

GUIDADE VANDRINGAR

2026



Foto: Jonas Ingman/vastsverige.com



Västkuststiftelsen

HÄNG MED OSS UT!

Välj bland alla våra vandringar och följ med oss ut!
Vandringarna är för det mesta gratis och sker under kunnig ledning av en guide. Det krävs inga förkunskaper, men med skor och kläder anpassade efter väder samt matsäck och en stor portion nyfikenhet får du ut mest av vandringen. Så ta tillfället i akt och se ett nytt naturområde eller lär dig mer om ett du redan känner till.

Vandringarna presenteras även på:

<https://vastkuststiftelsen.se/guidningar/>

I detta häfte finner du alla våra guidade vandringar 2026. Observera att det krävs föranmälan via hemsidan på vandringarna. Föranmäl dig i god tid. Om du behöver hjälp med att föranmäla dig, ring: 031-40 29 81.

Detta häfte ges ut i mars 2026. Vi reserverar oss för eventuella felskrivningar. Ändringar av tider och platser kan förekomma och meddelas i första hand via hemsidan. Därför är det alltid bra att kontrollera den senaste informationen på hemsidan innan du beger dig till en vandring.

Deltagande på turerna sker på egen risk.

Varmt välkommen!



Svårighetsgrader

Lätt

Flack terräng, slätt underlag, kort vandring eller långsamt gångtempo.

Medel

Lite tuffare terräng, längre sträcka och/eller lite högre tempo.

Krävande

Terrängen kan vara svår, t.ex. backigt eller obanad terräng. Lång vandring eller högt tempo. God kondition krävs.

Klassisk gaffelbiljettsvandring från Lerum till Hindås

Lördag 28 mars kl. 09:00-18:08

Stamsjöleden/Vildmarksleden, Härryda, Lerum

Vi återupptäcker en gammal vandringsklassiker från mitten av 1900-talet då göteborgare löste en så kallad gaffelbiljett och tog tåget till Hindås eller Lerum/Floda och vandrade eller åkte skidor mellan stationerna och tog tåget tillbaka till Göteborg.

Vandringen tar oss från Lerums station genom Härskogen friluftsområde som är av riksintresse för friluftslivet och viktig som så kallad grön kil för hela Göteborgsregionen. Vi följer Stamsjöleden och mitt på vandringen kommer vi in i Härskogens naturreservat som har områdets högsta naturvärden. Vi ansluter sedan till Vildmarksleden som tar oss till Hindås station.

Vandringen går omväxlande på små stigar och grusvägar och är ganska kuperad; rejäla skor eller kängor behövs därför. Vandringen är också lång så tag med lunch och fika för två matpauser.

Observera att vandringen börjar och slutar på olika ställen och är anpassad efter tåget från Göteborg kl. 08:42 till Lerum och bussen tillbaka från Hindås kl. 18:08 mot Göteborg på . Vandringen passar därför extra bra för de som bor i eller nära Göteborg och vill vandra utan att behöva ta bilen.

Guide/r: Mikael Östblom 0708-42 56 04

Sträcka: 18 kilometer

Samlingsplats: Lerums station (framför stationsbyggnaden i tegel).

Koordinat: 57.769782, 12.272336. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/NDVLADm3vEWEDK8HA>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Spring Embodied walk: Connecting to plants biodiversity through our body

Tisdag 31 mars kl. 17:30-19:30

Änggårdssbergen, Göteborg

We know that plant biodiversity is extremely important. But this is mainly a cognitive knowledge - how would it feel to know the importance of plant biodiversity? How can we understand plants so that we develop a deeper relationship with them? During this hike, we will explore these methods, through activities including meditation, noticing and art-based methods. Sitting with the theme of spring, we will especially focus on green nature as growing, renewing and opening up to new things. The walk will not be physically demanding. Participants should bring water and light snacks, a small break will be included. Bring waterproof shoes and jacket (the walk will take place in a light rain as well). There are no extra expenses included (except for parking in front of the Botanical garden). There is no age limit to this walk. It is not suitable for children baby carriages. It is not suitable to bring a dog on with you, as we might be in the Botanical garden. Language is going to be adapted to participants, can be held in both English and Swedish.

Guide/r: Katerina Cerna 0728-73 00 89

Sträcka: 3-5 kilometer

Samlingsplats: Botanical garden entrance.

Koordinat: 57.682934, 11.950153. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/DXndeVCerUsJ6w5A7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Havstensfjord – marint naturreservat med rikt fågelliv

Måndag 6 april kl. 09:00-14:00

Havstensfjorden, Uddevalla

Vi kikar både på områdets häckande skärgårdsfåglar, liksom de flyttande arter som rastar eller sträcker

förbi. De stora förändringar som ägt/äger rum i de marina ekosystemen, visar sig också i den förändrade marina fågelfaunan. Har vi lite tur kan vi få se såväl havsörn som pilgrimsfalk och kanske årets första fiskgjuse. Vi åker i egna bilar mellan fågeltornen kring reservatet, och gör där kortare promenader. Viktigt att ta med fika och kläder efter väder. Kängor eller gummistövlar rekommenderas. Lämplig familjeutflykt utan barnvagn.

Guide/r: Jan Uddén 0706-56 54 01

Sträcka: sammanlagt max 2 kilometer

Samlingsplats: Bohusläns museum (vid flaggstängerna).

Koordinat: 58.349472, 11.929194. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/3FuJapMUDrH2KdQg6>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar

Vår på Almeö - ett delta i Hornborgasjöns mitt

Måndag 6 april kl. 10:00-13:00

Hornborgasjön, **Falköping**

Välkommen till en vandring som tar sikte på Hornborgasjöns sydöstra strandområden som förutom vidsträckta mader också kännetecknas av ett par karaktäristiska uddar och den platåformade Almeö.

Vi vandrar ut över Hornborga mad och Almeö och berättar om sjöns allra första historia då sjön var tioalet meter högre och sträckte sig ända till Rösjön med Almeö i vattenbrynet. Men så sjönk den plötsligt till nära nog våra dagars nivå och blev till en del av Västerhavet.

Längs vägen njuter vi också av lärkor hängande i skyn, sjöfågel och inte minst vackra vyer. Vyer som varierat alltsedan jägare och samlare bodde runt sjön. En sista viloplats för Sveriges äldsta hund är hittad på just Almeö. Dock lämnar vi våra egna hundar hemma denna vandring på grund av eventuella kreatur längs vägen. Tack för er förståelse.

Guidar gör geolog Torbjörn Persson tillika fågelskådare följt sjöns utveckling från igenväxt träsk till dagens fågelparadis.

Obs: ta på stövlar eller vattentäta kängor! Vid alltför högt vattenstånd kommer vandringen företas på närliggande Ytterbergs udde.

Ta med eget fika!

Guide/r: Torbjörn Persson 0768-84 20 88

Sträcka: 4-5 kilometer

Samlingsplats: Löfwings krog & ateljés parkering för vidare transport.

Koordinat: 58.2927972, 13.5920754. Kartlänk: https://maps.app.goo.gl/5UxM96KmL5rvqNw76?g_s t=ic

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar, Geologi

Skogsbad

Onsdag 15 april kl. 17:00-20:00

Änggårdssbergen, **Mölndal**

Låt dig omfamnas av naturen under denna annorlunda vandring där vi "badar" i skogens atmosfär. Under ledning av Laurence kommer vi att gå ca 2-3 kilometer i väldigt lugnt tempo och känna naturkontakt genom våra sinnen på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även särskilda för natur- och skogsbad unika koncept. Du får möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och en känsla av tillhörighet.

Bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma ställe kan man känna sig kall lättare än vanligt. Vi rekommenderar att ta med extrakläder. Ta gärna med vatten att dricka, något att äta (om du tror att du kommer att behöva det) och ett sittunderlag (om du har ett).

Det finns gratis parkering vid naturreservatsentrén.

Närmaste kollektivtrafikhållplats: buss 751 "Eklanda skog" eller "Eklanda by".

Guide/r: Laurence Nachin 0793-39 29 59

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Grusparkering vid Änggårdens bergens entré: Västra Eklanda höjd, Eklanda, Mölndal.

Koordinat: 57.655460, 11.968309. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/EzrenRMyiUNdBiEG7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 16

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Mulens marker – i fotspåren efter Oskar i Ljungås

Lördag 18 april kl. 09:00-15:00

Ljungås, **Vårgårda**

Oskar i Ljungås brukade sin gård fram till 1990 utan att använda sig av moderna åker- eller skogsbruksmetoder. Resultatet blev ett välbevarat skogsbondehemman från 1800-talet som tack vare Oskar systers barnbarn blev naturreservat med restaurerade byggnader, ängar, hagar och skog som nu vårdas med slätter och bete. Vi vandrar längs med de markerade vandringslederna i reservatet för att uppleva de olika naturtyperna, från de öppna inägnorna till den betade skogen, från Kroksjöns stränder till de branta, granklädda sluttningarna ned mot Störtaredsån. Vi ser också ruiner och spår efter torpare som bebott markerna i Skogsbygden och får också träffa Ljungås nuvarande boende Ingela Sjöberg och höra berättelsen om hur Ljungås blev bevarat som naturreservat. Tag med matsäck för en fikapaus under vandringen.

Guide/r: Mikael Östblom 0708-42 56 04

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Ljungås naturreservats parkering (Ljurhallavägen).

Koordinat: 57.889188, 12.692225. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/k2ygsAFWqTWfV4w98>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Långvandring på Djursjöleden

Lördag 18 april kl. 10:30-17:30

Djursjöleden, **Mölndal**

Utmana dig med en långvandring! Följ med på en långvandring i fin skogsmiljö förbi många sjöar. Vi kommer vandra hela Djursjöleden som är en slinga på 20 kilometer. Den här vandringen riktar sig till dig som vill vandra långt!

Djursjöleden går igenom barrskog förbi tio sjöar på en rundslinga i Bunketorps friluftsområde. Här finns många rastplatser, vindskydd, och badställen. Nära slutet av leden går vi förbi Södra Barnsjöns badplats där den som vill får ta ett dopp.

Ta med matsäck (mackor eller liknande, frukt, snacks), en flaska vatten, och en termos med varm dryck. Vi tar flera pauser under vandringen för att fylla på med energi och vila fötterna lite. Ta med ett sittunderlag och kläder efter väder. Glöm inte badkläder och handduk om du vill bada!

Det rekommenderas vattentäta, fasta skor. Barn och kopplade hundar är varmt välkomna om de orkar gå långt, men stigen är inte lämplig för barnvagnar eller rullstolar. Det är gratis att delta. Välkommen att våga vandra vidare!

Guide/r: Florina Lachmann 0730-92 46 64

Sträcka: 20 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats Bunketorps friluftsområde, 400 m från busshållplatsen "Bunketorp".

Koordinat: 57.582439, 12.114087. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/xFVRpJhq4H98RaF18>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 50

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Blåsippornas färgsprakande rike

Söndag 19 april kl. 10:00-14:00

Ranneberget, **Mellerud**

En vandring för den nyfikne och vetgirige! Passar bra för hela familjen, men alla behöver kunna gå själva. Här har du chansen att lära dig lite mer om Dalslands geologi, växter, djur, fåglar och grottor. Vi ska så klart även njuta av blåsipporna, som ju här i Dalsland har många olika färger. Vi går uppför rasbranterna i denna urskogssliknande terräng medan vi spanar efter skogens hemligheter och invånare.

Vandringen går både på stigar och i obanad terräng i lugnt tempo så att alla hinner med. Vi letar bland annat efter den väldigt sällsynta ormbunken Uddbräken som bara finns på några få platser i världen varav de flesta finns i Dalsland. Vi letar även efter grottor som finns i området, vi får se hur många vi hittar och om det kanske finns någon trollskatt kvarglömd i någon av dem. Vi fikar uppe på Jättekulen innan vi går ner till Dalslands största grotta och sen går den nya stigen tillbaka till parkeringen.

Ta med vatten, sittunderlag, matsäck för en fikarast och frukt för en kortare fruktpaus. Skor som är täta i tån och har grov sula samt långbyxor är att föredra på denna vandring. För den som har och är intresserad kan även flora, fågelbok och kikare vara bra att ha med. En vandringsstav kan också vara till hjälp i de brantaste partierna. Detta är även en passande introduktionsvandring för dig som inte känner dig så hemma i naturen.

Guide/r: Helena SELLER 0708-60 29 13

Sträcka: ca 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering i södra änden av Köttsjön.

Koordinat: 58.771381, 12.384330. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/RvazCD87cqmqTi4KU6>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Familjevandring, Geologi, Växter

Vandring i sparvugglans rike i Svartedalens gamla vildmarksreservat

Lördag 25 april kl. 08:00-12:00

Svartedalen, **Kungälv**

Vi går i sparvugglans skogsrike från Lindesjön till Mittvättorna och Björnsjön, där vi fikar. Vi passerar en torpruin och några skogstjärnar. På hemvägen stannar vi till vid forsen med den fallna ramsågen nedströms Mittvättorna. Ställvis mycket fuktig och brant terräng. Medtag gärna matsäck och varma kläder. Samarrangemang med Kungälv Naturskyddsförening och Kungälv sornitologerna.

Guide/r: Kåre Ström 0737-72 32 04

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Parkering vid Lindesjöns parkering. Koordinat: 58.016083, 12.063111. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/eia4sJvgHeSrDGak8>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar

Morgonvandring med skogsbad

Söndag 26 april kl. 08:00-09:30

Rådasjön, **Härryda**

Välkommen på ett guidat skogsbad, där du genom enkla övningar öppnar dina sinnen och upplever naturen på ett nytt vis. När du skogsbadar så "badar" du med dina sinnen. Studier på skogsbad som gjorts på olika håll i världen har kunnat påvisa avsevärt minskade nivåer av stress, ett stärkt immunförsvar, sänkt blodtryck, förbättrad kognitiv förmåga, minskade nivåer av ångest och depression samt ett ökat psykiskt och fysiskt välbefinnande.

Vi går med långsamma steg in i den vackra skogen i Rådasjöns naturreservat. Där saktar vi in ytterligare och du blir guidad att ta in naturen runt dig med ett sinne i taget. Vi vandrar 1-2 kilometer i lugnt tempo, på stigar och i delvis kuperad terräng. Ta med dig ett sittunderlag och en extra tröja, då vi kommer att vara

mycket i stillhet. Vill du så ta också gärna med dig lite fika att avnjuta efter turen.

Guide/r: Lotta Rolandsson 0703-06 88 50

Sträcka: 1-2 kilometer

Samlingsplats: Vid naturreservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri.

Koordinat: 57.660694, 12.089722. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/vJSx6qJmeHTyHhcK7>

Förnamälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Vandring i spirande grönska och fågelmarker vid Tofta kile och kustlandskap

Söndag 26 april kl. 09:00-13:00

Tofta, **Kungälv**

Vi vandrar i fågel- och florarika kustmarker och våtmarkslandskap vid Tofta kile och herrgård. Vi hoppas få möta vårens fåglar och spirande grönska. Vi spanar efter vadare och sjöfåglar samt tidiga vårväxter. Längs stigen vid havsstränderna finns även kulturspår från senaste sillperioden. Ta med varma kläder, matsäck och gärna kikare. Samarrangemang med Kungälv's Naturskyddsförening och Kungälv'sornitologerna

Guide/r: Kåre Ström 0737-72 32 04

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats vid Tofta naturreservat.

