



www.lom.no • www.visitjotunheimen.com

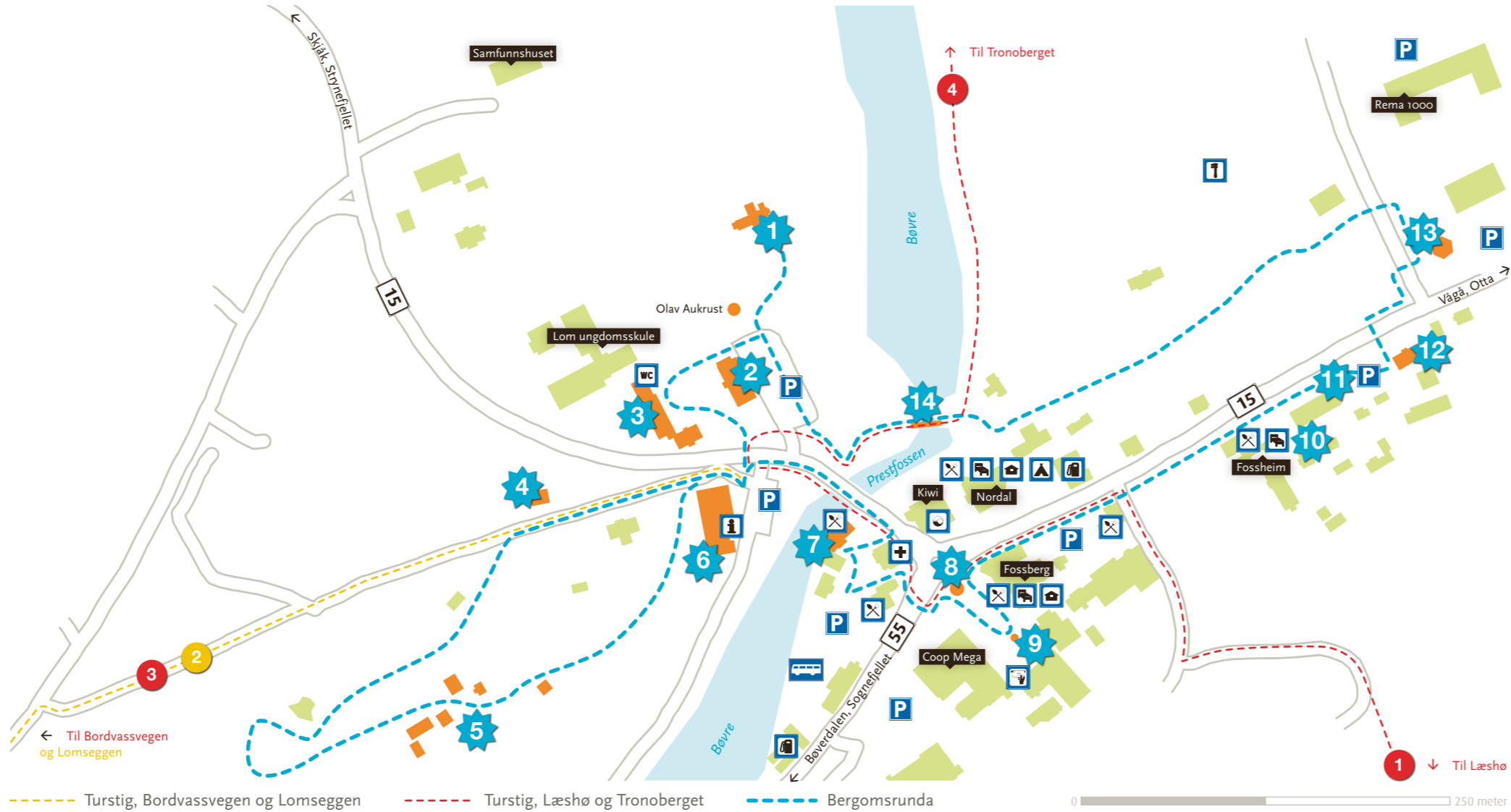
Velkomen til Lom nasjonalparklandsby

Lom er staden der du kan få natur- og kulturopplevingar utanom det vanlege. Det du finn her er ekte og eigenarta. Om lag 90% av kommunen er brear og fjell, med Galdhøpiggen og Glittertind som kjende landemerke. Lom sentrum har namnet Fossbergom og her finn du alt du treng av informasjon, utstyr og guidar for å vitje ein nasjonalpark. Nasjonalparkane Jotunheimen, Reinheimen og Breheimen ligg i Lom kommune.

