

































**BSI FRILUFT**  
**TURPROGRAM:**  
**VÅR 2024**



## OVERSIKT OVER VÅRENS TURER 2024

Date	Trip Leaders	Trip Name	Difficulty
05/01 - 07/01	Simon	Low-Key Rando Trip	  
12/01 - 14/01	Simon & Birk	Intro to Fjellski 1	
26/01 - 28/01	Lluīsa	Basic Avalanche Course with WildVoss	 
26/01 - 28/01	Erling & Lukas	Intro to Fjellski 2	
02/02 - 04/02	Kristine & Andrew	Spontaneous Skating Trip	  
09/02 - 11/02	Lukas & Lluīsa	Igloo with Wine (There won't be wine - Lukas)	 
16/02 - 18/02	Birk	Advanced Avalanche Course with WildVoss	  
	Simon + Nanna	Randonee Trip to Voss	  
	Veslemøy & Hedda	Bastardly Cold in Bergsdalen (fjellski & tent)	  
23/02 - 25/02	Maike & Ola	Topptur-weekend in Raundalen	  
	Pauls & Birk	Kaldavass & Vassfjøro	 
24/02 - 29/02	Andrew & Håkon	Long Trip through Ryfylkeheiane	   



08/03 - 10/03	Nanna & Stine	Cosy Cabin Trip 1	
15/03 - 17/03	Birk & Erling	BT-Cabin & Skorafjell	   
22/03 - 24/03	Lluïsa & Erling	Full Moon & Fjellski	  
23/03 - 01/04  EASTER WEEK	Simon (& Furu 🐻)	Sailing Trip Part 2: Irish Boogaloo 🍀	
05/04 - 07/04	Birk & Lluïsa	Finse - Rembesdalseter - Liseth	  
12/04 - 14/04	Andrew	Trip Leader Weekend	
19/04 - 21/04	Ola, Maike, & Nanna	Randonnee Trip to Sogndal/Jostedal	  
26/04 - 28/04	Vilde & Karen  Maike, Ola, & Endre	Cosy Cabin Trip 2  Climbing Trip to Sotra	    
03/05 - 05/05	Lluïsa	7 Mountains Day Trip	 
10/05 - 12/05	Erling	Tour of The Øystese Mountains	   
24/05 - 26/05	Roanna & Synne  Jelle	Surf Trip to Hoddevik  Nipebu and Fløyen	  

	Endre	Rock Climbing & Crag Sleepover	
31/05 - 02/06	Kristine & Birk	Caving Trip to Dumdalen	
	Bente & Peter	From Sørfjord to Sognefjord	
28/06 - 30/06	Veslemøy	Festidalen: Yta for å Nyta!	
Beginnin g of April - end of July	Simon (& Furu 🐾)	<del>Shameless self-promotion</del> Sailing Trip Part 2b: Pub-to-pub through the British Isles 🇮🇪 🇬🇧	

## FASTE AKTIVITETER

BSI Friluft tilbyr mer enn bare helgeturer. Vi har også noen faste ukentlige aktiviteter som alltid foregår på samme tidspunkt, en kveldstur i Bergensområdet en gang i måneden, og sosiale arrangementer som vi holder flere ganger gjennom semesteret.

#####

### Mandagsjogging

Delt treningsglede er dobbel glede! Bli med på mandagsjogging og bli *fit* for toppene. Trenerne våre har variert opplegg hver gang, der det satses på barmarkstrening. Mellom 10 og 15 personer deltar på treningene som finner sted over Nedre Fløibanestasjon. Ta med joggesko og treningstøy for det aktuelle



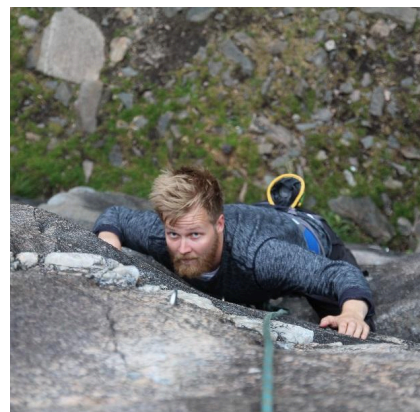
været, samt en drikkeflaske og ta del i moroa! Oppmøte mandager kl 18:00 ved Nedre Fløibanestasjon. Følg med på mail om forandringer i tid. Mer informasjon finnes i Facebook-gruppen vår.

*Join us for a run in the hills around Fløien. Every Monday we meet for a jog and strength exercise at Lower Fløibanestation. We are usually around 10 joggers on average. We're not a hardcore bunch of marathon runners, just a jogging group who like running uphill. Please join us if this sounds like your idea of fun! For more information, check our Facebook-group.*

#####

### Tirsdagsklatring

Hver tirsdag har vi fast klatring i Lemkuhlhallen ved NHH. Dette er sosialt og du møter likesinnede. Møt opp i Lemkuhlhallen kl 18.00 og ta med BSI medlemskort for å få rabatter. Husk brattkort, da dette er nødvendig for å få klatre innendørs. Mer



informasjon kommer mandag eller tirsdag på e-post og i Facebook-gruppen.

*Climbing in Lehmkuhlhallen at 18:00 every Tuesday. Further information will be given on the mailing list and in the Facebook-group.*

#####

## **Månedens Kveldstur**

Vi drar på en kveldstur (med eller uten overnatting) i bynære områder en ukedag i måneden! Vi tar med oss soveposer og annet utstyr og spiser kveldsmaten ved bålet, eller drikker kakao og hører regnet dryppe på presenningen, ser på stjernene glitre i kamp med bylysene, alt på en (nesten) vanlig hverdag. Det finnes ikke dårlig vær, bare dårlige humør. Dagen etter står vi opp, spiser frokost og er tilbake i byen med granbar i håret og bålukt av klærne før forelesninger eller jobb begynner. Vennene dine rystes av den villmarkingen du er.



