Äppelbo



# Välkommen till Malung-Sälen!

## UPPTÄCK SÄLEN TILL FOTS

Våra vackra fjäll erbjuder vandringsalternativ för både nybörjare och mer rutinerade vandrare. Totalt finns här ca 200 km rödade leder. Längs dessa finns ett antal raststugor och vindskydd. Lederna är markerade med röda kryss på ledstolpar. Vid varje ledskilje finns skyltar med hänvisning om ledens riktning, och hur långt det är till nästa mål. Även om det är lätt att hitta, är karta och kompass bra att ha med sig. Den ovane vandraren bör hålla sig till markerade leder. Kolla upp din färdväg innan du ger dig iväg och se till att du har packat matsäck och vatten så att det räcker för din tur till fjälls. Tidsberäkningen på våra turförslag kan naturligtvis variera beroende på hur van vandrare du är och hur långa raster du tar – vi har försökt beräkna en snittid. Bästa tiden för vandring är midsommar – september/oktober. Kartor finns att köpa på Sälens Tourist Center samt på ett flertal service-ställen runtom i Sälen.

## FÖRSLAG PÅ UTRUSTNING

Stövlar eller kängor, kläder efter väderlek, varm/kall dryck, smörgåsar, snabb energi så som russin, choklad och frukt. Kåsa/mugg, skräppåse, sittunderlag, kniv, toalettpapper, plåster, myggmedel, kompass och givetvis en mobiltelefon.



Fjällsäkerhetsrådet, Fjällräddningen och Sveriges lokala Fjällsäkerhetskommittéer rekommenderar Fjällsäkerhetsappen som ger dig en säkrare vistelse i fjällområdena. Ladda ner appen och få tillgång till bland annat: Färdmeddelanden, Fjällkartan, information vid nödsituationer m.m.

## DISCOVER SÄLEN ON FOOT

Our wonderful highlands offer marvellous opportunities for novice and experienced hikers alike. In total, we have around 200 km of well-marked trails. There are a number of huts and wind shelters along these. The trail markers are posts with a red cross. At every fork in a trail, there are signs indicating where the separate paths go and the distances to the next waypoints. Even if finding your way is easy, it is always a good idea to bring along a map and a compass. Inexperienced walkers should keep to mark-ed trails. Before starting off, check your route and ensure that you have packed enough food and water for the trip. Clearly enough, the time needed for each suggested hike varies with length of breaks, each hiker's experience, etc. We have attempted to give an average time. Midsummer to sep/oct is the best period for hikes in our glorious highlands. Maps can be bought from Sälen Tourist Center and a number of other outlets around Sälen.