I Lom står miljøtanken sterkt og vi ynskjer å ta vare på mangfoldet i naturen og forvalte ressursane slik at dei kan kome også framtidige generasjonar til gode. Som gjest i Lom kan du ta del i dette arbeidet ved å kjøpe lokalprodusert mat, nytte tilbud om lokale guidar og ta miljøomsyn. Kast ikkje søppel i naturen!

Framfor alt ynskjer vi at dykk vil nytte tida i Lom! Velkomne som gjest hos oss no og i framtida.

Design: Lowe Hjerte
 Illustrasjon: Stein Llanos
 Redaksjon: Egil Olav Nyrrnes
 Særskilde: Torill Bye Wilheimsen
 Foto: Rita Birkeland, Egil Olav Nyrrnes og Terje Rakke/Nordic Life AS/Innovasjon Norge
 Trykk: Wera AS



Bergomsrunda - der natur møter kultur

1 Lom stavkyrkje

Lomskyrkja er ei av dei største stavkyrkjene i landet og er datert til å vera frå 1158-59. Ho vart påbygd og utvida i 1634 og 1663. Kyrkja har ei stor samling av tavler, dei fleste måla av Eggert Munch fyrst på 1700-talet. Korbogen og preikestolen i akantusstil er eineståanda treskjærararbeid av den lokale kunstnaren Jakob Sæterdalen. Kyrkja er framleis i bruk som hovudkyrkje i Lom.

2 Loar

Bygnaden hyser utsal av lokalprodusert handverk og souvenirar, stavkyrkjemuseum, bibliotek, studiesenter, friviljugsentral og vidaregåande skule. Loar var opphoveleg skulebygnad for hovudkrisnen i Lom, og vart bygd opp att etter ein stor brann i 1936. Barneskolen vart flytta herfrå i 1992 da det vart bygd ny skule på Prestgardsjordet.

3 Steinfjaset

Steinfjaset er eineståande i sitt slag. Det trongdest eit skikkeleg fjos til alle dyra på Prestegarden og rundt 1870 fekk presten Honoratus Halling bygt fjaset med gjødselkjellar i stein. I 1869 lånte presten 930 daler til formålet frå «lånefondet ved sal av statens gods». Lånet skulle betalast attende med renter over 25 år. I dag er fjaset den einaste originale bygningen som står att på den opphavelge Prestegarden. Steinfjaset er nytta som gymsal for barneskulen – om sommaren gjerne nytta til utstillingar.

4 Storstabburet

Storstabburet er frå 1560-åra og er det største stabburet i landet. Det står på sin opphavelge plass og var før tidendehus (kornmagasin). I stabburet er det idag ei flott utstilling om den gamle vatningskulturen i Ottadalsbygdene.

5 Lom Bygdamuseum – Presthaugen

Lom Bygdamuseum ligg i Presthaugen, som også er stemneplass i Lom. Museet er bygd som ein gamal Lomsgard, slik gardane var for 150 år sidan, og gjev eit godt bilete av byggeskikk og arbeidsliv i det gamle sjøllushaldet. Til museet høyrer husmannsplass og seter, bae viktige delar av gardsmiljøet i Lom på 1800-talet.

6 Norsk Fjellmuseum

Museet har som mål å syne kva fjellet betyr gjennom spennande utstillingar. Her kan du mellom anna sjå ein mammut og ein mammut-unge i full storleik. Museet er Nasjonalparksenter for Jotunheimen og Reinheimen nasjonalparkar. Interaktiv informasjon om nasjonalparkar, fotturar i fjellet og norske vassdrag.

7 Bakeriet i Lom

Det mest kjende bakeriet i landet starta av meisterkokk og bakar Morten Schakenda. Fleire og fleire legg vegen om Lom for å handle steinovnsbakt brødmat. Bakeriet nyttar lokale råvarer, fagkunnskap og god tid.

8 Vassvaglen

Skulptur som viser korleis livgjevande vatn ved hjelp av tro-system kunne førest dit det var bruk for det. Ei tro kunne spikrast saman av bord (som her) eller holast ut av furustammer, som var det mest vanlege. Vatn var ein knapp ressurs, det var viktig at minst mogleg gjekk til spille. Eit gamalt ordtak i Lom seier «Gjev Vårherre oss sol, skal vi sjølve skaffe væte». Lom ligg i eit svært nedbørsfattig område, med mindre årsnedbør enn i Sahara.

