

## BARN- OCH UNGDOMSVERKSAMHETEN

För mer info om barnverksamheten, kontakta grenledare Daniel Lindskog, 0704-244852.



**SKOGSKNOPP** Barn 1-2 år.  
*Tillsammans med ledare och föräldrar.*



**SKOGSKNYTTE** Barn 3-4 år.  
*Tryggheten och trivselen i skogen är det viktigaste.*



**SKOGSMULLE** Barn 5-7 år.  
*Naturens samspel och hänsyn i naturen.*

## VANDRINGAR

För alla vandringar gäller...

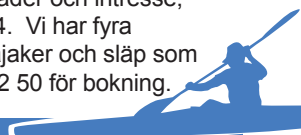
Fika i ryggsäck och kläder efter väder.

**OBS! För eventuell samåkning kontakta vandringsledare.**

Alla i bilen delar på kostnaden 40:-/mil.

## KANOTING

Följ med på turer som planeras efter väder och intresse, kontakt Mårten Persson 070-306 57 84. Vi har fyra kanadensare, fyra kajaker, två juniorkajaker och släp som går att hyra. Ring Bo Rooth 076-818 52 50 för bokning.



## LERJEVALLEN

Besök gärna Lerjevallens friluftsområde norr om Arkelstorp. Det är ett härligt strövområde med markerade vandringsleder. För mer info se vår hemsida. Kontaktperson Micke Oveesson 073-184 00 20.

## LÅNGFÄRDSSKRIDSKOR

Som medlem får du rabatterat pris på medlemskap i skridskonätverket Långfärdsskrinnarna i sydöst (LSS) som erbjuder ledarledda turer så fort isläget tillåter detta. Mer information hittar du på vår hemsida. Kontaktperson Crisse Göransson 073-800 77 13.

## MOUNTAINBIKE

Det kommer att genomföras turer i grupp, både i svårare och lättare terräng. Alla turer är ledda av utbildade ledare i olika svårighetsgrad. Vi kommer mestadels att hålla till i LerjevalLEN. Mer info på vår hemsida. Kontaktperson Mikael Olsson 076-850 36 23.

**Avs. Friluftsförbundet  
i Kristianstad  
c/o Kjugevägen 144  
291 68 Fjälkinge**



Adress

### MEDLEMSPRISER

**VUXEN - 26 år och äldre 395 kr**

**UNGDOM - 13-25 år 190 kr**

**BARN - 0-12 år 115 kr**

**FAMILJ - 590 kr**

För att bli medlem gå in på Friluftsförbundets hemsida  
<https://www.friluftsfremjandet.se/engagera-dig/bli-medlem>



**FÖLJ OSS PÅ FACEBOOK:  
FRILUFTSFRÄMJANDET KRISTIANSTAD**

Programmet genomförs i samarbete med Studieförbundet.

[www.friluftsfremjandet.se/kristianstad](http://www.friluftsfremjandet.se/kristianstad)

**FRILUFTS  
FRÄMJANDET**



**HÖSTEN/VINTERN 2025-2026**

### TISDAGSVANDRINGAR PÅ KJUGEKULL - Varje tisdag året runt.

Vi samlas kl. 10.00 på Kjugekulls parkering för ca 5 km vandring i kuperad terräng och storslagen natur. Tag med fika. Åter vid P ca kl. 12.00. Kontaktperson Lisbet Roth, 070-826 96 71.

### SÖNDAG DEN 3 AUGUSTI - Vandring och därefter grill- och glassbuffé

på Skepparslövs golfkrog. Samling vid golfbanans parkering kl. 11:00 för ca 5 km vandring och därefter buffé kl. 12:30. Anmälan till buffén sker till Lisbet Roth 070-826 96 71 senast den 31/7. Pris 299 kr. Kontaktperson Kerstin Andersson, 0708-324750.

### ONSDAGSTRÄNINGAR I LERJEVALLEN DEN 13 AUGUSTI TILL 17 SEPTEMBER

#### - Mountainbiketräning i LerjevalLEN.

Varje onsdagskväll den 13 augusti till och med 17 september samlas vi på parkeringen vid Mjönäsvägen kl. 18:00. Alla är välkomna oavsett ålder och erfarenhet. Kontaktperson Mikael Olsson, 0768-503623.



