



Hvordan du kommer deg til Norsk Senter for Bevissthet på Årnes:

Adressen er:

Stensbodingvegen 170, 2150 Årnes

Når det gjelder transport til og fra kursstedet, er jeg behjelpelig med å gi kontakt med de andre deltagerne slik at de som trenger transport kan bli plukket opp av de som har bil. Alternativt kan jeg hente deg i Årnes sentrum eller andre steder i nærheten. Si ifra om du trenger hjelp til transporten eller kan gi andre skyss til de andre.

Kart og veibeskrivelse (fra Oslo og Gardermoen / Jessheim):

Fra Oslo:

- *Alternativ 1: Enkleste veien (via Vormsund og Årnes sentrum – mer motorveg):*

Kart: [klikk her](#) (B på kartet er huset, A er fra Sinsenkrysset i Oslo med bil)

Veibeskrivelse:

Kjør E6 (Trondheimvegen) nordover mot Hamar og Trondheim. Ved Kløfta, ta av inn på E16 mot Kongsvinger. Fortsett på E16 til Vormsund, og ta av inn til høyre på riksveg 177 mot Årnes. Kjør over brua over Glomma og rett fram i første rundkjøring. Ta første veg ned til høyre (Øvre Hagaveg, rett etter Circle K bensinstasjonen). Fortsett på denne vegen (ca 6,5 km) til du ser skiltet ”Bodung stasjon” og ”Stensbodingvegen” ned til høyre. Kjør ca 400 meter nedover – det er andre huset er på høyre hånd (nr 170).

- *Alternativ 2: Korteste vei (over Lørenfallet, mer landeveger)*

For kart: [klikk her](#) (B på kartet er huset, A er fra Oslo S med bil).

Veibeskrivelse:

Kjør E6 (Trondheimvegen) nordover mot Hamar og Trondheim. Kjør av mot Sørumsand (avkjøring nr 47), inn på riksveg 171. Kjør gjennom Lørenfallet, og etter noen km ta av mot Årnes inn på riksveg 173. Deretter (etter noen km) fortsett rett fram på riksveg 175 (mot Auli) på brua over Glomma ved Rånåsfoss (du skal da *ikke* ta inn til venstre mot Årnes nr 173 her!). Fortsett på nr 175 forbi Rånåsfoss og Auli, og følg skiltingen mot Årnes). Fortsett til du ser skilt mot ”Fjellfoten” og ”Årnes” (for lastebiler) inn til høyre, og ta av der (inn på veg 478 – Øvre Hagaveg) (merk: her er det merket til Årnes også rett frem, men du skal ta av til høyre). Fortsett på denne vegen til du ser skiltet ”Bodung stasjon” og ”Stensbodingvegen” ned til venstre. Kjør ca 400 meter nedover – det er andre huset er på høyre hånd (nr 170).

Fra Gardermoen flyplass:

Fra Gardermoen flyplass til huset (via Jessheim og Årnes):

Kart: [klikk her](#) (B på kartet er huset, A er Gardermoen flyplass)

Kollektiv transport – fra Oslo:

Det går tog (L14 – mot Kongsvinger) fra Oslo Sentralstasjon til Årnes (via Rånåsfoss og Haga stasjon). Toget går stort sett en gang i timen (4 minutter over hver hele time).

Du kan søke på kollektivtransport på www.ruter.no

Da det ikke går så ofte busser til kursstedet ved tidspunktet for kursets start, vil det mest hensiktsmessige være å ta toget til Årnes (eller Haga) togstasjon.

Toget du må ta er 08.04 toget fra Oslo Sentralstasjon til Kongsvinger hver av dagene. Det er da fremme ved Haga togstasjon kl. 08.48 og i Årnes kl. 08.55.

Der kan du bli hentet av en av de andre deltagerne som kjører bil, eller meg.

Alternativt kan du ta en taxi til Stensboddvingvegen 170 (6 km nord for Haga, 7 km sør for Årnes). Er dere flere som kommer med kollektivtransport, kan dere ta taxi sammen. Du kan bestille taxi gjennom *Viken – Øvre Romerike taxi* - tlf 03550.

