



# VANDRINGSLEDER i SVERIGE

**SORTERADE PÅ  
LANDSKAP/KOMMUN**

## ALLEMANSRÄTTEN

Den underbara Svenska naturen står öppen för alla - alla har rätt att njuta av dofter, fågelsång och blommande ängar.

Här får vi ströva fritt i skog och mark, plocka bär och svamp, och paddla kanot.

Men allemansrätten innebär även vissa skyldigheter.

Vi får inte skada träd, buskar och gröda, störa djur och inte heller förstöra andras egendom.

Var varsam mot naturen, elda bara på ordningställda grillplatser, lägg allt skräp i soptunnor och visa hänsyn. Om du avviker från leden - tänk på att allemansrätten inte gäller på tomter, åkrar, planteringar eller i trädgårdar. Om du passerar hagmarker - glöm inte att stänga eventuella grindar efter dig!

Allemansrätten kan sammanfattas i orden

**Inte störa - Inte förstöra**

*Mer information på [www.naturvardsverket.se](http://www.naturvardsverket.se)*

## MÄRKEN - PLAKETTER

### VANDRARMÄRKEN

Vandrarmärken kan erövras på två olika sätt (*ent. 1 eller 2*):

1. Att vandra/gå en viss sträcka utan tidtagning (landsväg eller terräng). Märkena måste tas i ordning: brons, silver, guld samt högre valör.

**Herrar och Damer:** Brons 20 km Guld 30 km  
Silver 20 km H. valör 30 km

30 km - Diplom högsta utmärkelse (*namnet textat*), ett år efter att högre valör erövrats.

2. Att vandra/gå 5 km eller 10 km på tid. Bronsmärket måste erövrats innan man fortsätter med de högre valörerna.

Ålder	Sträcka	Brons	Silver	Guld	H. valör
H 15-49	5 km	40 min.	39 min.	38 min.	38 min.
H 15-49	10 km	1.25 tim.	1.20 tim.	1.15 tim.	1.15 tim.
H 50-	5 km	41 min.	40 min.	39 min.	39 min.
H 50-	10 km	1.30 tim.	1.25 tim.	1.20 tim.	1.20 tim.
D 15-49	5 km	43 min.	42 min.	40 min.	40 min.
D 15-49	10 km	1.30 tim.	1.25 tim.	1.20 tim.	1.20 tim.
D 50-	5 km	44 min.	43 min.	42 min.	42 min.
D 50-	10 km	1.40 tim.	1.35 tim.	1.30 tim.	1.30 tim.

**Diplom högsta utmärkelse** (*namnet textat*) tilldelas den, som under ytterligare ett år sedan högre valör erövrats, fullgjort stipulerad tid.

<b>Prislista:</b> Brons	10 kr
Silver	10 kr
Guld	10 kr
Högre valör	10 kr
Diplom, högsta utm	50 kr

Svenska Gång- och Vandrarförbundet

### KILOMETERMÄRKEN / PLAKETTER NOTERINGSKORT

Samla kilometer för Kilometermärken/plaketter.

		Pris
Järn	150 km	10 kr
Brons	300 km	10 kr
Silver	450 km	10 kr
Guld	600 km	10 kr
Bronsplakett	1.500 km	25 kr
Silverplakett	3.000 km	25 kr
Guldplakett	5.000 km	30 kr

Samla kilometer i SGVF:s noteringkort, som kan beställas kostnadsfritt.

### FEMMILSMÄRKEN

Sträckan skall genomföras utan avbrott på nedan angiven max.tid samt under ordnade arrangemang.

	Ålder 21-49	Ålder 50-	Pris
Brons	8 tim.	8,5 tim.	50 kr
Silver	7 tim.	7,5 tim.	50 kr
Guld	6 tim.	6,5 tim.	65 kr

Beställs via [www.gang.se](http://www.gang.se)  
Svenska Gång- och Vandrarförbundet

## VANDRARPASS

### För Dig som gillar att vandra: - KÖP VANDRARPASSET!

- Vandrarpasset ser ut som ett vanligt pass, är nummerat och har plats för foto.
- 29 sidor är avsedda för notering av vandrings längd, tidpunkt samt stämpling.
- Passet är till god hjälp för att dokumentera och minnas "var - när - hur långt".
- Ett bärbart prisskåp - ett prestationsbevis.
- Användes både vid nationella och internationella vandringar.



