

LULEÅ

the destinations of
SWEDISH
LAPLAND
SVERIGES ARKTISKA DESTINATION

Vandra i skog och skärgård



VANDRINGSLEDER I LULEÅ

Denna guide beskriver vandrings-turer i Luleå. Allt från enklare turer som passar alla åldrar till mer utmanande vandringar som tar dig längre i vår vackra natur.

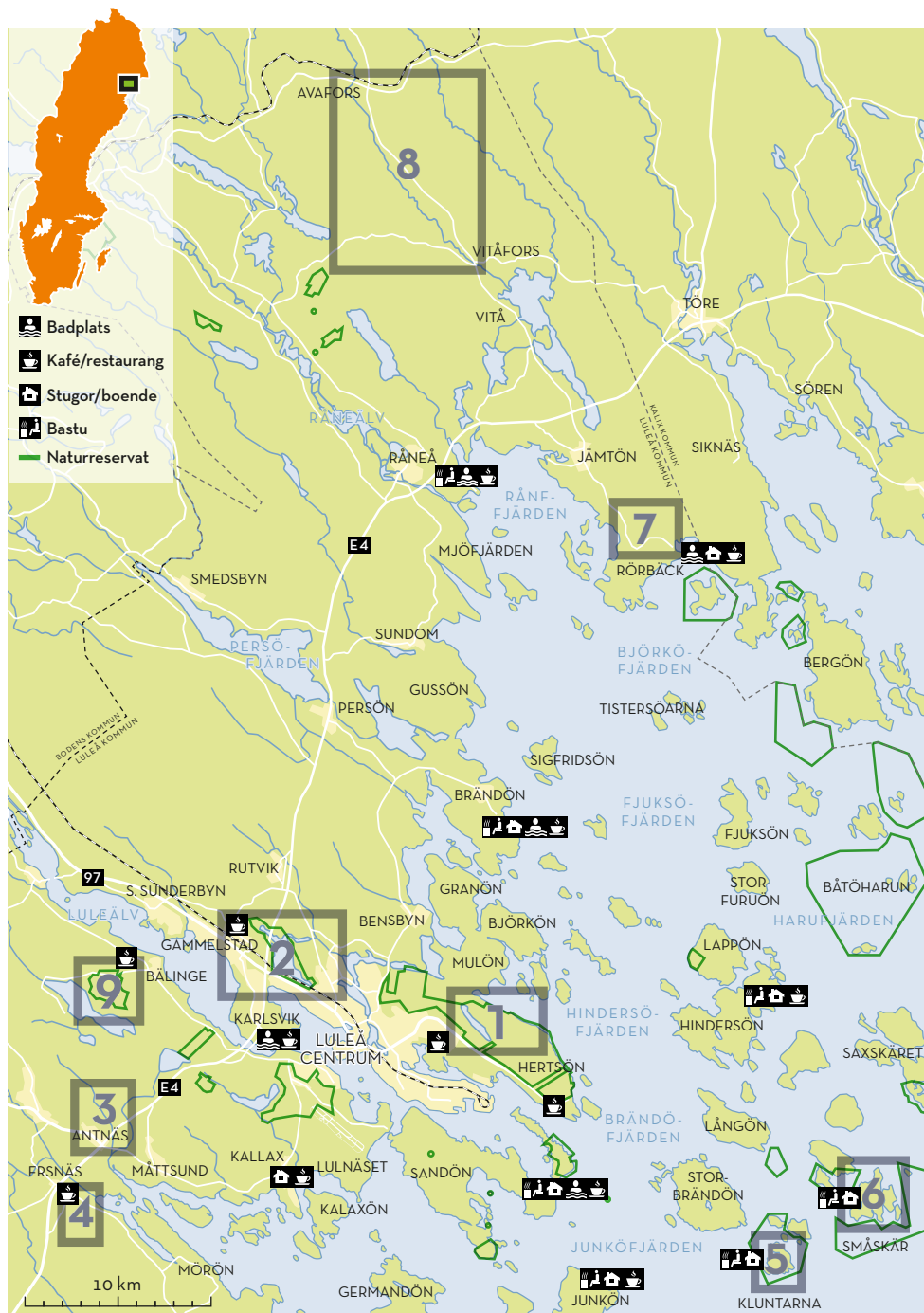
Att vandra i Luleå är som att vandra genom historien av denna speciella stad. Du kan exempelvis börja med att vandra över de stora klapperstensfälten på Bälungeberget – den plats som först steg över havsytan till följd av landhöjningen som uppstod efter inlandsisens fränfalle. Bälungeberget var då bara en kobbe mitt i det stora havet och vagorna formade stenarna som idag gör en vandring på berget till en fascinerande upplevelse.

Fortsätt genom Luleås historia med platsen som vi idag kallar för Gammelstads kyrkstad, ett av UNESCO:s världsarv, som innan stadsflytten på 1600-talet var Luleås centrum. Idag är det ett välbesökt turistmål och området är även ett populärt tillhåll för många sällsynta typer av fåglar. Här kan du vandra på vad som en gång var havsbotten, som nu är en vacker skogsmiljö med fina gangstråk.

När du sedan vandrat fram till det moderna Luleå som är beläget på halvön precis vid havet kommer du hitta flera fantastiska områden att utforska till fots. När människorna flyttade hit på 1600-talet började också utforskningen av områdena runt omkring staden. Det har gett upphov till flera utmärkta vandringsleder nära centrum, exempelvis en av Luleåbornas egna favoriter – leden kring Hertsöträsk.

Luleå har mycket att erbjuda dig som vill ta dig ut i naturen och vandra. Vi har sammanställt våra favoriter och vi hoppas att du kommer gilla dessa platser lika mycket som vi gör.

Välkommen!



KOMMUNIKATIONER

LULEÅ LOKALTRAFIK, LLT, tar dig runt i tätorten. LLT info hittar du på Smedjegatan 13, mitt i centrum. Ladda hem appen så kan du enkelt planera din resa. www.llt.lulea.se.

LÄNSTRAFIKEN har busstrafik över hela norrbottens län. Busslinjer till Alvik, Ersnäs och Bälunge finns.

TURBÅTAR TILL SKÄRGÅRDEN
Under sommaren och hösten finns turbåtar till de största och populäraste öarna i Luleå skärgård. Turbåten tar dig till och från Luleå kommuns skärgårdsstugor, till Jopikgården på Hindersön och Klubbviken på Sandön. Turbåtarna avgår från Södra hamn. Turlista och mer information hittar du på: www.lulea.se.



Foto: Fredrik Blomén

SVÅRIGHETSGRADER

Ingen av lederna i denna guide är särskilt svårvandrad. Vi har delat in dem i tre nivåer för att ge dig en fingervisning om deras karaktär. Det är dock viktigt att var och en gör sin egen bedömning utifrån vana och fysik.

LÄTT: Max 6 kilometer. Tydlig led, inga branta stigningar.

MEDEL: 6–10 kilometer. Bitvis kan du eventuellt behöva leta ledmarkeringar, kuperad terräng kan förekomma.