Koordinat: 57.855922, 11.696259. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/mFu71WkD4tdboEWAA>

Förnamälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar

Skaftökusten: Gröderhamn-Grundsund

Tisdag 28 april kl. 10:00-14:30

Gröderhamn, **Lysekil**

Vi vandrar den vackra sträckan med omväxlande natur från Gröderhamn till Grundsund! Vi upplever martallar, strandområde, bryggvandring i intressant berg, fjord med utsikt och lövskog. Även skutsamhälle och genuina fiskeorten Grundsund. Guiden berättar om området under vandringen.

Vi går dels på vandringsgrusväg, dels på naturstig längs Munkeviksleden där det också är kuperade partier. Retur via en smidig cykelväg genom lövskog. Vi avslutar vandringen med naturreservatet Gröderhamn och den äventyrliga brant-leden Korpelia (eller via väg för den som vill). Totalt vandrar vi cirka 8,5 kilometer.

Vandringskängor eller stadiga skor rekommenderas. Ta med stavar om du trivs med dem. Vandringen funkar bra även för ganska nya vandrare och familjer med barn från 10 år med vandringsglädje. Kopplade hundar är välkomna. Ej lämpligt för barnvagn.

Ta med matsäck och termos för lunchstoppet, sittlapp, vatten, kamera, vindtät jacka och en förstärkningströja. Valfritt, badkläder, mössa, buff. Det blir chans till dopp på lunchen om vädret samarbetar.

Vi samlas på Hamnplan i Stockevik, Skaftö.

Parkering: I första hand hamnplan längst ner vid vattnet i Stockevik. Kör ända fram till vattnet för gratis parkering. Parkera tätt. Räcker inte den går det bra att låna några hyrplatser på asfalterade parkeringen i och med lågsäsong. Samåk gärna.

Vägbeskrivning/läge: Stockevik ligger på nordvästra Skaftö, väster om Fiskebäckskil

Närmsta busshållplats: "Stockeviksvägen", 2 kilometer

Välkomna! Med reservation för datumändring.

Guide/r: Anette Bargel 0705-77 64 22

Sträcka: 8,5 kilometer

Samlingsplats: Hamnplan i Stockevik, Skaftö.

Koordinat: 58.235833, 11.428806. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/YWmwWf9bwicPxawYA>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat,
Familjevandring, Kultur/historia

Vandring för nybörjare

Onsdag 29 april kl. 17:30-19:30

Pilgrimsleden Göta älv, **Göteborg**

Denna vandringstur är för dig som är nybörjare på vandring och nyfiken på friluftsliv. Vi går endast en kort sträcka i lugnt tempo, så alla får följa med! Vi träffas vid busshållplatsen "Hjällbo" i Göteborg och går en liten vandring längs Lärjeån. Under turen gör vi några pauser där vi kommer lära oss mer om hur man planerar en vandring, vilken utrustning som kan vara till hjälp, vad allemansrätten innebär, och vad som är bra att tänka på om man vill övernatta i naturen. Perfekt för dig som är nyfiken på att vandra mer och lära dig mer om friluftsliv. Vi går tillbaka till samma plats där vi startade.

Ta med något att äta för fikapausen, en flaska vatten, en regnjacka om du tror att det kommer regna, och skor som du gillar att gå i. Barn och kopplade hundar är välkomna, stigen är dock inte lämplig för barnvagnar. Vandringen är ett samarbete mellan Västkuststiftelsen och Svenska Turistföreningen. Vi träffas oavsett väder - regnar det så går vi en kortare runda.

Samarrangemang med Svenska Turistföreningen.

Guide/r: Florina Lachmann 0730-92 46 64

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Busshållplatsen "Hjällbo".
Koordinat: 57.768896, 12.022746. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/MEfE9ENJC7pHCrHp7>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Introvandring

Kustvandring med hänförande utsikt

Fredag 1 maj kl. 10:00-15:00

Stångehuvud och Kuststigen, **Lysekil**

Vi utforskar Lysekils kuststigar. Vi börjar med granitreservatet Stångehuvud, ett av regionens sju underverk, med fyrhus, vackert rosa granit samt intressant växtlighet och geologi. Vi vandrar vidare på Kuststigen, med utsikt ut över skärgården, förbi stenbrottens lämningar och in på Kronprinsessans stig. Vi får uppleva granitkust, klippstigar över vikar, kulturmiljöer och småbåtshamnar, följt av bryggvandring i vackra miljöer och förbi fiskebåtar. Lunchen intas med havsutsikt. Längs rutten berättar guiden om kulturhistoria, Lysekil och om Bohusläns storheter som granit, stenbrytning, sill med mera. Guiden är Lysekilsbo och Bohuslänguide.

Vi är ute i 4-5 timmar, oftast på hållar och klippor, med en del höga kliv och en brant trappa. God balans och ork rekommenderas. Kopplade hundar är välkomna men vandringen är ej barnvagnsvänlig. Ta med matsäck för lunch och eventuellt ett fikastopp. Stadiga skor/kängor rekommenderas. Ta med stavar om du trivs med dem. Sträcka: 8-9 kilometer på klippor och bryggor.

Vi samlas på parkeringen vid Pinnevik Gullmarsvallen. Parkeringsapp easypark funkar. Brukar vara gratis så här års. Närmsta hållplats är "Havets hus", ändhållplats för buss 841 från Göteborg. Max 10 minuters promenad därifrån. Tips: Kortaste rutt från Göteborg är via vägfärjan Gullmarsleden via färjeläget Skår (sparar 3 mil). Se <https://www.trafikverket.se/resa-och-trafik/farjetrafik/gullmarsleden/> för aktuell tidtabell.

Välkomna! Med reservation för datumändring.

Guide/r: Anette Bargel 0705-77 64 22

Sträcka: 8-9 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Pinnevik Gullmarsvallen.
Koordinat: 58.269334, 11.424475. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/mrGaFgPWUZ5H4Hb66>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 32

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat,
Kultur/historia

Vårvandring i Rya skog

Fredag 1 maj kl. 10:00-12:30

Rya skog, **Göteborg**

Möt våren i en av Göteborgs äldsta skogar. Trots sin litenhet bjuder Rya skog på varierad natur. Ett hav av vitsippor och svalört möter oss på vandringen. På en spång går vi genom alsumpskogen och vi vandrar också genom hassellunden. Naturguiden Catharina Larsson tar oss med på en tur i den spirande lövskogen. Vi pratar om områdets historia och om vad det är vi ser utmed stigen. Kanske får vi syn på desmeknopen, gömd bland vitsipporna. I en av områdets ängar pausar vi och äter medhavd matsäck. Vi går ca 2 kilometer, lätt vandring i lugnt tempo. Bitvis kan det vara fuktigt så rejäla skor är bra. Vandringen görs i samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg. Samling vid reservatets p-plats. Buss 32 går från Eketrägatan till hållplats Rya skog. Man kan också ta buss 19, 30 eller 99 till "Ivarsbergsmotet" och promenera ca 10 min. Åk gärna kollektivt, p-platsen är liten.

Guide/r: Catharina Larsson 0725-174339

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen.

