



Blir du med og plukke bær – og kanskje rydde litt i fjæra?

På utogplukk.no kan du registrere både bærturer og strandrydding. Det er ikke bare blåbær, tyttebær, multer, krykkebær og villbringebær du kan legge inn på «Min side». Også turer der du plukker avfall i teller.

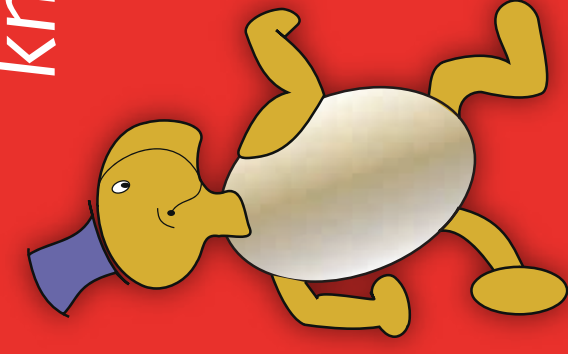
Ut og Plukk mer enn bare bærplukking. Vi ønsker å løfte fram bærplukking som en viktig friluftskultur og høstingstradisjon.

Alle som blir med, kan sikre seg vårt flotte sitteunderlag. Men også plukking av søppel i fjæra og andre steder er en del av Ut og Plukk.

Tar du utfordringen og legger inn minst 5 turer med plukking av søppel i fjæra? Det blir premier til de som deltar både med bærplukking og rydding i fjæra. Følg med på utogplukk.no.

Sjekk vår nye nettside utogplukk.no

–Uansett hvor sakte du går, knuser du alle som ligger på sofaen!



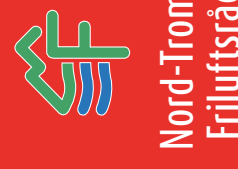
Liker du Ut i NORD?

vøpps gjerne et bidrag til **63 92 46**



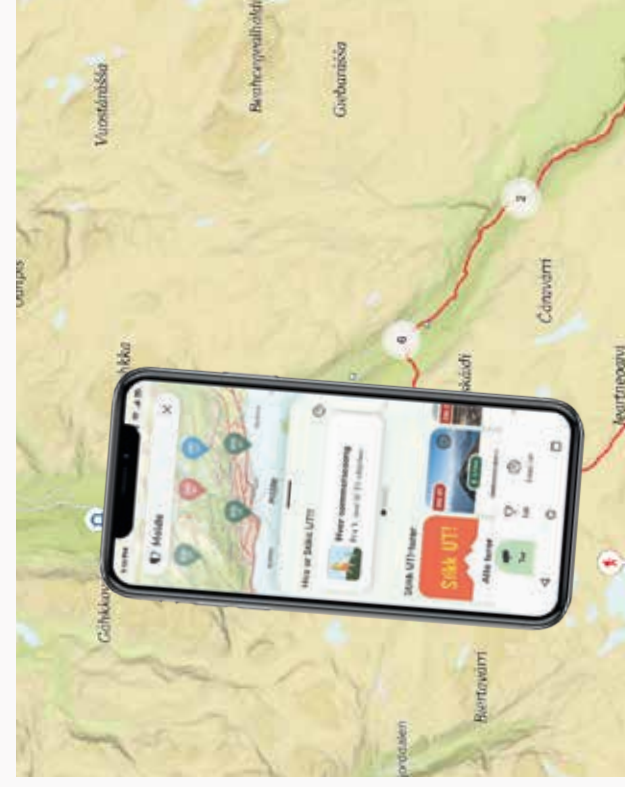
sammen kan vi gjøre

Ut i NORD bedre!



Nord-Troms Friluftsråd

Appen som forteller hvor du er



Mange av Ut i NORD-turene er merket. Digital «merking» blir viktigere. Bruk den nye Stikk UTi-appen for å se nøyaktig hvor du befinner deg. Med den kan du også se andre turmål i området.