SVÅR: Mer än 10 kilometer. Du kan behöva leta ledmarkeringar, kuperad terräng kan förekomma.

LÄSTIPS

DEN STORA NATURGUIDEN av Thomas Öberg.

DIN EGEN LOTS TILL LULEÅ SKÄRGÅRD producerad av Luleå kommun.

Båda finns att köpa på Luleå turistcenter.



1. HERTSÖLEDEN, STADENS NÄRMASTE GAMMELSKOG • 8 km



Vill man uppleva gammelskog nära staden är Hertsölandet ett bra val. Skogssjön Hertsöträsket är ett omtyckt utflyktsmål, det är gott om grillplatser, vindskydd och stigar. Från parkeringen till första raststugan finns en tillgänglighetsanpassad ramp. Halvön Hertsön sträcker sig tio kilometer ut mot havet och erbjuder urskog, myrar och en rik flora. Svårighetsgrad: **LÄTT/MEDEL**

Från Hertsövägen är det skyltat mot Hertsöträsk. Efter cirka 2 kilometer på skogsväg kommer du fram till parkeringen. Här finns raststuga, grillplats, utedas och brygga. Leden har orangea markeringar och det finns informationsskyltar. Följ spången på den nordöstra sidan av sjön. Så småningom tar spången slut och du följer en stig vid strandkanten (den kan vara blöt). När du har vandrat knappt 2 kilometer från startpunkten viker leden av norrut och lämnar sjön. Nu följer en lätt stigning upp på ett hållmarksområde ①. Efter cirka 1 kilometer viker stigen

av söderut. Vid nästa stigkorsning kan du göra en avstickare till Lillträsket. Den här lilla sjön är ett gammalt sandtag som har vattenfylt. I maj samlas grodor och paddor här för att leka. Det kan vara livat när paddor ropar, den vanliga grodan kuttar och åkergrodan skäller som en liten hund. Tillbaka vid stigkorsningen tar du höger (nordost) och efter cirka 2 kilometer når du havsstranden. Efter någon kilometers vandring längs stranden når du ett vindskydd med grillplats. Kort därefter viker leden tvärt åt höger, upp i skogen igen. Sista kilometern av rundvandringen följer skogsvägen tillbaka till parkeringen. Strax söder om skogsvägen ligger Stor-Skrattmyran ②, en av Hertsölandets myrar där orkidéer och näckrosor växer. I området finns också ugglor, tjäder och järpe.



Mot nya äventyr på Hertsölandet!

TIPS: Prova fiskelyckan! I Hertsöträsket finns inplanterad röding och regnbåge. Aborre och gädda finns naturligt. Fiskekort kan köpas på Turistcenter och i Vildmarkshopen.

FAKTA: Ormberget-Hertsölandets naturreservat bildades 2009. Området består av skogs- och myrmarker. I låglänt terräng växer gran och högre upp finns hållmark med gles tallskog. Det finns gammelskog med torrakor, högstubbar och spår efter skogsbränder. Vedsvampar, varav en del hotade arter, växer på nedfallna träd. I myrarna finns kalk som gör att orkidéer trivs, exempelvis Norna, Ängsnycklar och Jungfru marie nycklar. Alla orkidéer i Sverige är fridlysta. Vanliga fåglar är nötskrika, större hackspett, rödhake, talltita och svartmes. På myrarna häckar våtmarksfåglar som smålom och gluttsnäppa.

2. FÅGLAR OCH HISTORIA I GAMMELSTADSVIKEN • 8 km



Gammelstadviken är en av länets finaste fågellokal. Här finns vandringsleder, fågelorn, informationstavlor och grillplatser. En av lederna till fågelornet är tillgänglighetsanpassad. Ta med kikaren och upptäck en av Luleås pärlor. Svårighetsgrad: **LÄTT/MEDEL**

Gammelstadviken är en avsnörd havsvik nordväst om Luleå som är både naturreservat och Natura 2000-område. Med sitt nordliga läge har sjön blivit en utpost för ett flertal sydliga arter och påminner biologiskt om en sydsvensk slättsjö. Sjön har stora bälten av bredkaveldun, vass och dvärgnäckros. På våren, i mitten av maj, har man störst chans att se många fågelarter. Riktigt tidigt på morgonen är både fåglar och djur mest aktiva. I den här ledbeskrivningen väljer vi att vandra från världsarvet Gammelstads kyrkstad till Porsödalen, längs den gamla inseglsleden. Ta lokalbuss nr 9 till Kyrktorget. Gå Gamla hamngatan ner till friluftsmuseet Hägnans parkering. Här låg hamnen fram till 1600-talet. Silhuetten av en kogg (ett medeltida handelskepp) påminner om att det här var en viktig plats för sjöfart och handel. Här börjar

leden. Följ den rakt fram till Gammelstadviken. Leden följer reservatets norra gräns i cirka 1 kilometer innan den viker av tvärt norrut och går genom en tunnel under E4:an. Informationstavlor berättar om inseglsleden till Luleå som gick här fram till 1649 då staden flyttades till sin nuvarande plats. Efter cirka 4 kilometer kommer du till Fågelornet och en av grillplatserna längs leden ①. Klättra upp så får du fin utsikt över sjön, våtmarkerna och fåglarna. Efter fågelornet finns flera alternativ att välja emellan. Påfarter från både Haparandavägen och Vänortsvägen skapar korsningar där du måste välja rätt stråk för att ta dig till Porsödalen. Fortsätt bara på leden du befinner dig på så ska det inte vara några problem. Om du vill unna dig ytterligare ett stopp rekommenderas en paus vid utkiksplatsen mot Grönnan ②, som erbjuder eldstad och en magnifik utsikt. Leden fortsätter genom ett lite våtare område, men sträckan går över spångar. Följ leden hela vägen tills du når Porsön, en gångväg av asfalt och ett par trafikerade vägar avslöjar att du nått ledens slut. Härifrån kan du ta busslinje 5 tillbaka till centrum.



Här seglade stora skepp på 1600-talet.

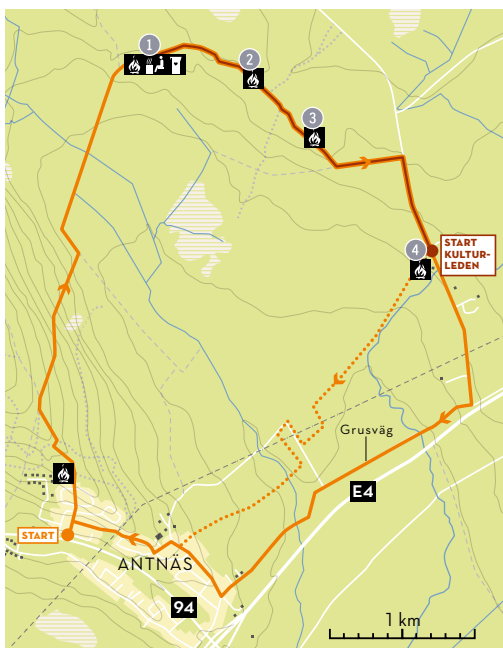
Häckande skäggdopping.