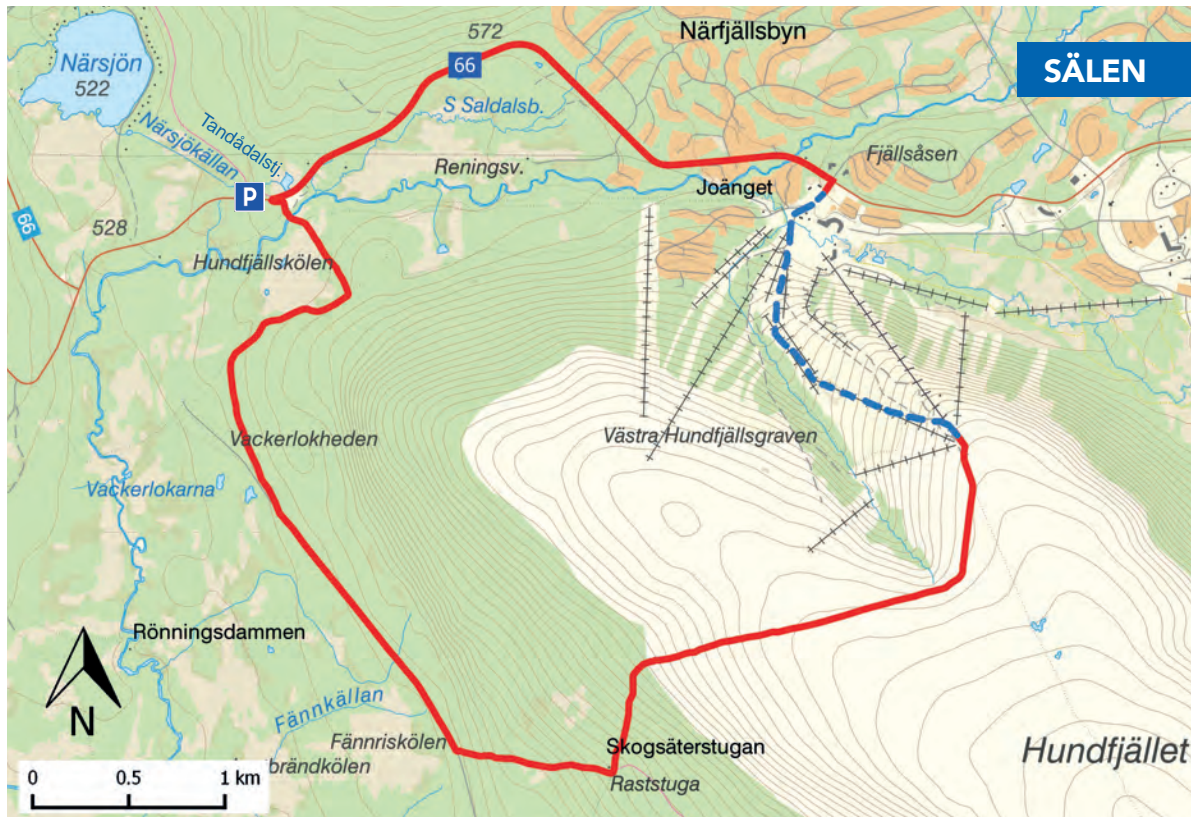
## SUGGESTED EQUIPMENT

Hiking boots, clothes to suit the weather, hot/cold drinks, sandwiches, quick-energy foods (raisins, chocolate, etc.), fruit, mug or other drinking vessel, bag for rubbish, something comfortable to sit on, knife, toilet paper, plasters, mosquito repellent, compass and of course a cellphone.



The Mountain Safety Council of Sweden recommend Fjällsäkerhetsappen, who gives you a safer visit in the mountainareas. Download the app Fjällsäkerhetsappen and receive for example updated messages, maps and information in need of emergency.





## ■ HUNDFJÄLLSSLINGAN

**Längd/Length** 12 km

**Tid/Time** 3 h

Kör rv 66 förbi Hundfjällets anläggning, ca 2 km, till Tandådalstjärn på höger sida. Mitt emot tjärnen är det parkering och start på Hundfjällsslingan. Efter ca 2 km viker leden av mot Hundfjällskölen och Skogsäterstugan. Här finns det valmöjlighet, du kan gå mot Hundfjällets liftar, totalt 12,5 km eller gå mot Hundfjällets naturreservat, ca 20 km. Ordinär vandringsled, bitvis genom fin gammelskog. Från Skogsäterstugan relativt brant stigning upp på Hundfjället med fantastisk utsikt i alla väderstreck. Leden bär sedan nedför Hundfjället till Hundfjällets skidanläggning. Gå fram till rv 66, gå till vänster ca 3 km till utgångspunkt, parkering vid Tandådalstjärn. Vandringsleden är markerad med röda kryss. Längs den streckade blå markeringen kan man göra en fin vandring genom Trolldalen, utanför leden.

*Drive road 66, past Hundfjällets skiresort, approximately 2 km, to a small lake on your right side. Opposite the road is a parking place and the start point for Hundfjällsslingan. After about 2 km the hiking trail turn aside to Hundfjällskölen and Skogsäterstugan. Here are the options, you can either go to Hundfjällets ski lifts and the trail becomes 12,5 km. If you however choose to go against Hundfjällets naturereserve the trail becomes 20 km. The hiking trail is extraordinary through partly fine old forest. From*

*Skogsäterstugan quite steep climb up on Hundfjället where you have a lovely view in all directions. The hiking trail then carries down Hundfjället to Hundfjällets skiresort. Go to rv 66 and turn left on the road. Walk about 3 km to the starting point, the parking lot at Tandådalstjärn. The trail is marked with red crosses. Along the dashed blue marking you can make a nice hike off the trail, through Trolldalen.*





