Visit Sweden News Room

From Rail to Trail - Her finder du et udvalg af svenske vandreruter

Efterårsferien nærmer sig, og det er en god anledning til at komme væk fra hverdagens vante rammer. Vores naboland Sverige byder på skønne natur- og kulturoplevelser og har et væld af vandreruter, der er et besøg værd i efteråret, og som er nemme at komme til med tog.

Nedenfor vil du finde 11 eksempler på dags- og flerdages vandreruter, der tager dig gennem Sveriges smukke natur- og kulturoplevelser i efteråret. Om man er nybegynder, leder efter familievenlige ruter eller er en erfaren vandrer, så byder Sverige på utallige vandreruter fra nord til syd for alle.


Photographer Credits Carl-Johan Utsiimagebank.sweden.se

Nordsverige: Oplev Abisko bjergene og Trollsjön-søen med hele familien
Ved Kiruna i Lapland i Nordsverige kan man vandre i den smukke Abisko nationalpark. Vandreruten gemmer både på skove, dramatiske klippevægge og blomsterenge, der er en favoritdestination blandt vandreentusiaster. Ruten ender ved Trollsjön-søen, der siges at have Sveriges klareste vand. Med en længde på 5 kilometer egner ruten sig godt til børnefamilier. Vandreturen ligger tæt på Låktatjåkka togstation nær Kiruna.
Find mere information om det svenske Lapland her:https://visitsweden.com/where-to-go/northern-sweden/swedish-lapland/


Photographer / Credits Staffan Widstrand/imagebank.sweden.se

Nordsverige: Oplev den varierende natur ved Västerbotten naturreservat
I naturreservatet ved Västerbotten kan man opleve den legendariske Islävleden-rute. Hele ruten er 60 kilometer lang, men med masser af muligheder for at tage mindre afstikkere. Hvis man står af toget på Vindeln, kommer man gennem mindre bakker ved Degermyrliden bjerget og fortsætter gennem den charmerende by Abborrtjärn. Fra Hällnäs-stationen byder ruten på en ubeskrivelig udsigt over Vindelälven dalen og byen Hjuken. Vandreruten kan nås fra togstationerne Hällnäs og Vindeln i Isälvsleden.
Find mere information om Västerbotten her:https://visitsweden.com/where-to-go/northern-sweden/vasterbotten/


Photographer / Credits Friluftsbyn Höga Kusten/imagebank.sweden.se

Nordøstsverige: Oplev en af Sveriges signaturruter på Höga Kusten, listet på UNESCOs verdensarvsliste
I Örnsköldsvik kan man stå af toget og tage vandreruten fra den nordligste del og opleve en af Sveriges signaturruter, der snor sig gennem et naturskønt område listet på UNESCOs verdensarvsliste. Området er opdelt i 13 forskellige sektioner med terræn, der byder på stejle klipper, sandstrande, dybe skove og enge til Hornöberget. Ruten fra Örnsköldsvik til Svedjeholmen er let tilgængelig og familievenlig, og dækker 4,7 kilometer. Vandreruten kan nås fra Örnsköldsvik-togstation.
Find mere information om Sveriges højkyst og ruten fra Örnsköldsvik til Svedjeholmen her:https://visitsweden.com/where-to-go/northern-sweden/angermanland/high-coast/, https://www.hogakusten.com/en/highcoasttrail/section-13


Photographer / Credits Niclas Vestefjell/imagebank.sweden.se

Centralsverige: Familievenlige ruter, der fører til Sveriges højest beliggende café på toppen af Toppstugan
Åre er kendt for sine gode skibakker, men området byder også på masser af vandreruter, der er let tilgængelige for alle. Her kan man opleve smukke udkigspunkter og frisk bjergluft. Gå fra Åre Square-stationen til Mt. Åreskutan og Toppstugan, hvor Sveriges højest beliggende café venter på toppen. Her kan man nyde en velfortjent omgang hjemmelavede vafler. Vandreruten ligger tæt på Åre Square-togstation i Jämtland**.**
Find mere information om Åre og de mange familievenlige ruter her:https://visitsweden.com/where-to-go/northern-sweden/jamtland-harjedalen/are-ostersund/, https://www.aretrails.com/items?objectClass=trail&activity=walking,hiking


Photographer / Credits Synöve Borlaug Dufva/imagebank.sweden.se

Centralsverige: Oplev Dalarnas idylliske kulturarv
Tag toget til Tällberg og oplev den idylliske by med udkig over Siljan-søen. Den 7 kilometer lange rute snor sig gennem skove og små byer, og her kan man opleve Dalarnas rige natur- og kulturarv. Oplev bl.a. Digerberget, der er en oplagt destination til en hyggelig picnic med udsigt over landskabet. Hvis man drømmer om et forfriskende dyp i Siljan-søen, er det muligt at hoppe i fra stranden i Tällberg.
Find mere information om Dalarna og Tällberg her:https://visitsweden.com/where-to-go/middle-sweden/dalarna/