*We head out on an evening trip (with or without camping) one weekday per month. We take with us sleeping bags and other necessary equipment and eat our supper by the bonfire, drink our hot chocolate, and listen to the rain dripping on our tarp, stare at the stars sparkling together with the city lights. All of this on an (almost) ordinary weekday. There's no such thing as bad weather, only a bad mood. The next day we'll eat breakfast and head back to the city with pine needles in our hair and the smell of the bonfire on our clothes before class or work begins. Your friends will be amazed by the type of outdoorsman you are.*

#####

## **Fjellmøter**

Et par ganger i semesteret arrangerer vi et Fjellmøte. Her møtes vi, tar en pils og lytter til mennesker som har gjort flotte ting i naturen. Foredragene blir holdt av erfarne og uerfarne friluftsmennesker som er der for å inspirere og kanskje motivere deg til nye aktiviteter i naturen. Møtene arrangeres på ulike utesteder i byen, og er

gratis og åpen for alle. Mer informasjon om Fjellmøtene kommer på mailinglisten, og på vår Facebook og Instagram sider.

*A couple of times a semester we arrange a Mountain Meeting. This is where we meet, grab a beer, and listen to people who have done interesting things in the great outdoors. The lectures are given by both experienced and inexperienced outdoor-people who come to inspire and perhaps motivate you to embrace new outdoor activities. The meetings are held at different pubs in the city, and are free and open to everyone. More information about our Mountain Meetings will come via the mailing list, and on our Facebook and Instagram pages.*

#####

### **Månedens Pub**

En gang i måneden tar vi en tur innom en pub i Bergen, hvor vi tar en øl eller to, og hvor man treffer andre friluftinteresserte mennesker. Dette skjer som regel på en onsdag eller torsdag.

*Once every month we go to a pub in Bergen and have a beer or two. This is a great opportunity to meet other outdoor people. This event usually takes place on a Wednesday / Thursday.*

#####

### **BSI FRILUFT PÅ INTERNETT**

På [www.bsifriluft.no](http://www.bsifriluft.no) finner du oppdatert informasjon om turer, møter og andre aktiviteter, samt bilder fra turene våre og et diskusjonsforum. Her kan du også skrive deg på mailinglista vår, hvor informasjon sendes ut ukentlig.

Sjekk også ut gruppa vår på

Facebook: BSI FRILUFT! og på Instagram #bsifriluft



*Updated information on trips and activities, pictures, and a sign-up for our mailing list can be found at our home page ([www.bsifriluft.no](http://www.bsifriluft.no)). Also check out our Facebook page and Instagram account @bsifriluft*

#####



# TURPROGRAMMET VÅR 2024

## TRIP PROGRAMME SPRING 2024

**NB!** *The trip programme might go through some changes during the course of the semester, so for the most up-to-date information, please check our Facebook-page and register to our mailing-list. You can also find detailed information about our Monday-jogs (bsi friluft - mandagsjoggarana) and Tuesday-climbings (BSI friluft - Tirsdagsklattring) in the respective Facebook-groups.*

#####

# January

#####

## Intro to Fjellski 1

**Date:** 12/01 - 14/01

**Difficulty:** 

**Participants/spots:** 6

**Trip Leaders:** Simon & Birk

So the idea is to bring skis and book a cabin close to some nice flat beginner-friendly area where we can practise the essentials of Norway's national pastime: fjellski! We'll

start with some theory and move on to practical lessons and hopefully some light cross-country skiing in a mostly vertical position. No previous experience needed; just bring a smile, some Kvikk Lunsj (and some Glühwein?) and let the hygge commence!

The aim of this trip is to provide you with the experience on fjellski which is necessary to join our other fjellski trips.

#####



## Basic Avalanche Course with WildVoss

**Date:** 26/01 - 28/01

**Difficulty:**  

**Trip Leader:** Lluïsa

**Description:** Bli med på årets vinter- og skredkurs med BSI friluft og Wild Voss! Det blir et kurs i turplanlegging, trygge veivalg og kameratredning. På kurset får du trening i å gjenkjenne skredterreng og fange opp faretegn. Du vil også lære om skikompis-mønsteret for risikoreduserende adferd i skredterreng. Vi skal være i Mjølfjell område.



////////////////////////////////////

Come to the yearly basic avalanche course with BSI-Friluft and Wild Voss! You will learn how to plan a trip, identify and choose safe terrain with regards to avalanche risk, and to rescue a partner who has been buried by an avalanche. You will also be able to recognise danger signs. We will be in the Mjølfjell area.

#####

## Intro to Fjellski 2

**Date:** 26/01 - 28/01

**Difficulty:** 

**Participants/spots:** 15

**Trip Leaders:** Erling & Lukas

**Description:** So the idea is to bring skis and book a cabin close to some nice flat beginner-friendly area where we can practise the essentials of



Norway's national pastime: fjellski! We'll start with some theory and move on to practical lessons and hopefully some light cross-country skiing in a mostly vertical position. No previous experience needed; just bring a smile, some Kvikk Lunsj (and some Glühwein?) and let the hygge commence!

The aim of this trip is to provide you with the experience on fjellski which is necessary to join our other fjellski trips.

#####

# February

#####

## Spontaneous Skating Trip

**Date:** 02/02 - 04/02

**Difficulty:**   

**Participants/spots:** 6

**Trip Leaders:** Kristine & Andrew



**Description:** Vi håper på en kald start på semesteret som gir oss flere centi med stålis. Meget væravhengig, dato er satt, lokasjon er ikke. Planen er å sove utendørs i telt og få noen kilometer på skøyter. Utenom skøytingen tenner vi bål og nyter det å være utendørs.

Tentativ lokasjon er den største innsjøen på Sotra, Kørelen, da vil vi få en fin tur på ca. 20 km. Dersom dette ikke er mulig vil vi reise litt for å finne et godt vann, men vi krysser fingrene!!

Du burde ha gått på skøyter før for å bli med på denne turen.