FOTO P.A. Liss

## ■ STOR-NÄRFJÄLLSLEDEN

**Längd/Length** 15 km

**Tid/Time** 5 h

Påbörja turen vid stugområdet Myrflodammen, ledmarkering, röda kryss. Leden går till att börja med över några små myrar där det är spångat och fortsätter sedan genom dalgången mellan Stor-Närfjället och Lägerdalsfjället. Efter ca 3,5 km kommer du till Kruggbäckdalen. Här blir det rejält stenigt på några ställen där man får ta sig över ett par stenrösen med stora stenblock. Kruggbäcken med sitt kristallklara vattensystem korsar leden vid ett flertal tillfällen, där efter övergår leden till mer lättgången terräng innan den efter några kilometer viker av mot väster och in i dalgången mellan Stor-Närfjället och Östra Granfjället, bitvis stenigt i dalen. När du kommit ur dalen blir leden lättgången igen med en svag stigning upp mot Närfjällsstugan. Väl framme kan du njuta av storslagen utsikt i alla väderstreck. En klar dag ser du ända till Städjan (Idre) i norr och Trysilfjäll på norska sidan i väster. I stugan finns kamin och hjälptelefon. Efter en välförtjänt fikapaus bär det av mot Orrliden. Leden går rakt över Stor-Närfjället och underlaget är lättgången. Efter ca 1,5 km når du toppen av fjället, 931 m.ö.h. Här delar sig leden, fortsatt mot Orrliden. Nu börjar det gå svagt utför och det blir brantare och stenigare efter hand för att därefter plana ut igen. Leden fortsätter i kanten av stugområdet tills man kommer fram till Jens Brittias väg, gå till höger på Jens Brittias väg ca 150 m, därefter gå till vänster in på Orrlidsvägen, gå ca 1 km, till parkeringen vid Hemköp. Lämpligt för denna led är att ha två bilar. Parkera en bil vid Hemköp, Tandådalen och kör sen till Myrflodammen och starta vandringen där. Har ni inte möjlighet till det får ni gå från Hemköp till Myrflodammen längs rv 66, en promenad på ytterligare ca 5 km.

*Start this trail at Myrflodammen. In the beginning, the trail crosses several small bogs where there are plank walkways. It continues through the valley between Stor-Närfjället and Lägerdalsfjället. After about 3,5 km, you arrive at the Kruggbäcken valley, which is very rocky in several places. Here, you have to cross a couple of rock mounds that have large boulders. The Kruggbäcken stream crosses the trail a number of times. After a few kilometers of easier terrain, the trail swings off to the west into the valley between Stor-Närfjället and Östra Granfjället, here it is rocky in places. Leaving the valley, the trail is once again easy to walk despite the slight incline up to Närfjällsstugan. Here at the cabin/hut there are magnificent views in all directions. Once a clear day, you can see all the way to Städjan (Idre) in the north and Trysilfjäll (in Norway) in the west. The cabin has an iron stove and an emergency telephone. After a well-earned refreshment break, continue towards Orrliden. The trail runs straight across Stor-Närfjället and the walk is easy. After around 1,5 km you reach the top of the mountain, 931 metres above sea level. Continue towards Orrliden. Beginning to go gently downwards, the trail gradually becomes steeper and stonier before once again levelling out. The trail continues along the edge of an area of summer cottages until reaches Jens Brittias väg. After 150 m on Jens Brittias väg (Jens Brittias road), turn right on to Orrlidsvägen (the Orrlid road). Continue on Orrlidsvägen for about 1 km, to parking area at the supermarket Hemköp. It is useful to have two cars for this walk. Park one of the cars by the supermarket Hemköp i Tandådalen and then drive to Myrflodammen and start the trail. If you only have one car, you can walk from supermarket Hemköp in Tandådalen to Myrflodammen along rv 66, a further 5 km walk.*

Östra Granfjället

Södra Kungsleden  
Stöten

Närfjällsstugan

Korset

Raststuga

Södra Kungsleden

Stor-Närfjället

Transtrandsfjällen

Närfjällsgravarna

Kvuddäcken

Orrliden

Gilleråsen

Flatfjäll

Närfjällsbyn

St. Tandån

Kvillan

66

Jossitj.

Tandålidén

642

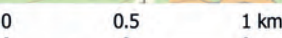
Tandådalen

Fjällsåsen

Hemköp

P

Joänget





## ◆ LILL-NÄRFJÄLLSLEDEN

**Längd/Length** 15 km

**Tid/Time** 6 h

Parkera bilen vid Hemköp i Tandådalen. Gå gångväg till höger om Orrlidsvägen ner mot Orrlidens stugområde. Efter ca 1 km, gå till höger in på Jens Brittass väg, gå ca 150 m till startpunkt för vandringsleden. Leden går lätt uppför till att börja med, vid sidan av stugområdet, innan det blir en rejäl stigning i en knapp kilometer. Väl uppe passar det med en kort paus innan du fortsätter vandringen. Härifrån är det fortfarande uppför i några kilometer innan du kommer fram till ledskiljet där du ska vika av mot Saldalskojan. Härifrån går leden utför ca 1,5 km innan du kommer fram till Saldalskojan. Här är det lagom att ta en längre paus. Efter kojan går leden ganska snart brant utför, ca 2 km innan den planar ut och blir lite blötare, spänger finns men det kan vara rejält blött på sina ställen. Väl nere i dalen ligger Närsjön en bit från leden, här passar det bra med ytterligare en vilopaus, om vädret tillåter kan du passa på att ta ett dopp i sjön. Leden fortsätter genom skogsterräng och snart är du framme vid rv 66 och Tandådalstjärn. Gå längs rv 66 ca 3,5 km tills du kommer till infarten till Hundfjällets anläggning, där går du till vänster mot Fjällsåsen. Gå ca 1 km till Orrlidsvägen, där går du till höger ca 500 m till Hemköps parkering. Vandringsleden är markerad med röda kryss.