TIPS: Gammelstads kyrkstad är ett världsarv och här finns mycket att se och uppleva. På www.lulea.se kan du läsa mer om kyrkstaden. På webbplatsen finns också mer information om Gammelstadviken och ett fågelhäfte i pdf-format. En informativ video om Gammelstadviken finns här: vimeo.com/167241309.

FAKTA: Antalet arter som häckar i Gammelstadviken varierar men det brukar röra sig om cirka 80 stycken. Många fågelarter rastar här under sin flytt till och från häckningsplatserna i norr. Häckar gör bland annat skäggdopping, snatterand, brunand och skedand. Sothönan har här en av få häckningsplatser i länet. Exempel på häckande vadare: enkelbeckasin, grönbena och gluttsnäppa. Rovfåglar som havsörn, fiskgjuse och brun kärnhök kan ses spåna efter byten. I skogarna finns hackspettar, ugglor, hönsfåglar och sångare.

3. KULTURHISTORIA LÄNGS FÄBODALEDEN • 10 km

Antnäs by ligger knappt 2 mil söder om Luleå. Längs Fäbodaleden ligger fyra fäbodlar, små oaser mitt i skogen. Leden är väl skyltad, informationstavlor finns vid varje fäbod och på stugorna. Grillplatser finns vid alla fäbodlar. Dessutom kan du se Antnäs-konstnären Gunnar Hanssons träskulpturer längs leden. Svårighetsgrad: **MEDEL**



Vid Ica-butiken i Antnäs finns första informationstavlan och inne i butiken kan du hämta en broschyr med karta. Leden startar vid Sörbykyrkans klockstapel. Gå rakt norrut genom byn. Där skogen tar vid finns en grillplats. Fortsätt rakt fram, gå till höger om grillplatsen så ser du strax nästa skylt. Likadana skyltar kommer att visa dig vägen. **SKÅRETS FÄBOD 1** kom troligen till under början av 1700-talet och användes under cirka 250 år. Återuppbyggnaden startade i början av 2000-talet och möter dig nu med tre stugor, bastu, brunn och träskulpturer. Stugorna är öppna och i pärmar kan man läsa om upprustningen och livet på fäbodvallen. **ORRTJÄRNVALLEN 2** består av fyra stugor och en brunn. Den var den minsta av fäbodarna med fem stugor och ladugårdar. Även här kan du läsa om respektive stuga, deras ägare och andra platser som stugorna har stått på. **MITTIVALLEN 3** har idag endast en stuga kvar, men här fanns förr elva stugor, minst tretton ladugårdar och två brunnar. Husgrunder och ruiner finns kvar.

KVARNVALLEN 4 är den största fäbodvallen och ligger vid en grusväg. Den härstammar troligen från 1500-talet, hade femton stugor och minst lika många ladugårdar. Idag finns tre stugor (lästa), lek och pysselstuga för barnen, lador och redskap. Kvarnbäcken ringlar sig förbi, den drev på 1700-talet tre mindre kvarnar. En kvarnen är bevarad och ligger på grasmattan. Härifrån finns två vägar tillbaka till Antnäs: antingen längs grusvägen eller längs en 100 år gammal skogshuggarled genom skogen. Skogen innehåller sanka partier och leden passerar också myrmark och åkrar. Det finns gott om spångar, men blöta partier kan förekomma däremellan. Sista biten går du i båda fallen genom Antnäs by tillbaka till kyrkan.

Foto: Gunnar Ekström



Fina träskulpturer längs leden, vid Skårets fäbod möts du av en fjällko.



Stugor vid KvarnvalLEN.

TIPS: Norrskogens kulturled är en kortare version av Fäbodaleden som är 6 kilometer lång. Start vid KvarnvalLEN, följ Fäbodaleden till Skårets fäbod och gå samma väg tillbaka igen. Mer om konstnären Gunnar Hansson: www.naturgalleriet.se.

FAKTA: Alla etablerade bondgårdar hade en egen fäbodladugård och de flesta även en egen stuga. I början av juni, när vinterfodret var slut drevs korna upp på vallen. Fäbodarna sköttes av kvinnor. De drev korna, mjölkade och tillverkade filmjölk, smör och ost. Om lördagskvällarna samlades ungdomarna vid fäbodarna för ringlekar och dans. I augusti/september flyttade man tillbaka till gården igen.

4. HEMBERGET, MED UTBLICK ÖVER ERSNÄSFJÄRDEN • 6 km



Toppenfin grillplats!

Hemberget, i den sydöstra delen av byn Ersnäs, bjuder på fina vyer över jordbrukslandskapet och fjärden. Hembergsleden är väl markerad. Plocka en broschyr från lådan vid ledens början och lär dig mer om landskapet, historien och geologin. Svårighetsgrad: **LÄTT/MEDEL**

Leden börjar vid Elljusspåret. Vägen dit är skyltad från Ralph Lundsten-gården mitt i Ersnäs by. Välj mellan att gå 3, 4 eller 6 kilometer. **SOLDATTORPET 1**. Fram till slutet av 1800-talet var bönderna ålagda att underhålla soldater för landets försvar. Fyra/fem hemman bildade en rote som försåg soldaten och hans familj med ett litet jordbruk. I Ersnäs placerades dessa jordbruk på de magrare sandjordarna söder om byn. Soldattorpet är nu flyttat till torget i byn. **STENBROTT 2**. I våra trakter finns fortfarande stenladugårdar bevarade. Namnet förklaras av att den nedre halvan av byggnaden består av stenblock. Blocken högs med mycken möda ut ur berget. Titta noga på stenarnas brottsidor så kan du se märken efter de enkla verktygen. Den här

typen av stenproduktion pågick en bit in på 1900-talet. **SPÅR AV SKOGSBRAND 3**. Sommaren 2008 drabbades Hembergets topp av en skogsbrand. Någon hade handskats med elden på ett ovarsamt sätt. Lyckligtvis har naturen en självläkande förmåga. Här har vi ett gott exempel på detta. **HEMBERGET OCH LANDHÖJNINGEN 4**. För 10 000 år sedan började inlandsisen smälta. Den mark där Ersnäs by är belägen, låg då 190 meter under havsytan. För 5 000 år sedan började ett skär, en berghäll, att visa sig över havsvattnet. Detta var toppen på Hemberget. **RASTPLATS 5**. Följ pilen. Efter cirka 100 meter kommer du till en rastplats med eldstad och utsiktstorn. Närmast i blickfånget breder ett öppet jordbrukslandskap ut sig och längre bort syns Aleäns mynning och Ersnäsfjärden. 3 kilometersleden kommer direkt upp hit. **GRUVAN 6**. I början av 1840-talet inträffade något som skulle kunna liknas vid en gruvboom. Inmutningarna gällde guld, platina, silver, koppar och järn. Den första inmutningen gjordes på Hemberget i december 1840. Inmutaren trodde sig ha funnit silvermalm och brytningen började. Utdelningen blev ringa och försöket avbröts. **SKOTERSTUGA 7**. Under cirka tre månader per år är snötäcket så stabilt att det är möjligt för en snöskoter att ta sig fram. Den lokala snöskoterföreningen äger och nyttjar stugan. **FORNMINNE 8**. En bit in i lövsjogen gjorde arkeologer 1987 en undersökning av en förmodad boplatz från stenåldern. Man hittade kvartsvavlag och behandlade skärvarstenar. För 3 000 år sedan var detta en ö, så detta är möjligt att fiskare använde platsen som en tillfällig boplatz.

