

ØSTERDALSLEDEN ØST – fra Trysil

(pr juni 2018)

Man bør kontakte overnattingsstedet på forhånd
Vær oppmerksom på dårlig mobildekning på enkelte strekninger.

pilegrimsleden.no: poi-o (overnatting), **poi-k** (kulturminne), **poi-h** (handel/dagligvare), **poi-s** (spisested).
Poi = Point of Interest. På pilegrimsleden.no finnes ytterligere informasjon om alle disse.

Etappe Ca km	Strekning	Overnatting Tettsted m/spisested/dagligvare Kulturminne
1. 15,5 km	KOMMUNE / Kirker TRYSIL KOMMUNE +47 62457700 Lutnes (ved grensen) – Plassen Plassen kirke poi-k Trysil kirkekontor +47 47775995 post@trysil.kirken.no www.kirken.no/trysil	Långflon Stormarked på Sveriges side av grensen poi-h Stort kjøpesenter med dagligvare og restaurant. Åpent 9-20, +46 56421130, www.langflon.se Oddheim samfunnshus, Lutnes, gapahuk, Vonfurustubben poi-k Søre Trysil Handel, Plassen, dagligvare +47 62451600, 10-17 hv/10-18 fr/10-15 lø poi-h Gjerfloen Fluefiske, Plassen poi-o 1 hytte ved pilegrimsleden 3 km sør for Plassen, 1 ved pilegrimsleden 1 km nord for Plassen. Snorre Grønnæss, 90164139, gjerflue@online.no, www.fluefiske-trysil.com
2. 17 km	Plassen – Grasmo (3 km sør for Nybergsund)	Mandfloen husmannsplass poi-o Gammelt småbruk med husmannsstue og våningshus fra 1850-tallet, ved leden Elfrid Skjæraasen, 98477324, elfrid@frisurf.no , plass til 10 Engemoen skole poi-o enkelt lokale ved leden, ca. 12 km fra Plassen, 6,5 km sør for Nybergsund. Kontakt Hans Jørgen Sørensen, 91119989 «Kristoffers» poi-o stort staselig hus på gardstun, ved leden, egnet for gruppe, 3 km sør for Nybergsund, Halvor Kristoffer Sætre og Irene Runningen, 480 69 111, post@kristoffers.no , www.kristoffers.no , Elvdalsvn 300, 2422 Nybergsund Grasmo Villmarkscamp, Grasmo poi-o langs Trysilelva, rett ved pilegrimsleden, ca 3 km sør for Nybergsund. Villmarkskompaniet AS, 62448500, booking@trysilguidene.no , www.trysilguidene.no
3. 10 km	Grasmo - Nybergsund m/ Kongeparken poi-k - Innbygda (Trysil sentrum) Trysil Kirke poi-k Trysil kirkekontor 47775995 post@trysil.kirken.no www.kirken.no/trysil	Nybergsund - Tettsted poi-h (NB Ingen dagligvare her lenger) Trysil Vandrerhjem / Hyttegrend, Øråneset poi-o 2 km sør for Innbygda, 200 meter fra pilegrimsleden, ved Trysilelva. Telt, rom og hytter. Evander Nelissen, 90132761, www.trysilhytte.com , trysilhytte@trysilhytte.com Trysilelva Camping, 600 m sør for Innbygda like ved Trysilelva poi-o Sundberg, 90561173, info@trysilelvacamping.no , www.trysilelva.camping.no Innbygda (Trysil Sentrum) - Dagligvarer og spisesteder m.m. Sørhusjordet Kiwi dagligvare 62450757 poi-h Apotek 1 Innbygda , 62448430, 9-17/9-14 poi-h Trysil bygdetun , 62451300, www.tryengmus.no 11-16 poi-k Trysil Hotell, Trysil sentrum Storvegen 24, 5 min fra leden, 97940000, eller service@trysilhotell.net Radisson Blu Resort Trysil, på vestsiden poi-o ca. 2 km fra leden, Hotellvn. 1, 2420 Trysil, 62449000, info.trysil@radissonblu.com , www.radissonblu.com/resort-trysil