Photographer / Credits Gustaf Emanuelsson/Folio/imagebank.sweden.se

Centralsverige: Västmanland, Nyd freden i nåleskoven
I Västmanland nær Stockholm finder man Bruskleden-ruten, der strækker sig fra Västerås mod syd til Avesta og Malingsbo mod nord. Området er opdelt i 27 ruter og byder på skønne naturoplevelser med søer og nåleskove. Fra Hallstahammer-stationen kan man tage rute nr. 6, der byder på fred og ro i skoven.
Find mere information om Västmanland og Bruksleden her:https://visitsweden.com/where-to-go/middle-sweden/vastmanland/, https://www.bruksleden.se/vandra/hallstahammar-langsjon-bruksleden-etapp-6/


Photographer / Credits Björn Tesch/imagebank.sweden.se

Sydsverige: Naturoplevelser og historisk middelalderstemning syd for Stockholm
Tag toget til Huddinge syd for Stockholm og oplev Sörmlandleden, der byder på alt fra dybe skove og søer til bjergtoppe og enge. Ruten er opdelt i forskellige dele tæt på tog og bus. Fra Huddinge station til Hökärr findes der en 13-kilometer rute gennem skovområder og bjergrigt terræn, hvor man bl.a. kommer forbi middelalderslotte og Gladö Mill, der stammer fra 1330.
Find mere information om Sörmland og ruten fra Huddine til Hökärr her:https://visitsweden.com/where-to-go/middle-sweden/sormland/, https://www.sormlandsleden.se/vandring/etapp/etapp-6-1/


Photographer / Credits Per Pixel Petersson/imagebank.sweden.se

Vestsverige: Tag Slussrundan langs Trollhätte kanalen
Fra stationen i Trollhätten kan man tage Slussrundan-ruten, der løber langs kanalen og over øen Spikön. Langs kanalen kan man opleve smuk natur og aktiviteter for hele familien med legepladser og minigolf. Nær Trollhätten finder man også Trollhätten-vandfaldet, der er Sydsveriges mest kraftfulde flod. Hele ruten er 7,5 kilometer lang, men det er også muligt at tage den 2,5 kilometer lange gårute, Spikörundan, der strækker sig over øen Spikön.
Find mere information om Slussrundan og Spikörundan her:https://www.vastsverige.com/en/trollhattan-vanersborg/leder/slussrundan/?site=563, https://visitsweden.com/what-to-do/nature-outdoors/hiking/from-train-to-trail-accessible-hiking-in-sweden/


Photographer / Credits Anders Tedeholm/imagebank.sweden.se

Centralsverige: Rundtur i Sveafallen med spor fra istiden
Tæt på grænsen i Värmland finder man det naturskønne Sveafallen. Her kan man vandre Sveafallen rundt på 5 kilometer, der snor sig gennem et område fyldt med nåletræer. Her skal man holde udkig efter de mange spor fra istiden, der gemmer sig rundt på ruten, hvor man bl.a. kan finde jættegryder og kampesten. På grund af rutens ujævne terræn egner den sig bedst til de mere øvede vandrere. Nå ruten med toget til Degerfors station.
Find mere information om Sveafallen her: https://visitvarmland.com/degerfors/en/activities/hiking-2/sveafallen-nature-reserve, https://www.alltrails.com/trail/sweden/orebro--2/sveafallen-runt


Photographer / Credits Malcolm Hanes/Johnér/imagebank.sweden.se

Sydøstsverige: I sporene på Sveriges kendte botanikere
På Linneaus-ruten hyldes Sveriges kendte botaniker Carl Linneaus. Ruten byder på en let tilgængelig 10 kilometer lang vandrerute fra Kalmar, hvor man vandrer gennem et kulturrigt område langs østkysten fra Linneaus Universitet til Stensö. Ruten er beriget med en stor variation af blomster og planter, som man kan læse om undervejs. På ruten kan man også opleve den historiske Gustav Vasa-sten. Linneaus-ruten ligger tæt på Kalmar-stationen.
Find mere information om Kalmar her: https://visitsweden.com/where-to-go/southern-sweden/smaland/kalmar/


Photographer / Credits Conny Fridh/imagebank.sweden.se

Sydsverige: Kystvandring og byhistorie
Stå af toget i historiske Helsingborg og tag den 16 kilometer lange Skåneleden-rute fra kysten ved Helsingborg til Rydebäck, der er en af Sveriges signaturruter. På ruten kan man opleve den historiske bydel ved Helsingborg, det middelalderlige Kärnan tårn og den smukke natur langs kysten. Det er også muligt at skyde genvej og forkorte ruten.
Find mere information om Skåneleden her:https://www.skaneleden.se/en/etapp/7-helsingborg-rydeback, https://skaneleden.se/en/item/skaneledsetapper-som-funkar-med-kollektivtrafiken-2/uknxojgtg7plxz9fatlnvpnqwuosciz2

Pressebilleder kan findes her https://contentbank.visitsweden.com/selection/8812375c7e5692c17e65989301eaff02

Ebba Ekelund
PR Manager Sweden and Nordics
ebba.ekelund@visitsweden.com

Visit Sweden har den officielle opgave fra den svenske regering at markedsføre Sverige som turistdestination. Vores vision er, at Sverige i 2030 er verdens mest bæredygtige og attraktive rejsedestination bygget på innovation. I dag er det vigtigere end nogensinde at målrettede rejser er meningsfulde, bevidste og skaber varig værdi med hensyn til vores gæster, for lokalsamfundet og vores planet. Velkommen til Sverige.

https://press.visitsweden.com/2022-09-29-From-Rail-to-Trail-Her-finder-du-et-udvalg-af-svenske-vandreruter