













LENGRI GÖNGUR 2025

Dagsferðir, að jafnaði farnar á laugardögum, en ef veðurútlit er óhagstætt er sunnudagur til vara. Nánari upplýsingar um hverja ferð verða birtar á fésbókarsíðunni **Ferðafélag Rangæinga** þegar nær dregur. Áætluð getur breyst vegna veðurs.

TÍMI	LENGRI GÖNGUFERÐIR
Laugardagur 22. mars	Mottumarsganga á Þríhyrning  . Mæting við Hvolinn á Hvolsvelli kl. 10 og safnast saman í bíla. Ekið inn Fljótshlíðarveg að Tumastöðum og áfram að Fiská, þaðan sem gangan hefst, upp fjallið að suðvestan. Frá Þríhyrningi (678 m) er gott útsýni til allra átta, en fjallið dregur nafn sitt af þremur hornum og milli þeirra er Flosadalur sem getið er í Njálssögu. Gangan tekur 2,5-3 tíma, lengd um 5,5 km. Hækkun um 500 m. Umsjón: Emil Kárasón & Rebekka Stefánsdóttir.
Laugardagur 12. apríl	Drangshlíðarfjall  . Safnast saman við Hvolinn á Hvolsvelli kl. 10. Ekið að Drangshlíðardal undir Eyjafjöllum þar sem gangan hefst. Áhugaverð útsýnisleið á Drangshlíðarfjall (479 m), þaðan sem í góðu veðri er einstakt útsýni yfir m.a. Skóga. Gangan tekur 3-4 tíma, hækkun um 500 m. Umsjón: Birna Sigurðardóttir.
Laugardagur 17. maí	Kot – Keldur, söguganga  . Safnast saman á bílastæðinu við Keldur kl. 9. Ekið að Koti þar sem verða skildir eftir bílar sem verða sóttir í lok göngu. Gengið þaðan um eyðibýlið Dagverðarnes, Eldivíðarhraun, Réttarnes og Knafahóla, gamlan “þjóðveg númer 1” og niður að Keldum. Þennan slóða fór Gunnar á Hlíðarenda með bræðrum sínum þegar þeim var gerð fyrirsátin við Knafahóla og vörðust svo ofureflinu á Gunnarssteini þar sem Hjörtur bróðir Gunnars var veginn. Gangan tekur 4-6 tíma, lengd 12-15 km. Umsjón: Gústav Þór Stolzenwald & Gunnar B. Norðdahl.
Laugardagur 24. maí	Steinafjall  . Safnast saman við Hvolinn Hvolsvelli kl. 9 og ekið austur að Holtsósi, þar sem lagt verður rétt vestan við Steinhelli. Gangan hefst á nokkuð brattri grasbrekku uppundir hamrana og síðan gengið upp úr Steinagili sem er smá klungur en flestum greiðfært og þar eru líka hjálparbönd til að styðja sig við. Uppá brúnina er um 400 m hækkun. Síðan liggur leiðin austur með fjallsbrúninni og upp á Faxa (um 600 m) fyrir ofan Þorvaldseyri. Áfram inn með Skálum og inná Leini (810 m) sem er hæsti hluti fjallsins. Gengið vestur Varmahlíðardal og niður skriðu að bílum. Gangan tekur um 6 tíma, lengd 12-13 km. Hækkun 900-1000 m. Umsjón: Hermann Árnason.
Laugardagur 31. maí	Hafursey  . Lagt upp frá gamla Víkurskála í Vík kl. 10 þar sem sameinast verður í bíla. Keyrt þaðan að móbergfellinu Hafursey og gengið á fjallið sem skiptist má segja í tvennt af Klofgili. Hæsti tindurinn á eystri hlutanum er Kistufell (525 m), en á vestari hlutanum er það Skálarfjall (582 m) og þangað liggur leiðin. Gangan tekur 3-4 tíma, lengd um 4 km. Hækkun um 500m. Umsjón: Ragnar S. Ragnarsson & Gústav Þór Stolzenwald.
Laugardagur 7. júní	Skarðsfjall í Landsveit  . Safnast saman við Miðjuna á Hellu kl. 10 og ekið að Skarðsfjalli. Gengið upp Öxlina og síðan haldið áfram að Háuvörðu (367 m). Jafnvel haldið áfram á næst hæsta tind fjallsins, til að ná enn betra útsýni yfir Þjórsá og svæði fyrirhugaðrar Hvammsvirkjunar, ásamt nýju brúarstæði. Mjög áhugaverð útsýnisleið í björtu veðri. Gangan tekur 3-4 tíma, lengd allt að 8 km. Umsjón: Ingibjörg Heiðarsdóttir.
Laugardagur 28. júní	Dómadalsháls, Vondugil, Háalda og Klukkugil  . Safnast saman við Landvegamót kl. 8 og ekið um Landveg og Landmannaleið F225 í Dómadal. (Ath. að Landmannaleið er ekki fær fólksbílum). Gangan hefst í um 600 m hæð við Dómadalsháls kl. 10. Gengið hluta Hellismannaleiðar að Vondugiljum, en þaðan er í góðu skyggni afar óvenjulegt útsýni niður að Landmannalaugum og yfir á Brennisteinsöldu og Bláhnúk. Gengið upp á Háöldu (1.128 m), þaðan sem er mjög víðsýnt. Gengið áfram yfir Háöldu og síðan meðfram Klukkugili niður á Klukkugilsfitjar að Landmannaleið. Gangan tekur um 7 tíma, lengd um 16 km. Heildar hækkun um 700 m. Umsjón: Hjalti Ófeigsson & Hugrún Hannesdóttir.
Laugardagur	Hrafninnusker og Ljósártungur að Fjallabaki  . Safnast saman við Miðjuna á Hellu kl. 8, þaðan sem bílar munu keyra okkur að íshellunum við Hrafninnusker. Gangan hefst við

