

Upptäck

Sundsvalls springstigar



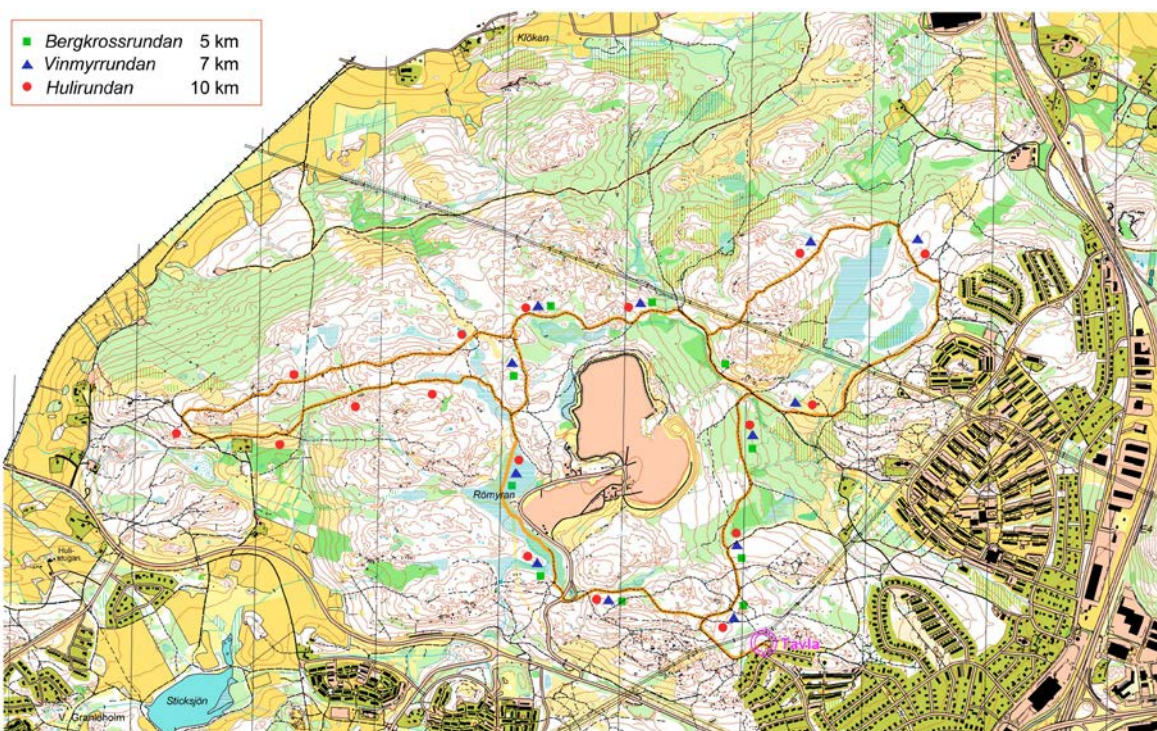
Sundsvalls springstigar är ett projekt genomfört av Sundsvalls kommun i samarbete med Sundsvalls Orienteringsklubb. Genom att märka upp några av de finaste stigarna i Sundsvalls närhet har vi skapat lämpliga löprundor för den som vill söka sig ut för att motionera i vår vackra natur och kanske är trött på asfalten eller elljusspåret.

För närvarande finns åtta olika rundor uppmärkta, utgående från tre spårcentraler. Rundorna är tydligt markerade och har dessutom avståndsmarkeringar efter varje kilometer. Ingen karta behövs, men den som vill kan ladda ner kartor från

<http://www.sundsvallsok.se/Foreningen/Arbetsrum/RunningSundsvall/>
där även aktuell info finns.

Springstigar, norr

Spårcentral finns vid parkeringen till elljusspåret i övre Bydalen (Törn skatevägen). Tre rundor finns.



Bergkrossrundan, 5 km

Ganska lättlöp runt som går runt "Bergkrossen" - det stora grustaget i Granloholmsskogen. Varierande stigar, breda och smala med huvudsakligen fint underlag. Måttlig kupering.

Vinmyrrundan, 7 km

En förlängning av Bergkrossrundan som också sträcker sig runt "Vinmyran". Här får man en sväng med stig i fin skogsterräng, där underlaget dock tidvis kan vara lite "kladdigt". En härlig klättring extra får man också på köpet.

Hulirundan, 10 km

Ytterligare en förlängning västerut på klassiska stigar. Förlängningen består bl.a. av hållmarksstigar över några höjdparter ("pucklarna") och en slakmota av klassiskt snitt ("Palles backe"). En runda som gjord för ett rekordförsök, där tiden obönhörligt avslöjar dagsformen...

Springstigar, väster

Spårcentral finns vid Grodtjärn (lilla tjärnen i skogen bakom Stenbrottsvägen). Vägvisning finns också från spåret runt Sidsjön. Tre rundor finns utmärkta.