Foto: Gunnar Ekström

Foto: Gunnar Ekström



Välskyttad led på Hemberget.

TIPS: Tonsättaren Ralph Lundsten växte upp i Ersnäs. I hans hemgård finns numera restaurangen Ralph Lundsten-gården, som rekommenderas i White Guide: www.ralph-lundstengarden.com.

Gillar du vackra ting, gör en avstickare till butiken Antikt & Unikt i Möron: www.antikochunik.com

FAKTA: Ersnäs by är en gammal jordbruksbygd 20 km söder om Luleå. Ersnäs hade förr mer kontakt med havet. Man kunde åka ångbåt till och från Luleå med ångsluparna Ekoln och Iris. På grund av landhöjningen ligger bykärnan nu någon kilometer från havsviken. Ersnäs amatörteater håller revytrationen vid liv och spelar varje år upp ett nytt verk för fullsatta salonger i både Ersnäs och Luleå.

5. KLUNTARNA, HELA SKÄRGÅRDEN PÅ EN Ö • 2 km/6 km



En pärla i Luleå skärgård.
Svårighetsgrad: **LÄTT/MEDEL**

Naturstigen är uppdelad i två slingor. Lilla slingan tar cirka en timme och går runt Kråkskäret. Den stora slingan tar minst två timmar. Med bad och raster passar den för en halvdag också. På turistcenter kan du hämta en broschyr med beskrivningar av naturstigarna.

LILLA SLINGAN Stigen börjar vid Kluntarnas naturutställning intill gästhamnen. Följ spången framför uthyrningsstugorna in i ett litet skogsparti. 1 Passera ett mindre klapperstensfält. 2 Vid den västra havsstranden

går stigen över basaltgångar och hållar av granit som slipats av inlandsisen. Gå sedan fritt över klipporna längs stranden runt udden eller gena över berget mot nästa vik. 3 Här ligger Kråkskärsviken med sin fina badstrand. 4 Därefter klättrar stigen upp till en utsiktsplats med bord och bänkar. Härifrån går en lite otydlig stig söderut åter till gästhamnen.

STORA SLINGAN Börja vid naturutställningen vid gästhamnen och följ spången österut in i Storviken. 5 Längst in i Storviken finns bord och bänkar, långgrund strand samt fina möjligheter för tältövernattning och fågelskådning. Stigen svänger vänster in i granskogen, följ skylten "500 m Labyrinter". Skogen blir torrare och granskogen övergår till tallhed. För bara några hundra år sedan såg här ut som nere vid viken. 6 200 meter upp från stranden kommer man till ett klapperstensfält. Man kan se flera strandlinjer i terrängen. Stigen följer en sådan. Vid klapperstensfältet böjer stigen åt höger, men vi rekommenderar att du först gör en avstickare längs vänstra spången (som tar slut) upp på kullen, där man har fin utsikt ut över havet i öst. Man ser bland annat Bastaskär, där vraket efter träskutan Alma ligger på udden. Hon förläste en förvinter på 1930-talet i hård storm. 7 När du fortsätter efter stigen passerar du tre labyrinter, troligen från 1300-talet. Direkt därefter passerar du en tomtning. Här slutar spången. Där stigen delar sig går du rakt fram och nästa gång stigen delar sig håller du vänster. 8 Passera en stuga (som tillhör försvaret), här finns grillplats och bänkar. Passa på att göra en avstickare till utsiktstornet. 9 Strax passerar du en husgrund och en brunn mitt i skogen. Här låg en gång ett

bostadshus. Det var Per Johan Backman med fru och fyra barn som slog sig ned här som bonde kring sekelskiftet 1900. De bodde här året runt i åtta år, men flyttade sedan med hus och allt till Hindersön. Sväng vänster i korsningen mot Gammelhamnen. Nu går stigen fram genom vacker gammelskog. 10 Några hundra meter fram möter vi Kluntgubben, vars profil i granitklippan är ett givet motiv att fota. 11 När du fortsätter passerar du en tjärn på höger sida. Tjärnen är i själva verket öns gamla fiskehamn, Gammelhamnen. Här lade båtarna till efter att ha varit ute på fiske och man kan ännu se gistgårdsrösen längs med stigen. 12 Gå gärna upp på bergknallen till vänster. Där finns en rastplats med bord och bänkar. Från bergknallen har man utsikt över Strömmingsvarpsviken och mot nordost skymtar Småskär. Längre fram går stigen på en spång över ett smalt kärr. Det är det gamla inloppet till Gammelhamnen. Passera över den torra heden. Följ strandlinjen rakt fram. Stigen är lite otydlig men går till vänster om den privata bastun och till höger om fiskeläget. Vi rekommenderar dessa avstickare: 13 Till den vackra sandstranden. 14 Ut på klippudden med svarta lavagångar. Från klipporna ser man i sydlig riktning skäret Lillbjörnen med sin koloni av tobisgrisslor, gråtrutar och silltrutar. 15 Till det idylliska fiskeläget. Fiskeläget har främst brukats av bönderna från Hindersön. Hit ut flyttade man vid islossningen och lämnade ön vid isläggningen. 16 Här finns en informationstavla för naturreservatet samt en skylt "Storviken 1,3 km". Följ stigen norrut tillbaka mot gästhamnen. Skogen som kantar stigen är en njutning för den som gillar gamla träd och urskogens flora. Här kan man hitta sällsynta arter av vedsvampar, bland andra ullticka och rosenticka samt vackra fält med vitmossa på tallhedar. En bit in i skogen passerar du den trolloska skogstjärnen. Här häckar smälommen, så vandra försiktigt förbi utan att störa. När Storvikens vatten börjar skymta mellan alarna och rönnarna är det bara ett litet stycke kvar till du är tillbaka vid gästhamnen.

Foto: Helena Holm



Strandhäng vid gästbryggan.

TIPS: Vill man inte gå runt hela Kråkskäret (som är något svårare än stora slingan) kan man följa skylten "Kråkskärslingen" bakom naturutställningen och gå till vänster direkt till Kråkskärsviken. Stigen är stickad med orange markeringar.

FAKTA: Kluntarna är ett naturreservat som består av nio öar. Hit går turbotar under sommaren och stugor finns att hyra året runt.

6. SMÅSKÄR - RIK HISTORIA OCH ORÖRD NATUR • 6 km

På Småskär finns flest fritidshus i hela Luleå ytterskärgård, cirka 120 stycken. Trots det har Småskär bevarat mycket av orörd natur och har ett rikt fågelliv i skog och tjärnar. Ön är ett populärt utflyktsmål bland båtfolk. Svårighetsgrad: **LÄTT**

Här var det liv och rörelse i slutet av 1800-talet. På 1860-talet byggdes ett badhotell på Småskär och platsen lanserades som kurort. Det blev dock ingen stor succé och 1887 flyttades byggnaden in till Luleå. Nu finns bara husgrunden kvar.