Koordinat: 57.698327, 11.883289. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/UkpckobXCqHVfjoQA>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat, Växter

Vårvandring utmed Sävåån

Lördag 2 maj kl. 09:30-13:10

Sävååns dalgång, Lerum

Ta tåget till skogen. Tillsammans upplever vi Sävååns natur och pratar om vad det är vi ser utmed stigen. Vi går bland sippor på slingrande stigar och bitvis på

spänger. Barn är också välkomna. Vi kommer nog att få se vissa spår från bäverns aktivitet. Vandringen är ca 5 kilometer och relativt lättgången, dock finns det trappor. Vi pausar vid ån så ta med matsäck/fika. Det kan vara fuktigt så rejäla skor är bra. Från Göteborgs central går tåg 3534 som är framme 09:18 i Floda. Från Alingsås går tåg 3531 som är framme i Floda kl. 09:12.

Guidningen startar vid Floda station 09:30 (söder om spåren) och avslutas vid Stenkullens station ca kl. 13:10. Vandringen görs i samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Guide/r: Catharina Larsson 0725-17 43 39

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Vid Floda station, söder om tågspåren.

Koordinat: 57.809556, 12.361417. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/kbSx8tV1p5TvjnFh9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Blommor, Fåglar och Fjärilar på Ramsvikslandet

Lördag 2 maj kl. 10:00-14:00

Ramsvikslandet, **Sotenäs**

På Sotenäsets västsida ligger naturreservatet Ramsvikslandet där natursköna Haby bukt väntar med nyanlända flyttfåglar, till exempel större strandpipare, gök, lövsångare, och med lite tur ringtrast. Om solen är framme noterar vi tidiga fjärilar, till exempel tosteblåvinge och grönsnabbvinge. På de av skalgrus kalkberikade betesängarna letar vi fram tidiga blommor såsom små sandvioler, den rara stenkrassingen och så mandelblommor förstås. Vi vandrar ca 4 kilometer i medelsvår terräng. Tag med matsäck, vattentäta skor eller stövlar.

Guide/r: Jan Artursson 0725-423099. Peter Backman 0702-62 88 27

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Haby bukt.

Koordinat: 58.405416, 11.247527. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/rKsjJzmr4pgsmNtR6>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Familjevandring,

Foto, Geologi, Insekter, Växter

Bokskog på våren

Tisdag 5 maj kl. 10:15-13:45

Guddehjälm, **Kungälv**

Bokskogen i Guddehjälm är magiskt vacker på våren! Följ med på en tur genom reservatets vackra skogar med porlande bäckar. Vi börjar och slutar på smala småvägar i jordbrukslandskapet.

Detta är en snäll vandring utan stora backar. Det enda är att stigen ofta kan vara blöt och lerig, beroende på väderlek. Gå i rejäla kängor eller stövlar. Vandringen går ut på att just vandra – det kommer alltså inte vara många stopp med information eller berättelser. Vi går tillsammans i lagom takt och tar en längre fikapaus efter ungefär halva sträckan. Jag som guidar kommer att berätta kort om trakten och vandringen vid starten och i anslutning till fikapausen.

Vi stannar för fika under lövkronorna, ungefär kl. 12:00. Medtag egen fika och något att sitta på!

Hitta hit: Guddehjärms naturreservat ligger i slutet av en liten väg. Du hittar vägen om du kör på Marstrandsvägen (väg 168), i riktning mot Marstrand, bara någon kilometer efter Ytterby. Det finns en parkering som hör till naturreservatet. Den här vandringen börjar dock vid busshållplatsen "Guddehjälm västra". Starttiden och sluttiden är anpassad till bussens tidtabell (Buss 302 från Kungälv/Ytterby ankommer kl. 10:11 och avgår igen 13:47). Om du hellre vill ansluta till vandringen vid parkeringen går det fint. Tänk bara på att den har begränsat med platser (ca 10-15 bilar). Det är ungefär 600 meter från hållplatsen till parkeringsplatsen och det är en fin vandring mellan åkrarna. Anslutning till vandringen från parkeringen sker ca 15 minuter efter vandringens starttid.

Det går fint att ta med kopplad hund på den här vandringen.

Guide/r: Karin Fingal, 0736-94 30 96

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Hållplatsen "Guddehjälm västra" (alt parkeringen vid Guddehjärms naturreservat).

Koordinat: 57.88097, 11.89412 alt 57.87951, 11.88553. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/ysmGeB5FEuBgDQ347> alt

<https://maps.app.goo.gl/ofZWwn1XB8jpEcHv9>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Kulturspår vid Lidan – skog och vårdträd i Vistaholm och Strömsholm

Onsdag 6 maj kl. 17:30-21:00

Strömsholm, **Falköping**

Vi kommer att vandra igenom en lövskog, igenväxt betesmark och strandskog vid Lidans rinnande vatten. Har vi tur kan vi se fåglar som forsärla, strömstare och kanske någon hackspett. Vi kommer att titta på kulturspår som går att finna. Vi pratar natur- och kulturvärden.

Medtag fika. Ha på er gummistövlar eller grova kängor.

Guide/r: Anna Johansson, 0702-20 24 16. Anders Wiborg, 0704-41 63 99

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Vistaholms gårdsplan.

Koordinat: 58.09901, 13.30486. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/Q5mPdQrMWPoFpw4FA>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Kultur/historia

Vårvandring runt Hållsungamyrens våtmarkslandskap

Onsdag 6 maj kl. 18:00-21:00

Hållsungamyren, **Kungälv**

Vandring runt myren på stig längs beteshävdade strandängar, hagmarker och lövbryn som omges av mäktiga berghällar. Vi spanar efter vårfåglar från vassar och lövbryn och hoppas få se några tidiga vårblommor på skalgrusbanken. Fikapaus på en berghäll med fin utsikt över hela våtmarkslandskapet. Medtag gärna matsäck och kikare. Samarrangemang med Kungälv Naturskyddsförening och Kungälv sornitologerna.

Guide/r: Kåre Ström, 0737-72 32 04

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen vid Hållsunga naturreservat.

Koordinat: 57.837449, 11.746160. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/gftNXq52NRpJ4AZk8>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar

Dramatisk geologi och blommande ängar på toppen av Kinnekulle

Lördag 9 maj kl. 10:00-13:00

Stora Salen, **Göteborg**

Denna vårdag vandrar vi genom Stora Salens östra reservatsdel som utgör en mycket kontrastrik del av Högekullen.

Vi besöker ett av Kinnekulles geologiskt mest intressanta områden. Här börjar en av Sveriges allra största så kallade drumliner intill den diabashätta som i sin södra del smulats sönder till att idag utgöra en märklig och storblockig sydsluttnings av Kinnekulle. Men hur uppstod egentligen denna unika naturtyp?

Väl ute ur denna trolska del möter vi våren och denna dag står förhoppningsvis körsbärsträden i full blom. Vi lär känna den mångfald av trädslag vi hittar i

slätterängsmiljön där vi också ser spår av fornåkrar. Under ackompanjemang av vårfågelsång hoppas vi även på en toppbestigning för de allra modigaste som kan tänka sig att frångå stigen något hundratal meter. En promenad som sannolikt bjuder på både ny och spännande kunskap om berget men kanske också en överraskande sådan.

Åter vid Högekullens restaurang skådar vi i vackert väder ut över större delen av Platåbergens UNESCO globala geopark med sin unika historia, där Kinnekulle en gång var en ö i Västerhavet. Något man får försöka föreställa sig.

Ta gärna med eget fika för en paus på slätterängen.

Samling vid Högekullens restaurang.

Välkommen!

Guide/r: Torbjörn Persson, 076-8842088

Sträcka: 4-5 kilometer

Samlingsplats: Samling vid Högekullens restaurang. Koordinat: 58.5974360, 13.4146416. Kartlänk: https://maps.app.goo.gl/Dyru2VoikqtR7HMdA?g_st=ic

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Geologi

Njut bokskogens skiraste grönska!