////////////////////////////////////

We hope for a cold start to the semester that will give us several centi with solid ice. Very much weather dependent, date is set, location is not. The plan is to sleep outside in tents and get a few kilometres on ice skates. Apart from the skating we will have a bonfire and simply enjoy being outdoors.

Tentative location is the largest lake on Sotra, Kørelen, then we will get a nice trip of approx. 20 km. If this is not possible, we will travel a bit further to find a good location, but we are crossing our fingers!!

You should have skated before in order to join this trip.

#####



## Igloo with Wine (There won't be wine - Lukas)

**Date:** 09/02 - 11/02

**Difficulty:** 🥾 🥾

**Trip Leaders:** Lukas & Lluïsa

### **Description:**

Har du allerede opplevd å sove i en igloo? Dette er vanskeligere enn å lage en snøhule, men det er mer komfortabel. Stedet skal bestemmes nærmere turen, avhengig av været og snøføre. Me skal ta en liten tur på fjellski og lage igloen!



////////////////////////////////////

*Have you ever slept in the snow? Snowcave maybe? We now take on the more robust and comfortable igloo. The exact location of the trip will be decided later, depending on weather and snow conditions. We will aim for a short fjellski trip. Get ready to dig in the snow!*

#####

## Advanced Avalanche Course with WildVoss

**Date:** 16/02 - 18/02

**Difficulty:** 🥾 🥾 🏔️

**Trip Leaders:** Birk

**Description:** Wild Voss inviterer til videregående skredkurs for BSI friluft. Kurset tar sikte på å utvide og fordype skredkunnskapen som du allerede har. Det meste av kurset foregår ute på topptur, med vekt på aktiv deltakelse. Vi øver på metoder som gjør deg i stand til å ferdes trygt i utfordrende skredterreng (KAST klasse 2). Det betyr at vi jobber spesielt med å håndtere skredproblemer og lære mer om snødekkets oppbygning og stabilitet.



////////////////////////////////////

Wild Voss invite you to their advanced avalanche course for BSI Friluft. The course aims to expand and deepen your existing avalanche knowledge. Most of the course takes place out in the mountains, with emphasis on active participation. We'll practise using methods which enable you to move in challenging avalanche terrain (KAST class 2). That means that we'll work especially on managing avalanche problems and learning about the composition and stability of the snowpack.

#####

## Randonnee Trip to Voss

**Date:** 16/02 - 18/02

**Difficulty:** 🥾 🥾 🏔️

**Trip Leaders:** Nanna & Simon  
(& Furu🐶)

**Participants/spots:** 6

**Description:** This weekend we'll rent a cabin somewhere within driving distance from Bergen, and hopefully go shred some powder in the vicinity before we cuddle up before the fireplace and practise some Norwegian "hygge".



#####

## Bastardly Cold in Bergsdalen

**Date:** 17/02 - 18/02

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾

**Participants/spots:** 6

**Trip Leaders:** Veslemøy og Hedda

**Description:** Fjellski i Bergsdalen. Vi er gira på vinterteltning, men om været blir utfordrende, vurderer vi ei av de fine hyttene i området. Vending eller Gullhorgabu.



////////////////////////////////////

Fjellski in Bergsdalen (about 1 hour drive from bergen). We want to practise some winter camping, but if the weather is too challenging, we will consider sleeping at one of the many DNT cabins in the area. Vending or Gullhorgabu for example.

#####

## Topptur Weekend in Raundalen

**Date:** 23/02 - 25/02

**Difficulty:** 🥾 🥾 🏔️

**Trip Leaders:** Ola & Maike

**Participants/spots:** 6

**Description:** Ta med rando-skiene og bli med på helgetur til Raundalen ved Voss. Denne helgen har vi leid en koselig hytte via Airbnb som vi bruker som base hele helgen. Hytten ligger i gåavstand fra Øyeflaten togstasjon. Vi tar toget opp fredag ettermiddag og bruker kvelden på forberedelser og spiser en felles middag. Lørdag går vi en dagstur til en av toppene i dalen, før vi så vender tilbake til hytten, lager middag og nyter kvelden. Søndag vasker vi oss ut og går en ny skitur, før vi tar toget hjem til Bergen på kvelden.



////////////////////////////////////

Bring your randonee skis and join us this weekend for a trip to Raundalen, close to Voss. We have rented a cosy Airbnb cabin which will serve as our base camp. The cabin is located within walking distance of Øyeflaten train station. The plan to depart from Bergen Friday afternoon. Then, the evening will be spent planning for the coming days and cooking a communal dinner. On Saturday we will go for a day trip to one of the nearby peaks and enjoy the evening at the cabin with another shared meal. On Sunday we will clean up the place and head out for our last trip before catching the train back to Bergen.

#####

## Kaldavass & Vassfjøro

**Date:** 23/02 - 25/02

**Difficulty:** 🥾 🥾

**Trip Leaders:** Pauls & Birk



**Description:** Kaldavasshytten er en hytte med mange historier i veggene. Her blant bratte skrenter og langstrakte vann er det mang en turgåer som har ramlet inn, glad, fornøyd og sliten, etter en lang dag med tur. Vassfjæro regnes av flere som et av de fineste fjellene vinterstid i Norge. Herfra kan man stå og nyte frisk vinterbris mens man skuer ut over mektige Hardangerfjorden.



Vi tar toget til Upsete fredag ettermiddag og labber rolig inn til Kaldavass hvor vi spiser middag og hopper tidlig til køys. Lørdag morgen står vi tidlig opp og gyver oss løs på turen til Vassfjæro. Tilbake på hytten spiser vi en god og solid middag. Søndag morgen sover vi godt ut og spiser en god og rolig frokost før vi renner ned til Upsete for å ta toget hjem.



Kaldavass is a cabin with history in its walls. Here among steep cliffs and long lakes many-a-skier have stumbled in happy, satisfied, and tired, after a long day of skiing. Vassfjæro is considered by many as one of the most beautiful mountains in all of Norway during winter. From here you can enjoy a fresh breath of winter air while gazing out towards the majestic Hardangerfjord.