*Park your car at Hemköp in Tandådalen. Walk the footpath to the right of Orrlidsvägen down towards Orrlidens cottage area. After about 1 km, turn right onto Jens Brittass road, walk about 150 m to the starting point of the hiking trail. At its beginning the trail rises gently along the side of a cottage area and then becomes a real climb of just under 1 km. Reaching the top, a short break is a good idea before continuing the walk. From this point, it is still uphill for a few kilometers, until you get to where the trail splits, where you should turn off towards Saldalskojan. From where the trail splits the trail runs downhill for around 1,5 km before reaching Saldalskojan. This is an ideal spot for a long break. After Saldalskojan the trail soon runs steeply downhill for about 2 km. Then it levels out and becomes quite wet, but there are footbridges to walk on. The Närsjön lake is at the bottom of the downhill section and here it is a nice place to take a break in, if the weather permits, take the opportunity to take a dip in the lake which is not far from the trail. The hiking trail continues through woodland. Soon you will arrive at rv 66 and Tandådalstjärn. Walk along rv 66 about 3,5 km until you reach Hundfjällets Skiresort where you turn left towards Fjällsåsen. Walk about 1 km to Orrlidsvägen where you turn right and walk about 500 m to parking area at Hemköp Tandådalen. The trail is marked with red crosses.*







## ■ SYNDALSTUREN

**Längd/Length** ca 15 km

**Tid/Time** 3 h

Parkera vid Myrflodammen, följ ledmarkeringen till vänster om dammen. Lättgången led periodvis på fina spänger genom härlig natur med rikt fågelliv, efter ca 2,5 km kommer ni fram till Kläppenskjulet, en trevlig slobod som gjord för en skön paus. Vandringen fortsätter på leden, Sälenringen, över Lägerdalsfjället där ni har en fantastisk vy i alla väderstreck. Efter ca 5 km vid ledskiljet tar ni vänster mot Myrflodammen, leden går brant nedför mot Kruggbäcken, där den följer den kristallklara bäcken ner mot utgångspunkten vid Myrflodammen igen.

*You can park your car by Myrflodammen, follow the red trailmarks to the left to Myrflodammen. Easy hiking trail through amazing scenery with rich bird life. After about 2,5 km you are coming to a rest area called "Kläppenskjulet", a nice place where you can take a short brake. The hiking continues on the trail, Sälenringen, the trail goes over Lägerdalsfjället (Lägerdalsmountain) with a wonderful view in all directions. After about 5 km, by the crossroad, take to the left towards Myrflodammen, here the trail goes quite steep downhill towards "Kruggbäcken" (Kruggstream) where the trail follows the crystal clear stream down to the starting point at Myrflodammen.*



Lägerdalsfjället  
*Förbjudet område för terrängfordon*

Kläppenskjulet

Knuggbäcken

*Transtrandsfjällen*



Myrflodammen

Myrflodammens  
stugområde

Orrliden

Gilleråsen

Flatfjället

St. Tandån

Kvillan

681

Jossitj.

