

Promenadslingor i Gävle och Hudiksvall

Jennie Wahlborg, Friluftslivssamordnare Länsstyrelsen,
Dagmar Jonsson, Naturvårdshandläggare Länsstyrelsen,
Angelica Wesslén, Hälso pedagog Region Gävleborg,
Monica Nilsson, Hälso pedagog Region Gävleborg,
Sara Sjölin, Folkhälsostrateg Region Gävleborg,
Evelina Widerberg Friluftslivssamordnare Gävle kommun,
Richard Karlsson, Friluftslivssamordnare Hudiksvalls
kommun.



Promenadslingorna är mellan 1-6 km långa och presenteras i broschyrerna med text, bilder och karta med symboler. De delas in i tre kategorier utifrån svårighetsgrad:

- **Grön slinga – lätt**

Fungerar för i stort sett alla, framkomligt med rullstol och rollator.

- **Blå slinga – medel**

Fungerar för gående med hjälpmedel, t. ex. stavar eller kryckor. Backar kan förekomma.

- **Röd slinga – svår**

Fungerar för personer som går utan hjälpmedel. Branta backar, stigar och trappor kan förekomma.

Eventuella rombers färg på kartorna är desamma som de ledmarkeringar som finns ute i naturen, på exempelvis trädstammar och stolpar.

Rudsjön - Bomhus motionsspår

Längd: 2 km

Koordinater: **17,2467008°E, 60,6833292°N**

Svårighetsgrad: **Grön (lätt)**

Underlag: **Grus**

Belysning: **06:00-22:00**

Årstid: **Sommar**

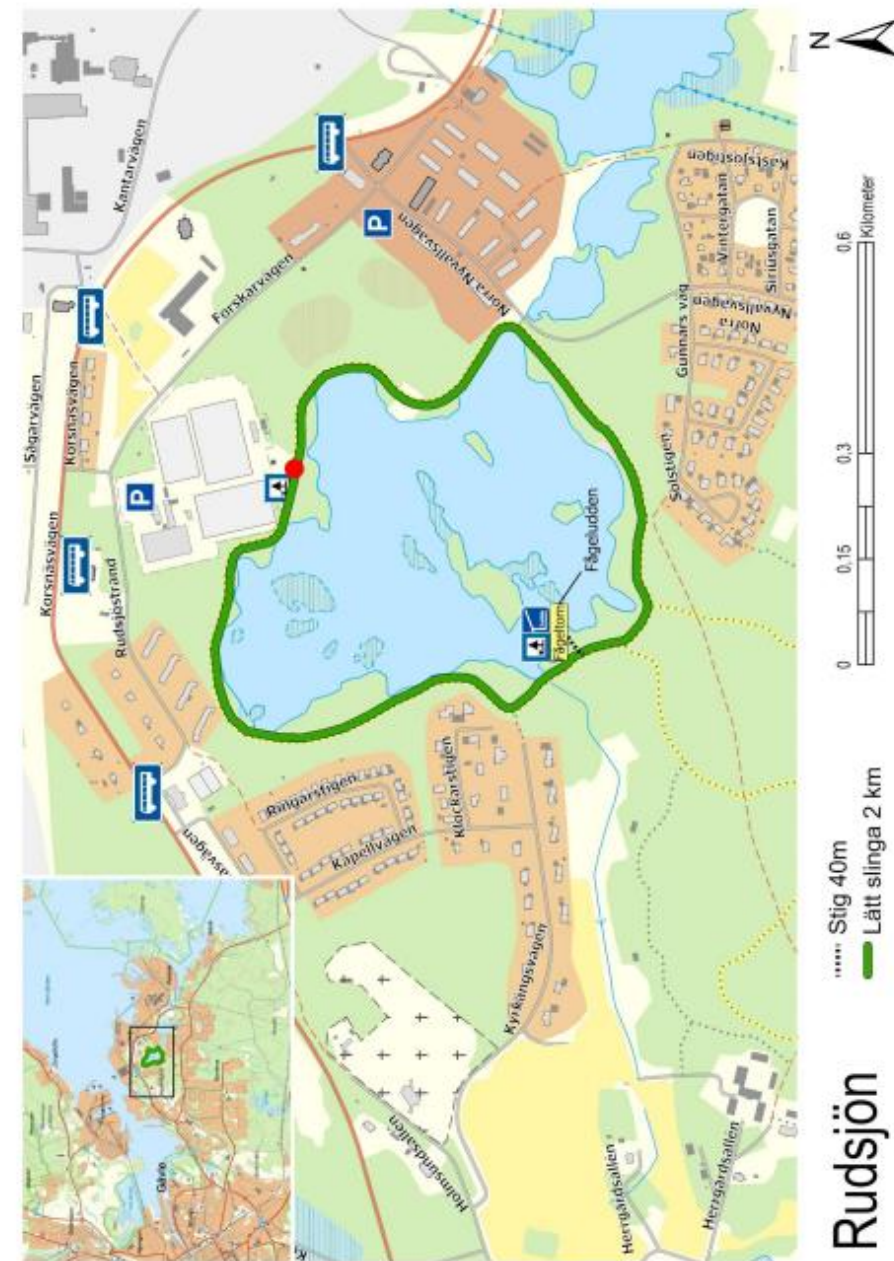
Grön slinga. Fungerar för
i stort sett alla, framkomligt
med nollstol och rollator.

Ut mot Gävlekusten finns denna motionsslinga som går runt Rudsjön i Bomhus. Promenaden går i skogsmiljö och passerar bland annat Fågeluddan där det finns vindskydd med grillplats och ett fågeltorn. Rudsjön är en populär sjö bland fågelskådare men knappast någon badsjö. Slingan är 2 km på plant, grusat underlag. Det är tillåtet att cykla i spåret så du kan komma att möta cyklister. Vintertid är spåret mindre lämpliga eftersom de varken plogas eller sandas. Utegyrn och grillplats finns vid idrottsplatsen Kastvallen och där startar även spåret.

Busshållplatsen heter Kastet och ligger ett par hundra meter från Kastvallen. BILparkering finns vid Kastvallen/idrottsplatsen.



Karta >



Tack för oss,
ut på tur,
aldrig sur!