Lördag 9 maj kl. 10:30-13:00

Gullbringa, **Kungälv**

Gullbringa naturreservat, inte långt från Tjuvkil i Kungälv kommun, består av tre delområden med vackra och värdefulla bokskogar. I den spännande och på vissa håll bergiga miljön har stabila och ståtliga lövskogar bildats, vissa av bokarna är gamla och hyser ovanliga lavar. Under lövsprickningen i början av maj är skogen som ljuvligast då träden slår ut med nya, ljusgröna blad. Vi vandrar i terräng och gör stopp där du får lära känna boken och andra förekommande arter i området. Upplev naturtypen som boken skapar när den får växa fritt! Turen innehåller även berättande om platsens natur- och kulturhistoria. Reservatet är granne med Gullbringa

golfbana. Vandring ca 3 kilometer i terräng, delvis kuperad. Ta gärna med fika!

OBS! Parkering vid reservatet saknas. För att komma till vandringen, åk kollektivt med buss 302 från Kungälv's resecentrum kl 9:59, alt. från Ytterby station kl 10:12, till hållplats "Gullbringa golfklubb". Vid Ytterby station finns gratis pendel-parkering. Buss 302 går samma väg tillbaka kl. 13:18.

Guide/r: Lena Smith, 0733-45 07 59

Sträcka: ca 3 kilometer

Samlingsplats: Samling vid liten parkering för golfspelare ca 300 meter in från busshållplats "Gullbringa golfklubb" på Marstrandsvägen. Gå längs väg mot Kulperöd.

Koordinat: 57.887926, 11.775466. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/A8UWDE8jF7YJDdyR9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Växter

Gullvivor

Lördag 9 maj

Kortare turen: 10:40 – 16:00

Längre turen: 10:40 – 18:00

Härmanö, **Orust**

Naturreseptatet Härmanö vid Gullholmen är stort! Här finns den karga, exponerade västsidans gnejsklippor genomskurna av diabasgångar och den leende, bördiga östsidans skalgrusrika jordar. På denna vandring kan du välja mellan en längre tur till Härmanö Huvud, ca sju timmar, eller en kortare tur via ängarna till Härmanös väst sida, vidare till östsidan, ca fem timmar. Safsalokaler besöks under båda turerna. På turen till Härmanö Huvud berättas om natur och kultur. Här syns också resultatet av ljungbränning och röjning inom GRACE-projektet. Turen till västsidan bjuder på rik blomning och fågelsång, klippstrand och bäverterräng. Första delen av bägge turerna är lämplig för rullstol eller barnvagn, medan andra avsnitt är krävande. Det går bra att på egen hand återvända till samhället när terrängen blir kuperad.

Se till att ha bra skor och att ta med riklig matsäck samt dryck.

Vandringen anpassas till färjetiderna. Personfärja 381 avgår från färjeläget "Tuvesvik" mot "Gullholmen Hamnen", kl. 10:30 och båtresan tar cirka fem minuter. Returfärjor: 15:05 och 16:50 från "Gullholmen Hamnen" och 18.15 från "Gullholmen Piren". Kontrollera avgångstid med Västtrafik (<https://www.vasttrafik.se/reseplanering/reseplaneraren/>).

Parkering (Tuvesviks gästparkering) finns cirka 200 meter innan färjeläget. Betala med parkeringsapp.

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös.

Samlingsplats: Torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen kl. 10:40.

Koordinat: 58.179320, 11.403419. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/6KQHkQCbMPx7ykr9A>

Guide/r: Gunilla Olander, 0730-22 47 98

Berth Kullholm, 0703-33 61 14

Sträcka: 8 respektive 12 kilometer

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Den unika laxens resa i Gullspångsälven

Lördag 9 maj kl. 13:00-15:00

Gullspångsälven, **Gullspång**

Lär dig mer om den unika Gullspångslaxen och Gullspångsöringen, två arter som bara leker naturligt på ett ställe i världen. Guide är Jan Hassel som delar med sig av sina kunskaper och berättar utöver arbetet med att rädda Gullspångslaxen även om djurliv mer allmänt i området. Vi kommer följa laxens vandring genom tiden och naturreservatet. I oktober och november leker laxen samt öringen i Gullspångsälven. Båda arterna har utvecklats sedan istiden och överlevt många hinder såsom kraftverksutbyggnaden.

Bra att veta: Efter cirka 2 timmar når vi Pipans hamn, här finns ett torrdass. Hundar får inte följa med på grund av busstransport. Det kan finnas kor eller får längs stigen. Sträckan är lättvandrad, består mestadels av terräng, har inga nämnvärda höjdskillnader. Den är lämplig för vana vandrare. Vi rekommenderar att du har robusta skor och även långbyxor. Gräset längs Gullspångsälvens led betas visserligen av får, men närheten till älven gör att gräset ofta är fuktigt.

Samlingsplatsen är på parkeringen vid idrottsanläggningen Gullmovallen i Gullspång. Vi går mot ledens startpunkt och följer Gullspångsälven till Pipans hamn, där älven rinner ut i Vätern. Denna sträcka är cirka 5 kilometer. Härifrån transporterar en buss oss tillbaka till samlingsplatsen.

Kostnad: 100 kr per person för busstransport, betalning görs samtidigt med anmälan.

På plats kan du även ge en frivillig gåva till Gullspångsälvens vattenvårdsförbund. Betalning på samlingsplatsen, antingen via Swish eller kontant med jämna pengar.

Vägbeskrivning: Sväng av och följ skylten "Gullspångsälven naturreservat" från Inlandsvägen 26 (mellan Mariestad-Kristinehamn). Parkera på anvisad plats vid idrottsanläggningen Gullmovallen.

Närmsta busshållplats: "Gullspångs busstation" på 700 m gångavstånd.

Vandringen är ett samarrangemang med Gullspångs kommun.

Guide/r: Jan Hassel, 0551-361 00

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplats vid idrottsanläggningen Gullmovallen, Gullspång. Koordinat: 58.988189, 14.092599. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/ASDPH4r4AXXqBxuE6>

Föranmälan: [Klicka här](#)

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Fågelskådningens dag vid Nedre Bäveån naturreservat (Porsen-Älje)

Söndag 10 maj kl. 08:00-13:00

Bäveån nedre (Älje-Porsen), **Uddevalle**

Fokus denna dag är fågelskådning. Vi kommer att tillbringa ett par timmar i och kring fågeltornet. Därefter gör vi en promenad till ödegården Älje med omgivning, som ligger på andra sidan Bäveån. Eftersom världens största skalbankar låg här, kommer även kvartärgeologin och den industrihistoriska epoken (snäckskalsindustrin) att beröras. Har vi lite tur kan vi också få uppleva åkergrödnas spel, större och mindre vattensalamander. Även insekter som nordisk kärrtrollslända och aurorafjäril flyger vid denna tid, om solen skiner. Om du inte har egen handkikare, finns några till utlån. Fika och kläder efter väder!

Guide/r: Jan Uddén, 0706565401

Sträcka: max 2 kilometer sammanlagt.

Samlingsplats: P-platsen i slutet av lilla grusvägen vid reservatet.