SMÅSKÄRS NATURSTIG

Start vid den stora anslagstavlan ovanför den högra grillplatsen. Den går norrut mellan uthyrningsstugorna och skogen. Stigen är vältrampad men saknar informations-skyltar. Efter 100 meter leder stigen ut över öppna hällmarker. 1 På toppen av hållan finns en rastplats med bord och bänkar. För 9000 år sedan försvann inlandsisen härifrån och lämnade slipade rundhällar efter sig. Isräfflorna visar isens riktning. Stigen fortsätter bakom rastplatsen och passerar en rad fritidshus på vänster sida. 2 Vid ett klapperstensfält går en avstickare till vänster ut mot havet. Här finns också en fin rastplats med bord och vidsträckt utsikt. Öarna på andra sidan sundet är Mjöön och Smulterskäret samt ett antal småöar och grund som är både fågelskyddsområde och naturreservat. Stigen fortsätter längs klapperstensfältets kant. Snart passerar du ett stugområde till innan stigen blir spångad och går in i en frodig sumpgranskog. 3 Fortsätt fram till Idvikstjärnen på höger sida. Här häckar smälom, kricka och knipa. Vid tjärnens slut delar sig stigen. Den högra leder genom finaste markerna och möter så småningom en annan stig vid en riktig stortall. 4 Stigen åt vänster leder till Badviken, en av Småskärs bästa badvikar. Vandra sedan vidare söderut mot kapellet. Stigen går fram genom en gammal tallskog med flerhundra-åriga tallar. 5 På vänster sida skymtar fritidshus längs Skatamarksviken, och så småningom en tjärn på höger sida - Rudtjärnen (Ruda är en karpfisk). Tjärnen ligger högre än stigen så man anar bara att den finns där. Här trivs storlommen, ibland häckar tranor i strand-skogen och ute på vattnet finns vita näckrosor. 6 Här möter

du den stora stigen som går från Bullerhamnen till kapellet. Följ den åt vänster (österut) till Kyrkviken. 7 Det här är öns fiskeläge, där Luleå stads invånare förr fiskade strömming under sommaren. På heden kring kapellet, de charmiga stugorna och sjöbodarna finns gott om lämningar från gamla tider: domarring, tomtningar och gistgårdsrösen. Följ nu samma stig som du kom tillbaka till stigkorsningen. Här går du rakt fram. Snart ser du fritidshus på vänster sida längs Bolinsviken. 8 När du närmar dig båthamnen kan du på höger sida - om du letar lite - se de övervuxna grundstenarna till det gamla badhotellet.

TIPS: Kapellet på Småskär är det äldsta i Luleå skärgård, uppfört 1710-1730. Under sommaren hålls vanligen gudstjänst vid två tillfällen i juli. Småskär har fina badstränder både i Klubb-fjärden i norr och Avaviken i söder.

FAKTA: Småskär, som ursprungligen hette Rammelholmen, skänktes till stadens borgare av drottning Kristina år 1652. Ön har långt in på 1900-talet fungerat som ett viktigt fiskeläge. Namnet kommer av att ön tidigare bestod av många små skär som numera sitter ihop genom landhöjningen. Troligen har fiskeläget i Kyrkviken funnits sedan 1500-talet.



Foto: Karin Åberg

Bland sjöbodor i Kyrkviken.

7. ORKIDÉER OCH HAVSUTSIKT • 4 km



Jämtön är inte längre en ö, landhöjningen har gjort den till en del av fastlandet, men skärgården är ändå nära. Jämtön sträcker sig från E4 ungefär en mil söderut mot havet. Vid Yttre Kvarnträsket kan du se guckuskon blomma vid midsommar. Svårighetsgrad: **LÄTT**

9 kilometer från E4 svänger du vänster in på en skogsväg, Kronkilvägen. En informationstavla visar att du kommit rätt. Efter drygt 200 meter finns en skylt "naturstig" till vänster. Här kan du parkera. Följ stigen upp till en mast, till vänster ovanför masten ser du ledmarkeringar: stolpar med vitmålad topp. Det finns gott om informationstavlor som berättar om naturen längs stigen. Snart ser du ett klapperstensfält, Blåsberget, till vänster ①. Gå gärna upp där så får du fin utsikt mot havet. I söder syns Tirstersöarna och i väster Avasladan och Rånefjärden. På det här klapperstensfältet finns ingen stig så ta det försiktigt. Gå tillbaka till leden och följ den drygt en kilometer till Yttre Kvarnträsket och orkidélokalen ②. Här växer hela elva arter av orkidéer med olika blomningstid från maj till augusti. Ledmarkeringarna är nu röda och leder fram till Kvarnträskkojan, en rejäl raststuga med bord, bänkar, vedbod och kamin. Utanför finns en eldstad. På tillbakavägen kan du välja att ta vänster vid skylten "Kronkilvägen". Stigen går upp över en ås tillbaka till skogsvägen. Ledmarkeringarna är glesare här men stigen är tydlig. Efter 1,5 kilometer längs skogsvägen kommer du tillbaka till naturstigens början.



Härifrån ser vi havet i söder och Rånefjärden i väster.

Foto: Mats Widgren



Guckuskon blomma vid midsommar.

TIPS: Följer du Rörbäcksvägen ytterligare 2 kilometer söderut kommer du till Rörbäcksvägen camping & havsbad. Här finns en härlig badstrand, minigolf, café, kiosk, husvagnsplatser och 3 stugor. www.facebook.com/pg/rorbacks-havsbadcamping.

Metträsket, en liten fiskesjö med inplanterad regnbåge, ligger 3 kilometer nordost om Jämtön. Vindskydd och eldplatser finns.

FAKTA: Orkidéer är fleråriga örter i en familj av enhjärtbladiga växter som är släkt med sparris. Familjen Orchidaceae är en av jordens artrikaste med nästan 800 släkten och omkring 30 000 arter. I Sverige har man funnit 44 arter. Alla svenska orkidéer är fridlysta i hela landet.