Tandåliden

642



Tandådalen

0 0.5 1 km





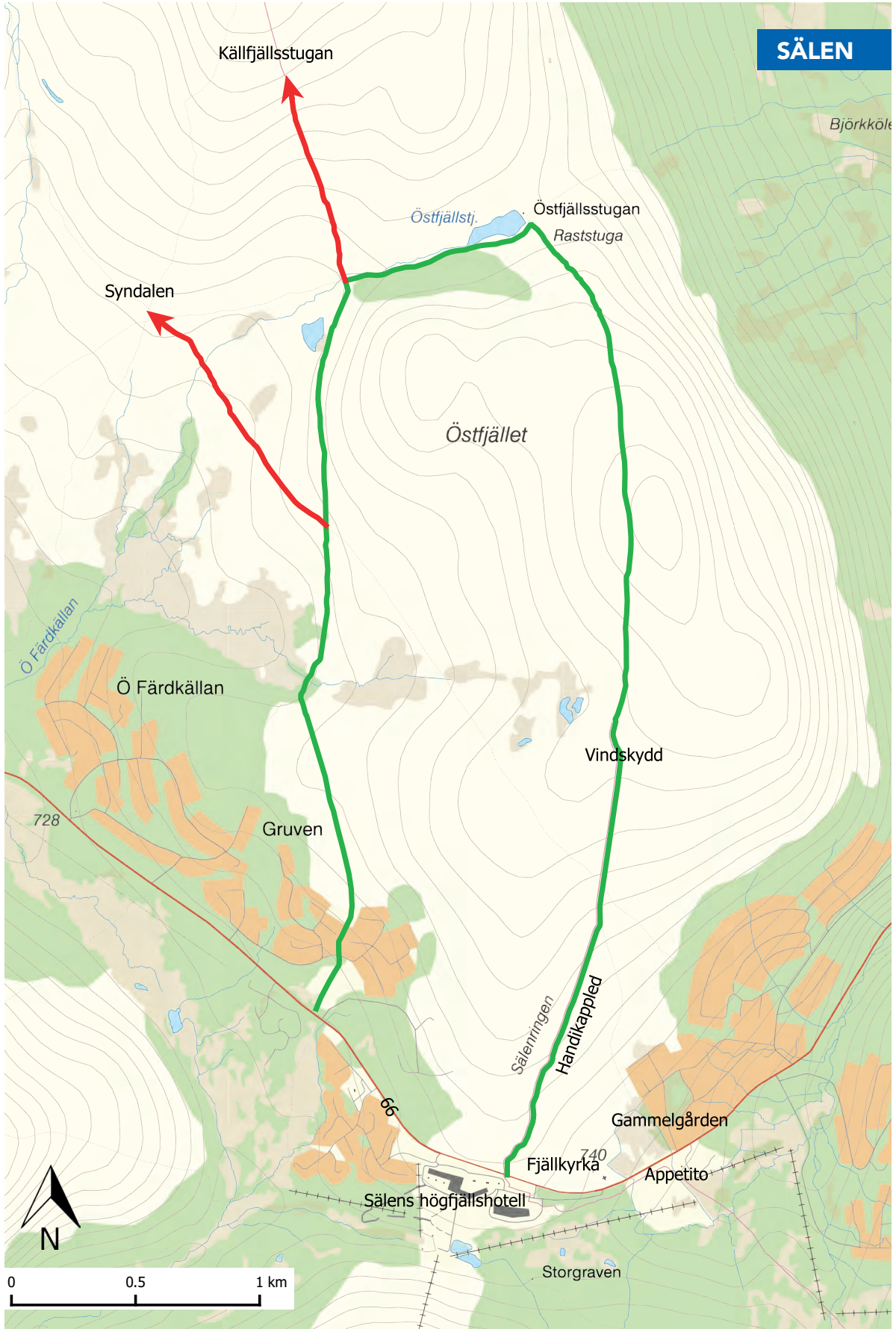
## ● SÖDRA KUNGSLEDEN

**Längd/Length** 9 km

**Tid/Time** 2,5 h

Leden börjar mitt emot Högfjällshotellet. Gå genom portalen och du har börjat din vandring på Södra Kungsleden. Leden börjar med en svag stigning uppför Östfjällets sydsida, en lätt vandring då underlaget är asfalt. Här passar det utmärkt att ta med barnvagnen eller för den rullstolsburne att ta sig ut på fjället. Asfalteringen är ca 2,5 km lång och längs den här delen finns bänkar utplacerade för den som behöver vila lite, eller bara njuta av utsikten. Vid asfalteringens slut fortsätter leden norrut, underlaget är grus så det är fortfarande lätt vandring ända fram till Östfjällsstugan och Östfjällstjärnarna. Härifrån fortsätter leden västerut och är spångad. Vid ledskiljet, efter ca 1 km, viker du av söderut mot Gruven/Högfjället. Även här går du på spänger. Efter ca 3 km är du nere vid rv 66, här blir det en promenad längs vägen på ca 1 km innan du är framme vid Högfjällshotellet och utgångspunkten igen. Vandringsleden är markerad med röda kryss.

*This hiking trail starts just opposite Högfjällshotellet and is marked with red crosses. Go through the portal and you have started your hike on Södra Kungsleden. The hiking trail begins with a very gentle climb up the southern side of Östfjället. This part of the trail is asphalted and easy. It is excellent not only for guests with prams, but also for our guests with wheelchairs who wish to get out into the highlands. The asphalted section is around 2,5 km long, and along this part there are benches for those who want some rest or just want to enjoy the beautiful view. At the end of the asphalt the surface is gravel so it's still easy hike up to the Östfjällsstugan. From here the hiking trail continues westward and you walk on footbridges. Where the trail splits after about 1 km fold the south towards Gruven/Högfjället. Here you also walk on footbridges. After about 3 km you are down by road 66, where it will be a walk along the road about 1 km, before you reach the Högfjällshotellet and starting point.*



Källfjällsstugan

Björkköle

Östfjällstj.