**SÖNDAG DEN 10 AUGUSTI - Vandring i skogsmiljö** i Bockeboda strövmråde, välj mellan ca 6 km med 1 fikapaus eller ca 12 km med 2 fikapaus. Båda sträckorna är delvis kuperade. Samling kl. 10:00 vid Bockatorpets parkering. Kontaktperson Kerstin Andersson, 0708-324750.

### SÖNDAG DEN 17 AUGUSTI - Vandring i sommarlandskap.

Vi startar dagens vandring vid Garvaregården i Nymölla kl. 13.00. Lilla Kungsleden mot havet. Edenryds kustled mot Krogstorp. Strädet mot Åby. Årups slott, Årups vackra allé och hjorthägn. Ca 9 km. Två fika pauser. Kontaktperson Barbro Johnsson 070-151 55 48.

### SÖNDAG DEN 31 AUGUSTI - Stadsvandring i Kristianstad.

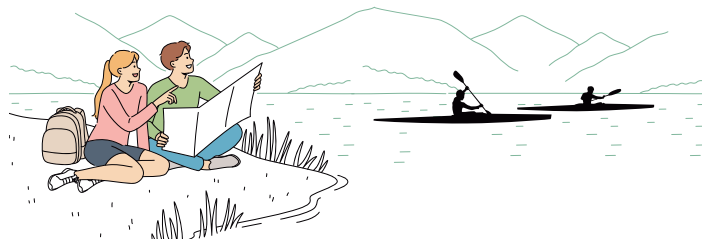
Följ med på en intressant historisk vandring med Peter Rosengren. Start vid Stora torg kl. 10.00. Ca 1 timmes vandring. Kostnad 120 kr/person. För de som vill går vi till Darins och fikar efteråt. Anmälan sker på hemsidan. För info om vandringen kontakta Ewa Palmér-Wikdahl, 070-531 92 45.

### LÖRDAG DEN 6 SEPTEMBER - Stigcykling på Ivö.

Fin runda på stigar och skogsvägar runt ön. Mer info på hemsidan. Kontaktperson Mikael Olsson, 0768-503623.

### SÖNDAG DEN 7 SEPTEMBER - Vandring i Fulltofta strövmråde.

En ca 12-14 km lång vandring på naturstigar, spångar och grusvägar i raskt tempo. Medel till svår vandring. Två fikastopp. Efter vandringen finns det möjlighet att besöka Café och utställning på Naturcentrum. Start kl. 10:00 från parkeringen Fulltofta Naturcentrum. Mer info finns på hemsidan i augusti. Vandringsledare Carina Nilsson, 0702-505518. OBS! Anmälan senast kl. 08:00 den 7/9.



### SÖNDAG DEN 14 SEPTEMBER - Rundvandring i Bäckaskogs slottspark.

Med fokus på de ståtliga träden i parken, varvat med lite historik kring Bäckaskogs slott, vandrar vi en kortare tur i lugnt tempo, Ca 2.5 km. Tag med fika. Samling vid Bäckaskogs slotts parkering kl. 13:00. Kontaktperson Lisbet Roth 0708-269671.

**SÖNDAGEN DEN 21 SEPTEMBER - Vandring längs Eriksbergsleden,** från Eriksberg till Matvik. En kustnära led med närhet till Eriksbergs Vilt- och naturpark. Vandringen är bitvis krävande med många kuperade och branta stenpartier men erbjuder fantastiska vyer mot havet. Två broar. Ca 12.5 km dagstur (5 timmar) med 2 fikapaus. Då vandringen inte är en rundtur, krävs det samäkning och att det finns bilar i både Matvik och Eriksberg. Mer info finns på hemsidan. Kontaktperson Anna Adamsson, 0731-424566.



### LÖRDAG OCH SÖNDAG DEN 27-28 SEPTEMBER

#### - Vandring med övernattnig.

En vandring där man bär sin packning med sig i en varierad terräng. Kontaktperson Crisse Göransson Ehman, 073-800 77 13.

### SÖNDAG DEN 28 SEPTEMBER - Ett stenbrott på Vångaberget.

Guidad tur med info om bormning och förädling av den röda graniten som bryts här. Kortare vandring i brottet. Ca 3 tim. Ta med fika. Samling vid kiosken i Villands Vånga kl. 10:00 för samäkning. Kontaktperson Bo Rooth 076-818 52 50.

### LÖRDAG 4 OKTOBER - Stigcykling i Breanäs.

Kuperad runda på härliga stigar i Göingeskogarna. Mer info på hemsidan. Kontaktperson Mikael Olsson, 0768-503623.