<p>4. 15 km</p>	<p>Innbygda – Jordet</p> <p>N. Trysil kirke Trysil kirkekontor 47775995 post@trysil.kirken.no www.kirken.no/trysil</p>	<p>Gammelleiret, 11 km nord for Innbygda, poi-o Enkel koie med plass til 7 ved leden. Her har det overnattet pilegrimer i gammel tid. kr 50/person, mulighet for matlaging, 95840061, yngvildholt@gmail.com</p> <p>Trysil Camp - Fredbo, Jordet poi-o Litt over 1 km nord for Jordet. <i>Pilegrimspris i "Pilegrimshytta"</i> med 4 senger 41617077, post@trysilcamp.no, www.trysilcamp.no</p> <p>Jordet Samfunnshus poi-o ligger ved leden, ved idrettsplassen, rett før leden svinger mot brua vestover, Kokemulighet. Kontakt Ingvei Bekkevold, 41543705</p> <p>Jordet - Tettsted med dagligvare og bensinstasjon (1 km fra leden) OBS: Sørg for innkjøp av mat for de neste dagene fram til Åkrestrømmen! Jokerbutikken i Jordet Rolf J Andersen, 62457003 poi-h kan spørres om overnatting i Eltdalen.</p>
<p>5. 18 km</p>	<p>Jordet - Nøsledammen - Eltedalen / <i>Trysil-Knuts fjellverden</i></p>	<p>Nøsledammen, enkel bu for jegere og fiskere, poi-o som regel åpen, ca. 3,5 km før Eltdalen grendehus, ved leden, kontakt Jordet Jakt- og fiskeforening v/ Arne Storløpa Sneli 90559797 / 41261715</p> <p>Grendehus i Eltedalen ved pilegrimsleden. poi-o Kokemulighet, toalett og dusj. (må ha med liggeunderlag). Kontaktperson: Terje Stenseth (har nøkkel), 62455941 / 454619193</p>
<p>6. 15 km + 8 km</p>	<p>Eltedalen</p> <p>RENDALEN KOMMUNE +47 62468501</p> <p>- Munkbetsetra poi-k - Osdalsjøen</p>	<p>Munkbetsetra Gammel seter med historie tilbake til pilegrimstrafikken. poi-k Her arbeides det med å sette opp en Finstadlavvo til overnatting</p> <p>Osdalsjøhytta, Osdalsjøen poi-o Åpen bu med 3-4 soveplasser. Enkel kokemulighet. Utedo</p>
<p>7. 19 km</p>	<p>Osdalsjøen - Rensjøene</p>	<p>Pilegrimsbua, Nordre Rensjøen poi-o Åpen bu med ca 4 soveplasser. Utedo. Ildsted.</p>
<p>8. 12 km</p>	<p>Rensjøene - Rosemaries kilde poi-k - Åkrestrømmen</p> <p>Alternativ vandringsstart: Lia Gård - <i>Pilegrimsteinen på Åkre</i> (25 km), langs Moraveien, gml ferdselsvei mellom Koppang (Kaupanger) og Rendalen</p> <p>Lia kirke er åpen hele døgnet, hele året. Ny stavkirke, vigslet 24. juni 2017</p>	<p>Åkrestrømmen - Tettsted med bl.a. dagligvare og kafeteria Joker Åsheim dagligvare, 62469160, joker.aaasheim@ngbutikk.net, 8-19/9-18 poi-h</p> <p>Storsjøsenderet Camping poi-o ligger ned mot Storsjøen kort vei fra pilegrimsleden. Kafé med enkle retter i servicebygget 62468888 / 47803486, post@storsjosenteret.no, www.storsjosenteret.no</p> <p>Mistra Hotell, Åkrestrømmen poi-o ligger der pilegrimsveien kommer opp på fylkesveien, ved butikksenter. Kafeteria 62 46 62 00 / 948 95 062, post@mistrahotell.no, www.mistrahotell.no</p> <p>Lia Gård, helt sør i Rendalen, på vei mot Koppang poi-o Retreatsenter på gammel gård med pilegrimstradisjoner, ca 2 mil fra Østerdalsleden ØST. Nær Moraveien mellom Koppang og Rendalen. Her kommer Østerdalsleden VEST fra Rena. De kan hente pilegrimer fra Koppang stasjon eller Åkrestrømmen. <i>Pilegrimspris inkl frokost, niste, middag</i> Ingeborg og Sigmund Bø, 62466500 / 40413778, retreat@liagard.no, www.liagard.no</p> <p>«Kneppstua» på Nordre Fiskvik Gård poi-o 17 km nord for Lia Gård langs Moravegen mot Pilegrimssteinen på Åkre og 13 km til Otnes. Kontakt Ingeborg Bø 40413778.</p>
<p>9. 27 km</p>	<p>Åkrestrømmen - <i>Pilegrimsteinen</i> (4 km) - <i>Bull-museet</i> (+23 km) poi-k Øvre Rendal</p>	<p>Akre - et knutepunkt for pilegrimstrafikken Her møtes Østerdalsledene fra Trysil (ØST) og Rena (VEST) Pilegrimssteinen er et minne fra pilegrimstrafikken i middelalderen, poi-k med innrisset kors og ML (=midtveis eller årstallet 1050) rett ved leden, ved Fagertun skole.</p>