Östfjällsstugan  
Raststuga

Syndalen

Östfjället

Ö Färdkällan

Ö Färdkällan

Vindskydd

728

Gruven

Sälensringen

Handikappled

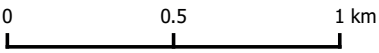
Gammelgården

Fjällkyrka

Appetito

Sälens högfjällshotell

Storgraven





## ● SÄLFJÄLLSTUREN

**Längd/Length** 14 km

**Tid/Time** 4 h

Leden börjar mitt emot Gammalgården. Första delen går över myrmark men är spångad så det är lätt att ta sig fram. Efter myren går det en del uppför men underlaget är grus så det går ganska lätt. Efter ca 1,5 km kommer du till ett ledskilje, följ skyltningen Hemfjällsstugan/Lindvallens liftar. Efter någon kilometer kommer du till Apotekarstugan där du tar vänster och följer den grusade leden. Härifrån är det ytterligare någon kilometer innan du kommer fram till toppstugan Snögubben på Lindvallen. Fortsätt mot Hemfjällsstugan, på vägen passerar du Stensjön med sina fina stenformationer. Här slutar den grusade leden och övergår i spång hela vägen ner till Hemfjällsstugan. Härifrån är utsikten över dalgången fantastisk. Väl framme vid Hemfjällsstugan kan du inta en välförtjänt matsäck.

Härifrån kan du välja att gå över Mellanfjället (röd markering på kartan). Du kan också gå runt Mellanfjället (grön markering på kartan) och du passerar då Storfjällsgraven. Leden är ca 7 km och den är bitvis stenig och spångad. Väl framme vid Storfjällsgraven passar det bra med en kort paus. Fortsättningsvis är leden ganska lättgången. Sista biten är densamma som du började dagen med. Leden är markerad med röda kryss.

*This hiking trail starts just opposite Gammalgården. First part goes over bogland but are boarded and easy to get around. From here the trail rises slightly but because the surface is gravel it's pretty easy to walk anyway. After around 1,5 km were the trail splits, follow the signs to Hemfjällsstugan/Lindvallens lifts. In a few kilometers, you arrive at Apotekarstugan where you turn left and follow the gravel trail. Another few kilometers will take you to the top cabin "Snögubben" in Lindvallen ski resort. Continue towards Hemfjällsstugan, on the way you pass Stensjön with its stone statues. Here stops the gravel trail and turns into rocky terrain in places, walking on footbridges over wet parts. From this point the view over the valley is fantastic. Once you arrive at Hemfjällsstugan, it is a good idea to eat your own food bag.*

*From here you can choose to go over Mellanfjället (red marking on the map). You can also go around Mellanfjället (green marking on the map) and then you will pass Storfjällsgraven. The trail is about 7 km and it is from time to time a bit rocky and also a little wet in places where you walk on footbridges. Once at Storfjällsgraven it fits in well with a short break. Continue the trail is relatively easy to walk. The last part is the same as you started with. The trail is marked with red crosses.*