"Innan Du går för långt", köp ett vandrarpass så att Du inte glömmer vilka äventyr Du varit ute på.

Svenska Gång- och Vandrarförbundet

Beställ via [www.gang.se](http://www.gang.se)

## VANDRINGSLEDER I SVERIGE

På följande sidor ges en kortfattad presentation av vandringsleder i Sverige. Mer detaljerad information om respektive vandringsled kan fås hos de flesta Turistbyråer (här kallad Tb) eller hos kommunen i ledens närhet. För att underlätta sökandet efter information har vi givit förslag på olika hemsidor, Tb eller andra, som kan ge mer upplysningar.

Förutom de leder vi här presenterar kanske Du vet någon annan vandringsled, som vi skulle kunna ta med i Vandrarguiden. Mejla eller skriv då till Svenska Gång- och Vandrarförbundet. [svenskgang@vsif.se](mailto:svenskgang@vsif.se)

Svenska Gång- och Vandrarförbundet önskar Dig en  
riktigt bra vandrarsäsong.

## BOLLNÄS

## Finnskogsleden 35 km

Rundvandningsled genom vildmark och kulturhistoriskt intressanta platser. Passerar gamla fåbodar, skog shuggarkojor och många fina fiskevatten. I Blybergsbo finns en avstickare på 4,5 km fram till Belsbo. Ledbeskrivning säljs bl a på turistbyrån. Info 070-577 46 15 (ledansvarig).  
Finnskogsleden startar och slutar i Annefors. Att vandra efter leden en helg, med övernattnin g i någon av stugorna eller vindskydden, är som balsam för själen.  
Sträcka: Annefors-Ö. Öjungsbo-Grannäs-Trehörningen-Sågtjärn-Annefors.

www.bollnas.se

## Flottarleden, 7km

Vandningsleden längs Runemo-Söräng strömmar är en sträcka man kan njuta av i Hälsingland. Leden passar hela familjen, har fina utsiktsplatser och med möjlighet att grilla och fiska. Badbryggor finns efter leden. Möjlighet att övernatta i Flottarkojan eller fd tvättstugan, som inrymmer sovloft och "köksdel" med vedspis. I närheten av Flottarkojan finns en vildmarksbastu för bokning. Vandrigen går att kombinera bl a med ridning på islandshästar (se nedan). Gratis ledbeskrivning finns på turistbyrån. Vägbeskrivning: Söräng, en mil väster om Bollnäs längs RV 50. Info: 0271-101 00, 0278-391 09, 070-346 19 31.  
Vandring med guide som berättar om flottningens historia: 0278-391 09, 070-346 19 31.

## Hälsingeleden ca 100km

Sträcker sig från Mosjön vid Gästrikegränsen till Harsa i Järvsö. Längs norra delen Bollnäs-Harsagården, ca 5 mil, finns vindskydd och raststugor för övernattnin g. För södra delen Bollnäs-Mosjön, där sträckningen delvis går längs väg, rekommenderas tält. Ett fåtal vindskydd finns. Info 070-577 46 15 (ledansvarig).

## Norra Hälsingeleden

Harsa - Bollegården i Bollnäs, invigd 1974

## Södra Hälsingeleden

Bollnäs - Mosjön, invigd 1984. Sträcka: Mårdnästorp (50 km söder om Bollnäs)-Los. Ansluter till: Gästrikeleden vid Mårdnästorp (Mosjön) Anslutningsleder finns även till Lingbo, Norrlandsporten eller Orbaden. Info:

Info: 070-577 46 15 (ledansvarig) Bollnäs Fritidskontor 0278-257 84. Bollnäs Turism 0278-258 80  
Kartor på Hälsingeleden inom Bollnäs kommun finns att köpa på Helins bokhandel eller Bollnäs bibliotek.

