

Vandringsledare

Nina Ahlqvist	070-642 64 19
Leif Bergman	070-233 57 01
Kerstin Frenckner	kfrenck@gmail.com
Eva Gruvstedt	073-989 59 91
Ann-Katrin Hammarskiöld	070-691 82 12
Erik Johansson	070-658 25 08
Holger Johansson	070-594 11 45
Margareta Nyström	070-698 71 98
Ulla Palmér Nilsson	070-269 36 97
Sören Rosell	070-671 69 27
Anna-Karin Sihlén	073-366 55 84
Leila Sipinen	070-347 98 1
Allan Sparf	072-245 68 10
Carin Wikström	073-094 64 42

Deltagaravgiften (50 kr för medlem, 100 kr för övriga, kortvandring 20 kr) betalas vid vandringen via Swish 123 363 60 57 eller kontant till ledaren. Medlem kan köpa vandringskort för höstterminen 2026 för 200 kr genom att anmäla sig på hemsidan och direktbetala med Swish, Visa eller Mastercard.

Friluftsförbundet i Södertälje erbjuder också barn- och ungdomsverksamhet (Skogsmulle, strövare mm), alpin verksamhet i Ragnhildsborgsbacken, kajak, fjällturer, långfärdsskridsko och längdskidor.

Friluftsförbundet i Södertälje, Box 19037, 152 25 Södertälje
Hemsida: www.friluftsförbundet.se/sodertalje Bankgiro 5469-9806
E-post: sodertalje@friluftsförbundet.se Swish 123 363 60 57
Kontaktperson för vandringar: Leif Bergman,
E-post: leif.bergman@telia.com

Häng med oss ut!



Foto: Gunnar Hermelin

Vandra med Friluftsförbundet i Södertälje så får du:

- frisk luft
- motion i alla väder
- trevligt sällskap
- uppleva och lära känna naturen i Södertäljes omgivning

Tisdagsvandringar hösten 2026 (6-10 km)

Dag	Vandringsområde	Ledare
1 sep	Tveta	Allan Sparf
8 sep	Mälarskogens naturres. Norsborg	Erik Johansson
15 sep	Korpberget	Kerstin Frenckner
22 sep	Lina naturreservat	Eva Gruvstedt
29 sep	Stensjöarna, Gnesta	Ann-Katrin Hammarskiöld
6 okt	Garnudden	Carin Wikström
13 okt	Lövsta, Parkudden	Eva Gruvstedt
20 okt	Tveta	Leif Bergman
27 okt	Enhörna/Malmsjön	Ulla Palmér Nilsson
3 nov	Bastmora	Kerstin Frenckner
10 nov	Bornsjön	Holger Johansson
17 nov	Södertälje kanal	Kerstin Frenckner
24 nov	Oxvreten, avslutning	Leif Bergman

Kortvandringar hösten 2026 (ca 4 km)

Dag	Vandringsområde	Ledare
Tis 8 sep	Mälarskogens naturres. Norsborg	Erik Johansson
Ons 16 sep	Gröndal	Leila Sipinen
Ons 23 Sep	Söderby, Salem	Leila Sipinen
Ons 30 sep	Kulturhuset Järna	Erik Johansson

Gå-orientering (för info se hemsidan)

Dag	Vandringsområde	Ledare
Ons 26 aug	Oxvreten	Leif Bergman
Mån 31 aug	Oxvreten	Kerstin Frenckner

Onsdagsvandringar hösten 2026 (10-15 km)

Dag	Vandringsområde	Ledare
2 sep	Nåttarö	Carin Wikström
9 sep	Ramtorp	Kerstin Frenckner
16 sep	Nynäsreservatet, etapp 50	Holger Johansson
23 sep	Likstammen	Eva Gruvstedt
30 sep	Nykvarn	Leif Bergman
7 okt	Nynäsreservatet, etapp 53	Ulla Palmér Nilsson
14 okt	Medd. senare	Ann-Katrin Hammarskiöld
21 okt	Bergasjön	Sören Rosell
28 okt	Lida	Carin Wikström
4 nov	Bornsjön	Holger Johansson
11 nov	Vidbynäs – Acksjöarna	Eva Gruvstedt
18 nov	Läggesta	Leif Bergman

Helgvandringar hösten 2026 (10-15 km)

Dag	Vandringsområde	Ledare
Sön 30 aug	Enhörna	A-K Sihlén / Nina Ahlqvist
Lör 12 sep	Vandringens dag - Nykvarn	Eva Gruvstedt
Sön 20 sep	Järna	Nina Ahlqvist / A-K Sihlén
Sön 25 okt	Medd. senare	Nina Ahlqvist / A-K Sihlén
Sön 29 nov	Preliminärt	Nina Ahlqvist / A-K Sihlén

OBS! Detta schema är preliminärt och kan komma att ändras.

Definitiv information finns alltid på [vår hemsida för vandring](#).

Till startplatsen åker vi oftast bil (ibland buss eller tåg), samåk så mycket som möjligt. För vandringarna behöver du rejäla skor, kläder efter väder, vattenflaska, sittdyna och matsäck för 1-2 raster.