Koordinat: 58.352806, 12.030222. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/gNPYBYVjAaZNuZEt8>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar, Familjevandring, Foto, Geologi, Insekter, Kultur/historia

Pendelstågsvandring längs Kungsvägen med sjönära lövskogar

Söndag 10 maj kl. 09:06-16:57

Färgensjöarna, **Alingsås**

Vi vandrar mellan två pendeltågsstationer och besöker Färgensjöarnas naturreservat med skira nyutslagna ekar, lindar och andra ädellövträd. Vi går bitvis på Gotaleden men också längs den historiska "Kungsvägen" - den viktiga färdleden som förband västerhavet och de centrala delarna av Västergötland. Färgensjöarna är ett naturreservat i ett kuperat sprickdalslandskap med värdefulla lövskogar längs stränderna. Vi läser landskapet och funderar på varför det ser ut som det gör just här? Hur ser Färgens geologiska historia ut och vad är en

ishavsrelikt? Hur länge har människor bott här och var hittades den unika bronsåldersskatten 2021?

Vandringen är lång så tag med matsäck för två fikapausar. Observera att denna vandring börjar vid Norsesunds station och slutar vid stationen i Västra Bodarna varför den passar extra bra för den som vill vara med på vandringen utan att ta bilen. Vid vandringens slut i Västra Bodarna går det tåg mot både Göteborgs och Alingsås samt tillbaka till Norsesund. Vandringens start- och sluttid är anpassad till tågtiderna från både Alingsås och Göteborg.

Guide/r: Mikael Östblom, 0708-425604

Sträcka: 13 kilometer

Samlingsplats: Norsesunds station (vid den röda byggnaden Magasin Norsesund).

Koordinat: 57.862222, 12.439486. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/thYE6ajPmV8jdem16>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Upplev hjärtat av vilda Kroppefjäll

Söndag 10 maj kl. 10:00-16:00

Kroppefjäll, **Färgelanda, Mellerud**

Vi vandrar på högplatån i Kroppefjälls naturreservat i en otroligt vacker miljö med gammal skog, blockmarker och förbi sjöar. Det bjuds på en mer krävande vandring med delvis tuffare terräng på ca 11 kilometer förbi Svingsjön.

Naturreservatet Kroppefjäll ligger sydväst om Mellerud. Stigarna i reservatet följer till viss del gamla stigar från förr och vi kommer se kvarlämningar på olika ställen.

Ha stövlar eller kängor på fötterna. Det är ofta blött i markerna. Ta med matsäck för en 1 fika och en lunchrast.

OBS! Ingen mobiltäckning vid parkeringen. Åk i god tid.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 11 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Lunnanetjärnet.

Koordinat: 58.652346, 12.197734. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/vpMQUQ1jShM9EVRn7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Segerstad Faledreven

Tisdag 12 maj kl. 18:00-21:00

Ruskela källa, **Falköping**

Vandring i gammal kulturbygd, Segerstad Faledreven. Faledreven är en symbol för en kort men viktig period i vår historia då landets jordlösa befolkning ökade kraftigt. Från och med 1700-talet blev de jordlösa allt fler och de fick bygga små torp och backstugor på den mark som var allmänning i byn, längs bytån och fägatan. Med tiden uppstod ett vimmel av hus och gator genom vilka boskapen leddes till och från fägatan och vidare till de gemensamma betesmarkerna uppe på Segerstadsfalan. Under vandringen stannar vi och fikar medhavd fika. Vandringen går på stig/skogsväg, bra om ni har rejäla skor. Vi samlas vid Segerstads församlingshem. Det går bra att gå med barnvagn. Kopplad hund går också bra.

Guide/r: Fritiof Andersson, 0737-82 08 77

Sträcka: 4-6 kilometer

Samlingsplats: Segerstads församlingshem. Koordinat: 58.257321, 13.667746. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/bvmEUzUUzxrWse7q6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 29

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Kultur/historia

Kvällsvandring längs Sävån

Tisdag 12 maj kl. 18:00-21:00

Säveån, Lerum

En vandring i lågt tempo, med inriktning på att se och höra vad Säveåns naturreservat har att erbjuda, vad det gäller fåglar. Chans att se till exempel strömstare, forsärla, kungsfiskare och bäver. Vandringen går längs ån, till viss del på spänger. Dock förekommer trappor i de brantare partierna. Ta med fika för en rast. Beroende på väder, ta på lämpliga skodon.

Vandringen börjar vid Floda station och avslutas vid Stenkullen station, där man kan ta tåget tillbaka mot Floda eller Göteborg. Eventuellt gå tillbaka och ha större chans att se bäver.

Guide/r: Hasse Österman, 0702-91 81 71

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Floda järnvägsstation, nära sjön.
Koordinat: 57.810028, 12.362500. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/kdQhRF1pwdkd64Sq6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar

Storskog och gullvivor i Näverkärr

Tisdag 12 maj kl. 18:00-21:00

Näverkärr, **Lysekil**

Vi vandrar vid en unik släktgård, som nu är i Väst kuststiftelsens ägo, och går genom en av Bohusläns vackraste kustadellövskogar i ett pastoralt landskap då gullvivorna blommar. I den unika storskogen med flerhundraåriga almar lyssnar vi till det rika fågellivet. Kanske hörs göken gala i väster. Ta gärna med kvällsfika som vi intar i natursköna Karlsvik, där vi också ser närmare på havsstrandens växtlighet.

Guide/r: Thomas Andersson, 0707-55 43 63

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen Näverkärr.
Koordinat: 58.357860, 11.373584. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/Qo1bi5z8LGk8gLDW7>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Marstrandsöns historia och natur

Lördag 16 maj kl. 13:00-17:00

Marstrand (Marstrandsön), **Kungälv**

Denna vandring på Marstrandsön är en kombination av kulturhistoria och natur. Från Rådhuset ner mot Badhusplan får vi lyssna till spännande historieberättelser om Marstrand och även bese två av karaktärsväxterna bland Marstrandsöns bebyggelse: Gul nunneört och murreva. På vägen upp mot Nålsögat njuter vi av utsikten mot Hakefjorden och får höra historien av världens enda minsprängda hus. Under den fortsatta vandringen kommer förhoppningsvis några av öns fåglar visa sig och låta sig höras.

I Sankt Eriks park har S:t Erik-sällskapet planterat ett 20-tal buskar och träd. Här beskådas även almsjukans härjningar och bekämpningen av den invasiva växten parkslide. Efter det att skrönorna om S:t Eriks grottor har avdramatiserats blir det rast vid S:t Eriks källa. Under vår vandring kommer vi att träffa på flera av kustlandskapets vilda växter och även en del trädgårdsflyktingar som alla kommer att uppmärksammas.

Vi passerar den före detta Lotsutkiken och njuter där av den mäktiga utsikten mot Pater Noster och omgivande skärgård. Vandringen går vidare genom Marstrandsöns enda bokskog och där avlivs (?) myten om den kända Offerstenen. Nu har vi kommit till Carlstens fästning med en mycket spännande historia och några kalkgynnade växter mellan fästningsmurens stenar. Vandringen avslutas med ett besök på Hembygdsföreningens museum vid Rådhuset.

Guide/r: Göran Kristensson, 0707-954502
Pelle Dalberg, 0705-12 92 73

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Rådhuset, Rådhusgatan 17 på Marstrandsön.

Koordinat: 57.887255, 11.582015. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/Cp2zANDkrfoThmYC6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 32

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter,
[Biologiska mångfaldens dag](#)



Fågelsångsmorgon i Skärbos ängar och hagar

Söndag 17 maj kl. 08:00-11:00

Skärbo, **Bengtsfors**

I naturreservatet Skärbo möter vi både skogens och hagmarkens fåglar. Vi samlar på oss så många arter som möjligt under promenaden och fokuserar på att känna igen de små livet på deras sångstrofer. Vi kan prova att överträffa fågelsångs-appen Merlin när det gäller att urskilja de olika arterna i fågelsångskören.

