

## ÅSARNA

**Ta dig dit:** Inlandsbanan eller buss 45 eller 163 från Östersund. Färden tar 1,5 timme och går genom ett vackert vinterlandskap.

**Säsong:** Spåren öppnar när kylan och snön kommer, oftast i slutet av november. Skidföret håller som regel till påsk.

**Mer info:** [asarnaskicenter.se](http://asarnaskicenter.se).



I Guldbyn som Åsarna också kallas finns stillheten varje längdåkare drömmer om.



Vita viddar av orörd natur är Åsarnas signum.



Njut av Östersunds spännande krogutbud.



## ÖSTERSUND

**Ta dig dit:** Natt eller dagtåg till Östersund. Bokas på [sj.se](http://sj.se).

**Säsong:** Hela vintern! Elljusspåret öppnar i början av november (preparerad med sparad snö från fjolåret).

**Bonus:** Östersunds skidstadion är numera även officiellt Vasaloppscenter och här finns både gruppträning och enskild instruktör att boka.

**Mer info:** [skiregion.se/boka/ostersund-i-elitens-spar/](http://skiregion.se/boka/ostersund-i-elitens-spar/)

## ÖSTERSUND & ÅSARNA

# Tvåstegsraket till längdparadis

Testa en längdåkningsdröm i två steg: Först nattåg till Östersund med välpreparerade träningsspår för dagarna och krogliv om kvällarna. Sedan vidare till orörda Åsarna för längdspår över vita viddar i stilla natur. *text* ANDERS FALKIRK

Östersund är en riktig vinterstad som bjussar friskt till längskidåkaren. Det jämtska trendiga köket, utsikt mot fjällvärlden och rolig kultur. Samt trevligt sällskap då själva ortsbefolkningen vet att både roa sig och ta sig fram på skidor. Här bor även flera av våra största svenska profiler inom längdskidåkning och skidskytte. Centrum för allt kring längdåknigen är skidstadion, två kilometer från stadskärnan. Här finns läktare, värmerum, vallningsexperter och hela 89 kilometer preparerade spår, varav 29 har elljus. Det sistnämnda är en njutning som besökare verkligen ska prova på: att driva på i spåren i lampornas sken med en stjärnklar himmel ovanför. Njutbart.

På kvällen är det förstas jämtländsk mat som gäller. På senare år har Östersund blivit en högklassig matmetropol, ett skyltfönster för det småskaliga jämtländska lantbruket.

Mest omtalat är Jazzköket, ett måste för matnördar. Smaka eldad rotselleri, kungs-krabba eller kvällens variant av pinfärska

blåmusslor. Eller prova rosade Take Mikado, som räknas till en av Sveriges bästa japanska krogar, men tänk då på att du behöver förboka minst tre dagar i förväg.

**MEN LÅT INTE** skidresan ta slut här! Ta Inlandsbanan eller buss vidare till Åsarna. Den jämtländska lilla orten Åsarna som också kallas Guldbyn. Uttrycket myntades efter OS i Calgary 1988 då tre av fyra svenska längdskidåkare i herrarnas stafett kom från Åsarna IK. Mest kända från orten är dock legendarna Thomas Wassberg och Torgny Mogren. Behöver kanske ingen vidare presentation för skidintresserade.

Själva orten ligger vid sjön Hålen, och på östsluttningen ovanför byn ligger skidanläggningen som drivs av klubben Åsarna IK. Här finns stillheten och lugnet varje längdåkare drömmer om. Det vackraste spåret går uppe i Västeråsen, naturskönt med milsvid utsikt. Vid den gamla kyrkan ligger motionsspåret som även kallas Kyrkspåret, de finns i tre längder: 5, 10 och 15 kilometer.

Har ni tur så möter ni självaste Thomas Wassberg på skidor i spåren. Det är nämligen han som är spåransvarig.

**»Driv på i spåren i lampornas sken med en stjärnklar himmel ovanför – njutbart.«**