We take the train to Upsete Friday evening and ski to Kaldavass where we'll eat dinner and go to bed early. We'll wake up early on Saturday to start our journey to Vassfjæro. Back at the cabin we'll eat a solid dinner. On Sunday we'll start the morning slowly with a proper breakfast before we ski back down to Upsete and take the train back to Bergen.



## Long Trip through Ryfylkeheiane

**Date:** 24/02 - 29/02

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾 🥾

**Trip Leaders:** Andrew & Håkon

**Description:** This year's now-traditional long fjellski trip takes us to the high mountains of Rogaland; Ryfylkeheiane. We'll be starting from Haukeliseter on



Saturday 24th February, and begin skiing in the general direction of Stavanger. The precise route is currently undecided, but the plan is to stay in self-service DNT cabins along the way, allowing us to travel relatively light. We'll be skiing approximately 20 to 30 kilometres per day, over a total distance of approximately 130 kilometres. These distances can be adjusted according to conditions and the desires of the group. There is also an option to extend the trip until Sunday 3rd March if we're having too much fun to go home. This trip requires you to be in good shape and you should be comfortable skiing with a heavy rucksack over many kilometres, both uphill and downhill.

#####

## March

#####

### Cosy Cabin Trip 1

**Date:** 08/03 - 10/03

**Difficulty:** 🥾

**Trip Leaders:** Nanna & Stine

**Description:** This is going to be a super low-threshold trip where everyone can join! The plan is to find a cosy DNT cabin somewhere in the vicinity of Bergen (reached by train or bus), go on hikes during the day, cuddle up in front of the fireplace in the evening with hot cacao, play some games, drink wine or whatever people feel like doing. 😊



#####

### BT-Cabin & Skorafjell

**Date:** 15/03 - 17/03

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾 🏔️

**Trip Leaders:** Birk & Erling

**Description:** Denne helgen utforsker vi det spennende terrenget i Mjølfjells bakgård. Vi drar til den historiefylte Kaldavasshytten fredag ettermiddag. Lørdag kaver vi oss bortover samtlige vann og skrenter før vi når nydelige Skorafjell. Der kan vi nyte en fantastisk utsikt utover Eidfjord før vi avslutter dagen med nedkjøring ned til



BT-hytten i vakker solnedgang. Søndag labber vi rolig ned til Mjølfjell og tar toget hjem til Bergen.

////////////////////////////////////

This weekend we will explore the exciting terrain in the back garden of Mjølfjell. Friday evening we will go to the historic Kaldavass cabin. On Saturday we will traverse many lakes and many hills before we reach the beautiful Skorafjell. There we can enjoy a fantastic view of Eidfjord before we end the day by skiing down to BT-cabin in the beautiful sunset. Sunday we will ski slowly down to Mjølfjell and take the train back to Bergen.

#####

## **Full Moon & Fjellski**

**Date:** 22-24/03

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾

**Trip Leaders:** Lluïsa & Erling

**Description:** Denna helga kommer årets tredje fullmåne og ein god sjanse til å oppleve noe av det mest magiske vinterfjellet har å tilby, å gå på ski om natta i fullmåne. Om himmelen er klar skal vi gå fra Upsete fredag kveld til Kaldavasshytta på natta. Vi skal slappe av på lørdag, og starte å gå på ski på kvelden igjen mot Hallingskeid via Vossaskavlen, og ta toget tilbake til Bergen på søndag morgen.



Turen krever tidligere erfaring med fjellski, og man må være komfortabel med å gå på ski om natten, og kunne stå nedover da det er ganske bratt enkelte steder.

////////////////////////////////////

This weekend serves up the third full moon of the year, and thus a chance of experiencing one of the most magical delights that the winter mountains have to offer – skiing at night. If the skies are clear and weather conditions are in our favour, then we'll take the train to Upsete on Friday evening and ski to the DNT cabin Kaldavasshytta by moonlight. We'll use the daytime on Saturday to sleep and recuperate. On Saturday evening we'll eat dinner together and then head out into the night once more, navigating to Hallingskeid via Vossaskavlen, from where we can take the first train back to Bergen on Sunday. If weather conditions turn out not to be conducive to night-skiing this weekend, then the trip will go ahead as a plain-old



diurnal ski trip.

This trip requires that you have prior experience on fjellski and you must be comfortable skiing at night. You also need to be comfortable skiing downhill on fjellski, since the gradient exceeds 20 degrees in places.

#####

## Sailing Trip Part 2: Irish Boogaloo 🍀

**Date:** 23/03 - 01/04 (Easter holidays)

**Difficulty:** 🚢 🚢

**Trip Leaders:** Simon (& Furu 🐱)

**Participants / Spots:** 3

**Description:** This trip is a real treat! We'll be spending the Easter holiday sailing the southern coast of Ireland; going westward from Cork towards Dingle. No previous sailing experience is required, but be sure to bring warm clothes! Expenses like port fees and diesel will be shared among the participants. (The photo is from last summer when we first started this trip; taken in the morning hours after our first night sail - approaching Gibraltar).



#####

## April

#####

### Finse - Rembesdalseter - Liseth

**Date:** 05/04 - 07/04

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾

**Trip Leaders:** Birk & Lluïsa

**Description:** Denne helgen retter vi snuten mot området rundt Hardangerjøkulen. Vi tar toget til Finse og sklir rolig sørover gjennom det dramatiske landskapet som ligger ved kanten av breen. Dagen avsluttes med noen spennende utforkjøringer som fører oss til synet av vakre Rembesdalsseter i den trolske Rembesdalen. Her kan vi ta oss en velfortjent natt søvn. Videre travaserer vi de bratte sidene langs

Rembedalsvannet og klatrer oss opp mot Moldnuten. Nå kan vi endelig slappe av igjen og gli nedover mot Liseth hvor vi kan ta bussen tilbake til Bergen, men også den delen av ferden er noe å glede seg til da den går igjennom utrolige Måbødalen, og langs fantastiske Eidfjord.