Si ifra om du skal reise med kollektivtransport, og trenger hjelp på noen måte.

Om du ønsker å få tilsendt mulig kollektivtransportløsninger helt frem, vennligst si ifra.

Returreisen til Oslo:

Enkleste måten er å sitte på med noen av oss andre (eller ta taxi) til Årnes eller Haga togstasjon, og ta toget derfra til Oslo. Toget går 19.15 fra Haga hver av dagene.

Kollektiv transport – fra Gardermoen:

Buss 450 går mellom Gardermoen og Årnes sentrum ca 1 gang hver time.

Du kan søke på kollektivtransport på www.ruter.no

Her er noen søk jeg har gjort på denne bussen

– fra Gardermoen til Årnes sentrum fredag morgen – [klikk her](#)

– retur fra Årnes til Gardermoen søndag - [klikk her](#)

Overnatting:

- 1) Du kan overnatte i Oslo, Lillestrøm, Sørumsand, Skarnes, Kongsvinger eller andre steder langs toglinjen mellom Oslo og Kongsvinger, og ta toget til Haga eller Årnes som beskrevet ovenfor. Har du bil, vil også Jessheim og områdene rundt Gardermoen flyplass ha overnattingsmuligheter (se nedenfor).
- 2) Nærmeste overnattingsstedet (bortsett fra eventuelt Airb&b – se nedenfor) jeg har funnet er Runni Gjestegaard, rett utenfor Årnes sentrum. Dette stedet er helt nytt i 2017.
 - Adresse: Leirveien 21, 2150 Årnes.
 - Tlf: 915 30 934.
 - E-post: kontakt@runnigaard.no
 - Booking: <https://www.booking.com/hotel/no/runni-gaard.no.html> eller <https://www.bedandbreakfast.eu/bed-and-breakfast/fjuk/runni-gjestegaard/2891911/>

- 3) Det nest nærmeste jeg har funnet er Vormsund Golf Hotell, et enkelt hotell 12 km nordøst for kurslokalet på Årnes.
Kontakt: tlf: 63909040 / 90062421, internettside: <http://www.golfhotell.no/>
(postkontoret på Vormsund Amfi kjøpesenteret der er resepsjon for hotellet)
For kart med veibeskrivelse fra hotellet til kursstedet - [klikk her](#)

Ang transport fra hotellet:

På fredagen går det en skolebuss (3782) kl. 07.53 fra Vormsund til Årnes busstasjon (kl. 08.00). Der kan du videre ta skolebuss 2672 kl. 08.05 mot Sørumsand stasjon til Stensrud bussholdeplass (kl. 08.15) (til sammen 22 minutters reise). Du vil da være veldig tidlig fremme (ca 08.20). Alternativt går buss nr 833 fra Vormsund kl. 08.56 til Årnes (kl 09.03). Derfra kan du ta buss 836 kl. 09.45 til Stensrud (kl. 09.57). Da kommer du for sent til kursstart. På lørdag og søndag vil det ikke være noe kollektivtransport som korresponderer med tidspunktet for kurssets start.

Så du trenger bil, ta taxi eller jeg eller noen av de andre kursdeltagere kan være behjelpelig med å hente deg på hotellet.

- 4) Airb&b - www.airbnb.no
Airbnb er enkel overnatting som privatpersoner tilbyr. Det vil typisk enten være et rom hjemme hos dem, eller mer privat med egen leilighet / rom med egen inngang.
- Oversikt over airbnb i området – [klikk her](#)
- 5) Bed & Breakfast - www.bbnorway.com:

Her er oversikt over Bed & Breakfast steder i Norge:

<http://www.bbnorway.com/?online-catalogue,17>

- a) Nærmeste jeg har funnet:
Ullershov Gård - Bed & Breakfast, Ullershovvegen, 2160 Vormsund (14 km fra kurslokalet).
Tilbyr: 20 rom. Pris: 450 kr for enkeltrom per natt.
Vert: Inger-Marie Ødegaard, Telefon: 63902740, 95044241,
E-post: ullerhov@online.no
Nettside: <http://www.bbnorway.com/?ullershov-g%C3%A5rd-vormsund,79>
For veibeskrivelse, [klikk her](#)

Transport:

Hvis du overnatter på dette stedet, kan det være mulig å bli plukket opp med bil hvis noen av de andre deltagerne kjører forbi på E16 (kart – [klikk her](#)) eller Vormsund (kart – [klikk her](#)). Si ifra om dette er aktuelt.
Ellers trenger du egen bil.

Overnatting i Jessheim / Gardermoen området (med bil):

- 6) Du overnatte på Sundbytunet i Jessheim.
Gardermoveien 6, 2050 Jessheim, Tlf: 40402800 / 48290804, E-post: geir@sundbytunet.no
Se www.sundbytunet.no
For veibeskrivelse fra Sundbytunet / Jessheim til kurslokalet: <http://kart.gulesider.no/m/rqAu6>

- 7) Hotellene og Bed & breakfast i Gardermoen området. Her finner du blant annet Quality og Thon hoteller.
Her er link til kart over forskjellige hoteller i Jessheim området:
<https://www.google.no/maps/search/hotell+jessheim/@60.1659204,11.1502956,12z>
- a) Thon Hotell Oslo Airport: Balder Alle 2. 2060 Gardermoen,
Tlf: 63929400, E-post: osloairport@thonhotels.no
<http://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/gardermoen/thon-hotel-oslo-airport/>
<http://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/gardermoen/?gclid=CJWNzsGQ8MICFYH2cgodnzQARw>
 - b) Quality Hotel Gardermoen Airport, Jessheim nord, 2050 Jessheim,
Tlf: 63 92 61 00
https://www.nordicchoicehotels.no/quality/quality-airport-hotel-gardermoen/?utm_source=google&utm_medium=places&utm_campaign=qh
 - c) Scandic Hotel: Jessheimveien 467, 2060 Jessheim, Tlf: 63 92 66 00,
E-post: gardermoen@scandichotels.com
<http://www.scandichotels.no/Hotels/Norge/Oslo/Gardermoen/>
 - d) Thon Hotel Gardermoen: Balder Alle 22, 2060 Gardermoen,
Tlf: 64004500, E-post: gardermoen@thonhotels.no
<http://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/gardermoen/thon-hotel-gardermoen/>

Overnatting på campingplasser

- 8) Et alternativ er å overnatte på Frognerstrand campingplass, 18 km nordøst for Årnes.
Kontakt: tlf 63907460 / 97532254 (telefontid mellom 09 – 11), internettside:
<http://www.frognerstrand.no/>
For kart med veibeskrivelse fra campingplassen til kursstedet, [klikk her](#)

Du trenger bil eller komme deg til Årnes og bli hentet der for å bruke dette overnattingstedet.

- 9) Et annet alternativ er å overnatte på Sanngrund campingplass, 19 km nord for kursstedet.
Kontakt: tlf 63907460, e-post: booking@sanngrund.no, internettside:
<http://sanngrund.no/>
For kart med veibeskrivelse fra campingplassen til kursstedet, [klikk her](#)

Du trenger bil eller komme deg til Årnes og bli hentet der for å bruke dette overnattingstedet.

Overnatting gjennom couchsurfing:

- 10) Couch surfing er overnatting hjemme hos privatpersoner – typisk på sofaen eller en madrass i stua deres. Det er gratis.
Det viktige her er at du er åpen og klar for slik overnatting, og sjekker ut om det

ser og føles trygt og riktig ut for deg, med tanke på den som leier ut og tid og rom du trenger når du går gjennom kurset. Selv har jeg aldri prøvd dette.

Hvis du vil sjekke det ut, så finner du mer informasjon på nettsiden:

<https://www.couchsurfing.com/>