

LULEÅ

the destinations of
SWEDISH
LAPLAND
SVERIGES ARKTISKA DESTINATION

Cykla i Luleå



1. BROARNA RUNT • 15 km



Det här är en populär runda som korsar älven två gånger, går genom Karlsvik där det finns mycket att se och avslutas med att cykla utmed Norra fjärden tillbaka till stan. Du kommer att cykla på både bil- och cykelväg och efter vägen finns mysiga sommarcaféer att fika på när benen blir trötta.

Börja med att cykla över Bergnäsetsbron, där kan du följa cykel- och skogsvägar fram till Gaddvik och EFS Sundet 1, cirka 5 kilometer från centrala Luleå, vackert beläget vid Luleälven med utsikt mot Niporna på andra sidan. Där kan det vara lämpligt att göra ett första stopp. Från EFS Sundet måste du cykla längs bilvägen en kort bit och innan du kommer till nästa bro, Gamla Gaddviksbron. Har du med dig egen matsäck kan du stanna och fika vid det lilla Laxfiskemuseet 2 som också ligger fint till vid älven. När du väl når bron finns cykelväg för att komma över, stanna gärna till och beundra utsikten. Tittar du neråt älven ser du Gaddvik och Sundet till höger, lite till vänster kan du skimta Gaddviksströmmen och sandstranden på Niporna. Uppåt älven och på andra sidan nya bron ligger Norra Gaddvik. Cykla över bron och följ bilvägen en bit tills du kommer till en skylt "First camp/Karlsvik", cykla in där. I den gamla bruksbyn Karlsvik finns en hel del historia. Luleås första järnverk 3 låg här i

början av 1900-talet. Idag finns inte mycket kvar, men spåren av järnverk, masugn och kajer kan följas via den kulturstiga som börjar bredvid First Camp. Disponentvillor, arbetarlängor och den gamla skolan utgör idag ett vackert bostadsområde. Badmöjligheterna är många: antingen i Arcusbadets äventyrsbad 4 eller på sandstrand – Niporna med dess imponerande sandbranter eller på stranden i anslutning till First Camp. Du kan också hitta din egen strand på norra sidan av udden. Fika och mat finns både på Arcusbadet och Kolarens café 5 – ett charmigt sommarcafé i en gammal norrbottensgård med utsikt över älven. I Karlsvik har Malmbanans vänner sitt järnvägmuseum 6. Arcushallen 7 hyser mässor, idrott och event. Här finns också enklare mountainbike-banor 8 (läs mer under mountainbike-banor).

Mätt och nybadad fortsätter du genom Karlsvik vidare mot Storhedens handelsområde, viker höger runt Notvikens och följer cykelvägen via Mjölkudden. Även här finns mysiga små stränder där du kan ta en paus. Sista sträckan går via vägbanken över Norra fjärden, sedan är du tillbaka i centrala Luleå.

TIPS: En fin dag är det härligt att avsluta turen på en uteservering i Norra hamn.

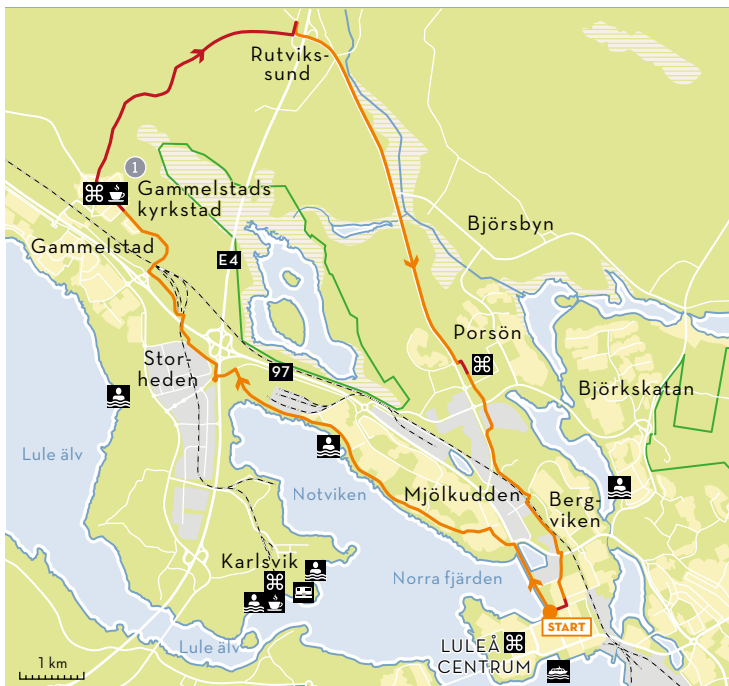
FAKTA: Gaddviksbron stod klar 1941. Innan dess var färjelinjen Bergnäset-Luleå den enda förbindelsen över älven när det inte var is. Bergnäsetsbron invigdes 1954. Bron var då, med sin längd på 896,5 meter, Sveriges längsta bro. Den har en segelfri höjd på 7,3 meter när den är stängd. Körbanan är endast 7 meter bred, men separata gång- och cykelbanor, 3 meter breda, finns på båda sidor. 1978 byggdes Nya Gaddviksbron som är en del av E4.