Info med program og påmelding som deltaker og frivillig på utinord.no

FRILUFTS-SKOLEN
Påmelding til sommerens friluftsskoler i Kvæangen, Kåfjord, Nordreisa, Skjervøy og under Reisa Friluftsfest pågår nå.
Mer info og påmelding på utinord.no

Skal vi gå Ut i NORD-turer sammen?
Bli med i Facebook-gruppa **Vi går Ut i NORD-turer sammen**. Der avtaler vi fellessturer. Det å gå flere sammen er både sosialt og trygt. Målet er minst én slik fellesstur i løpet av uka, jevnt fordelt mellom Kvæangen, Kåfjord, Nordreisa og Skjervøy.



Dette er Lekende Lett:

- En familieaktivitet der alle kan være med
- Artige uteaktiviteter som passer for alle
- Sjekk utinord.no – Der finner du artige tips til aktiviteter
- På samme nettside er det et skjema som kan sendes inn så ofte du vil
- Vi trekker premier etter hver måned

Enkelt, ikke sant?



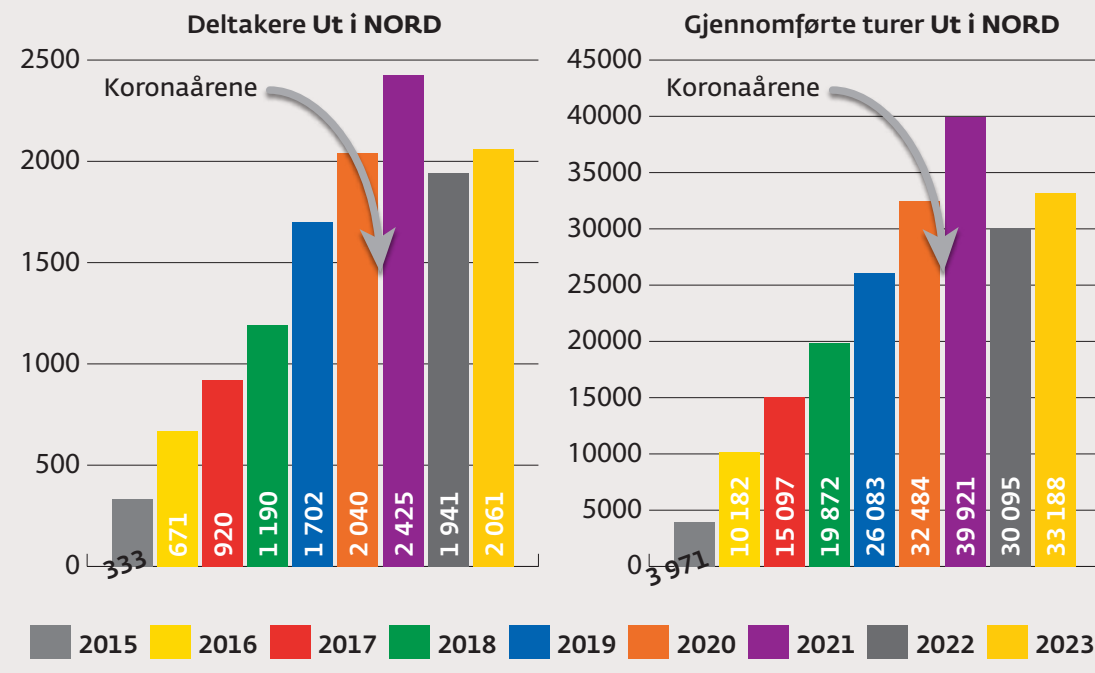
Mye fint fra Ut i NORD

I nettbutikken kan du kjøpe:

- Praktboka «Høyt og Lavt i Nord-Troms»
- Drikkeflaske • Matboks
 - Dagstursekk • Rumpetaske
 - Handlenett • Gympose
 - Sitteunderlag (flere modeller)
 - Refleksvest • Luer • Caps
 - Buff • Hansker
 - T-skjorter (begrenset utvalg)
 - Hengekøye
 - Turkart • Stort veggkart (for hver kommune eller alle)

Alt med flott Ut i NORD-design.

