

Aktiviteter på egen hand

Ovanåkers kommun

Vill du komma ut och röra på dig? Här får du tips på aktiviteter utomhus i Ovanåkers kommun som du kan genomföra på egen hand. Många av aktiviteterna är gratis.

Cykling

I Ovanåkers kommun finns det flera olika slingor för cykling och mountainbike. Information och kartor hittar du på:

<https://www.naturkartan.se/sv/municipalities/ovanaker/biking>.

Discgolf

På Edsbyns discgolfbana kan du spela discgolf, eller frisbeegolf som det också kallas. Banan har 18 hål, den är gratis att spela på och är öppet dygnet runt, året runt (men banan är mest spelbar under sommaren/hösten). Mer information hittar du här:

<https://www.discgolfedsbyn.se/edsbyns-discgolfbana/>

”Hittaut”

Hittaut är en aktivitet där du med hjälp av karta, på papper eller via en app, ska hitta checkpoints. Det finns checkpoints i olika svårighetsgrader. De är placerade i stadsmiljö, parker, bostadsområden och tätortsnära skogar. Delta på egen hand eller tillsammans med andra. Hur du tar dig fram väljer du själv. Hittaut finns tillgängligt under sommarhalvåret (april-september) och är gratis.

Mer information om Hittaut:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/>

Lättläst information, inklusive bildstöd:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/lattlast-om-hittaut/>

Information om Hittaut i Ovanåker:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/ovanaker/>

Promenad och vandring

Hälsans stig

I Edsbyn finns Hälsans stig som nyligen dragits om och är mer tillgänglighetsanpassad än tidigare. Informationsskyltar finns uppsatta på flera ställen och du väljer själv om du vill promenera hela eller delar av slingan. Mer information om Hälsans stig i Edsbyn hittar du på:

<https://www.ovanaker.se/kulturochfritid/upplevovanakerskommun/segora/friluftslivmot-10/vandringslederochmotionsspar/halsansstig.5758.html>

Det pågår också ett arbete med att ta fram Hälsans stig i Alfta. Information kommer att läggas här när den slingan är klar.

Kulturstig

I både Edsbyn och Alfta finns det en så kallad Kulturstig som är 2,2 respektive 3 kilometer lång. Längs med slingorna finns det skyltar med texter och bilder som berättar historien om de olika platserna. Mer information och kartor över kulturstigarna finns på:

<https://www.ovanaker.se/kulturochfritid/kultur/kulturstigar.330.html>

Motionsspår och vandringsleder

I Ovanåkers kommun finns det goda möjligheter att röra sig ute i naturen. En sammanställning över olika vandringsleder och motionsspår hittar du här:

<https://www.ovanaker.se/kulturochfritid/upplevovanakerskommun/segora/friluftslivmot-10/vandringslederochmotionsspar/vandringsleder.8986.html>

samt på: <https://www.naturkartan.se/sv/explore?municipality=239&category=33#map>

Skidåkning

I Ovanåkers kommun finns det fina möjligheter till skidåkning.

Du som är intresserad av längdskidåkning hittar spår och kartor här:

<https://www.naturkartan.se/sv/explore?municipality=239&category=21#map>

Vill du hellre åka utför finns Edsbybacken i Edsbyn. Information och pistkarta finns på denna sida:

<https://www.ovanaker.se/kulturochfritid/upplevovanakerskommun/segora/friluftslivmot-10/utforsakning.9116.html>

Skridskoåkning

Under vinterhalvåret, då vädret tillåter, finns det flera isbanor tillgängliga för allmänheten. Information och karta finns på:

<https://www.naturkartan.se/sv/voxnadalen?category=23#map>

Utomhusgym

I Edsbyn finns det två utegym som är fria att använda för alla. Du hittar gymmen vid Celsiusskolan och vid Kygelvallen.

Har du synpunkter på innehållet eller förslag på fler aktiviteter?

Kontakta projektledare Sofia Gille, avdelning Strategi finansiering och folkhälsa:
sofia.gille@regiongavleborg.se