Mer om Karlsvik: karlsvik.se
Järnvägsmuseet: nbjvm.se



Niporna, en av flera fina stränder i Karlsvik.

2. VÄRLDSARVET GAMMELSTADS KYRKSTAD • 25 km



Kombinera motion och historia. Ta en cykeltur till Gammelstads kyrkstad och få en inblick i Luleås historia.

Gammelstad har Sveriges största och bäst bevarade kyrkstad med över 400 kyrkstugor. Kyrkstadens unika storlek och den ännu levande traditionen att åka till sin kyrkstuga under kyrkhelger gjorde att kyrkstaden upptogs på UNESCOs världsarvslista 1996.

Cykla ut från stan norrut över vägbanken, följ cykelstigen längs älven tills du kommer fram till Storheden. Väl på Storheden, sväng upp på cykelbron över Storhedsvägen och fortsätt längs cykelbanan till nästa avtagsväg till höger. Cykla genom Tuvåkra industriområde fram till bron över järnvägen. Ta höger, cykla över bron så



Gamla hamngatan i Gammelstads kyrkstad.

kommer du snart till kyrkstad. På kyrktorget finns Visitor Center, där kan du få all tänkbar information om världsarvet. I samma hus som Visitor Center finns också Ullas café för den fikasugne. Där hamnen en gång fanns ligger friluftsmuseet Hägnan 1. Där kan du få en inblick i hur man levde i byarna i Norrbottens kustland under 1800-talet. Museet har byggnader från 1700- till 1900-tal. Under hela året har museet ett rikt och varierat utbud med aktiviteter för alla åldrar. Här finns Kafé Fagnan som sommartid erbjuder lunchrätter och hembak.

Cykelturen fortsätter sedan mot Rutvik, från Kyrktorget är det skyltat "E4 Haparanda". Nu följer du en bilväg i ungefär 4 kilometer. Strax innan viadukten över E4 svänger du vänster mot Rutvik för att lämna bilvägen och fortsätta på cykelbanan. Gör en "u-sväng" över till cykelbanan som sedan tar dig hela vägen till Porsön. Nu passerar du universitetsområdet och fortsätter på cykelbanor märkta "Porsöstråket" tillbaka till Luleå centrum.

TIPS: Följ med på en guddad tur i kyrkstad. De utgår från Visitor Center på Kyrktorget. Se tider och läs mer om kyrkstad: visitgammelstad.se

FAKTA: Nederluleå kyrka byggdes på medeltiden och invigdes, enligt traditionen, av ärkebiskop Jakob Ulfsson 1492. Runt kyrkan växte en handels- och marknadsplats fram som så småningom blev Luleå stad. Landhöjningen gjorde att hamnen blev allt grundare och på 1600-talet flyttades staden till sin nuvarande plats. Kyrkstugorna byggdes en gång av bönderna i de byar som låg på mer än en mils avstånd från kyrkan. Man övernattade i samband med kyrkbesök, ting, sockenstämmor och marknader.

3. LANDSBYGDSTUREN, SELETS BRUK • 50 km

Målet för den här turen är Selets bruk, ett järnbruk från 1800-talet som nu är naturreservat. Planera in en heldag på cykeln och ge dig tid att uppleva natur, kultur och landsbygds-liv. Packa en rejäl matsäck och ta med extra slang och cykelpump.

Cykla över Bergnäset, vidare genom Bergnäset och Gäddvik. Fortsätt på vägen mot Gäddviksbron. Innan bron kommer du till sjöboden där det lilla Laxfiskemuséet finns 1. I korsningen längre fram gäller det att vara försiktig! Du ska korsa en 4-filig väg söder om Gäddviksbron, sedan är du i en lantlig idyll, vägen kallas "Rutt 616". Det här är en naturskön sträcka på 33 kilometer på södra sidan av Luleå älv, mellan Luleå och Boden. Den börjar vid Gäddviksbron i Luleå och sträcker sig till Damnbron nära Boden. Här finns odlingsmarker och kulturmiljöer som hävdats under många århundraden. Längs sträckan finns naturreservat, bondgårdar och ett vildmarkscenter, Cape Wild 2. Förbokade besökare kan, bland mycket annat, hälsa på älgar och renar. På bondgården i Bälinge 3 kan du uppleva ett riktigt lantbruk, handla lokalproducerat, fika och äta i restaurangen och titta på när korna mjölkas.