Sjekk nettbutikken på utinord.no



Tipp antall deltakere og hvor mange Ut i NORD-turer som gjennomføres i år, og du kan kjøpe boka for kun kr 100,-

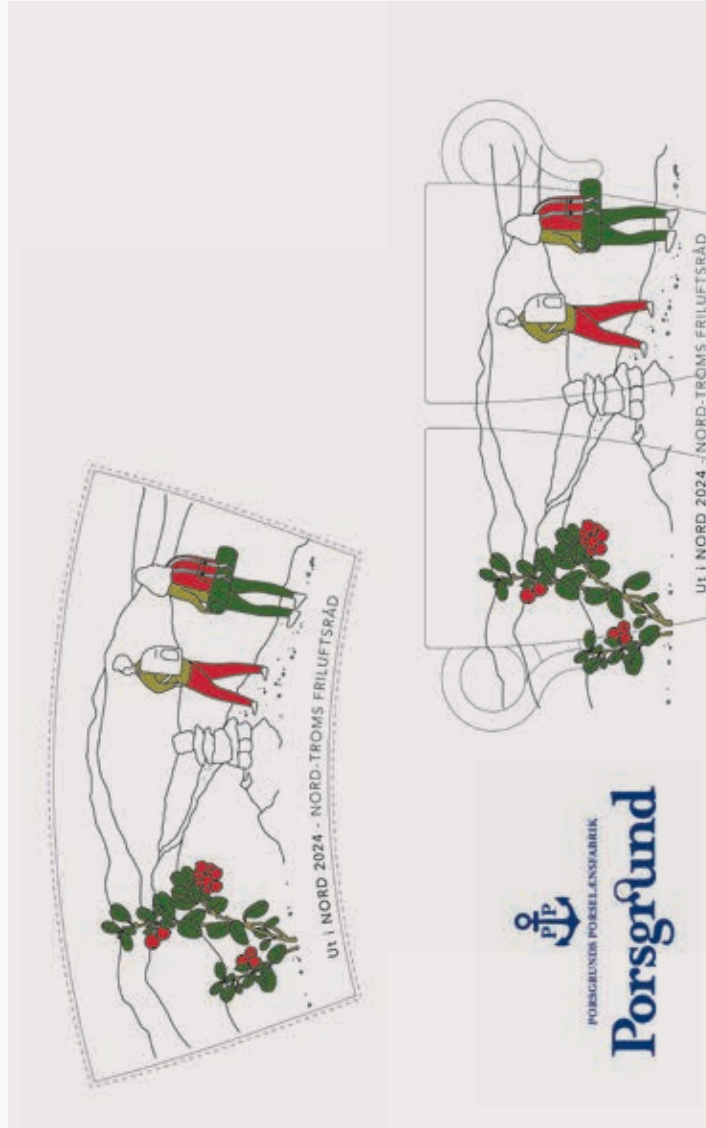
Delta innen 1. juli på utinord.no

Ut i NORD-dagstursekk til de to som tipper best og gavekort på kr 250,- som «trøstepremier»



Vi feirer 10 år med Ut i NORD

- Vi samarbeider med andre friluftsråd. **Last ned appen Stikk UTi** og bruk den når du går Ut i NORD-turer
- **Ut i NORD er 10 år** – Vi deler ut gavekort på kr 100 til alle som klarer minst 10 forskjellige **Ut i NORD-turer**. Tar du utfordringen? Påmelding på utinord.no innen 1. juli. Gavekortet kan brukes i Ut i NORD-nettbutikk
- **Premie** til alle 10-åringene som klarer minst 10 forskjellige Ut i NORD-turer
- Vi gjemmer **50 gavekort** på kr 250,- rundt om på tilfeldige Ut i NORD-turer gjennom hele sesongen
- Mange arrangement og aktiviteter gjennom hele året – Følg med på kalenderen på utinord.no



Kjøp årets Ut i NORD-krus og skål allerede nå

Klarer du kravet om minst 7 forskjellige turer, kan du allerede nå skaffe deg årets krus og skål. Kjøp i nettbutikken og hent i din kommune. Årets design en videreføring av den serien som vil gjelde, i hvert fall til 2025.