This weekend we will turn towards the area around Hardangerjøkulen. We will take the train to Finse and ski slowly south through the dramatic landscape that lies on the edge of the glacier. We complete the day with some exciting downhill that lead us to the sight of beautiful Rembedalsseter in the trolly Rembedal. Here we can take a well-deserved night's sleep. The next day starts with us traversing the steep sides that lead down to Rembedalsvannet before we climb up towards Moldnuten. Now we can finally relax again and slide slowly towards Liseth where we can take the bus back to Bergen, but we can also look forward to this part of the trip as it goes through the incredible Måbødalen and along the fantastic Eidfjord.



## **Trip Leader Weekend**

**Date:** 12/04 - 14/04

**Difficulty:**

**Trip Leaders:** Andrew

**Description:** Denne helgen arrangerer vi turløderhelg ved Ljosanbotn på Mjølfjell. Her har vi alt vi trenger, fin utsikt, badstue og fjell som våre nærmeste naboer, og denne helgen skal vi bruke på å bli bedre kjent med hverandre og å lære om det å lede turer i vinterfjellet! BSI betaler for overnatting og middag. Vi inviterer også dere som ikke allerede er turlødere, men som kan tenke seg å bli det.



This weekend we are organising a trip leader weekend at Ljosanbotn in Mjølfjell (with sauna!). Here we have everything we need, nice views, sauna and mountains as our nearest neighbours, and this weekend we will spend getting to know each other better and learning about leading trips in the snowy mountains! BSI pays for accommodation and dinner. We also invite those of you who are not already tour leaders, but would like to become one.

#####

## Randonnee Weekend in Sogndal/Jostedalen

**Date:** 19/04 - 21/04

**Difficulty:**   

**Trip Leaders:** Ola, Maike & Nanna

**Participants/spots:** 6

### **Description:**

Denne helgen leier vi biler og kjører til Sogndal/Jostedalen i jakten på nydelig vår-skikjøring. Vi skal bo på en DNT-hytte og gå dagsturene derfra. Når kvelden kommer fyrer vi i peisen og nyter hyttelivet.



////////////////////////////////////

This weekend we want to rent a car or two on friday and drive to Sogndal/Jostedalen to chase some sublime end-of-season skiing. We're planning on staying at a DNT cabin and take day trips from there, while the evenings will be spent cozying up in front of the fireplace

#####

## Cosy Cabin Trip 2

**Date:** 26/04 - 28/04

**Difficulty:** 

**Trip Leaders:** Vilde & Karen

**Description:** Vi planlegger en koselig hyttetur til ei DNT-hytte på Vestlandet. Her planlegger vi rolige utflukter på dagtid og mye hyttekos på kveldene. Vi kommer oss dit med buss eller tog.





//

We are planning a cosy cabin trip to a DNT-cabin in Vestlandet. We are having small trips during the days and a lot of “hyttekos” in the evenings. We will go by train or bus.

#####

## Climbing Trip to Sotra

**Date:** 26/04 - 28/04

**Difficulty:**   

**Trip Leaders:** Maike, Ola, and Endre

### **Description:**

Denne helgen reiser vi ut til Sotra for klatring og telting. Turen vil bli lagt til et eller flere klatrefelt med et bredt spekter av grader, dermed er klatrere på alle nivåer velkomne.

Eneste kravet er at du har Brattkort. Ved dårlig vær vil vi dra til Beachen ved Stryn. Planen er å reise ut og etablere camp på fredag, spise middag og bli kjent med hverandre. Lørdagen går til klatring og bålkos på kvelden. På søndag gjennomfører vi siste klatreøkt før vi reiser tilbake til Bergen på ettermiddagen.



//

This weekend we are heading to Sotra for some climbing and camping fun. We will choose crags with a wide range of grades to accommodate all skill levels. You will however need a Norwegian Brattkort (belay certification) to join. If the weather is bad, Beachen crag in Stryn is our backup plan. On Friday we will depart from Bergen in the evening and set up camp, eat dinner and get to know each other. Saturday we will climb during the day and relax by the campfire in the evening. Finally, on Sunday we will have our last climbing sessions before heading back to Bergen in the afternoon.

#####

# May

#####

## 7 Mountains Day Trip

**Date:** 04/05 (Saturday) - Not yet fixed. Will depend on weather and availability of the trip leader.

**Difficulty:** 🧗 🧗

**Trip Leaders:** Lluïsa

### **Description:**

Vi bor i en fantastisk by omgitt av 7 vakre fjell. Hvis du liker å gå på tur er det obligatorisk å toppe den 7. på én dag nå som dagene er lange og solen skinner!



Vi starter tidlig om morgenen under soloppgang, ved foten av Lyderhorn, og tilbringer hele dagen med å vandre rundt i byen vår! Turen kan være lang og utfordrende... Derfor gjør vi det sammen! Mer informasjon om turen finner du her <https://ut.no/turforslag/116489>

Vi vil gå (ikke løpe) og planlegge å gjøre det på ca. 12 timer. Vi skulle ønske at alle kunne fullføre!!

////////////////////////////////////

We live in an amazing city surrounded by 7 beautiful mountains. If you like hiking it is mandatory to summit all 7 in one day, now that the days are long and the sun is shining!

We will start early in the morning (sunrise time) in Lyderhorn and spend the whole day hiking around our city! The hike can be long and challenging... That's why we want to do it together! More information about the trip can be found here <https://ut.no/turforslag/116489>

We will walk (not run) and plan to do it in ca. 12 hours. We would like that everyone can finish!!

#####

## Tour of The Øystese Mountains

**Date:** 10/05 - 12/05

**Difficulty:** 🥾 🥾 🥾 🏔️

**Trip Leaders:** Erling

**Description:** I år som i fjor vil Erling ta sin favoritt tur, opp på alle dei beste fjellene i Øystese område. Turen er ein veldig bratt og lang fjellskitur, men kan og gå på Randonee sjølv om det er ein del flater mellom. Du må være i god form. Turen blir enten på ein eller to dager, det kommer ann på deltakere.