**SÄLEN**

Ö Sölsät

V Sölsatern

Säljölsstangen

Säljölslet

Storfjölsgraven

924

Mellanfjölslet

910

Hjälptelefon

Hemfjöls-  
tangen

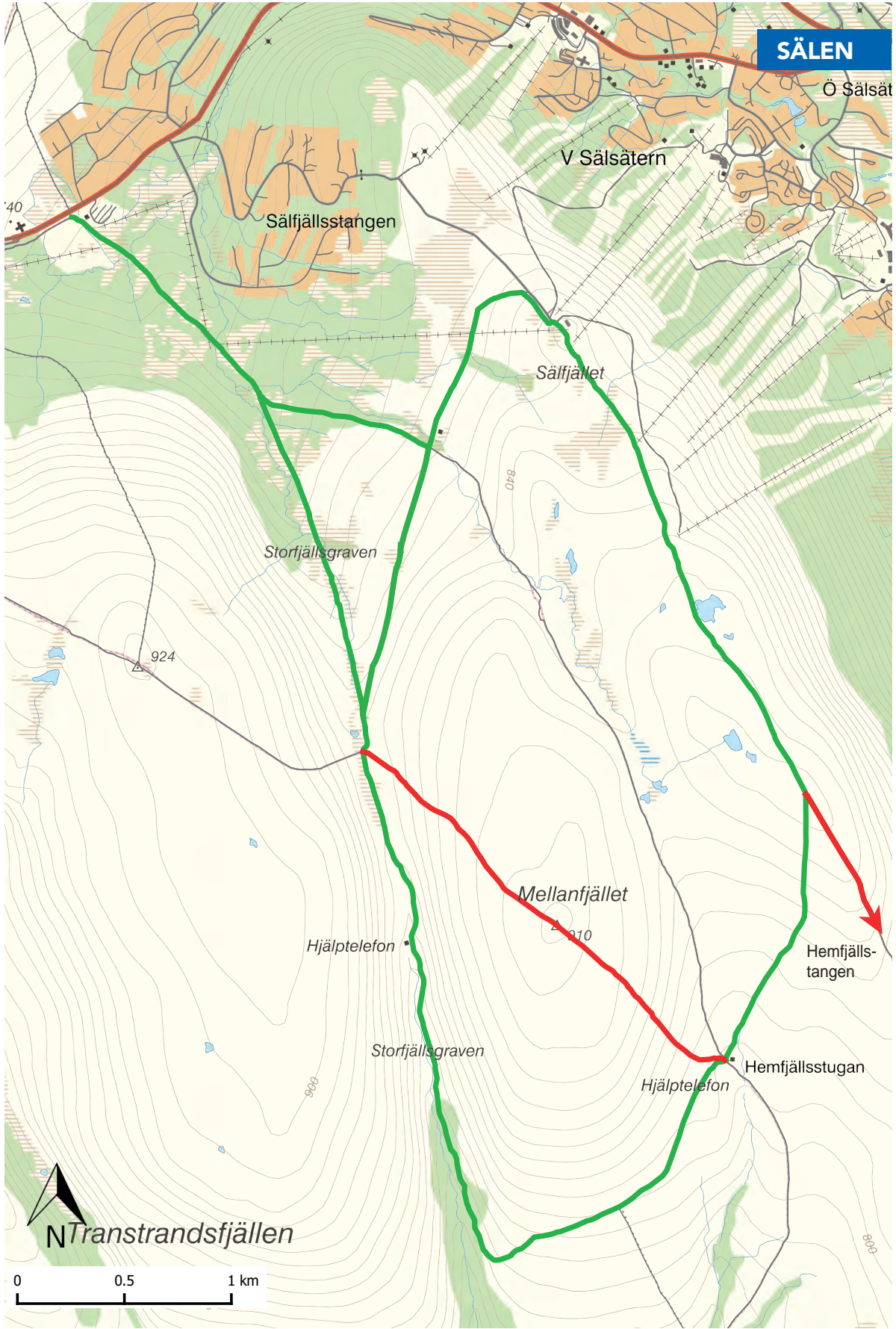
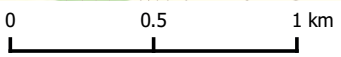
Storfjölsgraven

Hjälptelefon

Hemfjölsstugan



N Transtrandsfjällen



## ■ STORFJÄLLSTUREN

**Längd/Length** 26 km

**Tid/Time** 8 h

Leden utgår från Gammelgården där man går på rv 66 ca 1 km västerut, sedan viker leden av mot Kvillkojan. Vandring på spänger kan förekomma över blöta partier. Fram till Mellanfjällsstugan via Vålbrändans fäbod sträcker sig leden genom fin gammelskog och vackra tallhedar. Från Mellanfjällsstugan vidare mot Hemfjällsstugan har du kalvfjället framför dig med härlig utsikt. Från Hemfjällsstugan finns flera valmöjligheter att vandra mot Gammelgården och Högfjällshotellet igen, via Storfjällsgraven, Mellanfjället och Hemfjället. Leden är markerad med röda ledkryss.

*The trail starts from Gammelgården where you are walking on road 66 about 1 km westward, the trail then turns off towards Kvillkojan. Until Mellanfjällsstugan through Vålbrändans pasture extending the trail through the beautiful old growth forest. Hiking on footbridges may also occur over the wet parts. From Mellanfjällsstugan towards Hemfjällsstugan you have beautiful bare mountain in front of you with great views. When you arrive at Storfjällsgraven go in to the valley between Storfjället and Mellanfjället down to Gammelgården again. The trail is marked with red wood crosses.*









## ● VASALOPPSLEDEN

**Längd/Length** 90 km

**Tid/Time** ca 4 d

Leden startar i Berga by och följer till stora delar det klassiska Vasaloppsspåret fram till Mora. Längs leden finns 9 övernattingsstugor och 11 slobodar, utefter leden passerar du alla klassiska Vasaloppssbyar och fäbodrar. Nummerade informationstavlor finns längs hela leden med utmarkerade sevärdheter. Hela Vasaloppsleden är naturreservat.