Årets pris er uendret. **Krus kr 150,- / Skål kr 200,- Kurs og skål kr 300,-**

De som ikke bor i Nord-Troms, kan bestille for hjemsending. Porto kommer i tillegg.



Porsgründ



Alle våre hytter er Ut i NORD-turer

Ut i NORD Bedrift – Ikke glem å melde dere på

- 37 bedrifter og arbeidsplasser deltok i fjor. Klarer vi 50 i år?
- Enda viktigere er det at mange ansatte på hver arbeidsplass deltar
- En fin mulighet for å gjøre noe sammen, og ikke minst vise at turgåing, fysisk aktivitet og trivsel er viktig på plassen der du jobber
- De som deltok i fjor trenger ikke gjøre ny påmelding

Mer info og påmelding på utinord.no



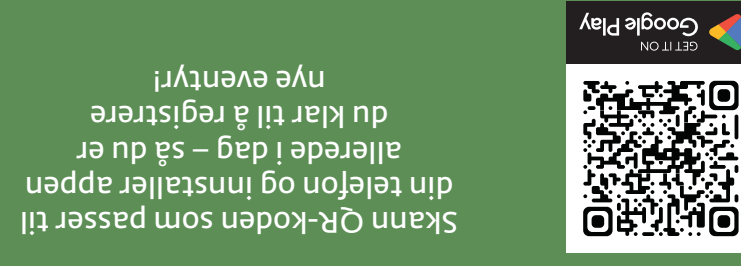
INFORMASJON
Ut i NORD 2024
Kvæangen / Kåfjord / Nordreisa / Skjervøy

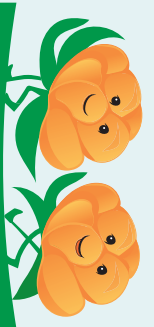
Tur 70 Storsteet – Foto: Camilla Sørensen Veibakken



Stikk UTi! Møre og Romsdal hadde i fjor over 40 000 deltakere, der så mange som 95 % registrerte sine turer via appen. Fra i år vil appen være eneste mulighet for registrering av turer. Det blir nytt og spennende, men vi håper og tror det vil gå greit med registrering via appen og ikke på utinord.no som vi har hatt for vane siden oppstarten i 2015.

Appen fungerer slik: Last ned Stikk UTi-appen gratis, opprett bruker, finn og registrer Ut i Nord-turene dine. Når appen er i bruk vil koden du trenger bare å bekrefte registreringen. Derksom det ikke er deklaring der du er, legger turen seg inn og er klar for bekreftelse så snart du får deklaring igjen. Du kan også velge å skrive inn koden i appen. Enten der og da, eller ta bilde av koden og gjøre det når du kommer hjem.