TÍMI	LENGRI GÖNGUFERÐIR
9. ágúst	Íshellana og gengið meðfram Hrafninnuskeri, m.a. um falleg hverasvæði út að Jónsvörðu. Þaðan er stefnan tekin að Ljósárgili og yfir í Ljósártungur með ægífagurt útsýni yfir Syðra-Fjallabak. Haldið yfir Ljósárgil og að Ljósárfossi, þar sem bílarnir munu sækja okkur og keyra aftur á Hellu. Gangan tekur um 4-5 tíma, lengd 12-13 km. Umsjón: Geir Ófeigsson & Sigríður Theodóra Kristinsdóttir.
Laugardagur 23. ágúst	Háutindar í Stakkholti (Þórsmörk)  . Safnast saman við Hvolinn á Hvolsvelli kl. 10. Ekið að klettinum Stakki við Hvanná, sem Stakkholt er kennt við, þar sem gangan hefst. Gengið upp vestan Hvannár, um Hátindaflatir og síðan uppá Hátinda (762m). Einstök útsýnisleið. Gangan tekur 4-5 tíma, lengd 8-9 km. Hækkun um 500m. Umsjón Sævar Jónsson & Gísli Gíslason.
Laugardagur 30. ágúst	Fimmvörðuháls dagsferð  . Brottför með rútu frá Hvolnum á Hvolsvelli kl. 7. Ekið að Skógum og gengið þaðan yfir Fimmvörðuháls. Rúta tekur hópinn í Básum og fer með hann til baka á Hvolsvöll. Einstök útsýnisleið. Gangan tekur um 10 tíma, lengd um 24 km. Hækkun um 1.000 m. Hámarksfjöldi er 24 manns. Umsjón: Helgi Jóhannesson.
Laugardagur 6. september	Er allt í gulu? Ævintýraleg krakkaganga  . Safnast saman við Miðjuna á Hellu kl. 10 og haldið í óvissuferð inn í þann ævintýraheim sem bækur geta gefið okkur. Í tilefni af gulum september, sem minnir okkur á mikilvægi geðræktar og sjálfsvígsforvarna, eru þátttakendur hvattir til að klæðast einhverju gulu. Umsjón: Gunnar Helgason rithöfundur.
Laugardagur 20. september	Hjólaferð um „Hamingjustíga“ í Hekluhraunum  . Safnast saman við Hótel Læk kl. 10. Hjólað þaðan um Heklubraut norðan Gunnarsholts og aðrar gamlar leiðir í Hekluhraunum sem stundum eru kallaðir hamingjustígar. Afar falleg leið ofan byggðar og við jaðar hálendisins á Rangárvöllum. Farið er framhjá gömlum eyðibýlum á leiðinni; Steinkrossi, Koti o.fl. Leiðirnar eru mis greiðfærar og því mælt með rafmagnshjólum. Hjólaðir eru um 30 km og ferðin tekur 4-5 tíma. Umsjón: Gunnar B. Norðdahl.

KVÖLDGÖNGUR 2025

Stytttri göngur eru síðdegis og að jafnaði fyrsta miðvikudag í mánuði. Léttar göngur sem taka jafnan 2-3 tíma. Nánari upplýsingar um hverja ferð verða birtar á fésbókarsíðu **Ferðafélags Rangæinga** þegar nær dregur. Ferðum getur verið breytt eða þær felldar niður vegna veðurs.