	<p>Ytre Rendal kirke poi-k</p> <p>Øvre Rendal kirke poi-k Rendalen kirkekontor 416 27 971 kirkevergen.rendalen@fjellnett.no www.rendalenkirke.com</p>	<p>Otnes – tettsted med dagligvare, bensinstasjon og Ytre Rendal kirke Joker Otnes, 62467134, 9-18 hv / 9-20 fr poi-h Bensinstasjonen er åpen 8-22 hv / 10-22 sø poi-h</p> <p>Pilegrimshytte nær Ytre Rendal kirke, Strandveien 16 poi-o Enkel hytte med 2 senger, strøm, utedo. Nøkkel, info og vann på bensinstasjonen.</p> <p>Øvre Rendal - Tettsted med 2 dagligvarebutikker Coop Marked poi-h Joker Helstad poi-h og bensinstasjon Neste tettsted med dagligvare langs leden: Tynset.</p> <p>Smedberget Pilegrimstun, Øvre Rendal poi-o Ved pilegrimsleden, halvannen km nord for kirken. Pilegrimsstua med 5 sengeplasser i 3 rom er åpen fra medio juni til medio sept. Selvhushold. Utedo. Aslaug S. og Asbjørn Haugen, 91357013 / 90756922, asashaugen@gmail.com, www.ashaugenas.com</p>
10. 18 km	<p>Øvre Rendal - Skorsåsetra</p>	<p>Det arbeides med å sette opp en Finstadlavvo ved setervollen på Skorsåsetra</p>
11. 12 km + 12 km	<p>Skorsåsetra - Søndre Kvanntjønna - Småvangan, Tyllaldalen TYNSET KOMMUNE +47 62485000</p> <p>Tyllaldalen kirke poi-k Tynset kirkekontor 62485560</p>	<p>Tyllaldalen - ei bygd med middelalderhistorie Bygdetunet (den gamle prestegården) ligger der den gamle ferdselsveien kom ned fra fjellet. Friluftsspel her om pilegrimene med handling lagt til 1100-tallet siden 1976. Poi-k Tyllaldalen kirke ligger 1,1 km fra Bygdetunet</p> <p>Pilegrimslavvo ved Søndre Kvanntjønna poi-o Kontakt Tove Fjerdingsby, 45004563</p> <p>Småvangan skihytte i Tyllaldalen poi-o Tilhører Tyllaldalen IL (97112773) og ligger nord for Tyllaldalen Bygdetun mellom Nysetra og Småvangan. Kontakt Beate Hjertager, 90619060, beate.hjertager@tynset.kommune.no</p>
12. 18 km	<p>Tyllaldalen -Tynset</p> <p>Tynset kirke poi-k Tynset kirkekontor 62485560 post@tynsetkirke.no www.tynsetkirke.no</p>	<p>Tynset – Stort tettsted med dagligvare, spisesteder, apotek, togstasjon (Rørrosbanen) Leden går forbi flere butikksenter</p> <p>Tynset hotell, motell og vandrehjem, Tynset sentrum poi-o Langs pilegrimsleden. Restaurant, 62480600, mail@tynsethotel.no, www.tynsethotel.no</p> <p>Tynset Rom og Camping, Tynset sentrum poi-o langs pilegrimsleden, ved Glåma, rett ved nye Tynset bru. Frokost. Kiosk. 62480311, post@tynsetcamping.no, www.tynsetcamping.no</p>
13. 19 km	<p>Tynset TOLGA KOMMUNE +47 62496500</p> <p>- Vingelen Vingelen kirke- og skolemuseum poi-k</p> <p>Vingelen kirke poi-k Tolga kirkekontor 62496593 kirkekontoret@tolga.kirken.no www.tolga.kirken.no</p>	<p>Vingelen - Fjellbygdsenter med dagligvare, kafé og Forollhogna Informasjonssenter Coop Marked Vingelen, 62494593, 9-18/9-17 poi-h Bunåva Kafé, 62780870, hver dag 20.06-10.08 poi-s</p> <p>Vingelsgaard gjestgiveri, Vingelen poi-o Dobbeltrom m/frokost. Ingrid Vingelsgaard, 99368262, gjest@vingelsgaard.no, www.vingelsgaard.no</p> <p>Tollefsa Gjestegård, Vingelen poi-o Overnattingsmulighet i gammelt gardsmiljø fra 1600-tallet Marte Grann Vingelen og Leif Vingelen, 62496200 / 91145958</p> <p>Malmplassen Gjestegård i Tolga sentrum, poi-o ca 5 km fra leden, 14 rom med 40 senger. Kafeteria. www.malmplassen.no, 62496305</p>
14. 28 km	<p>Vingelen OS KOMMUNE +47 62470300</p> <p>- Dalsbygda Dalsbygda kirke poi-k Os kirkekontor</p>	<p>Dalsbygda - Fjellbygdsenter med dagligvare og kafé 20.6-20.8, ellers fredag/lørdag Siste dagligvare langs pilegrimsleden før Singsås</p> <p>Meierigården, Dalsbygda poi-o Leilighet med 4 senger i sentrum, nær pilegrimsleden. <i>Pilegrimspis</i>. Fjellfølge v/ Randi Brænd, 92428141, www.dalsbygda.no, post@fjellfolge.no</p>