Ett av naturreservaten är Selets bruk, där passar det bra att ta ett längre stopp, kanske grilla korven du köpte från Bondgården i Bälinge. Selets bruk är ett fint område med grillplatser, härlig natur och en historia som går tillbaka till 1700-talet. När det är dags att fortsätta cyklar du mot Avans färjeläge och tar färjan över till Norra Sunderbyn. Följ cykelvägen "Sunderbystråket" längs älven, genom Södra Sunderbyn, Gammelstad och vidare till Mjölkkudden och slutligen centrala stan.



Foto: Helena Holm



TIPS: Rutt 616 har en facebooksida med information om gårdsbutiker, caféer med mera. [facebook.com/rutt616](https://www.facebook.com/rutt616).

Bondgården Bälinge är en ekologisk bondgård med egen lanthandel som satsar på lokala och miljövänliga varor. Du kan titta på lantbrukets djur och gamla lantraser såsom lappget, linderödssvin, nordlandshäst, hälsingefår och bjurholmshöns. [facebook.com/bondgardenbalinge](https://www.facebook.com/bondgardenbalinge)

Cape Wild är ett vildmarkscenter och vilthägn med älgar och renar. I souvenirhoppen finns möjlighet att handla lokala och naturnära souvenirer. [capewild.se](https://www.capewild.se)

FAKTA: Selets bruk tillverkade främst tackjärn och stångjärn, men även spik, gångjärn, spishållare och separatorer. Bruket hade sin storhetstid under 1870-talet och 1878 var Selets bruk Norrbottens största industri- och arbetsplats. Selets bruk är idag ett naturskönt naturreservat och ett mycket populärt utflyktsmål. Här finns information, stigar, rastplatser, toaletter och sopkärl.

4. FJÄRDARNA RUNT • 12 km

Vill du ta en lättare cykeltur och hålla dig nära Luleå centrum, kan du cykla runt Skurholms- och Björkskatafjärdarna. Cyklingen är lätt och följer en cykelväg.

Starta vid tågstationen och cykla över järnvägsbron, direkt efter bron svänger du höger och kommer in på en grusväg med Malmudden på din högra sida och Skurholmsfjärden på din vänstra sida. Följ vattnet tills du kommer upp på en bro, håll vänster även efter denna bro. Cykla igenom bostadsområdet så kommer du till ett parkområde vid vattnet. Följ fjärden tills du kommer till ytterligare en bro, ta höger och du kommer att ha Lulsundskanalen 1 på din högra sida. Fortsätt under bilvägen och sväng höger. Om det är en varm dag kan du svalka dig med ett dopp på Lulsundsbadet. Fortsätt sedan via Lulsundet mot Björkskatan. Vid kullarna på Björkskatan tar du vänster över ytterligare en bro, du är då på Porsön. Cykla igenom bostadsområdet som ligger framför dig, sväng vänster mellan husen och cykla ned för backen under en viadukt. Porsö IP, Luleå tekniska universitet och Teknikens Hus 2 har du nu på din högra sida. Sväng vänster under vägen och fortsätt genom industriområdet tills du når Björkskatafjärden igen. Fortsätt att följa cykelvägen nära vattnet. Du kommer att passera en liten strand, sedan Luleå kajakklubb och sedan känner du igen dig - du kommer tillbaka till samma ställe som du passerade när du kom från Skurholmsfjärden. Cykla under vägen igen och håll höger. På din högra sida kommer du att ha Golfängens minigolfbana. Fortsätt längs med vattnet till Östermalm och efter fågel-dammen cyklar du över järnvägen så är du strax tillbaka vid startpunkten.



Foto: Jennie Pettersson

Foto: Jennie Pettersson

TIPS: Passa på att besöka Teknikens Hus - Luleå Science Center på universitetsområdet. Teknikens Hus har också restaurang, café och butik. Läs mer: [teknikenshus.se](https://www.teknikenshus.se). På andra sidan trorget finns Unik café som förutom fika har juicebar, lunchrätter och söndagsbrunch. [unikcafe.se](https://www.unikcafe.se)

FAKTA: Luleå tekniska universitet, LTU, är Skandinavien nordligaste tekniska universitet. LTU inrättades den 1 juli 1971, då under namnet Högskolenheten i Luleå. Högskolan fick universitetsstatus 1997 och bytte då namn till det nuvarande. Här finns över 19 000 studenter och 1 800 anställda.



Foto: Susanne Lindholm

5. KOLONITRÄDGÅRDAR OCH SMAK AV SKÄRGÅRD • 20 km



Odlarglädje på kolonilotten.

Är du sugen på en längre tur med lätt cykling så rekommenderar vi en tur till Lövsjärn, med slutdestination Lövsjärns hamn och porten ut till Luleå skärgård. Du kommer bland annat att cykla förbi den grönskande oasen Hertsöns koloniområde.