8. FORNMINNEN OCH BÄVRAR VID VITÅN • 12 km

En vandring längs den brusande lilla skogsälven Vitån med bäverhyddor och fornminnen. Var beredd på lite strapats, i gengäld får du uppleva en varierande, vacker natur- och kulturmiljö. Det går bra att vandra kortare delar av leden också. Svårighetsgrad: **MEDEL/SVÅR**

Vitån är kommunens längsta vattendrag, ungefär hälften av den hundra kilometer långa skogsälven rinner inom kommungränsen. I bland slingrar den stillsamt och ibland forsar den mot Vitåfjärden och havet. För att komma dit kör du till Vitå och fortsätter mot Avafors. Vid skylten "Masugnsruin" tar du vänster in på en skogsväg. Efter 1 kilometer kommer du till en parkering vid fornminnesplatsen Avafors bruk. I området finns husgrunder, slaghögar och en masugnsruin. Tidig sommar är marken täckt av ängsblommor. Ledmarkeringarna är rödmålade klossar, fastspikade på träden. De första kilometrarna går genom björk- och aspskog. Här finns gott om bäver och deras fällda träd syns överallt. I bland hamnar de över stigen och bildar rena hinderbanor för oss vandrare. Spana längs stranden efter bäverhyddor. Du passerar också ett par mindre områden där man planterat Contortatall, en snabbväxande nordamerikansk art, som inte klarat sig så bra här. De har brutits av och ligger som plockepinn i skogen. Vid Storliden, ungefär halvvägs, finns ett vindskydd och en eldplats på en liten höjd ovanför älven. En liten skogsväg tar dig upp till bilvägen om du vill göra en kortare vandring. Härifrån tar gran- och tallskog över alltmot och du lämnar bävermarkerna. Leden passerar några branta bäckraviner men sedan blir vandringen allt lättare. Efter cirka 5 kilometer finns ännu ett vindskydd, dock vid ett hygge en bit från älven. Du passerar sedan den porlande lilla Persöbäcken. När du kommer till en platt, gles tallskog kan du göra små avstickare mot älven: på några ställen har Vitån grävt sig djupt ner i avlagringarna och bildat branta nipor. Nära Vitåfors finns ytterligare ett vindskydd, vackert beläget några meter från vattnet. Härifrån är det knappt 1 kilometer till parkeringen i Vitåfors.



Foto: Mats Widgren



Midsommarblomster vid Vitån.



Bäverns flitiga arbete lämnar spår.

Foto: Gunvor Ekström

TIPS: Det är en fördel att ha två bilar. Parkera den ena i Vitåfors så behöver man inte gå hela vägen tillbaka. Det finns fler vandringsleder i Vitådalen. Bäverstigen är 2 kilometer lång och börjar vid badplatsen intill Storåbron i Vitåfors. Vid Vitåskolan börjar en 4 kilometer lång strövstig till sjön Sladan. Läs mer: www.vitadalen.se

FAKTA: Masugnen i Avafors bruk stod färdig 1828. Man framställde järn av malm från Gällivare. Tackjärnet transporterades till hyttan i Vitåfors bruk där det förädlades till stångjärn och ämnesjärn. Läs mer: www.vitafors.se/historia. Under den tidiga järnbruksepoken i Norrbotten byggdes hyttor och bruk i älvdalarna. Fler lämningar finns exempelvis i Selets bruk, Melderstein, Strömsund, Karlsvik och Altappen.

Bävrar lever vid vattendrag där de bygger sina bon av grenar, kvistar och slam. De är nattaktiva och kan under en natt gnaga av ett träd på 50 cm diameter. När bävern faller stora träd är den ute efter det tunna grenverket högst upp. Är trädet grovt gnager bävern igenom cirka 2/3 av stammen och väntar sedan på att det ska blåsa omkull. Den äter blad, bark, örter och vattenväxter.

9. BÄLINGEBERGETS MAGNIFIKA NATUR • 4 km/8 km

Bälingeberget höjer sig 139 meter över havet vilket är relativt högt vid den flacka Norrbottenskusten. Det innebär en fin utsikt över älv, skog och sjö. Berget är ett populärt utflyktsmål och när man varit där är det lätt att förstå varför. Svårighetsgrad: **MEDEL**

Det finns flera leder och de är markerade med orangea/röda ringar på trädstammar och stenar. Vi visar två förslag, men du kan såklart hitta din egen favoritplats. Hällmarkerna är lättgångna och inbjudande. Från parkeringen följer du den breda stigen uppåt. Det går uppför i ungefär en kilometer, men det är inte brant. Där stigen delar sig första gången fortsätter du rakt fram.

VÄSTRA SLINGAN När stigen delar sig igen tar du höger. Följ leden västerut, efter cirka en kilometer viker den av åt sydost och bjuder på lättsam vandring över hällmarker med utsikt över Bälingeträsket och sörbarna Måttsund, Alvik och Antnäs. När du kommer till grillplatsen ① kan du fortsätta neråt mot avsatserna i klippan (markeringarna har här hunnit bli blekta) lite till höger ser du en utskjutande klippa som bildar tak över en liten grotta ②. Strax sydost om den finns en öppen grotta - lodräta klippväggar på tre sidor som ger låg den perfekta rastplatsen. Gå tillbaka upp till leden ovanför grottan och följ den norrut, över klapperstensfältet ③, nu med utsikt över älven, tillbaka till parkeringen.

ÖSTRA SLINGAN Snart delar sig stigen igen och framför dig börjar det första stora klapperstensfältet ④. Tillrättalagda stenar bildar en stig över stenarna - följ den. När du gått över följer en stenig stig en liten bit till nästa klapperstensfält. Där viker leden av åt höger runt klapperstensfältet. (Det går såklart att gå över här också men är lite klurigare. Håll i så fall höger på andra sidan så hittar du leden igen.) Fortsätt neråt mot avsatserna i klippan till grottorna som beskrivs i "västra slingan". Gå sedan tillbaka upp till leden och följ den åt sydost. Efter ungefär en kilometer kommer du till en grillplats. Nu kan du välja att vika av åt vänster (norrut) så kommer du så småningom tillbaka till den första breda stigen via ännu en rastplats. Är du sugen på mer vandring fortsätter du till Vikbergets raststuga. Den extra sträckan bjuder på ännu mer av släta hållar och vacker utsikt. I svackan mellan Bälingeberget och Vikberget går du en bit genom lövskog innan nya hällmarker tar vid.



Utsikt över Lule älv, Gammelstad, Sunderbyn och Avan.

Foto: Gunvor Ekström



TIPS: På www.lansstyrelsen.se kan du läsa mer om naturreservatet. Ta med några vedträn om du vill vara säker på att kunna elda. De populäraste grillplatserna kan ha slut på ved och det är inte tillåtet att bryta kvistar i reservatet. Man har också stort nöje av en kortare vandring på Bälingeberget. Även den närmaste rastplatsen ger viss utsikt.

FAKTA: Naturreservatet är 2,8 km² stort och bildades 1967. När inlandsisen för 10 000 år sedan smälte stod havsytan 230 meter högre än nu. Så småningom blev Bälingebergets topp en liten ö i havet. Under årtusendena växte ön till ett berg medans vågor sköljde mot stränderna. De högre delarna av berget har vidsträckt fält av klappersten och svallgrus som bildades då. På hällmarker slipade av havet växer gles tallskog, de äldsta träden kan vara 400 år gamla. På klapperstensfälten växer bara lavar, all jord har spolats längre ned på sluttningarna. Sommaren 2014 brann det på Bälingeberget. Spåren efter branden är fortfarande tydliga.

