

VARFÖR CYKLA?

Cykling är ett utmärkt sätt att täcka in ett större område under din utflykt, och att ta dig till platser du inte skulle nått till fots eller med bil. Det finns många pärlor i nationalparken som väntar på att bli utforskade.

VILKEN CYKEL?

En mountainbike eller hybridcykel är att föredra på de föreslagna cykelrundorna, och framförallt om du vill cykla på stig eller vara mer flexibel med ditt vägval. Om du håller dig till bilvägar kan du klara dig med en vanlig cykel.

HÅLLBART FRILUFTSLIV

Söderåsens nationalpark har höga naturvärden och är ett populärt utflyktsmål med stort besöksstryck. För att bevara den vackra naturen är det viktigt att slitage och störningar på naturen från friluftslivet undviks i den mån det är möjligt. Genom att hålla dig till de vägar och stigar där cykling är tillåten bidrar du till ett hållbart friluftsliv. **Det är inte tillåtet att cykla på vandringslederna eller i terrängen.** Vill du cykla på mer renodlad mountainbikestig eller i mer utmanande terräng finns det flera mountainbikeslingor i Klåveröds strövområde, som gränsar till nationalparken.

Ta med en påse till ditt skräp, och var varsam med naturen.

CYKELVETT

Det är många som vill upptäcka Söderåsen. För att alla ska få en så trevlig upplevelse som möjligt är det viktigt att visa hänsyn till andra besökare, oavsett om de kommer till fots, med eller utan barnvagn eller till häst. Sakta därför ner i tid och se dig för, särskilt där sikten är skymd. Tänk på att cyklar är tysta och att andra kanske inte hör att du kommer. Gör det därför tydligt att du närmar dig genom att använda ringklockan eller rösten. Särskilt hästar kan bli skrämda av plötsliga rörelser och ljud.

PARKERING OCH FIKAPLATS

Parkera gör du lättast vid Röstånga, Skärålid, Härsnäs, Liagården eller Kvärk. Parkeringen vid Skärålid är ofta full på helger, så välj en annan om du har möjlighet. Du kan ta dig till både Kopparhatten och Hjortsprånget med cykel!

Vid Liagården, Dahlbergs, Nackarpsdalen (Röstånga) och Skärålid finns anlagda grillplatser. Andra trevliga platser för lunch- eller fikapaus finns bland annat vid Härsnäsdammarna, Kvärk, Kopparhatten och Odensjön.



CYKLING
I SÖDERÅSENS
NATIONALPARK



BYGG DIN EGEN CYKELRUNDA

Välj en av de föreslagna rundorna, pussla ihop en runda av några av de numrerade etapperna efter eget tycke, eller hitta på något helt nytt. Valet är ditt! Det finns många möjligheter att variera din runda i och kring nationalparken, och många platser att besöka. Tänk på att det finns stora höjdskillnader i nationalparken när du planerar din cykeltur. Inga av rundorna är markerade i fält, så ta med kartan.

ETAPPER

1 ... 2	7,2 alt. 10,1 km	4 ... 1	0,8 km
2 ... 3	5,4 km	5 ... 6	2,6 km
3 ... 4	4,7 km	6 ... 7	2,5 km
3 ... 6	3,5 km	7 ... 5	3,3 km
4 ... 5	1,7 km	7 ... 1	5,6 km

VÅRA FÖRSLAG

LÅNGA RUNDAN - 27-30 km (via Odensjön, Härnäs, Skärålid, Kopparhatten och Kvärk)

Allt i ett! En utmanande tur runt hela nationalparken. Utgå från Röstånga för att kunna avsluta turen med ett svalkande dopp i Odensjön (D) och vara säker på att få P-plats.

7 6 5 4 1 2 3 6 D alt 7 1 2 3 6 D

MELLANRUNDAN - 13 km (via Liagården och Härsnäs)

Ta en avstickare till Härsnäsdammarna (C) eller Hjortsprånget (B) för en fikapaus. Parkera vid Härsnäs eller Liagården. Vid Liagården (A) finns grillplats och vindskydd.

5 4 6 3 A B C

SJÖRUNDAN - 9 km (via Odensjön och Härsnäsdammarna)

En kortare runda i lövskogen och mellan åkrar. Utgå från Röstånga för att kunna avsluta med ett dopp i Odensjön (D).