////////////////////////////////////

We will take the trip around the best mountains in Øystese, starting on Soldal. The trip is a very steep fjellski trip, but can also be done on randonnee skis, despite there being a few flat sections. You need to be in good shape. The trip is either one or two days, depending on the shape of the participants.

#####

## Surf Trip to Hoddevik

**Date:** 23/05 - 26/05

**Difficulty:** 🏄

**Trip Leaders:** Roanna & Synne

**Description:** Vi drar til Vestlandets surfeparadis: Hoddevika! Turen er fra torsdag til søndag. Dagene går til surfekurs med instruktører fra Lapoint, i tillegg til frisurf. Det er ikke nødvendig å ha tidligere erfaring med surfing. Ellers blir det hygge, matlaging og det man ellers måtte ønske. Vi skal bo på Innsikten, som har plass til 20 stk.



////////////////////////////////////

We are going to the West Coast's surf paradise: Hoddevika! The trip is from Thursday to Sunday. We will spend the days surfing, with and without instructors.

Surfing experience is not necessary! In the evening we will make dinner together and otherwise do as we like. Our accommodation is Innsikten, with room for 20 people.

#####

## Nipebu & Fløyen

**Date:** 25/05 - 26/05

**Difficulty:** 🧗

**Trip Leaders:** Jelle

**Description:** On Saturday we will drive to Dale (near Førde) and hike to the top of Fløyen. Afterwards we'll hike to Nipebu where we'll stay the night. The total distance is about 12km, with 1400m of elevation on Saturday.



#####

## Rock Climbing & Crag Sleepover

**Date:** 25.05 - 26.05

**Difficulty:** 🧗 🪨 🏔️

**Trip Leaders:** Endre

**Description:**

En klatretur med overnatting ved kragget, ta med telt eller hengekøye, eller sov under åpen himmel. Turen vil være ganske væravhengig og jeg skal tenke på en alternativ backup dersom det er dårlige klatreforhold. Vi krever at deltakerne har noe tidligere klatreerfaring. Brattkort er påkrevet. Vi møtes om morgenen og reiser til kragget sammen.



//////////

A climbing trip with a sleepover by the crag. Bring a tent or hammock, or sleep under open sky. The trip will be quite weather dependent and I will think of an alternative backup if conditions for climbing are bad. We require that participants have some previous climbing experience. A Norwegian Brattkort is compulsory. We will meet together in the morning and travel to the crag together.



#####

## Caving Trip to Dumdalen

**Date:** 31/05 - 02/06

**Difficulty:** 🧗

**Trip Leaders:** Kristine & Birk

**Description:** Vi bruker helgen på å utforske grottene i Dumdalen, Jotunheimen! Grottene er merket med skilt og det er i alt 7 grotter. De første grottene ligger ca 15 minutters gange fra hovedveien. Vi har adgang til G1 og G2 uten guide, men vi kan også se på de andre grottene utenfra.



Avgang fra Bergen med bil fredag, kjøreturen er på ca. 5 timer. Det er ofte pent vær i mai/juni-skiftet, vi satser derfor på å ligge i telt. Lørdagen går til å utforske grottene og området rundt, vi ser hva vi får tid til og hva ønsket i gruppen er! Søndag tar vi en rolig morgen før vi vender snutene mot Bergen igjen.

////////////////////////////////////

We'll spend the weekend exploring the caves in Dumdalen, Jotunheimen! The caves are marked with signs and there are 7 caves in total. The first caves are about 15 minutes' walk from the main road. We have access to G1 and G2 without a guide, but we can also look at the other caves from the outside.

Departure from Bergen by car on Friday, the journey is approx. 5 hours. The weather is often nice at the turn of May/June, so we aim to sleep in tents. Saturday will be spent exploring the caves and the surrounding area, we'll see what we have time for and what the group are up to! On Sunday we'll have a quiet morning before we turn our noses towards Bergen again.

#####

## From Sør fjord to Sognefjord

**Date:** 31/05 – 02/06

**Difficulty:** 🧗 🧗

**Trip leaders:** Bente & Peter

**Description:** Fra Sør fjord til Sognefjord over fellene. Denne tredagersturen skal ta oss hele veien gjennom Stølsheimen regionen. Vi tar bussen til Mo og går opp til

Skavlabu hytten. På den andre dagen går vi fra Skavlabu til Norddalshytten. På den siste dagen går vi ned til fjorden og tar fergen tilbake til Bergen. Vi skal sove på de to nevnte DNT hyttene. Hele turen er cirka 45km lang med 2600 høydemeter. Du må derfor være i god form, og komfortabel med å gå på tur i fjellet. Spesielt på lørdag er det en lang tur.



From Sørfjord to Sognefjord over the mountains. This three-day trip will take us all the way across the Stølsheimen region. We take the bus to Mo and start our tour to the Skavlabu cabin. On the second day, we are going to hike to Norddalshytten before we go down to the fjord on the last day and take the ferry back to Bergen. We are going to sleep at the two named DNT cabins. The total length will be approximately 45km and 2600m of elevation, so you should be fit and comfortable in mountainous terrain. In particular, Saturday will be quite a long day.



## June



### Festidalen: Yta for å Nyta!

**Date:** 28/06 - 29/06

**Trip Leader:** Veslemøy

**Description:**

**Meld deg som frivillig på Festidalen i Uskedalen!** Bli med å bidra på sommarens flottaste festival. Jobb som frivillig ein kveld, og gå gratis den andre. Få eit innblikk i jobben som ligg bak den vesle, men godt etablerte festivalen. Med slagorda "rock, fjell og kjærleik" er Festidalen blitt



årets happening for mange. Opplev artistar med nasjonal og global kjennskap på jordet mellom fjella i Uskedalen. Highasakita, Arif, Nico & Vinz og Embla and the



Karridotters, er artistane som er sloppe til no. (Følg med på heimesida deira, for meir oppdatert program). <https://festidalen.no/>

Dette blir ikkje ein arrangert tur, slik vi kjenner det frå BSI friluft. (Fordi eg skal vera med før og etter festivalen med rigging). Transport til Uskedalen må ein fiksa sjølv. Anbefaler rutebuss eller hurtigbåtane frå Bergen til Sunde eller Rosendal. Når det gjeld overnatting blir det holdt av ei hjørne på festival-campen, til BSI friluft frivillige. Alle som melder seg som frivillig vil få bu gratis her med egne telt. I tillegg vil ein få utdelt årets frivillig t-skjorte og mat i frivilligteltet under vakta.