Nord-Troms går sammen



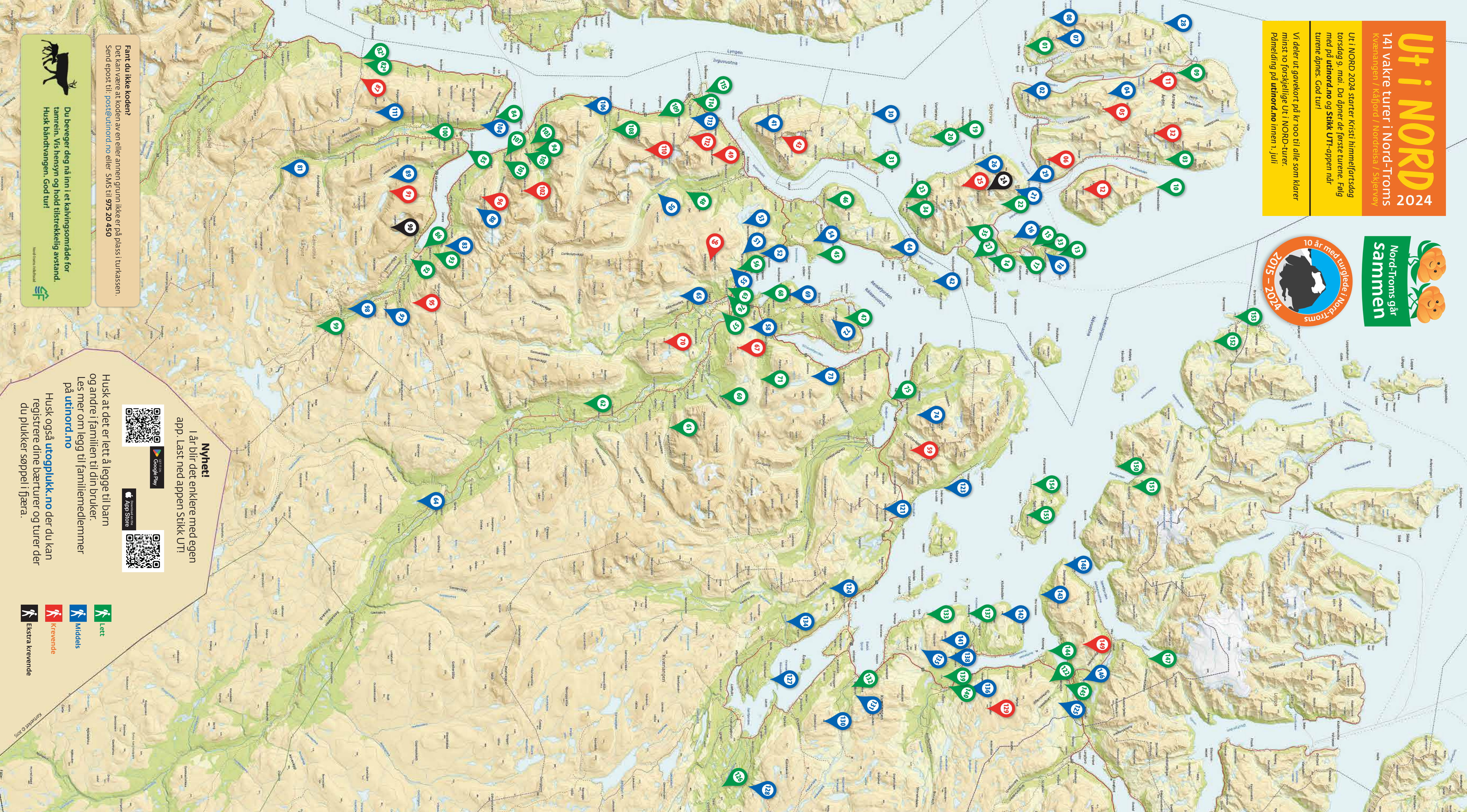
Uti i NORD 2024

141 vakre turer i Nord-Troms

Kvænangen / Kåfjord / Nordreisa / Skjervøy

Uti i NORD 2024 starter Kristi himmelfartsdag torsdag 9. mai. Du åpner de første turene. Følg med på [utiinord.no](https://www.utiinord.no) og Stikk Uti-appen når turene åpnes. God tur!