10. PROMENADER I LULEÅ

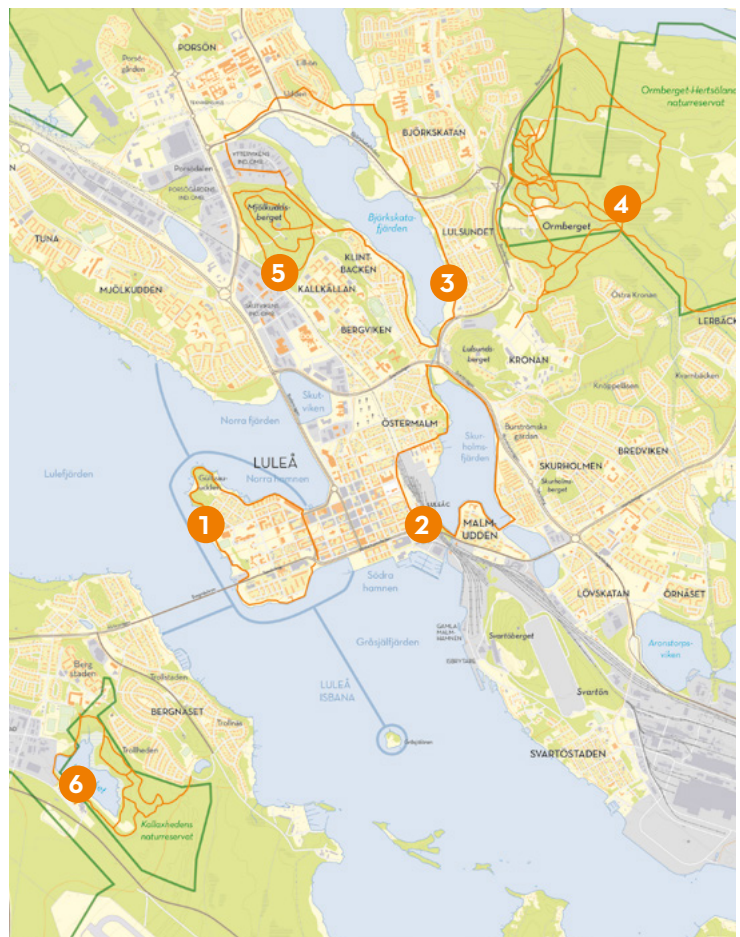
Om du vill ta en stadsnära promenad eller en joggingtur så finns fina stråk i och nära Luleå centrum. Här är några förslag:

- 1. GÜLTZAUDDEN** Runt "Udden" och tvärs över stadshalvön är det 4 kilometer. Fina stigar precis vid vattnet förbi badplats, båthamn, residens och grönområden.
- 2. SKURHOLMSFJÄRDEN** Förbi den mysiga Lulsundskanalen, minigolfbanan och det nyrestaurerade parkområdet på östra sidan om fjärden. 5 kilometer.
- 3. BJÖRKSKATAFJÄRDEN** Här passerar du Lulsundsbadet, Björkskatan, Porsön och Klintbacken. 7 kilometer.
- 4. ORMBERGETS FRILUFTSOMRÅDE** Här finns motionsspår, allt från 1,7 till 10 kilometer. Dessutom elitspår med branta backar, 1-4 kilometer långa. Vindskydd, grillplatser och lunchrestaurang finns i området. Spårkartor finns på www.lulea.se.
- 5. MJÖLKUDDSBERGET** Två olika slingor runt berget samt en stig upp på toppen. Motionsspåret är 2,5 kilometer. Flera vindskydd och grillplatser.
- 6. HÖTRÄSKET** I Kallaxhedens naturreservat finns stigar och motionsspår på vacker tallhed runt sjön Höträsket. Att runda sjön är en promenad på 3 kilometer.



Badplatsen på Gültzaudden i centrala Luleå.

Foto: Freerik Broman



INTE STÖRA, INTE FÖRSTÖRA I den svenska naturen får vi röra oss fritt. Vi får plocka blommor, bär och svamp, bada, tälta, vandra, cykla, färdas med båt, göra en lägereld och annat som hör friluftslivet till. Allemansrätten är en förmån och en frihet som är beroende av att vi är varsamma och värnar om naturen. Det är inte tillåtet att skada djur, växter eller mark och vi måste visa hänsyn mot markägare och andra människor som vistas i naturen.

SÄRSKILDA RESTRIKTIONER Fridlysta arter får naturligtvis inte plockas. I naturreservat och nationalparker gäller ofta särskilda regler som begränsar allemansrätten. Det kan också finnas regler kring till exempel hastighetsbegränsningar, vattenskidåkning och att hundar måste vara kopplade. Motorfordon får inte köras på barmark utanför väg.

FÅGELSKYDDSDOMRÅDEN I skärgården finns fågelskyddsområden där det är förbjudet att gå iland under vissa tider på året, vanligen 1 maj - 1 augusti.

FISKE I havet är fisket fritt, men det finns regler för hur, när och vad man får fiska. I sjöar och älvar krävs som regel fiskekort.



Plocka gärna smultron och andra bär.

LÄS MER: Länsstyrelsen i Norrbotten har information om naturreservaten: www.lansstyrelsen.se

På Naturvårdsverkets webbplats kan du läsa allt om allemansrätten: www.naturvardsverket.se

Om fiske i Luleå kommun: www.lulea.se



Smålom och ännu mindre lom.

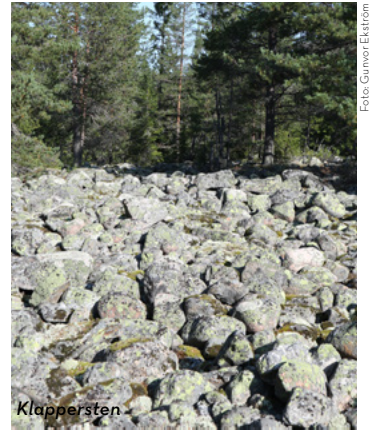
GISTGÅRDRÖSEN Gistgårdar, stolpar där man förr hängde näten på tork. Gamla nät var gjorda av lin och behövde dagligen torka för att inte ruttna. Gistgårdsrösen är fornlämningar och får inte förstöras.

KLAPPERSTENSFÄLT Tidigare stränder med slipade, rundade stenar där havet svallat och spolat bort all jord och humusämnen. På grund av landhöjningen kan de nu ligga långt upp på land, till och med på bergssluttningar.

LABYRINTER Labyrinter byggda av stenar är vanliga i Bottenvikens skärgård. Oftast ligger de på en sluttning med klappersten och är därmed väl bevarade. I en sådan labyrint kan man inte gå vilse. Det finns bara en väg som slingrar sig fram varv efter varv innan man når centrum. Där vänder man och går samma väg ut igen. I Bottenvikens skärgård har man gått i labyrinter för att påverka fiskelyckan och vindarna. Ibland hände det att barn fick sköta arbetet med att gå i labyrinten medan karlarna förberedde näten för fiske. I Sverige finns över 300 labyrinter. En tredjedel av dem finns i Bottenviken och speciellt vanliga är de i Haparanda skärgård. Många är byggda under 1700- och 1800-talet, men de äldsta är från 1300-talet. Labyrinter är fornminnen och får inte förstöras.



Labyrint i skärgården.