Håpar så mange som mogleg har lyst til å bidra! Få eit unikt innsyn i frivilligheita for å få til Festidalen mellom fjella i Uskedalen. Meld deg som frivillig på heimesida (noter at du kjem frå BSI friluft). Send også mail til meg, om du ønskjer plass på campen. Plassar så langt det er behov for frivillige.

Send til: [veslemoy.haugland@outlook.com](mailto:veslemoy.haugland@outlook.com)

Påmelding: <https://festidalen.no/frivillig/>



////////////////////////////////////

**Sign up as a volunteer at Festidalen in Uskedalen!** Join in and contribute to the summer's coolest festival. work as a volunteer one night, and go for free the other. Get an insight into the work behind the small but well-established festival. With the slogan "rock, mountains, and love", Festidalen has become this year's happening for many. Experience artists with national and global recognition on the field between the mountains in Uskedalen. Highasakite, Arif, Nico & Vinz, and Embla and the Karridotters are the artists that have been announced so far. (Stay tuned to their website for more updated programme). <https://festidalen.no/>

This will not be an organised trip as we know it from BSI Friluft. (Because I will be involved in setup and teardown before and after the festival). Transportation to Uskedalen needs to be arranged by yourself. I recommend taking the bus or the fast boats from Bergen to Sunde or Rosendal. As for accommodation, a corner of the festival camp will be reserved for BSI Friluft volunteers. Everyone who signs up as a volunteer will get to stay for free with their own tents. In addition, you will receive this year's volunteer t-shirt and food in the volunteer tent during your shift.

I hope as many as possible are interested in contributing! Get a unique insight into the volunteer work that makes Festidalen happen between the mountains in Uskedalen. Sign up as a volunteer on their website (note that you are from BSI Friluft). Also, send an email to me if you want a spot at the camp. Spots are available as long as there is a need for volunteers.

Send to: veslemoy.haugland@outlook.com

Registration: <https://festidalen.no/frivillig/>

#####

## ~~Shameless self promotion~~ Sailing Trip Part 2b: Pub-to-pub through the British Isles



**Date:** Beginning of April - End of July

**Difficulty:** ⚓ ⚓

**Trip Leaders:** Simon (& Furu 🐱)

**Participants/spots:** 3 (at any given time)



//////////

TL;DR: this trip is continuously going on until the autumn semester starts, and people can in principle join whenever.

//////////

Continuing on from the Easter trip, the route will be northbound along Ireland's rugged but beautiful west coast, through the scenic Scottish Caledonian canal, and then either southbound along the coast of Great Britain towards France or northbound to Bergen via the Shetland Islands.

The plan is to mostly just do daysails and stay in sheltered harbours during the night, but in some places like the wild Irish west coast we'll have to stock up on supplies

and anchor in the wild with the seals and the selkies.

No previous sailing experience is required, just remember to bring warm clothes and be aware that it can get quite bumpy out at sea at times. And although we can't control the Irish/British weather, we *can* promise plenty of good vibes, serene nature experiences and probably sighting countless dolphins as they swim along our boat. So bring your ukulele and your favourite board game and come conquer the British seas with us!






#####

#####

## GRADERING / GRADING SYSTEM

Ved hver tur er det forsøkt satt en gradering. Husk at en slik grad er en subjektiv vurdering, og selv om en tur er gradert til lett kan det for noen oppfattes tungt. Ta kontakt med turlederne før turen hvis du er usikker på dette. På turer der det kreves teknisk erfaring fra deltakerne, f.eks Bretur, klatring/isklatring er dette markert:

*Attempts have been made to set a rating for each trip. Remember that such a degree is a subjective assessment, and even if a trip is graded as easy, it can be difficult for some. Contact the trip leader before the trip if you are unsure about this. On trips where technical experience is required from the participants, eg glacier trip, climbing / ice climbing, this is marked:*

	<p><b>Lett tur:</b> Turen krever ingen forkunnskaper og ikke spesielt utstyr. Er det flerdagerstur er etappene forholdsvis korte og sekken lett.</p> <p><b>Easy tour:</b> <i>No special training or equipment is necessary for this kind of tours. In the case of multi-day hikes the distances will be relatively short and the packs light.</i></p>
	<p><b>Middels tur:</b> På flerdagerstur blir etappene litt lengre, sekken kan føles tung. Oftest overnatting i telt. Dagstur som er gradert middels kan føles tung. Tidligere turerfaring anbefales.</p> <p><b>Medium tour:</b> <i>On multi-day hikes the distances will be longer and the packs heavier. We will likely sleep in tents. Day-trip with this grading might feel challenging. You should have experience with trekking and sleeping in the outdoors.</i></p>
	<p><b>Tung tur:</b> Tung sekk og lange dagsetapper. Forutsetter god fysisk form fra deltakerene. Tidligere turerfaring nødvendig.</p> <p><b>Tough tour:</b> <i>We will have heavy packs and long distances to go. Participants need to be fit and solid outdoor experience is necessary.</i></p>
	<p><b>Teknisk erfaring</b> kreves av turdeltakeren. Eksempler er isklattring, kiteturer, breturer.</p> <p><b>Technical experience</b> is necessary to participate in this trip. For example: <i>Iceclimbing, kiting or glacier walking.</i></p>
	<p><b>Turen ferdes i bratt lende.</b> For fotturer betyr det at turen kan innebære klyving og ferdsel i utsatt/eksponert terreng der tau kan være nødvendig. På topptur innebærer det at man til tider ferdes i over 25 grader.</p> <p><b>Trips will be in steep and exposed terrain</b> For hikes this implies scrambling and walking in steep/exposed terrain will occur, where roping up can be necessary. For Summit/Mountaineering trips this implies we will cross slopes steeper than 25 degrees.</p>