Vi deler ut gavekort på kr 1000 til alle som klarer minst 10 forskjellige Uti i NORD-turer. Påmelding på [utiinord.no](https://www.utiinord.no) innen 1. juli



ÅRETS TURER

SKJERVØY

- 01 Lillelva, Arvola
- 02 Havgrevavarden, Arvola
- 03 Kulturstrøien Lauksjøta, Arvola
- 04 Røystadfjellet, Arvola
- 05 Fosstinden, Arvola
- 06 Singetinden, Arvola – NV1
- 07 Trolltinden, Arvola
- 08 sønnes, Arvola – NV1
- 09 Avikmarra, Arvola
- 10 Heilnesodden, Laukøya
- 11 Svartinfjellet, Arvola – NV1
- 12 Langnesstrøien, Laukøya
- 13 Engnes, Skjervøya
- 14 Engsbukka, Kågen
- 15 Lallfjellet, Skjervøya
- 16 Skattfjellet, Skjervøya
- 17 Stussnesfjellet, Skjervøya
- 18 Trollen, Skjervøya
- 19 Ihren / Ensthaugen, Vorterøya
- 20 Varden, Vorterøya
- 21 Breikågen, Kågen
- 22 Isbukkanen, Kågen
- 23 Noya, Kågen
- 24 Kågdinden, Kågen
- 25 Redodinden, Kågen
- 26 Steinbakken, Kågen
- 27 Baulfjellet Taksebyhøyda, Kågen
- 28 Barketelia, Arvola
- 29 Vitnes, Kågen
- 30 Rakkensodden, Ulova
- 31 Gaaenhøken på Skaret, Ulova
- 32 Arnoyhøga, Arvola
- 33 Uti i NORD-hytta Fimneidet, Skjervøya
- 34 Vardhaugen, Kågen
- 35 Trollidalen, Kågen

NORDREISA

- 41 Kista vest, Ulova
- 42 Maurnestinden, Hamneidet
- 43 Ulyvinden, Ulova
- 44 Gløvarden, Hamneidet
- 45 Anderstukka, Bakkeby
- 46 Bakkebygammen, Bakkeby
- 47 Galleiva, Steinsvik – NV1
- 48 Øvre Tverrelva, Rotsundelv
- 49 Steinfjellet, Rotsundelv
- 50 Rillerigammen, Rotsundelv
- 51 Sørfjosvarden, Sørfjosen – NV1
- 52 Mølnvannan, Sørfjosen
- 53 Skikälåvri, Sørfjosen
- 54 Lattenhøgen, Bakkeby – NV1
- 55 Hlysvarden, Sørfjosen
- 56 Trusku, Sørfjosen
- 57 Corosnoan, Storslett
- 58 Barskivarden / Andrevarden, Storslett
- 59 Nuorogisjäs, Oksfjord
- 60 Køyelen, Reisdalen
- 61 Moskodalen gapahuk, Reisdalen
- 62 Nevsaner / Niemiälvi, Reisdalen
- 63 Uti i NORD-hytta, Storslett
- 64 Orrenannet ved Uma Skaldas, Reisdalen
- 65 Beassjelåvri, Kildal
- 66 Aarabovåri / Sagdalfjellet (Snøfonna), Storslett
- 67 Pjppya, Storslett
- 68 Kværnes, Storslett
- 69 Nordfjosfjellet, Storslett
- 70 Storsæet, Kildal
- 71 Sikkujavgammen, Rongadalen
- 72 Reasavri, Storbukta
- 73 Fossefossen / Iielgjojhka, Straumfjorden
- 74 Vintessgrøpa, Oksfjord – NV1
- 75 Spøten, Oksfjord
- 76 Tenkekanken, Storslett