Klappersten

LANDHÖJNINGEN Landmassan höjer sig ungefär 9 mm per år och spår av den senaste inlandsisen finns överallt. Hällar på skärgårdsöar och bergstoppar är slipade av isen. Marken är ofta täckt av morän som isen lämnat efter sig. Ibland är moränen formad som utdragna kullar i isens riktning, så kallade dumliner. Ibland bildades de vid isfronten och kallas då ändmoräner. Åsar, deltan och lerjordar är också skapade av isen.

TOMTINGAR Grundstenar i marken, rester efter en forntida enkel bostad. Troligen var den en tillfällig bosättning.

NATURGUIDE • DEN NORRBOTTNISKA NATUREN



Thomas Öberg, författare, fotograf och expert på den norrbottiska naturen

Bottenvikens bräckta vatten, klimat, landhöjning och berggrund skapar förutsättningar för en speciell och variationsrik växtlighet. Thomas Öberg skriver, fotograferar och föreläser om natur och lyfter gärna fram de små och stora sambanden mellan landskapet, växterna, djuren och människan. Han vill visa på det som inte är självklart, men ändå är nyckeln till det liv vi ser runtom oss. Här får du några av Thomas tips på fåglar och växter att vara särskilt uppmärksam på under dina vandringar.

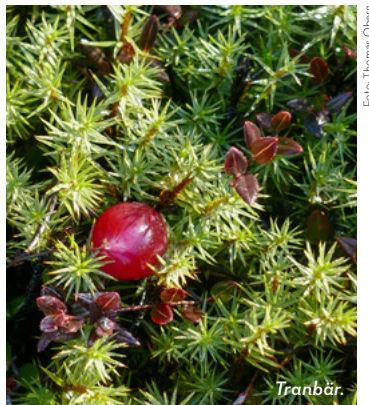
SKÄRGÅRDEN Den sällsynta smålommen häckar gärna i små tjärnar på skärgårdsöar. Då är det nära till maten - strömming i havet. Lommarna ropar kusligt i natten. Havtorn växer längs vindpinade stränder som genom landhöjningen rest sig ur vattnet. Bären plockas sent på hösten, efter att de frusit. De är fulla med C-vitamin.

HERTSÖLANDET Har du tur kan du höra järpens nälfina vissling. Men den spräckliga fågeln gömmer sig skickligt i gamla granar. Men flyger den upp, bullrar den som en stor tjäder. På myrarna ligger revor av tranbär. Efter första frosten kan man plocka de smakrika bären, ett och ett med kalla fingrar. Tranbärssylt är läckert.

GAMMELSTADSVIKEN Skäggdoppingen bygger flytande bo i sjön. De ropar högljutt och visar upp sina praktfulla kragar. Doppingarna dyker skickligt efter småfisk. På gamla igenväxande odlingar blir de rosa åkerbärsblommorna till röda bär. Åkerbär är vårt allra mest aromatiska bär, fyllt av söta smaker. Men att rensa dem kräver tålamod.



Järpe



Tranbär



Åkerbär

KLÄDER OCH UTRUSTNING

BRA SKOR är det viktigaste, de ska vara stadiga och tåla vatten. På alla våra leder kan det finnas blöta partier. I övrigt kläder efter väder. Förstärkningsplagg för pauser och raster. Karta och kikare förhöjer vandringen men är inte nödvändigt.

DRICKSVATTEN är ett måste.

MAT smakar ännu bättre utomhus och ger guldkant på turen. Ta med något färdigt eller nyttja de eldplatser som finns och laga mat själv. Ofta finns ved, men inte alltid. De flesta bensinstationer säljer brasved.



Suovas och grönsaker till lunch.



Dags för en fika i solen.



Att såga ved ger ännu bättre aptit.

EN BIT MAT LÄNGS VÄGEN

KAFÉ FÄGNAN, GAMMELSTADS KYRKSTAD: På friluftsmuséet Hägnan, i en timrad norrbottnensgård från 1700-talet, serveras hembakt fikabröd, goda sallader, och väfflor med sött eller salt.

BÄLINGE: Bondgården Bälinge är en ekologisk bondgård med kafé och egen lanthandel som satsar på lokala och miljövänliga varor. Du kan titta på lantbrukets djur och gamla lantraser såsom lappget, linderödsvin, nordlandshäst, hälsingefår och bjurholmshöns.

RÅNEÅ: Sommarkafé i Råneå båtklubbstuga i Kängsöhamn. I samhället finns livsmedelsbutik, bensinstation och restauranger.

PORSÖN: I Luleås prisbelönta science center, Teknikens Hus, finns restaurang och kafé. På campus finns också Kafé Unik som serverar luncher, smoothies, söndagsbrunch med mera.

ERSNÄS: Mitt i byn ligger Ralph Lundstengården, en norrbottnensgård med anor från 1500-talet. Nu finns där restaurang, fest- och konferensanläggning.



Populära Kafé Fägnans uteservering en sommardag.

HYR STUGA I SKÄRGÅRDEN

På Småskär och Kluntarna finns enkla, trevliga och funktionella stugor att hyra för övernattnig. Boka via: www.lulea.se. På Sandön finns Klubbvikens havsbad med stugor för uthyrning.

KLUNTARNA: Två stugor med fyra bäddar och en stuga med tio bäddar. Här finns också två bastur samt ett naturrum. Stugorna har gasolspis, kamin och utedass. Under högsäsong finns stugvärdar. Då finns också dricksvatten, övrig tid tar man med eget dricksvatten.

SMÅSKÄR: I Bullerhamnen finns två uthyrningsstugor med fyra bäddar i varje samt en bastu med relaxrum. Stugorna har gasolspis, kamin och utedass.

KLUBBVIKEN: Luleås havsbad finns på stadsnära Sandön. Här finns fem välutrustade stugor med fem bäddar samt 13 enkla stugor vid farleden med plats för 2 personer. www.klubbviken.se



Uthyrningsstuga på Kluntarna.

GUIDADE TURER

EXPLORE LULEÅ

Tel: 073-767 90 45
www.explorelulea.com

LULEÅ GUIDED TOURS

www.laplandtours.se

OUROBOROS

Tel: 070-525 03 05
www.ouroboroslulea.com



Foto: Karin Åberg



Foto: Helena Holm

visit LULEÅ

Visit Luleå verkar för att utveckla handel, möten och reseanledningar i Luleå. Vårt uppdrag är att göra Luleå känt som en levande och attraktiv destination: med närhet till människor, natur och aktiviteter.



Foto: Helena Holm

TURISTINFORMATION

LULEÅ TURISTCENTER

Kulturens Hus
Tel: 0920-45 70 00
turistcenter@lulea.se

GAMMELSTADS VISITOR CENTRE

Kyrktorget 1
Tel: 0920-45 70 10
www.lulea.se/gammelstad



Foto: Gunvor Ekström

Swedish Lapland®
SVERIGES ARKTISKA DESTINATION

EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska regionala utvecklingsfonden

LÄS MER OM LULEÅ: www.swedishlapland.com | www.visitlulea.se | www.lulea.se
DELA DIN UPPLEVELSE: #swedishlapland #visitlulea #theluleaway