9 Tor Jonsson-steinen

Minnestein for den landskjende lyrikaren Tor Jonsson (1916-51), fødd og oppvaksen i Lom. Forfattaren tok sitt eige liv i 1951 og fekk «litteraturkritikarprisen» post mortem. Frå Lom kjem og dikteren Olav Aukrust som du kan vitje heimstaden til på garden Nordgard Aukrust, og Knut Hamsun bodde i Lom i barneåra og vart seinare konfirmert i Lomskyrkja.

10 Fossheim Hotell

Medlem av «De historiske hotell og spisesteder». Fossheim har eit tradisjonsrikt kjøken. Arne Brimi starta sin matfilosofi her. Seinare har Kristoffer Hovland (kokkelandslaget frå 1998 – 2003) og Ståle Johansen vidareutvikla kjøkenet. Dei legg vekt på «det gode måltidet», tufta på lokale råvarer eller «stuttrest mat» som ein seier i Lom. I tunet på Fossheim finn ein og Gaukstadstugu frå 1650.

Lom nasjonalparklandsby

Lom sentrum, Fossbergom, er ein av fem tettstader i Noreg som i 2008 fekk status som nasjonalparklandsby av miljøverndepartementet.

Statusen vart tildelt Fossbergom på grunn av dei unike kvalitetane bygdasenteret har som innfallsport til nasjonalparkane Jotunheimen, Breheimen og Reinheimen.

Nasjonalparklandsbyen ligg flott til under mektige Lomseggen. Midt i sentrum renn elva Bøvre kvit og vill utfor Prestfossen. Namnet Fossbergom kjem av berga som stikk fram attmed fossen. Her har bygdasenteret vakse fram på bae sider av elva. Fyrste private aktiviteten i området var eit kvernbruk rundt 1770, fyrste landhandelen kom i 1870 der Kiwi held til i dag. I 1894 vart det meste av jorda på sørsida av Bøvre seld av staten til private. I dag finn ein dei tre familiedrivne hotella Fossheim, Fossberg og Nordal sentralt på Fossbergom, alle med over hundreårig historie.

Nasjonalparklandsbyen er den naturlege plassen for informasjon om nasjonalparkane, guiding og kjøp av utstyret du treng for naturopplevingar i og rundt nasjonalparkane.



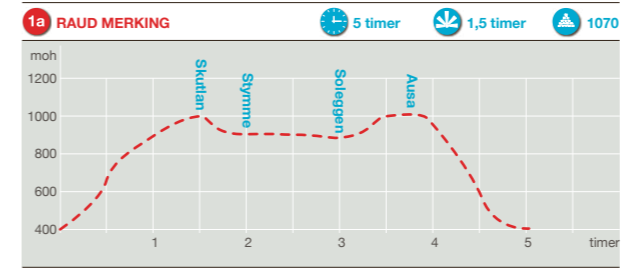


Praktisk informasjon

- Alle rutene er godt merka med raudt eller gult. Du må og gjerne støtte deg til eit kart. Dette får du kjøpt fleire stader i landsbyen.
- Det viktigaste på desse turane er gode sko. Mat og drikke er alltid godt å ha med. Nokre plassar er det litt bratt men ikkje vanskeleg. Turistinformasjonen kan gje deg meir informasjon om turane.
- Turrettleinga følgjer retningspilene på kartet, men du kan gå turen i den retninga du ynskjer.
- Telefonnummer til turistinfo: 61 21 29 90

Kulturstig Soleggen

Sjå Rondane i aust, Dovrefjell og Reinheimen i nord, Breheimen i vest og Jotunheimen i sør. Galdhøpiggen får du sjå om du tek avstikkaren opp på Læshø!



Frå rundkøyringa midt i sentrum går du ca 150 meter austover langs riksveg 15. Før du kjem til Fossheim Turisthotell tek du til høgre oppover Ulstadvegen. Midt i ein u-sving tek stigen av inn på jordet. Stigen dreier så rett oppover jordet og opp i trådet (inngjerda beitemark). Ta til høgre i stigdelet for å følge rute 1. (I neste vegdele kan du ta ei kort rute (1c) mot Nonshaug.) Stigen går bratt opp gjennom granskogen, og kjem forbi ein vasspost med drikkevatt. Stigen passerer tregrensa og går vidare til Skutlan. No er du på det høgaste punktet på denna ruta (1070 m.o.h.).