	<p>62470343 kirkekontoret@os.kirken.no www.kirken.no/os-hedemark</p>	
15. 20 km	<p>Dalsbygda - Såttåhaugen</p>	<p>Spellmovollen, Såttåhaugen, 900 m.o.h poi-o ved innfallsporten til nasjonalparken Forollhogna. Ligger i enden av Vangrøftdalsveien. Overnatting og tradisjonskost på bestilling. Seterhus og stor hytte. post@spellmovollen.no, 90936246 / 91884788, Vangrøftdalen, 2550 Os i Østerdalen</p>
16. 20 km	<p>Såttåhaugen</p> <p>MIDTRE GAULDAL KOMMUNE +47 72403000</p> <p>- Storbekkøya</p>	<p>Bu ved Forollsjøen ved leden, poi-o Ved leden, åpen, én seng. Avlåst rom m/4 senger kan bestilles på www.inatur.no Kontakt Trond Are Berge 99554891</p> <p>Stenfjellbua poi-o Åpen bu med 4 sengeplasser. Kontakt Trond Are Berge 99554891, ca 1 km fra leden</p> <p>Svarttjønnbua poi-o Åpen bu med 4 sengeplasser. Kontakt Trond Are Berge 99554891, ca 1 km fra leden.</p> <p>Storbekkøya museumssæter, Budalen poi-o ligger langs pilegrimsleden. Mulighet for overnatting og seterkost på bestilling. Kafé i sommersesongen, se åpningstider på nettside. www.storbekkoya.com. 47686230. Kan også kontakte Heidi Tovmo 91845541 eller Odd Vårvik 90152384.</p> <p>Klettheim samf.hus poi-o Rimelig overnatting med plass til ca 20, nær leden (Tjønnåsen, 7298 Budalen). Selvhushold. Kontakt Heidi Tovmo 91845541 eller Odd Vårvik 90152384. (Obs: ca 5 km lenger enn til Storbekkøya)</p>
17. 18 km	<p>Storbekkøya Museumsseter - Singsås</p> <p>Singsås kirke, poi-k Støren kirkekontor 72403000 kirkekontoret@midtre-gauldal.kommune.no www.storen.kirken.no</p> <p>Gammelkirkegården, Stavkirka i Singsås, poi-k</p>	<p>Pilegrimsbu v/Vardan, poi-o (langs pilegrimsleden, mellom Storli og Singsås). Åpen bu, sengeplass til 2. Gasskomfyr og vedovn. Kontaktperson: Egil Myhre 72435215 / 95751406</p> <p>Bjørgen – Singsås kirke og dagligvare (coop marked Bjørgen, poi-h) Singsås – Bygdesenter med dagligvare (coop marked Singsås, poi-h). Siste dagligvare før Ler (litt over 1 km fra pilegrimsleden)</p> <p>Kari Maries Sommerresidens, poi-o. 1 km fra leden på gamle Bjørgen, 4 sengeplasser i to anneks. Kjøkken, bad, toalett. Selvhushold. Åpent 1. mai til 31. aug. kari.marie@heltersen.biz, tlf. 917 46 303.</p> <p>Stavkirka i Singsås, poi-k (ny stavkirke ble innviet i 2012 på gammel kirkegård) Kan tilby ly/tak over hodet, om nødvendig. Rett ved leden, alltid åpen. Overnattingsmulighet i redskapsbu like ved. 2 madrasser.</p>
18. 23 km	<p>Singsås - Okstjønna</p> <p>MELHUS KOMMUNE +47 72858000</p> <p>- Kråklivollen</p>	<p>Pilegrimsbua ved Okstjønna poi-o Åpen bu med 2 sengeplasser. Kokemuligheter og vedovn. Kontaktperson: Egil Myhre 72435215 / 95751406, egil.myhre@gauldalen.no</p> <p>Fjellstyrehytte ved Samsjøen, nær leden poi-o 5 sengeplasser, vedovn og kokemuligheter. Må bookes på forhånd. Trond Are Berge, 99554891 singsaas@fjellstyrene.no</p> <p>Samatun, poi-o Stor hytte mellom innsjøene Håen og Samsjøen, rett ved leden. Eies av Melhus Røde Kors. Sengeplass for 20 personer, men også fint for enkeltvandrere. Kjøkken, bad, kles- og støveltørk. Ta med mat og sovepose. Kontakt Trygve Eggen, tryeggen@online.no, 92616111</p>
19. 28 km	<p>Kråklivollen – Kirkflå/Ler - Fremo</p>	<p>Heimvollen, poi-o. Beliggende nært leden (grusveien) på vei ned fra Flåmarka mot Fremo. Overnatting i seterbu, 6 sengeplasser (med ekstra gulvplass, plass til inntil 9 pers.). Gasskomfyr og vedovn. Utedo. Ta med sovepose og mat. Kontakt Tone Birgitte Bjørseth, 92086343, tone@oya.vgs.no.</p> <p>Fogdegården Borten, Ler poi-o Økologisk gård ca 600 meter fra pilegrimsleden. Overnatting med frokost, flere måltider om ønskelig. <i>Pilegrimspris</i></p>