## EDSBYN ALFTA

## Flottarleden Runemo - Söräng 7km

Vandningsleden mellan Runemo och Söräng är en sträcka man kan njuta av i Hälsningland. Fina utsiktsplatser och möjlighet att grilla eller bara sitta ner och njuta. Leden passar hela familjen. Badbryggor för ett svalkande dopp finns. Det finns flera övernattningsmöjligheter ochbra fiskevatten

## Pilgrimsleden i Alfta 4 mil, lätt

Leden har anor från 1100-talet. Då vandrade man bl.a från Tyskland och Spanien via Västerås och till Nidaros (Trondheim) för att besöka domen. Mest i tät skogsterräng med öppna gläntor, tjärnar och myrar. Leden går på bergen intill sjön Mällången med milsvid utsikt. I Alfta socken är leden röjd från Svabensverk till Älvkarhed även en sträckning Röstabo - Arbrå. Leden är en del av vårt kulturarv. Karta med leden inritad finns på www.skraddrabo.se Möjlighet att övernatta i vindskydd eller skogskojor på vägen. Chans finns att få se älg, björn eller varg

www.ovanaker.se

## HUDIKSVALL

## Kajevallsleden, 43 km

Vandningsled mellan Delsbo och Ljusdal. Förbindelseled mellan Sjuvallsleden och Ljusnanleden, vilka tillsammans bildar ett ledsystem på ca 153 km. Vid Mällång finns även en anslutning till Svågaleden. Längst leden finns några raststugor samt frilufsanläggningen Kajevall. Natursköna partier.

## Kolarstigen 27km kuperad

Nyupprustad 2006. Från Norra Dellens sydpets till till Sörgimma nordost om Strömbacka. Leden passerar sex fåbodvallar, bl a Dyrvallen och Brännäsens fåbodar. Vindskydd och övernattningsstugor ger goda möjligheter till övernattnin g. Anslutningsstigar finns till Norra Dellen, där bad i det kristallklara vattnet är ett måste.

## Sjuvallsleden, 44 km

Går mellan Forsa och Delsbo. Är ganska kuperad och längs med den finns raststugor. Vintertid finns preparerat skidspår som utgår från Ofärne. Svågalden – Mittens Rike I Svågalden, i den nordvästra delen av Hudiksvalls kommun, finns ett stort sammanhängande ledsystem med många markerade vinterleder. Längs med lederna finns både vindskydd och raststugor. Leden passerar sju vallar. Vintertid finns preparerade skidspår som sköts av Delsbo IF. Från Sellbergsvallen till Örvallen, och från Sellbergsvallen - Klöfsvallen -Nyvallen.  
För frågor om spåret kontakta Vidar Nilsson tel: 070-360 14 06

www.hudiksvall.se

## Stråsjöleden - Pilgrimsled 550km

Leden utgår från Enånger-Njutånger, men man kan också börja vid t ex Idenor, då leden har flera startpunkter i de medeltida kusthamnarna. Under Ca 500 år vandrade pilgrimer på leden, på väg till Nidaros-domen och Olav den heliges grav i Trondheim. Nu vandrar pilgrimer åter i deras fotspår, av religiösa skäl eller för att söka stillhet i naturen. På de flesta sträckor kan man också färdas till häst eller med cykel. Man behöver inte gå till Trondheim under samma tur, utan kan dela upp sträckan i etapper allt efter tid och ork. Vandringer arrangeras, långa turer men även korta dagsvandringar. Ett etappmål är Stråsjö kapell. Traditionen berättar att där har gått pilgrimer på väg till Trondheim. Information om leden, kapellen och vandringarna kan fås genom Pilgrimstid tel. 0653-41000 eller 076-1330708