Starta från tågstationen och cykla över bron som går över järnvägsspåret. Sväng direkt till vänster när du cyklat över bron, in på en cykelväg som går genom Malmudden, och följ vattnet tills stigen tar dig upp på bilvägen. Ta vänster över nästa bro, håll vänster sida av bilvägen tills du kommer till ett övergångsställe, cykla över vägen och fortsätt på höger sida tills du kommer till en tunnel som går under bilvägen. Cykla under tunneln och ta höger på andra sidan. Precis innan den stora rondellen följer du cykelvägen till vänster. Du kommer att cykla förbi en vårdcentral och igenom några bostadsområden tills cykelvägen svänger till höger under bilvägen. På andra sidan finns Ornskyrkogården. Följ cykelvägen till höger, norr om kyrkogården, cykla utmed norra sidan av kyrkogården tills du kommer in på Gamla Lövsjärnsvägen. Du är nu inne på bostadsområdet Hertsön.

Söder om Hertsön finns kolonilotter ① och Hertsös miljögård. Passa på att göra ett fikastopp och njut av den vackra omgivningen. Grillplatser finns på koloniområdet. Kolonilotterna är privata, så fråga om lov ifall du vill titta närmare på någons lott. Efter det här besöket är det dags att fortsätta färden mot Lövsjärn. Cykla vidare på Gamla Lövsjärnsvägen tills du kommer till en korsande väg. Där ska du ta vänster

upp på bilvägen, du kommer att passera räddningstjänstens övningsområde och när du kommer till nästa större väg (Lövsjärnsvägen) så korsar du den och svänger höger upp på cykelvägen som löper på vänster sida om bilvägen. Sträckan är markerad med upp- och nedvända träd. Flera rastplatser finns att vila på.

Efter cirka 5 kilometer svänger du höger, över vägen, mot Lövsjärns Hamn, det är skyltat från Lövsjärnsvägen. Vid hamnen kan du titta ut mot skärgården, du har ön Altappen rakt framför dig. Här finns också sommarrestaurangen Hamnköket där du kan beställa något gott att äta och dricka.

FAKTA: Lövsjärns hamn är en av Luleås största småbåtshamn och yrkesfiskarnas hemmahamn. På Altappen fanns på 1800-talet sågverk och valsverk. Som mest bodde här cirka 800 personer. 1908 brann hela samhället ned och ön evakuerades. Industrin byggdes aldrig upp igen.

På andra sidan udden ligger ytterligare en småbåtshamn, Hindersöstallarna. Hindersöborna brukade komma hit med häst och släde på vintrarna. Sedan fick hästarna vila i stallen medans man tog bussen in till stan. Nu finns här skotergarage istället och på vintern börjar skärgårdens isvägar från "Stallarna".

6. SVARTÖSTADEN OCH ISBRYTARNA • 12 km



Den här turen är en lättare tur där du cyklar runt centrumhalvön, en del av stadsdelen Ornsät med dess skatepark och den gamla arbetarstadsdelen Svartöstan, som byggdes upp för att malmhamnsarbetare skulle ha bostäder. Den gamla malmhamnen är numera hemmahamn för sjöfartsverkets isbrytare.

Starta från tågstationen och cykla över bron som går över järnvägsspåret. Sväng direkt till vänster när du cyklat över bron, in på en cykelväg som går genom Malmudden, och följ vattnet. När du kommer upp till vägen så ska du svänga vänster över en annan bro. Följ bilvägen cirka 100 meter tills du kommer till ett övergångsställe, cykla över vägen och fortsätt din färd på höger sida om bilvägen tills du kommer till en tunnel som går under bilvägen. Cykla under tunneln och ta höger på andra sidan, fortsätt över rondellen och in på cykelvägen på andra sidan. Snart kommer du att ha Luleås skatepark "Steel Park" ① på din vänstra sida. Steel park är designad av Janne Saario som har hämtat inspiration bland annat från det närliggande stålverket SSAB. Designen återspeglar omgivningen och området historia med stålverket i bakgrunden. Fortsätt turen på cykelvägen som går förbi skateparken och när du när bilvägen kör du genom tunneln under vägen över till andra sidan där cykelvägen fortsätter.