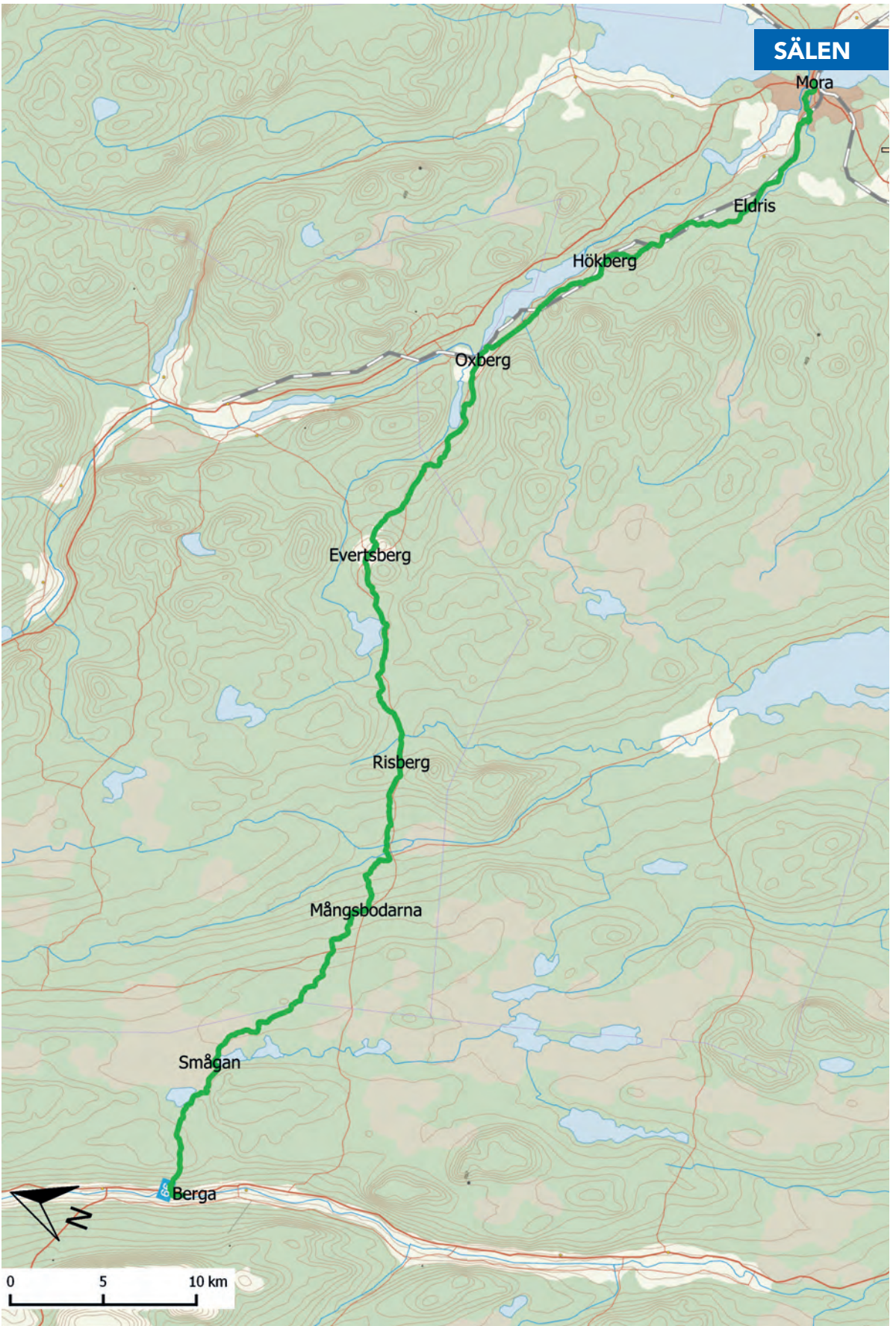
Övernattning i stugorna kostar 50 kr/bädd och natt. Information finns i stugorna alternativt kan betalning ske på turistbyråerna i Sälen, Mora, Älvdalen och på Vasaloppets Hus i Mora. Bidragen behövs för att leden ska kunna underhållas på ett bra sätt. Utförligare information och karta över leden finns att köpa på Sälens Tourist Center. Leden är markerad med stolpar som har orange toppmålning där man bränt in symbolen "Gustav Vasa".

The hiking trail starts in the village Berga and follows largely the classic ski race track "Vasaloppet" to Mora. Along the hiking trail, there are 9 cabins and 11 shelters. You will also come across all the famous Vasaloppet villages and shacks. Pointing out everything of great interest, there are information boards along the whole trail. The entire trail is a nature reserve.

Overnight stay in the cabins costs 50 SEK/bed and night. Information are available in the cabins or alternatively payment can be made at the tourist offices in Sälen, Mora, Älvdalen and Vasaloppet's House in Mora. The contributions required to maintain the trail in a good way. Further information and map of the trail can be purchased at Sälens Tourist Center. The hiking trail is marked with poles with symbol "Gustav Vasa" that have orange top mark.



# SÄLEN



Mora

Eldris

Hökberg

Oxberg

Evertsberg

Risberg

Mångsbodarna

Smågan

Berga

0 5 10 km



*Vad blir din  
nästa utmaning?*

CYKLA, SIMMA, SPRING OCH ÅK SKIDOR I

**DALARNA**

*Hitta lopp,  
träningläger och boende på*  
**visitdalarna.se**