7 6 5 C D

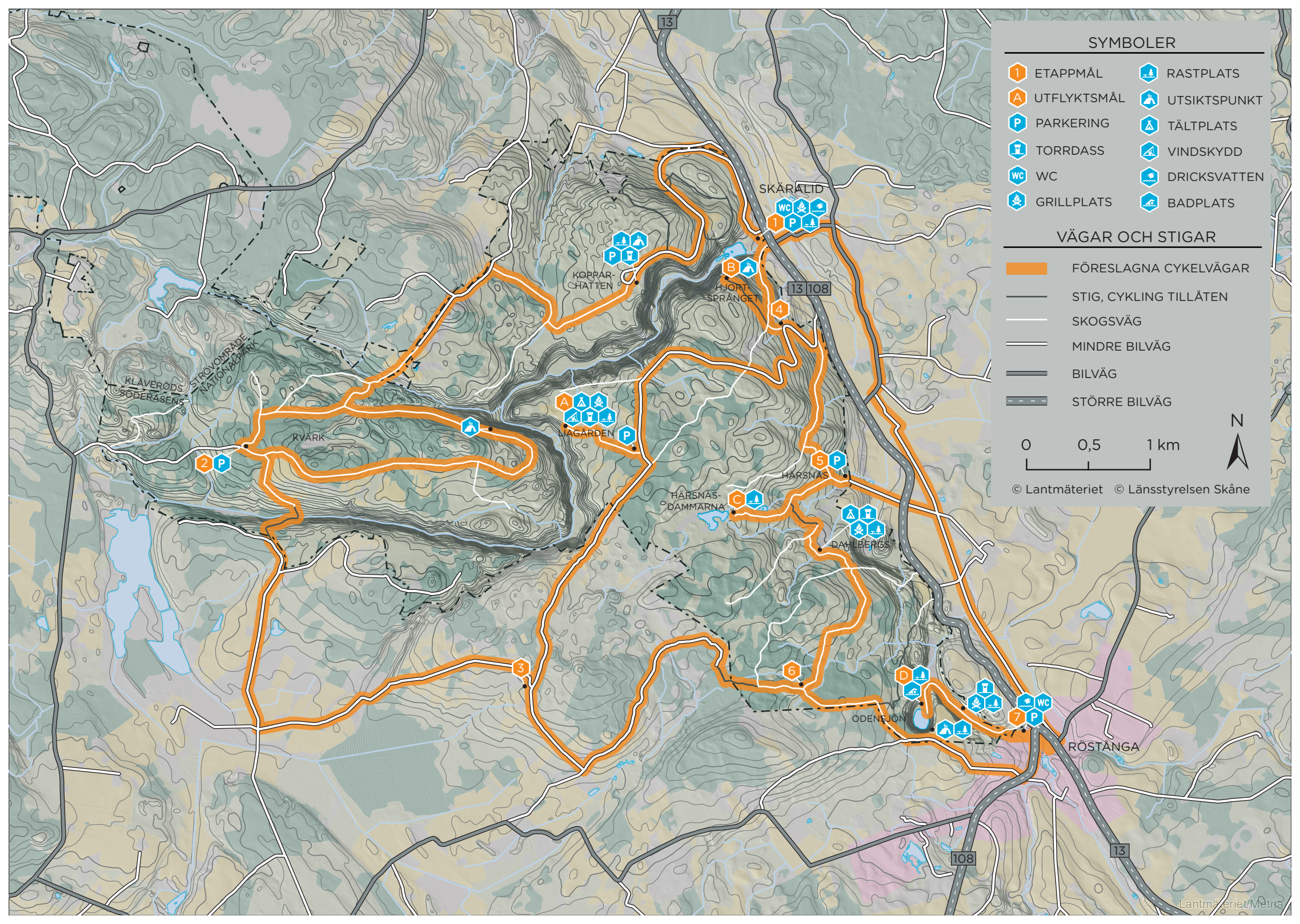
SKÄRALIDSDALEN RUNT - 21 km / 18 km (via Skärålid, Kopparhatten, Kvärk och Liagården)

En vacker men krävande tur med mycket stigning. Gör en avstickare till Hjortsprånget (B) för storslagen utsikt över sprickdalen, om du inte är mätt efter Kopparhatten. Välj själv om du vill ta svängen runt Kvärk eller inte (18 eller 21 km).

1 2 3 4 A B



FOTO: MAJA HOLM

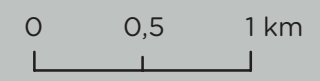


SYMBOLER

- | | |
|------------|--------------|
| ETAPPMÅL | RASTPLATS |
| UTFLYKTMÅL | UTSIKTSPUNKT |
| PARKERING | TÅLTPLATS |
| TORRDASS | VINDSKYDD |
| WC | DRICKSVATTEN |
| GRILLPLATS | BADPLATS |

VÄGAR OCH STIGAR

- | | |
|------------------------|--|
| FÖRESLAGNA CYKELVÄGAR | |
| STIG, CYKLING TILLÅTEN | |
| SKOGSVÄG | |
| MINDRE BILVÄG | |
| BILVÄG | |
| STÖRRE BILVÄG | |



© Lantmäteriet © Länsstyrelsen Skåne