Samtidigt spanar vi in St Pers nycklar och andra vårbloster. Vi får höra lite om Skärbos historia från en glänta i skogen på 1500-talet, till en rikt befolkad skogsgård på 1800-talet, till igenväxning och förskogning på 1900-talet, till restaureringen på 2000-talet. Vi vandrar i maklig takt i lättgången terräng. Ta med matsäck och kikare om sådan finns.

Guide/r: Kolbjörn Waern, 0704-83 46 26

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen Skärbo naturreservat.

Koordinat: 58.972983, 12.363659. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/dpLAzLMPsXR4MF48>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare:

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia,
[Biologiska mångfaldens dag](#)

Kroppefjälls Svingsjö

Söndag 17 maj kl. 10:30-17:00

Kroppefjälls naturreservat, **Färgelanda**,
Mellerud

Vi går en rundvandring på Kroppefjälls vildmarksområdes tysta högplatå, med utsikt över Svingsjöns vatten i Kroppefjälls naturreservat. Vi vandrar i LUGN TAKT på stigar som går över granit, morän och myrtorv och stopp för guidning och fikapaus ingår. Över myrarna och mossen finns spänger, så vi får chans studera myrarnas växter. Dessa är fattigkärr eller mossar med flera typiska myrväxter, om man har tur. I gammelskogen är många senvuxna tallar 100 år gamla.

Flera torp fanns i området. Livsbetingelserna var hårda för folket här. Området har karaktär av ödemarksområde och är mycket värdefullt ur naturvårdshänseende.

Vandringen betecknas medelsvår, men går i mycket lugnt tempo. Sträckan vi vandrar är 5-6 kilometer. Leden är dock inte barnvagnsvänlig och hundar hålls kopplade.

Ta med dryck, matsäck och fika för 1-2 raster, gärna sittunderlag, långbyxor och tåliga, gärna vattentäta kängor för säkerhets skull.

Vägbeskrivning: Kör väg 172 och sväng in mot Ragnerudssjön och Kroppefjäll, skyltat norr om Högsäter, mellan Uddevalla och Bäckefors. Närmsta busshållplats (buss 730): "Tångelanda" 3,1 kilometer från Ragnerudssjöns camping.

Guide/r: Margareta Hansson, 0704-15 65 00

Sträcka: 5-6 kilometer

Två valfria alternativa samlingsplatser:

Samlingsplats 1: klockan 10:30 vid Ragneruds camping (utanför receptionen), i Jolsäter, för vidare färd. (Lämpligt om man kommer västerifrån till Kroppefjäll via Högsäter-hållet eller Bäckefors till exempel. Länk till karta:
<https://maps.app.goo.gl/v5vHtcQ1nB24QbqQA>)

Från Ragneruds camping kör vi bilarna på slingrig grusväg in över Kroppefjäll till lilla parkeringen vid tjärnet Källan, vid Kroppefjälls naturreservat. Vandringen avslutas vid samma parkering cirka klockan 17:00. För den som vill kan vi även köra gemensamt tillbaka till campingen.

Alternativ samlingsplats nr 2: På vägkanten eller nära lilla parkeringen nära tjärnet Källan klockan 11:30 om man vill åka dit på egen hand, se karta. Eventuellt parkering på vägkanten. Meddela guiden på förhand om ni möter upp här vid Källan på Kroppefjäll. (Lämpligt om man kommer österifrån från Västra Bleken eller Brålanda-hållet eller Dals Rostock). Koordinater till infotavla/tjärnet Källan på Kroppefjäll: 58.67004, 12.18384. (Länk till karta: <https://maps.app.goo.gl/rHEoXpCg9ToVoQ936>)

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 16

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växter, [Biologiska mångfaldens dag](#)

Österplana Vall

Söndag 17 maj kl. 11:00-14:00

Österplana hed och vall, **Götene**

Vi utgår från Västerplana kyrka, Kinnekulle. Vi rör oss förbi vackra historiska torp till Kvarnåsvägen. Där undersöker vi en intressant lokal för kopparödla och salamander, samt ett mer okänt stenbrott med dammar. Betesmark, hagmark och kulturmark. Stenmurar och vacker körsbärsblom. Geologi och fossil.

Lätt till medelsvår vandring. Medtag egen matsäck. Stadiga skor. Kostnadsfritt. Passar alla som kan gå själva. Ej barnvagn, -stenig mark. Ej hund, -risk för interaktioner med vilt och boskapsdjur. Kollektivtrafik saknas. Välkommen!

Guide/r: Robert Roffey, 0761-30 10 21

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Västerplana kyrka. Koordinat: 58.559757, 13.350364. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/2GEsGpUqYgy4SwBt5>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat, [Biologiska mångfaldens dag](#)



Klippor och hav på Koön

Tisdag 19 maj kl. 09:45-14:00

Marstrand (Koön), **Kungälv**

Upplev den vackra naturen på Koön, som ligger strax intill välkända Marstrandsön! Vi går en vandringsled som tar oss ut på karga klippor i väster, till makalös havsutsikt, förbi dammar och genom skogsdungar.

Det här är en vandring som går ut på att just vandra - det kommer alltså inte vara många stopp med information eller berättelser. Vi går tillsammans i lagom takt och tar en längre fikapaus efter ungefär halva sträckan. Jag som guidar kommer att berätta kort om trakten och vandringen vid starten och i anslutning till fikapausen.

Vandringen går till stor del på klippor. Ibland finns det trappor och spänger, men ofta bara klippor. Det är ojämnt med skrevor och stenar. Därför är vandringen något svårgången. Den som har svårt att gå eller har dålig balans bör inte gå med. I början och i slutet är vandringen lättare, den följer då väg och slät stig.

Utrustning: Tänk på att ta på kläder som klarar vind då det nästan alltid blåser längs den här leden. Om det är blöt väderlek kan det bli halt på klipporna. Välj gärna skor eller kängor som är något mjuka, de följer underlaget bättre än stela och styva kängor/stövlar.

Vi stannar för fika ungefär klockan 11:30. Ta med egen fika.

Hitta hit: Vandringen går på Koön, den ö som färjan till Marstrandsön går ifrån. Om du kommer med bil ska du stanna vid Danske sten parkering. Det är den första stora parkeringen på höger sida, så fort du

kommer in i samhället på Koön. Parkeringen är avgiftsbelagd.

Om du kommer med buss går du av vid hållplats "Danske sten". Bussen går från Kungälv och vandringens starttid är anpassad efter tidtabellen. Det går också lämpligt med bussar tillbaka till Kungälv vid vandringens slut. Från och till Kungälv är det enkelt att ta sig med buss eller tåg från exempelvis Göteborg.

Det går bra att ta med sig hund, men den måste vara kopplad under hela vandringen.

Guide/r: Karin Fingal, 0736-94 30 96

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Danske sten parkering vid Långedalsvägen.

Koordinat: 57.88865, 11.59759. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/7rF8AVuFhbjNZdD2A>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Natur- och kulturvandring på Valön

Söndag 24 maj kl. 10:00-13:30

Valön, **Tanum**

Valön bjuder på utsikter, kala klippor och blommande strandängar. Förutom naturen ser vi också spår efter människans verksamheter som bronsålderns rösen, 1700-talets trankokerier och 1800-talets vattenkvarnar. Vandringens längd är ca 5 kilometer. Relativt lättgången men några svårare passager. Medtag matsäck. Samling på naturreservatets parkering, skyltat från vägen mellan Hamburgsund och Gerlesborg.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-44 67 09

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering, infart från vägen mellan Gerlesborg och Hamburgsund.