Ta vänster efter tunneln, en uppförsbacke tar dig upp på bron över järnvägsspåret. Det kan vara läge för en paus uppe på bron och om du tittar ned så kanske du ser tåget med stora stålblock på, så kallade slabs, som ska transporteras vidare till SSAB i Borlänge. Till vänster ser du delar av SSAB:s industriområde ②, närmast är masugnen som fylls med bland annat koks och malm som smälts ihop till flytande järn. När du hämtat andan är det dags att fortsätta. Cykla ned för backen och korsa bilvägen, på höger sida kommer du att ha en byggnad där det står "friskvårdscentrum". Passera den och sväng höger in på Bältesgatan. Nu är du i Svartöstan, passa på att stanna till och titta på de gamla trähusen som finns här. Från Bältesgatan, ta vänster in på Laxgatan och vid slutet av den vägen ta höger in på Båthamnsgatan fortsätt sedan ner till vattnet. Framför dig går farleden in mot Luleå - ut mot skärgården och resten av världen! Här finns också en liten strand om du känner för att ta en paus. Fortsätt sedan till Kajgatan och vidare till Sjöfartsgatan, ner för backen och den gamla malmhallen. Där ser du nu isbrytarna i all sin prakt ③. Passera dem och fortsätt längs vägen tills du kommer till en korsning. Cykla rakt fram tills du kommer till ett övergångsställe, fortsätt rakt över och snart kommer du att ha Södra hamnplan på din vänstra sida. Följ vattnet hela vägen runt halvön. Du kommer att cykla under Bergnälsbron och därefter följer du cykelvägen när den svänger till vänster och fortsätter tills du kommer in i ett litet skogsparti, då är du på Gültzaudden ④. Här finns en populär badplats och fina gräsytor för en picknick. På 1800-talet låg här ett stort skeppsvarv, som startades av Christian Gültzau 1830. Här har också funnits sågverk, rökeri, restaurang och kallbadhus. Kanske stannar du här och solar och badar resten av dagen, eller så fortsätter du runt udden och passerar Norra hamn på väg tillbaka.



Atle, Frej och Ymer i hemmahamnen.

TIPS: Från Södra hamnplan går turbotarna ut till Luleå skärgård, kanske läge att planera en tur ut i Luleås fantastiska skärgård? Tidtabeller och information om skärgården finns vid kajen och på lulea.se/skargard.

FAKTA: Steel Park i Luleå är Sveriges nordligaste betongpark för skateboard, bmx-cykel med mera. Parken passar både nybörjare och erfarna åkare. Parken är öppen dygnet runt under sommarhalvåret. SSAB har bidragit med järn- och stålkonstruktioner, allt från h-balkar som belysningsstolpar till en gigantisk skänk (stor "hink" som används för att transportera flytande stål). Sjöfartsverket ansvarar för isbrytningen i Sverige. Fem av Sveriges åtta statsisbrytare (Ale, Atle, Frej, Oden och Ymer) har sin hemmahamn i Luleå sedan 2003. Oden är dock ofta uthyrd till polarforskningsexpeditioner. Isbrytarsången pågår vanligen från januari till maj.

7. KALLAX BY, GÅRDSBUTIKEN OCH KALLAXHEDEN • 18 km

Kallax by och Kallax gårdsbutik är målet för den här turen. Lämna staden en stund, ta en tur ut på landet, och passa på att fika på Kallax gårdsbutik. Kallax är ute på landet fast ändå nära stan.

Cykla över Bergnälsbron på vänster sida. Väl över bron ta vänster in på Östra Villavägen, följ den tills korsningen Solnavägen/Trollnäsavägen, då cyklar du upp på Granuddsvägen. Följ Granuddsvägen cirka 500 meter och ta höger mot Trolltjärn, en populär liten badsjö där vattnet värms upp tidigare än på andra badställen. Följ vägen, du kommer att ha Trolltjärn på höger sida, runt kurvan och precis innan parkeringsplatsen kommer du att se en cykelväg i skogen på andra sidan. Cykelvägen kommer att gå igenom skogen i Kallaxhedens naturreservat ① och efter ungefär 1 kilometer cyklar du igenom en tunnel som går under vägen till Luleå airport. På andra sidan tunneln delar sig cykelvägen, du håller höger och efter en stund kommer du att ha



landningsbanan på din vänstra sida, följ cykelvägen tills en gammal bilväg korsar då följer du den till höger tills du kommer ut på cykelvägen som löper längs bilvägen till Kallax (Kallaxvägen). Framme vid Kallaxvägen kan du antingen svänga vänster och cykla direkt till Kallax by, eller så svänger du vänster i korsningen och gör en avstickare till F21 och flygmuseet. Har du en terrängcykel finns bra skogsstigar runt F21-området att cykla på ③. När du är framme i Kallax så kommer du att ha Kallax gårdsbutik på din vänstra sida i början av byn. Där kan du fika hembakat fikabröd och smörgåsar samt titta på både antik och nytt inne i butiken.

När du cyklar tillbaka så kan du fortsätta längs cykelvägen tills du kommer till en tunnel som går under bilvägen, fortsatt rakt fram, in på industriområdet. Följ Norrsågsvägen tills den tar slut och en cykelväg tar vid. Cykelvägen fortsätter en liten bit, sen måste du ut på bilvägen cirka 200 meter. Vid pizzerian på höger sida kör du upp på cykelvägen igen, den kommer att ta dig över Bergnälsbron och tillbaka till stan.



På mjuka stigar över Kallaxheden.