TÍMI	STUTTAR KVÖLDGÖNGUR
Febrúar/mars	Skíðagöngukvöld. Mæting við Miðjuna á Hellu, en snjóalög ráða áfangastað og endanleg dagsetning fer eftir veðurspá. Gert ráð fyrir utanbrautarskiðum og höfuðljósi. Umsjón: Grétar Laxdal Björnsson & Hugrún Hannesdóttir.
Miðvikud. 26. mars	Gunnlaugsskógur við Gunnarsholt. Mæting við Miðjuna á Hellu 17:30 og ekið í Gunnarsholt. Genginn hringur í Gunnlaugsskógi, sem er fyrsti landgræðsluskógurinn á Íslandi. Skógarreiturrinn er undir hraunbrún, þar sem landnámsbærinn sem fór í eyði 1925 stóð áður. Munið höfuðljósin. Umsjón: Sigfús Davíðsson & Hafdís Garðarsdóttir.
Miðvikud. 30. apríl	Hjólaferð í Aldamótaskógi við Hellu. Safnast saman við Miðjuna á Hellu kl. 17:30. Hjólaður hringur í Aldamótaskóginum á Gaddstöðum á misgóðum stígum, en við upphaf skógræktar var gróðurþekja lítil nema lúpína og melgresi. Umsjón: Garðar Þorfinnsson.
Miðvikud. 7. maí	Þjófafoss í Þjórsá. Safnast saman við Landvegmót kl. 18. Ekið upp Landveg að bílastæði neðan Búrfells, við nýlega reið- og göngubrú yfir Þjórsá. Gengið að Þjófafossi sem dregur nafn sitt af því að þar hafi þjófum áður verið drekkt, en fossinn er einn af helstu fossum Þjórsár. Skoðum fossinn beggja vegna árinna. Ganga við allra hæfi, um 2-3 km. Umsjón: Gísli Gíslason.
Þriðjud. 3. júní	Hlaupaferð á Rangárvöllum. Safnast saman við Miðjuna á Hellu kl. 18, en leiðarval og vegalengd verður kynnt þegar nær dregur. Umsjón: Guðmundur Árnason, ásamt óvæntum gesti.
Þriðjud. 24. júní	Jónsmessuganga á Ingólfsfjall, frá Alviðru að Þórustaðanámu. Hittumst á bílastæðinu við Þórustaðanámu kl. 18 og sameinumst eins og hægt er í bíla. Ökum að Alviðru, þar sem gangan hefst. Afar skemmtileg leið upp á Ingólfsfjall, en smá klöngur efst (keðja). Gengið á hæsta tind fjallsins, Inghól, 551 m. og síðan áfram að hefðbundinni gönguleið og niður í Þórustaðanámu. Komum seint heim, enda nóttin ung. Gangan tekur um 4 tíma, lengd um 7 km. Hækkun um 530 m. Umsjón: Hugrún Hannesdóttir.
Miðvikud. 13. ágúst	Töðugjaldaganga á Gíslholtsfjall. Háanef, Illavatn og Svartagil eru örnefni sem eru sennilega fáum kunn, en leiðin liggur að Gíslholti við Gíslholtsvatn. Mæting í Gíslholt kl. 18, gengið á Gíslholtsfjall sem er grasi gróið 168 m og auðvelt uppgöngu, svo gangan er við allra hæfi. Að göngu lokinni er tilvalið að aka áfram Hagahringinn og stoppa við Hagakirkju áður en haldið er heim á leið. Gangan tekur um 2,5 tíma, lengd um 5 km. Umsjón: Sverrir Kristinsson, bóndi Gíslholti. <i>Þessi ganga er haldin í samstarfi við Rangárþing ytra, í tilefni töðugjaldanna. Markmiðið er að kynna íbúum fáfarin svæði innan sveitarfélagsins.</i>
Miðvikud. 20. ágúst	Hjólaferð um bakka Eystri Rangár. Lagt upp frá Hvolnum á Hvolsvelli og hjólað sem leið liggur inn Vallarkrók. Farið er niður Eystri Rangá við Völl og hjólað með ánni eftir slóðum. Komið er aftur upp á veg við Lynghaga og hjólað eftir svokölluðum Sólheimahring aftur á Hvolsvöll. Lengd 15-20 km. Umsjón: Steinunn Ósk Kolbeinsdóttir.
Miðvikud. 3. september	Landréttir í Réttarnesi. Mæting í Húsagarði í Landsveit kl. 18:00, en þema kvöldsins er smalamennska. Frú Ólafía, húsfreyja í Húsagarði, tekur á móti hópnum og leiðir gönguna. Ekinn spölur í Réttarnes, þaðan verður gengið upp á hraun að rústum hinna fornu Landréttar, sem færðar voru niður fyrir hraunbrún árið 1660. Gengið í gegnum hraunið og aftur í Réttarnes, en þar var réttað fram að Heklugosi í ágúst 1980. Gangan tekur 2-3 tíma, lengd 5-6 km. Umsjón: Ólafía Sveinsdóttir.
Miðvikud. 24. september	Heilsuganga & jóga í Þykkvabæ. Safnast saman við kirkjuna í Þykkvabæ kl. 17:30 og farið í hressandi göngu í um 1 klst. Gangan endar í kirkjunni þar sem verður farið í jóga Nidra, sem

TÍMI	STUTTAR KVÖLDGÖNGUR
	er ævaforntækni sem sameinar hugleiðslu og slökun. Munið eftir jógaþýnu og teppi. Umsjón: Birna Guðjónsdóttir & Margrét Ýrr Sigurgeirsdóttir.
Miðvikud. 1. október	Ganga með Eystri Rangá. Safnast saman á Keldum og ekið að brúnni yfir ána í landi Reynifells. Gengið með ánni, fram og til baka, framhjá Fossdalsrétt og að útsýnisstað þar sem sér m.a. yfir Teitsvötn. Umsjón: Sævar Jónsson.
Miðvikud. 22. október	Heilsuganga í nágrenni Hellu. Óvissuferð að hætti Ingu í nágrenni Hellu. Umsjón: Inga Heiðarsdóttir.