I stigdelet på Skutlan kan du gå rute 1b mot Læshø. Stigen rundt Læshø fortset i austleg retning, sør for sjolve toppen, til setra Stymme. Følg setervegen vidare til Soleggen. Etter 10 min når ein stigdele til Læshø og fortsett austover i kupert terreng og glissen bjørkeskog. Lett unnabakke ned til demninga ved vatnet Ausa. Gå rundt vatnet på høgre sida og opp slak motbakke til du når vegdele mot Læshø (rute 1b).

Stigen fortsett vestover og går slakt ned mot tregrensa. Ved neste vegdele bryt du av til venstre. Stigen går slakt ned gjennom skogen og gjennom eit hogstfelt. Etter kvart kjem du til ein skogsveg og stigdele mot Nonshaug (rute 1c). Rute 1 går vidare nedover skogsvegen (Hansvegen). Kryss bekken Læsa og ta til venstre til du er rett ovanfor den gamle garden Skjæsar. Følg vassvegen til stigdele i starten av ruta.



Frå stigdele ved Skutlan, over Læshø (1204) til Ausa. Utsikta mot Galdhøpiggen (2469), Bøverdalen, Løftet (2170), Lomseggen og Storivilen (2068) er flott.



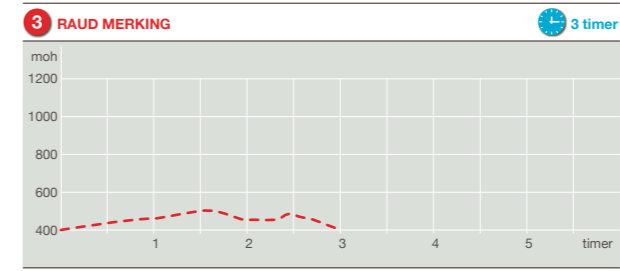
Steinflåten, Nonshaug, Hansvegen. Frå Nonshaug får du fugleperspektiv over nasjonalparklandsbyen Lom.



Frå Soleggen på god stig i nordleg retning mot Læshø.

Kulturstigen Bordvassvegen

Bordvassvegen er ein kulturstig der du følgjer ein gamal vassveg og får kjennskap til historia og tradisjonane rundt vatningskulturen i Lom. Turen går på solsida i slak helling og er ein fin tur også om været ikkje er det beste.



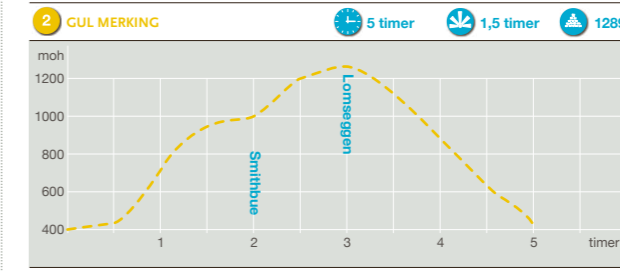
Kulturstigen har eigen informasjonstavle bak turistinformasjonen ved Norsk fjellmuseum/nasjonalparksenteret og eiga brosjyre. Ruta til Bordvassvegen er svært godt merka med raude merke. Du kan følge rutebeskrivelse for ruta til Lomseggen (gul merking) til den skil lag med ruta for Bordvassvegen. Vidare følgjer du raud merking for å gå langs Bordvassvegen.

Turinfo:

- Bordvassvegen går gjennom Andvords-trådet der det er dyr på beite i inngjerda beitemark om sommaren. Dersom du vil omgå beitedyra følgjer du gul merking ovanfor trådet fram til du møter fyrste skogsvegen. Her går du nedover vegen til venstre og du møter att Bordvassvegen berre nokre meter ned i bakken.

Lomseggen

På denne turen går du inn i Breheimen nasjonalpark. Over tregrensa opnar utsikta seg til nasjonal-parkane Jotunheimen, Reinheimen og Rondane. I vest skjer Bøverdalen seg inn mellom dei høgaste toppane i Noreg og du har fint utsyn mot den høgaste av dei alle, Galdhøpiggen (2469 moh).



Frå rundkøyringa i sentrum kryssar du brua over Bøvre og dreier til venstre opp forbi Norsk fjellmuseum/nasjonalparksenteret. Gå forbi Storstabburet og ta til venstre når du moter den asfalterte Solsidevegen. 200 meter etter herskaplege Sygard Andvord tek stigen av til høgre. Her er det skilta til Lomseggen, Bordvassvegen og Tor Jonsson-stuggu. Etter rundt 300 meter skil Bordvassvegen (raud merking) og ruta til Lomseggen (gul merking) lag.