		<p>Merete Støvring, 72850556 / 99003905 mestovr@hotmail.com, www.fogdegaarden.com</p> <p>Kirkflå, poi-o Enkel overnatting i nyrestaurert smie på gården Kirkflå, rett ved leden. 2 senger, og mye gulvplass. Utedo. Tilgang på vann. Ta med mat, sovepose, kokeapparat. Gratis.</p> <p style="text-align: right;">Dagligvare på Ler, ca 1 km fra leden.</p>
20. 14 km	<p>Kirkflå (Ler) – Rødde folkehøgskole</p> <p>- Øyvindtjønna poi-k</p>	<p>Øyvindtjønna sælehus, poi-o Alltid åpent. 2 brisker, meget enkel standard. Ingen vedovn og ingen gasskomfyr.</p> <p>Rødde folkehøgskole, Melhus poi-o <i>Pilegrimspriis. Frokost.</i> Alle rom har tilgang på lite kjøkken. Obs: Ingen overnatting etter at skoleåret har begynt. 72852910, booking@rodde.fhs.no, www.rodde.fhs.no</p>
21. 18 km	<p>Rødde - Nidarosdomen</p> <p>TRONDHEIM KOMMUNE +47 72540000</p> <p>Tiller kirke poi-k 72899710 post.tiller@kirken.trondheim.no www.tiller.kirken.trondheim.no (obs: 1,7 km fra leden)</p> <p>Nidarosdomen Trondheims domkirke poi-k 73890800, postmottak.ndr@kirken.no www.nidarosdomen.no</p> <p>Kirkekontoret i Trondheim 994 36 000 post.trondheim@kirken.no www.kirken.no/trondheim</p>	<p style="text-align: center;">Trondheim - pilegrimsmålet</p> <p>Nidaros Pilegrimsgård – pilegrimsmottak, overnatting, møtested. Offisielt pilegrimsmottak i Trondheim: Registrering, stempel i pilegrimspasset, Olavsbrevet (om man har vandret de 10 siste milene sammenhengende inn til Trondheim), gratis inngangsbillett til Nidarosdomen for pilegrimer. Frivillige pilegrimsverter byr på kaffe og en prat. Overnatting med frokost. Pilegrimsbibliotek. Pilegrimsprest Einar Vegge Kjøpmannsgata 1, like ved Nidarosdomen. post@pilegrimsgarden.no, www.pilegrimsgarden.no, 73525000</p>

Etter beregning på pilegrimsleden.no (turplanlegger) har vi følgende distanser for Østerdalsledene:

ØST: Lutnes - Åkre: ca 140 km
 VEST: Rena - Åkre: ca 80 km
 FELLES: Åkre - Trondheim: ca 280 km

Østerdalsleden Øst er felles med Østerdalsleden Vest fra pilegrimssteinen i Åkre, Ytre Rendal i etappe 9.