Orrbergsrundan, 4 km

Bred stig som övergår till skogsstig som når upp på hållmarkerna och det vackra Orrberget, där man vänder hemåt igen och får som belöning en lätt nerförlöpning tillbaka till Grodtjärn.

Klissbergsrundan, 8 km

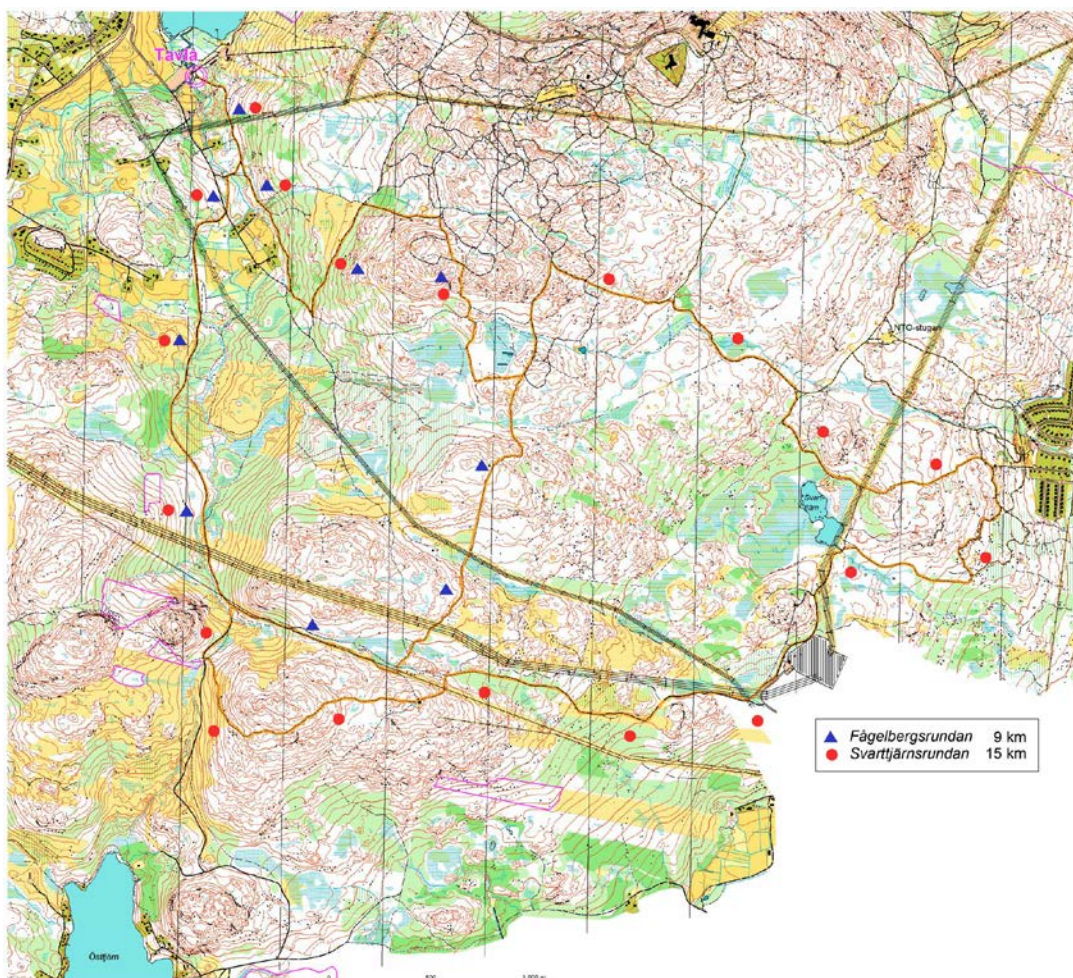
Huvudsakligen skogsstigar med fast underlag. Stora delar av rundan går i hållmarksterräng, upp till Klissbergets topp där man vänder hemåt och har en relativt behaglig resa tillbaka till Grodtjärn.

Nacksta-Klissrundan, 14 km

För den som vill ha ett rejält träningspass och utnyttja den kupering som Klissområdet erbjuder. Stigarna varierar från snabbt och brett underlag till mer trixigt och smalt. Relativt stark kupering.

Springstigar, söder

Spårcentral finns vid Sidsjöparkeringen (nedanför pulkabacken vid SOK-stugan). Här finns två rundor utmärkta.



Fågelbergsrundan, 9 km

Huvudsakligen breda stigar och fint underlag. Några partier med smalare och steniga stigar förekommer. Kuperingen är måttlig för att vara i Sundsvall...

Svarttjärnsrundan, 15 km

Omväxlande breda stigar med fint underlag och smala skogsstigar som kräver mer teknisk löpning. Förutom de klassiska stråken runt Fågelberget får man även uppleva några mer okända delar av Södra Berget-terrängen.