## JÄRVSÖ/LJUSDAL

## Basvägen Gammelgran-Näsvall-Hedsta Vandningsled,4km, varierande terräng

Gör en avstickare från Ljusnanleden, mitt emot Hovrahällarna, och följ en gammal basväg genom skog till Näsvall. På Näsvall kan du delta i Ljusdalsbygdens museums sommarverksamhet och boka boende i vallstuga. Miljön på vallen bjuder fina natur- och kulturupplevelser bland vallstugor, och betande kor, får och getter. En färskvattenkälla ger kallt, friskt och gott källvatten. Från Näsvall kan du fortsätta basvägen ca 6 km till Hedsta. Basvägen har tidigare använts för "buföring" av djuren till sommarens fåbodbete. Info Ljusdalsbygdens museum 0651-711675  
I Ljusdals kommun finns flera natursköna vandningsleder. För uppdaterad information om stigar, leder och tillgänglighet kontakta Turistbyrån på 0651-403 06.

www.ljusdal.se

## Kajevallsleden 43 km

Mellan Delsbo och Ljusdal. Förbindelseled mellan Sjuvallsleden och Ljusnanleden, vilka tillsammans bildar ett ledsystem på ca 153 km. Vid Mällång finns även en anslutning till Svågaleden. Längst leden finns några raststugor samt frilufsanläggningen Kajevall. Leden går genom flera natursköna partier

## Aborrsjöknoppen-Harabacken 14 km Vildmarksled

Orsa Finnmark erbjuder ca 90 km vildmarksleder av skiftande art. Info: Tb i Järvsö +46(0)651-403 06

## Finnmarksleden 30 km Vandningsled.

Sträcker sig från Los hembygdsgård till Fågelsjö. Vindskydd, rastplatser och fiskemöjligheter. Info: Turistbyrån i Järvsö,+46(0)651-403 06

## Granbergsvallen 15 km

Genom storskogen nordväst om Ramsjö. Leden passerar sjön Lesatten, Domänverkets raststuga samt jättestenen Långsvebergsskeppet. Vid Granbergsvallen finns även ett rum i fåbodstugan att rasta i. Info: Turistbyrån i Järvsö, +46(0)651-403 06

## Lesatten-Granbergsvallen 7,5 km

Bilväg till Lesatten. Info: Turistbyrån i Järvsö, +46(0)651-403 06

## Letsbo-Bäckan 7 km.

Leden följer den första kärrvägen från 1860-talet över Letsboberget till Bäckan. Info: Turistbyrån i Järvsö, +46(0)651-403 06

## Ljusnanleden 56 km

Från Ljusdals camping, följer gamla stigar efter Ljusnans norra strand med avstickare till Vallåsberget i Färila, vidare efter älven till Laforsen, över bron och efter Ljusnans södra strand, till Lassekrogs Gästgiveri. Info: Turistbyrån i Järvsö, +46(0)651-403 06

## Kolarstigen 27 km kuperad

Från Norra Dellens sydpets till till Sörgimma nordost om Strömbacka. Leden passerar sex fåbodvallar, bl a Dyrvallen och Brännäsens fåbodar. Vindskydd och övernattningsstugor ger goda möjligheter till övernattnin g. Anslutningsstigar finns till Norra Dellen, där bad i det kristallklara vattnet är ett måste.

## Rosentorp-Hamra "Prästvägen", 30 km.

Orsa Finnmark erbjuder ca 90 km vildmarksleder av skiftande art. Info: TB i Järvsö, +46(0)651-403 06

## Sagberg, Holmsveden 32 km

*Vandningsled som på sina ställen har milsvid utsikt.*

Leden sammanbinder Hälsingeleden vid Knupbodarna och Gästrikeleden vid Fallfåbodarna. Mitt på leden ligger Sagberg med bl.a. klapperstensfält, grottor och milsvid utsikt. Leden är väl skyltad med namn och avståndsmarkeringar.