TIPS: Efter vägen kommer du att passera avfarten till F21, där finns ett flygmuseum som kan vara väl värt ett besök. flygmuseetf21.se

FAKTA: Gårdsbutikkens öppettider: kallaxgardsbutik.se
Kallax by ligger vid havet och har en småbåtshamn och en hamn för yrkesfiskare. Från hamnen ser du Kallaxön och Bergön och söder om byn finns gott om sommarstugor och fritidshus. Kallviken och Jaktviken har varit klassiska sommaröjen sedan 1800-talet. I Kallax tillverkar man sin egen surströmming, "Grand Kallax", och varje år vid surströmmingspremiären hålls en stor fest med inbjudna svenska celebriteter. 2017 gästades festen av bland andra stadsminister Stefan Löfven.

8. BADTUR TILL LULVIKEN • 12 km



Det finns många stränder i och runt om Luleå. Har du provat alla på gångavstånd från stan så kanske du är sugen på att hoppa på cykeln och vrida dina vyer lite.

Packa matsäck för en dag på stranden och trampa iväg. Lulviken är en populär strand bland Luleåborna och väl värt ett besök. Från stranden kan du se isbrytarna och malmhamnen på andra sidan. En del av stranden är avsatt som naturistbad. Cykla över Bergnälsbron på vänster sida. Väl över bron ta vänster in på Östra Villavägen, följ den tills korsningen Solnavägen/Trollnäsavägen, då kör du upp på Granuddsvägen. Följ Granuddsvägen 500 meter och ta höger mot Trolltjärn. Följ vägen, du kommer att ha Trolltjärn på höger sida, runt kurvan och precis innan parkeringsplatsen kommer du att se en cykelväg i skogen på andra sidan. Cykelvägen går igenom skogen i Kallaxhedens naturreservat och efter cirka 1 kilometer kommer du till en tunnel som går under vägen mot Luleå airport. Här måste du svänga upp och fortsätta cykla på bilvägen. Kör förbi flygplatsen (höger sida) och fortsatt ungefär 1 kilometer och du har Lulviken på din vänstra sida. Känner du istället att du skulle vilja cykla lite till så kan du fortsätta efter vägen 2 kilometer till. Då kommer du till

vägs ände, Tjuvholmsundet, och Luleå skärgård. Rakt framför dig har du nu Sandön, den närmaste och största ön i Luleå skärgård. Det finns en liten strand till höger där man också kan bada och sitta på båtar som kör förbi. På tillbakavägen kan du följa Lulviksvägen drygt 3 kilometer, ta höger på Nordkalottvägen som du följer till Norrsågsvägen. Följ Norrsågsvägen tills den tar slut och en cykelväg tar vid. Cykelvägen fortsätter en liten bit, sen måste du ut på bilvägen cirka 200 meter. Vid pizzerian på höger sida kör du upp på cykelvägen igen, den kommer att ta dig över Bergnälsbron och tillbaka till stan.



Det blir en dag på stranden...

TIPS: Sandöturen börjar i Tjuvholmsundet. Har du lånat nyckeln till Luleå kommuns roddbåt tar du cyklarna i båten, rör över till Sandön och fortsätter cykelturen där (se "Sandöturen").

FAKTA: Tjuvholmsundet var förr den stora farleden in till Luleå. Den harrätats ut och muddrats flera gånger från slutet av 1700-talet fram till 1945. Järnmalm från malmfälten skeppades ut på allt större fartyg och till slut blev Tjuvholmsundet alltför trångt trots muddringar. Man blev tvungen att bygga en helt ny farled. Alltså grävde man på 1960-talet en kanal vid Klubbviken. Likskär satt innan dess ihop med Sandön men blev då en egen ö.

9. SKÄRGÅRDSÄVENTYR PÅ SANDÖN • 25 km/5 km



Sandön bjuder på oändliga möjligheter att cykla. Med en fatbike tar du dig överallt och fördelen med den är att du kan cykla såväl på stränderna som i skogen. Det är en riktigt rolig upplevelse - prova om du har möjlighet. Planera för en heldag eller två i skärgården.

ALT. 1, TJUVHOLMSSUNDET - KLUBBVIKEN TUR OCH RETUR: Packa matsäck och planera för en långtur på cykeln. Den här turen väljer du om du vill cykla lite längre och själv ro över Tjuvholmssundet. Följer du kartan och beskrivningen så kommer du att cykla på öns huvudvägar, men du har möjlighet att när som helst hoppa av huvudstråket och ta en av de många skogsstigarna om du känner dig lite äventyrlig. Du är aldrig långt ifrån "störvägen". För att komma över Tjuvholmssundet behöver du låna en nyckel till kommunens roddbåtar, det gör du via turistcenter. Lämnar du en båt på vardera sidan av sundet. Väl över på andra sidan, följ grusvägen och trampar på. Passera en ledningsgata och sväng sedan höger så kommer du till Lappmyrberget och Stenåkers. Hoppa av cykeln och ta en kort promenad till Stenåkers, Sandöns största klapperstensfält. Här finns också en vägkorsning där du kan välja om du vill göra cykelturen längre eller kortare. Väljer du att fortsätta rakt fram blir din tur lite kortare och om du vill cykla längre följer du vägen till höger. Om du väljer den längre vägen så delar den sig vid några tillfällen, håll vänster tills vägen svänger