**SÖNDAG DEN 5 OKTOBER - Vandring i Göingenatur** på grusvägar och stigar runt Rumperöd. Start Boaltsvägen i höjd med Ishallen i Glimåkra vidare upp mot Rumperödsgård och Rumperödsberget. Ca 9 km med 2 fikapaus. Mer info kommer att finnas på hemsidan. Kontaktperson Bjarne Jönsson, 0708-872456.

### MÅNDAG DEN 6 OKTOBER - Tvärs över jorden på cykel.

Följ med på en tankeväckande föreläsning! Inspirerande äventyr där Ann Da Silva Johansson delar sin resa från Hälsingland till Nya Zeeland. Plats: Regionmuseet hörsal Tid: 18:30-20:15. Gratis. Anmälan till Studieförbundet arr.nr 702291 senast den 2 oktober.

### SÖNDAG DEN 12 OKTOBER - Bombskogen.

Det låter farligare än vad det är... Vi startar med att följa den nya sträckningen av Höjdarnas Höjdarled och förbi Hammarmölledamm. Därefter bär det uppför på kända/okända stigar där det kan vara bra med stavar. Efter fikan kommer vi fram till Bombskogen där vi tar en mindre fika och sedan avslutar vi jakten på Gullspiran. Samling kl. 10:00 vid Hovdala slottsparkering. Vandringen är ca 11.5 km och något krävande på sina ställen. Kontaktperson Jan Olsson, 0701-451768.

### SÖNDAG DEN 19 OKTOBER - Svampexkursion på Balsberget.

Vår svampguide är Per Gunnarsson. Vi är ute i skogen ca 3 tim. Samling på Balsberget parkering kl. 09:30. Ta med fika och svampkorg. Kontaktperson Per Gunnarsson 0703-274061.



### IDÉ - OCH SPÅNARTRÄFF DEN 21 OKTOBER

Vi försöker få ihop ett trevligt program till våren 2026. Samling i Studieförbundets lokal i Kristianstad kl. 18:00. Anmälan till Lisbet Roth, 0708-26 96 71.

**SÖNDAG DEN 26 OKTOBER - Höstvandring i Östra Sönnarslöv,** ca 8 km i lätt kuperad terräng. En fikapaus. Samling vid Östra Sönnarslövs kyrka kl. 10:00. Kontaktperson Gith Åhlund 0730-695609.

**SÖNDAG DEN 9 NOVEMBER - Kjugekull** är en geologisk sevärdhet som är helt unik för svenska förhållanden. Här kan man bland annat se vittringsformer i urberget från dinosauriernas tid, spår av havet under Krita och spår av den högsta kustlinjen efter den senaste istiden. En vandring i tid och rum som börjar på Kjugekulls parkering kl. 10:00 och håller på till ca kl. 14:00. Tag med eget fika och kläder efter väder. Dagens guide är Gunnar Isacson.

### SÖNDAG DEN 16 NOVEMBER - Kustnära vandring vid Nyehusen.

Vi vandrar ca 7 km (ca 3 timmar) i både tallskog och längs havet. 1 fikapaus. Samling kl. 10:00 vid Nyehusens parkering, nedfart Slättnes väg (ca 500 m från Martins Camping fd. rökeri). Kontaktperson Lennart Lövgren, 0731-548908.

### SÖNDAG DEN 23 NOVEMBER - Vandring på Balsberget.

Vi vandrar ca 8 km i lättgången med delvis kuperad terräng. 1 fikapaus. Vandringen avslutas med glögg. Samling på Balsbergets parkeringsplats kl. 10:00. Kontaktpersoner Lennart Lövgren, 0731-548908 och Lisbeth Johnsson, 0709-227387.



**SÖNDAG DEN 7 DECEMBER - Bastubad** i Tosteberga hamn med dopp i havet. Bastun är uppvärmd för oss kl. 11:00-14:30. För dig som vill använda bastun är kostnaden 50 kr/person. Max 14 personer. OBS Anmälan till Bo Rooth 0768-185250 eller via hemsidan senast den 5/12.

### SÖNDAG DEN 4 JANUARI - Vintervandring ca 8 km.

Åhus - Fårabäck - Åhus. Vid Fårabäck finns möjlighet att grilla sin medhavda matsäck. Vandringsstart kl. 10:00. Samlingsplats meddelas på hemsidan/facebookssida. Kontaktperson Lena Raftmark, 0761-090456.