## Skånleden är ca 49 km

Sträcker sig från Kolsvedjaberget längs gamla kyrkvägen från kyrkan till Skån via Kurrbo, Sandvik och Remman. Leden kan med fördel delas upp genom korsande bilvägar. Info Tb i Järvsö +46(0)651-403 06

## Kuststigen 55km Markerad med orange färg.

Sträcka: Galtström-Sågtäkten

Blandad terräng av stigar, småvägar och vissa sträckor korta delar av kustvägen. Stigen följer kustbandet och det finns ett 10-tal vindskydd efter vägen. Stigen är lämplig att vandra för alla åldrar eftersom sträckningen och dess tillgänglighet ger möjlighet att välja delar av stigen.

Info: Bokningscentralen i Nordanstig 0652-161 75 www.bokningscentralen.com

# HÄLSINGLAND

## Vallstigen 45 km

Sträcka: Hassela-Gnarp Övrigt: Leden går mestadels på gamla stigar, som användes i det gamla jordbrukssamhället, läskydd finns Info: Nordanstigs Turistkontor 0652-161 75

## OVANÅKER

[www.ovanaker.se](http://www.ovanaker.se)

### Flottarieden Runemo ~ Söräng 7km

Vandringsleden mellan Runemo och Söräng är en sträcka man kan njuta av i Hälsingland. Fina utsiktsplatser och möjlighet att grilla eller bara sitta ner och njuta. Leden passar hela familjen. Badbryggor för ett sval kande dopp finns. Det finns flera övernattningsmöjligheter och bra fiskevatten.

### Pilgrimsleden i Alfta 4 mil\* lätt

Leden har anor från 1100-talet. Då vandrade man bl.a från Tyskland och Spanien via Västerås och till Nidaros (Trondheim) för att besöka domen. Mest i tät skogsterräng med öppna gläntor, tjärnar och myrar. Leden går på bergen intill sjön Mällången med milsvid utsikt. I Alfta socken är leden röjd från Svabensverk till Älvkarhed även en sträckning

**Röstabo - Arbrå.** Leden är en del av vårt kulturarv.

Karta till Pilgrimsleden i Ovanåkers kommun finns på [www.skraddrabo.se](http://www.skraddrabo.se)

I Kygelvallen, Knåda, norr om Edsbyn finns vandringsleder och i Alfta finns Vikebergsleden.

Tre leder korsar kommunen, Finnskogsleden, Galvsjöleden samt Sverigeleden som följer Rv 50 från Svabensverk via Runemo vidare mot Bollnäs kommun. I kommunen finns ett flertal stugor och vindskydd som allmänheten får använda utan kostnad. Kom ihåg att det är förbjudet att göra åverkan på levande skog och elda med försiktighet. Mer information om lederna kontakta Ovanåkers kommun 0271-570 00 vx

## SÖDERHAMN

[www.soderhamn.se](http://www.soderhamn.se)

### Mostigen 17 km

Vandringsled med växlande terräng. Vid infarten till Söderhamn, vid Statoil börjar Mostigens vandringsled. Slutar vid Bocksjön i Mo gamla kyrkby. Terrängen är mycket växlande. Vi rekommenderar en paus vid Stortjärn, Styvjesjön och Mostigshällarna

### Pilgrimsled i Trönö

Trönö gamla kyrka var en historisk samlingsplats för pilgrimer under medeltiden. Det har funnits många gamla kyrkstigar i Trönö. En kyrkstig som sommaren 2008 fick pilgrimsledstatus är leden mellan Trönö gamla kyrka och Ånga - Nybo fädbovall i Arbrå. Sträckan Trönö gamla kyrka och Körsåsen är 15 km (byväg och landsväg) och mellan Körsåsen och Ånga-Nybo är den 11 km (stig). Leden går genom vacker natur, fina vattendrag och många växtarter. Utmärkt med pilgrimsmärket. Karta finns att köpa på Söderblomsgården. För info: 0270-361 20, 070-321 99 63

### Pipsjön - Storsjön 4km Orange markering

Stenö Camping är utgångspunkt för denna naturstig, som går via Pipsjön och Storsjön och sedan åter tillbaka till Stenö Camping.