till höger. Du har havet och ett större hus framför dig där vägen svänger. Väljer du den kortare vägen vid Lappmyrberget så kommer du att passera en enkel raststuga till höger om skogsvägen. Fortsätt på samma väg tills du kommer till bebyggelse i form av större hus, Sandögårdarna, och havet nedanför. Följ vägen då den svänger till höger. Oavsett vilken rutt du tog så är nu havet på vänster sida och du följer vägen ända fram till Klubbviken. När du närmar dig kommer det att finnas skyltar mot Klubbviken. Du kan välja mellan att följa dem och ta en runda i skogen och komma fram bakom Klubbviken, eller så kan du svänga vänster när du skyttar stranden och restaurangbyggnaden.

Dags för vila. Häng på stranden och ät din matsäck eller beställ något att äta och dricka i Klubbvikens restaurang (öppet sommarsäsongen). Tillbaka trampar du först efter samma väg som du kom. Vid Sandögårdarna fortsätter du rakt fram. Sväng vänster i nästa korsning och följ vägen tills du är tillbaka vid Tjuvholmssundet.

ALT. 2, SANDÖKLUBBEN

Packa badkläder, solkräm och matsäck eller ät på Klubbvikens restaurang (öppet sommarsäsongen). Den här turen passar bra för dig som vill ha roligt på cykeln, köra off road på skogsstigar och stränder och samtidigt ha tid för sol och bad. Mot en mindre avgift kan du - i mån av plats - ta med cykeln på turbåten från Södra hamn. Info: lapponia.se. Hoppa av vid Klubbvikens havsbad och välj om du vill följa havssidan runt udden, eller om du vill börja med att utforska de olika stigarna som tar dig till andra sidan. Här finns mycket att utforska! För denna tur är fatbikes att föredra då det finns många sandiga partier.



Med fatbike tar du dig fram överallt på Sandön.

TIPS: Har du ingen fatbike så fungerar det med mountainbike, cyclocross eller annan cykel med lite grövre däck. Det går att cykla på ön genom att följa huvudvägarna (grus). På visitlulea.se finns aktuell information om var du kan hyra cyklar och om företag som erbjuder guidade turer.

FAKTA: Sandön är Luleå skärgårds största ö, 26 kvadratkilometer stor och är som namnet antyder mestadels uppbyggd av sand. Men det finns klart mycket mer på denna bjässe i Luleå skärgård. Den mäktiga Stenåkers, ett 1400 meter långt och 300 meter brett klapperstensfält hittar du på öns berg, Lappmyrberget. Cykla inte på renlav och fönsterlav (vitmossa). De växer mycket långsamt och skadas de tar det många år innan de växt upp igen.

10. MOUNTAINBIKE-LEDER



Gillar du mountainbike så åker du till Ormberget eller Karlsvik där skyltade leder tar dig ut i terrängen. Välj mellan olika långa sträckor och svårighetsgrader.

På Ormberget finns MTB-lederna Skogsfrun och Hagadalsleden. De är skyltade med pilar. Start/mål vid discgolf-banan längs Bodbergsvägen (Gamla Hagaviksvägen). Banorna är varierande med cykling på grusväg, motionsspår och stigar. På Hagadalsleden är cirka 1 kilometer tekniskt mer krävande. Ormberget har även Snoken som är en downhill-bana. Lederna i Karlsvik heter Bruksleden, Malmleden och Sliplederna och även här är det skyltat med pilar. Start/mål vid västra delen av Arcushallens parkering. Alla tre lederna går längs böljande skogsstigar och passar bra för nybörjare. På toppen av Ormbergsbacken finns en lunchrestaurang och i Karlsvik finns flera badstränder, äventyrsbad, sommarcafé och järnvägsmuseum. Se tur 1 "Broarna runt".



TIPS: Slalombacken i Måttsund, 10 kilometer söder om Luleå, har tre downhill-banor. Liften är inte igång utan man får gå upp - ett bra träningspass! Karta finns på visitlulea.se. Kontakta Cykelstallet eller Luleå terrängcyklister för mer information.

cykelstallet.com
luleaterrangcyklister.com



11. KONSTRUNDAN



Konst från hoj! Upplev Luleås offentliga konst från cykeln. Du får en härlig tur runt centrala Luleå. Karta och startblankett hämtar du i Konsthallens reception eller på Luleå turistcenter i Kulturens hus.



Verket heter Silverträdet, men var står det?