KÅFJORD

- 81 Baastrudnua, Mandalen – Gå to turer for full kode
- 82* Hotelli Savoy, Nordnes
- 82* Elvaberget, Nordnes
- 83 Bertengavarden, Bakkemo – NV1
- 84 Guorogjojhka, Mandalen
- 85 Ceallu - Rasmalochhika - Mandalsklubbun, Mandalen
- 86 Fjærabuene, Birtavare – NV1
- 87 Gantemans-steinen, Nordnes
- 88 Littledalsvatnet, Troilvik – NV1
- 89 Skardalsgammen, Skardalen
- 90 Sjøfjell / Iisavari, Skardalen
- 91 Bieväljavi, Skardalen
- 92 Elvestien i Birtavare
- 93 Bakkemo, Birtavare
- 94 Olerdalen rundt, Olerdalen – NV1
- 95 Krakertinden, Birtavare
- 96 Normmedalsrud, Troilvik – NV1
- 97 Silbaohokka, Kåfjorddalen
- 98 Mome Caru-gruva, Kåfjorddalen
- 99 Corasbua, Kåfjorddalen – NV1
- 100 Storlupen, Mandalen – NV1
- 101 Dalbakken Normmedalen, Olerdalen
- 102 Caravåvri, Olerdalen
- 103 savon, Olerdalen
- 104 Javagadeddi, Mandalen
- 105 Lillefjellet, Olerdalen
- 106 Risfjellet, Kåfjordbergan
- 107 Normmedalen - Noamennadgi - Numrovankka
- 108 Kippelidassiva, Nordmannvik
- 109 Storbakken / Olgugadadi / Uikvaranta, Nordmannvik
- 110 Koppelidassvatnet, Nordmannvik – NV1
- 111 Kjerindalsvatnet, Mandalen
- 112 Storhaugen / Boazovåri, Djupvik
- 113 Uti i NORD-hytta på Dalberget, Djupvik
- 114 Mobbakken, Djupvik
- 115 Spåkaken

KVÆNANGEN

- 121 Målingsfjellet / Skattasavri, Kvænangsfjellet
- 122 Uti i NORD-hytta, Mefjel, Aiteidet
- 123 Valan, Kvænangsfjellet
- 124 sørstrømdalen, Sørstrømmen
- 125 Karvingen, Aiteidet – NV1
- 126 Hengbuva ved Dalstuene, Kvænangspott
- 127 Lillestrømmen, Kvænangspott
- 128 Carbuk, Kvænangspott
- 129 Storfjellet, Burfjord
- 130 Kjalakantinden, Kjakan
- 131 Honkabua, Badderen
- 132 Iyvløypa Isetra, Badderen
- 133 Moidvikera, Badderen
- 134 Røykross, Navt
- 135 Råidvårinnanet, Baddereridet
- 136 Gågvavri, Burfjord
- 137 Dingalibukka, Kviteberg
- 138 Fjelltimmen, Burfjord
- 139 Svanevannet, Burfjord
- 140 Håsen, Burfjord
- 141 Stora Råidvårn, Baddereridet
- 142 Klubben / Beaski, Burfjord
- 143 Vassnes, Låvan / Aiteidet
- 144 Storengrøset, Aiteidet
- 145 fossen i Langdalslva, Aiteidet
- 146 Mikkalantinden, Jøkefjordet
- 147 Innevikselva, Jøkefjord
- 148 Jøkefjordklubben, Jøkefjord
- 149 Iaseterinden, Jøkefjordet
- 150 Reinfjordneset, Reinfjord
- 151 Vannberget, Reinfjord
- 152 Innevik, Segvik
- 153 Ramnesvarden / Reabysjågaga, Segvik
- 154 Kulturstrøien, Splidra
- 155 Staunhammeren, Splidra



Du beveger deg nå inn i et krevingsområde for tamrein. Vis hensyn og hold tilstrekkelig avstand. Husk båndvangen. God tur!

Fant du ikke koden?

Det kan være at koden av en eller annen grunn ikke er på plass i turkassen. Send epost til: post@utiinord.no eller SMS til 975 20 450



Nyhети
I år blir det enklere med egen app. Last ned appen Stikk Uti!



Husk at det er lett å legge til barn og andre i familien til din bruker. Les mer om legg til familiemedlemmer på [utiinord.no](https://www.utiinord.no)

Husk også [utogplukk.no](https://www.utogplukk.no) der du kan registrere dine bærturer og turer der du plukker søppel i fjæra.

- Lett
- Midtids
- Krevende
- Ekstra krevende