Ruta til Lomseggen går rett ovanfor trådet (inngjerda beitemark) på Nordgard Andvord og fortset på ein skogsveg gjennom ein kvass høgresving. Ruta tek snart opp ein «snarveg» og kjem raskt opp på den øvre skogsvegen – følgjer denne nesten til enden. Nå bryt ruta av frå skogsvegen. Oppe på hammaren dreier ruta vestleg og kryssar eit bekkedrag med godt drikkevatt. Ruta passerer Smithbua på 1150 moh og går i ein stor boge opp til det framre punktet på Lomseggen.

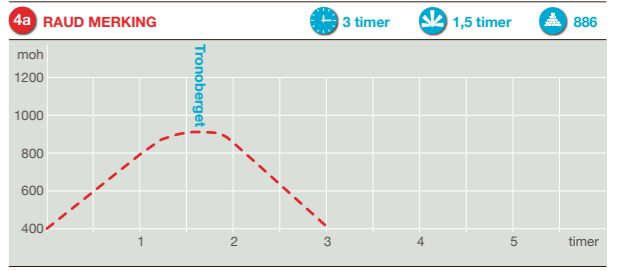
Frå Lomseggen kan du gå same veg attende eller følgje ruta vidare austover. Ruta går nedover eit drag i fjellet, noko bratt ned ved tregrensa. Stigen krysser ein skogsveg før ruta bryt av til høgre. Følg skogsvegen eit par hundre meter før ruta fortset på stig ned gjennom skogen. Når du er nesten nede går du gjennom ei grind, krysser ein bustadveg, går rett ned Hovsvegen og til venstre når du møter Solsidevegen. Følg denne i 200 m, ta til høgre på asfaltert veg i retning Lom sentrum.

Turinfo:

- Fram til midten av juni kan det vera mykje snø på nordsida av ruta. Spør korleis tilhova er i turistinformasjonen på Norsk fjellmuseum/nasjonalparksenteret.
- Tor Jonsson-stuggu er ope for omvisning på førespurnad, meir info på turistinformasjonen.
- Smithbua på 1150 moh er ei steinbu som vart bygd for ein tysk biletkunstnar rundt 1850. Han fann inspirasjon her.

Tronoberget

Ein tur nær Reinheimen nasjonalpark med fantastisk utsikt ned mot Lom sentrum og over mot Lomseggen med toppane Eggjapiken (1524 moh) og Storivilen (2064 moh). Lengst bak ruver Loftet (2170 moh). Frå toppen av Tronoberget ser du inn i Finndalen landskapsvernområde og Reinheimen nasjonalpark.



Frå rundkøyringa i sentrum kryssar du brua over Bøvre ved fossen. Rett ved bruenden går du til høgre ned til elva og over utleggsbrua (dette er ein del av Bergomsrunnda). Følg elveforbygginga langs Bøvre til Tronodden. Stigen går opp ved bruenden på nordsida av Ottaelva. Ruta svingar seg opp i terrenget i glissen furuskog mellom små hamrar, litt bratt av og til. Stigen dreier seinare nordvest inn på ryggen. Turen til toppen er ein liten avstikkar (150 m) frå skilta vegdele ned mot Grjøtheim. Ruta ned mot Grjøtheim er ikkje så bratt som opp frå Tronodden. Rett i austleg retning følgjer ruta eit drag i terrenget – etter kvart litt brattare langs eit bekkefar. Tidleg kjem ruta inn på ein gamal kjerreveg som ein følgjer eit par store svingar heilt ned til bilvegen. Vegen attende til Tronodden er lite trafikkert og grei å gå.



Tronodden til Staurustberget, følg rute 4a til Tronodden. Ruta går langs vatnet nordvestover frå bruenden. Lett tur godt skjerma for nordavinden.

Turinfo:

- Ynskjar du ein kortare rute? Det er parkeringsplass ved utgangspunktet for rutene på Tronodden på nordsida av Ottaelva.
- Ruta ligg i sørhelling i tørt terreng og er farbar tidleg på våren.

5 Klatrestig til Lomseggen

Frå Nissegården i Lom kan du gå klatrestigen «via ferrata» til Lomseggen. Billett og nødvendig klatrestyrt får du på Nissegården.