VINTERCYKLING

ISBANAN, CENTRALA LULEÅ Varje år plogar Luleå kommun upp en isbana som går runt centrumhalvön, från hamn till hamn med avstickare till Mjölkudden och Bergnäset. Sträckningen kan variera något från år till år beroende på vädret och isens kvalitet. Här färdas man också med skridskor, skidor och spark eller promenerar. Den totala sträckningen är drygt 10 kilometer och bjuder på cykling utan svårigheter. Det är lätt att ta sig ut på isbanan då den ligger i centrala Luleå och du kan starta och avsluta på fyra olika ställen runt stadshalvön: Södra hamn, Oskarsvarv, Hälsans hus och Norra hamn. Längs banan finns flera grillplatser där du kan äta din matsäck. Börjar du vid Södra hamn så kliver du på isbanan vid den stora hamnkranen. Om du tittar söderut ser du ön Gråsjälören några hundra meter ut och där finns toaletter och grillplatser. Är du här under helgen och flaggan är hissad är det öppet för fikaförsäljning. Lions club säljer smörgåsar, varmkorv, vafflor och kaffe och det är ett populärt utflyktsmål bland Luleåborna. Isbanan fortsätter under Bergnäsetbron och runt Gultsaudden till Norra hamn.

CYKLING PÅ ISVÄGAR I LULEÅ SKÄRGÅRD För dig som vill cykla en längre sträcka på isen så finns möjlighet att cykla på någon av de isvägar i Luleå skärgård som, beroende på isens bärighet, hålls öppna för biltrafik varje vinter. Isvägar finns till Hindersön, Storbrändön, Sandön och Junkön. På några av öarna i skärgården finns stugor att hyra året runt. Kontakta Luleå turistcenter för uthyrning av stugorna samt information och rekommendationer om säkerhet för isvägarna, eller läs mer på lulea.se/skargard. Guideföretagen kan också, vid gynnsamma förhållanden, erbjuda dig vinteräventyr bortom isvägarna, läs mer på visitlulea.se.



Med fatbikes tar du dig fram på de flesta underlag, här på snötäckt is i Södra hamn.



En tur på skärgårdsis i midvintersol är en oförglömlig upplevelse.



Många Luleåbor cyklar året om.

Foto: Fredrik Boman

Foto: Peter Rydström

Foto: Peter Rydström

Foto: Susanna Lindahl

INTE STÖRA, INTE FÖRSTÖRA I den svenska naturen får vi röra oss fritt. Vi får plocka blommor, bär och svamp. Vi får 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.



Smålom och ännu mindre lom.

LÄS MER:

Naturreservat: lansstyrelsen.se

Allemansrätten: naturvardsverket.se

Fiskeregler: fiskekort.se

Luleå har gott om cykelvägar längs fjärdarna och älven.



CYKELVÄNLIGT Luleå räknas in bland de tio mest cykelvänliga platserna i hela Sverige. När det gäller traditionell cykling i stadsmiljö finns väl utvecklade cykelleder som tar dig runt staden och till de flesta platser som du önskar att besöka. I tätorten finns cirka 17 mil cykelvägar. Luleå deltar också i nätverket Svenska Cykelstäder, ett nätverk med syfte att främja arbetet med cykling i svenska kommuner.

Här vill vi ge dig inspiration över var du ska cykla och tipsa om fina utflyktsmål, både på nära håll och lite längre bort. Besök gärna Luleå turistcenter, de kan ge ännu fler tips och råd. Där kan du också hämta Luleås cykelkarta som visar alla cykelvägar i tätorten. En cykelpump finns i korsningen mellan Storgatan och Hermelinsgatan. Självklart är den gratis att använda.

FATBIKE Luleå är känt för att vara ett paradiset för Fatbike-entusiaster. Fatbiken är en terrängcykel med extremt breda däck som gör att den tar sig fram i oländig terräng på ett enkelt sätt. En myr eller ett stort stenfält är exempelvis inga problem för en fatbike.

MOUNTAINBIKE Banor för terrängcykling finns på Ormberget, i Karlsvik och Måttsund. Det finns leder för både den rutinerade cyklisten och nybörjaren.



Foto: Peter Rydström



Foto: Fredrik Broman

Tips på fler upplevelser och sevärdheter i Luleå hittar du i våra guider och på vår webb.

Guiderna kan du hämta på samtliga ställen där vi har turistinformation samt som pdf:er för nedladdning på visitlulea.se.



Foto: Susanne Lindholm

GUIDADE TURER & UTHYRNING

Information om företag som erbjuder guidade turer och uthyrning av utrustning finns på visitlulea.se

TURISTINFORMATION

LULEÅ TURISTCENTER

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

GAMMELSTADS VISITOR CENTER

Kyrkorget 1
0920-45 70 10
gammelstad@lulea.se

INFOPOINTS finns på ett antal ställen i Luleå med omnejd. För mer information, se visitlulea.se.

Vi strävar efter att inspirera och ge dig så aktuella tips som möjligt om saker att se och göra under din vistelse, men eftersom vår omvärld ständigt förändras reserverar vi oss för att information i denna guide kan bli inaktuell. Guiden är ett komplement till visitlulea.se.

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