#####

## **FORMALITETER / PROCEDURES**

#####

### **PÅMELDING & FERDARÅD / SIGNUP & TRIP MEETINGS**

Påmelding til helgeturene blir sendt ut kl.19 på søndagen før turen går. Påmelding til enkelte turer (f.eks. de som krever at utstyr leies på forskudd) kommer tidligere. I mailen står det informasjon om hvordan man melder seg på turen. Dette skjer som oftest via et Google-skjema som ligger i e-posten. Det finnes ikke mulighet til å reservere plass på turen før det har kommet mail, førstemann til mølla gjelder. De som får plass vil bli kontaktet av turlederne mandag / tirsdag. På onsdagen før turen holdes det et obligatorisk Ferdaråd. Her gis ytterligere informasjon om turen, fellesutstyr fordeles, og matinnkjøp avtales. På Ferdaråd må alle påmeldte møte opp. Du må være medlem i BSI Friluft på Minldrett for å kunne delta på turene.

*All trips will be announced on the mailing list the Sunday (evening) in advance, and a compulsory meeting will be held (usually on Wednesdays) for the participants before the trip. Registration happens via the Google-form attached in the mail. Those who get a spot will be contacted on Monday/Tuesday. On the wednesday before the trip there will be a compulsory trip meeting. In this meeting, further information about the trip is given, communal equipment is distributed, and food shopping is arranged. All placeholders must attend the trip meeting. You have to be a member of BSI Friluft on Minldrett to be able to join the trips.*

#####

### **UTSTYR / EQUIPMENT**

Alle turene våre krever godt utendørstøy og utstyr for å klare seg ute. En del turer krever også spesialutstyr. BSI Friluft disponerer en god del utstyr som medlemmene kan låne til en billig penge. Telt, spader, søkestenger, kart, primuser og en del bre- og klatreutstyr. Kontakt utstyrsansvarlig dersom du ønsker å låne utstyr. Se hjemmesidene våre for oppdatert utstyrsliste. Deltakerne må ha riktig utstyr til turen og inneha nødvendige kunnskap for å bruke utstyret. Dette vil bli gjennomgått på Ferdarådet, om du er i tvil om du har god nok erfaring og/eller riktig utstyr så møt opp på Ferdarådet eller ta kontakt med turlederen. Utstyrslageret er åpent på onsdager mellom 18.00-18.30 for levering og mellom 18.30-19.00

for utleie. Endringer i leietider annonseres på Facebook, Instagram, og epost. Ta kontakt med en av de ansvarlige for utstyrslageret ved tvil.

*In addition to clothing and equipment for sleeping and cooking outdoors several (most) of the trips require special equipment. BSI Friluft has a large stock of equipment for lend or rent; tents, shovels, maps, stoves, and glacier and climbing equipment. See the homepage for more info. Equipment can also be rented from Bergen Turlag in Marken at somewhat higher costs. The equipment room is open on Wednesdays between 18.00-18.30 for equipment-delivery and between 18.30-19.00 for equipment-rental. Changes in rental times are announced on Facebook, Instagram, mail. When in doubt, contact one of the equipment-room responsables.*

#####

#####

# **DISCLAIMER**

#####

## **ORIENTERING RUNDT ARRANGEMENTER**

BSI Friluft er en frivillig organisasjon hvor verken styret eller turledere har økonomisk gevinst av arbeidet. Ikke alle turledere og andre som bidrar i gruppa har noen formell kompetanse innenfor området, og må ikke bli sett på som guider: styret og turlederne har derfor ikke noe økonomisk eller rettslig ansvar av noe slag. Turladers oppgave er å koordinere og gjennomføre arrangementet etter beste evne. I henhold til norsk lov er alle i nødstilfeller pålagt å hjelpe den trengende etter egne kvalifikasjoner, fysiske evner og vurdering av risikoen. Deltakerne plikter selv å avgjøre om de har de nødvendige forutsetninger for å delta på arrangementer. Alle deltakere på BSI Frilufts arrangementer deltar på eget ansvar og risiko, og samtykker dette ved å delta.

## **REGARDING ORGANIZED ACTIVITIES**

*BSI Friluft is a voluntary association where neither the board nor leaders of a trip get any economic benefits from this work. As such the board and leaders of a trip do not necessarily possess qualifications as mountain guides and do not have any financial or judicial liability of any kind. Trip leaders are merely coordinators and implementers of the activities undertaken, which task they do the best they can. By Norwegian law, in a case of emergency all are required to aid the person in need according to their own qualifications, physical abilities, and evaluation of the risk involved. Participants are strongly advised to assess their own qualifications before enlisting to a trip, the trip leaders do have the right to refuse participants who do not possess the technical or physical skills necessary to participate in a trip. All activities are undertaken at the participant's own risk and responsibility, and by enlisting to a trip the participant confirms this.*

#####



#####

# STØTTESPILLERE / SPONSORS

#####

**outdoor**  
- den gode følelsen

10% rabatt på Outdoor Bergen (kjøp inntil 2000,-)

15% rabatt på Outdoor Bergen (kjøp over 2000,-)

#####



15% rabatt på Chillout Travel Centre

#####



#####



**25 % rabatt på alle kurs og arrangementer til våre venner i guideselskapet WildVoss**

#####



**Rabatterte priser hos Mjølfjell Ungdomsherberget.:**

**Overnatting: 239,- per natt. 390,- for en helg (fredag til søndag). Det er også mulighet med teltplass til 99,- per natt med tilgang til dusj og toalett.**

#####