Koordinat: 58.498220 11.297189. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/bsRrhMti9ZDDuJtE6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter, [Biologiska mångfaldens dag](#)

Genom urskog mot makalös utsikt

Söndag 24 maj kl. 10:00-14:00

Halle-Vagnaren, **Strömstad**

Halle Vagnaren bjuder på en varierande natur, men främst en urskogslig tallskog med över 300 år gamla tallar och en hänförande utsikt över skärgården. På väg upp till toppen går vi genom en skog som hösten 2019 besöktes av en tromb och här ser vi fortfarande resultatet av naturens krafter! Från toppen, belägen 120 meter över havet, kan man vid klart väder se topparna på Lifjäll och Gausta i Norge. Vi ser även ut över två marina nationalparker, Kosterhavets nationalpark och Ytre Hvaler nationalpark.

När vi går vidare och vänder blicken in över land ser vi även där över till Norge och Bohuslänns högsta topp Björnerödspiggen på Löveråsfjället. Vandringen fortsätter ner mot den vackra Vagnsjön i sin dal med lövskog och kulturhistoriska spår.

Vandringen är i bitvis krävande terräng, men vi tar det försiktigt och anpassar hastigheten efter gruppen. Vandringen tar 3-4 timmar. Ta med matsäck så tar vi en paus när vi kommer upp på toppen. Under vandringen kommer vi att berätta om traktens kulturhistoria och den intressanta mätpunkt som finns uppe på toppen och som ingår i ett mätsystem av höga punkter. Vi ser också på träd, växter och djur som vi träffar på.

Vägbeskrivning/läge: Hälle-Vagnaren ligger så långt norrut du kan komma i Bohuslän, inte långt från norska gränsen. Cirka 25 kilometer norr om Strömstad.

Guide/r: Ingela Skärström, 0705-81 57 23

Sträcka: 6-10 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen Hälle Vagnaren vid Skärjebacken.

Koordinat: 59.043139, 11.158111. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/wXJKm4bezGt>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter,
[Biologiska mångfaldens dag](#)

Rullstensås med rik flora

Söndag 24 maj kl. 10:00-13:00

Smula ås, **Falköping**

Smula ås är en väl markerad kilometerlång rullstensås nära Ätran. Floran på åsen är större delen kalkpåverkad. Här påträffas arter som backtimjan, backsippa, blodnäva, färgmåra, vårfingerört och trollsmultron, men även några rariteter som tillhör den stäppartade floran såsom drakblomma och smalbladig lungört. Medtag fika.

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-82 76 78

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: P-platsen vid Smula ås.
Koordinat: 58.048885, 13.592896. Kartlänk:
https://maps.app.goo.gl/jve4wezX5a9Beo6k8?g_st=am

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter, [Biologiska mångfaldens dag](#)

Kom med och se den vackra ramslöken i full blom

Söndag 24 maj kl. 12:00-14:00

Ramslökedalen, **Mellerud**

Ramslöken är fridlyst här och får inte plockas, men det är väldigt fint att se dem när de står i full blom och känna lökdoften i luften långt i förväg. Reservatet består av kalkpåverkad skog med gamla lövträd och tallar. Området är intressant för hackspettar så kanske ser eller hör vi även några av dem på vår korta vandring.

Detta är en relativt lätt vandring då den går på väl upptrampade stigar. Men det är några branta partier dels med trappa och dels med räcke till hjälp. Vi går i lugnt tempo. Denna vandring passar därför bra för barnfamiljen med barn som kan gå själva. Det går inte att köra med barnvagn här.

Vi går från Vägbron över akvedukten och ner till Ramslökedalen och sjön Åklångens kant där vi fikar innan vi går tillbaka.

Kläder och skor efter väder, det kan vara lite blött på vissa ställen om det har regnat en del innan. Skor med bra sula rekommenderas, det gör det enklare i de brantare partierna med räcken som stöd.

Ta med vatten och fika för en rast. Efteråt kan de som vill gå ner (eller köra ner) till akvedukten och se på den och området där omkring.

Guide/r: Helena SELLER, 0708-60 29 13

Sträcka: ca 1,5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen uppe vid Vägbron över viadukten i Håverud.

Koordinat: 58.820498, 12.409299. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/pPnueP8GmeszWtEN8>

Föränmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring, Växter,
[Biologiska mångfaldens dag](#)

Bland "strandpiltar" och röd bohusgranit

Tisdag 26 maj kl. 18:00-20:30

Stångehuvud, **Lysekil**

Då den färggranna triften blommar gör vi en vandring i "Klippornas rike", naturreservatet som räddades åt eftervärlden av Calla Curman redan för över 100 år sedan. Det fascinerande landskapet av röd bohusgranit är både geologiskt och botaniskt intressant. Vi vandrar genom dalgången Munkeviks mule som röjts så att en gammal stig från 1800-talet åter kan trampas. Det blir även besök i ett av Västra Götalands sju underverk, Stångehuvuds gamla fyrhus. Vi avslutar med att botanisera vid havsstranden på västra sidan där kanske den vackra

strandvialen börjat blomma. Ta gärna med kvällsfika.
Medelsvår bergsterräng.

Guide/r: Thomas Andersson, 0707-554363

Sträcka: Ca 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Pinnevik.

Koordinat: 58.269334, 11.424475. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/QK8CNcpXdvHcJLme7>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se

hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Forentorpa ängar

Lördag 30 maj kl. 10:00-13:00

Forentorpa ängar, **Falköping**

Under denna vandring möts vi av en vacker hagmark med gamla, grova träd. Peter Stofkoper guidar om områdets botanik. Anna Johansson berättar om träden och deras användning. Medtag fika!

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-827678, Anna Johansson, 0702-20 24 16

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Forentorps ängar.

Koordinat: 58.2417871, 13.5304252. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/kf4Ms2S3N68qcndp9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Sommarvandring bland blommor och djur (3 tillfällen)

Söndag 31 maj kl. 10:00-14:00

Söndag 7 juni kl. 10:00-14:00

Söndag 14 juni kl. 10:00-14:00

Ramsön, **Stenungsund**

Vi vandrar i utmarker med betande kor och kalvar. Och genom ängar med sommarens alla blommor i full prakt. Vandringen är ganska lätt, men ta på grova skor eller stövlar. Barn och kopplade hundar är välkomna.

Efter halva sträckan, ca 2 kilometer, fikar vi hemma hos oss. Där finns utedass. Ta med matsäck.

Turen tar ca 4 timmar med överfart till ön med öppen båt från Timmerviks brygga, ca 300m. Parkering i Timmervik eller i Sävelycke nere vid sjön, ca 3 kilometer.

Turen arrangeras 31 maj, 7 juni och 14 juni.

Guide/r: Ole Aasheim, 0706-80 51 44

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Timmerviks brygga, Jörlanda.

Koordinat: 57.976583, 11.780222. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/KE3RtWooKwe2UvWr5>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Hjelmsäters Guckusko

Söndag 31 maj kl. 11:00-14:00

Hjelmsäter, **Götene**

Vi utgår från Medelplana bygdegård och rör oss förbi ruiner, drumliner och hedmark. Orkidévandring med fokus på Guckusko, och den välkända lokalen vid Hjelmsäter. Vi fortsätter förbi Hjelmsäters valnötsträd ner till Gamleriket och dess väldiga ekar.

Lätt till medelsvår vandring. Egen matsäck.

Medelplana bygdegård är röd/vit och ligger nära de tre resta grå kalkstenshällarna (Tredinge stenarna) vid ett järnålders gravfält. Stadiga skor. Kostnadsfritt. Vandringen passar alla åldrar utom möjligen de allra minsta och de allra äldsta, du måste kunna gå själv.

Ej barnvagn, -stenig mark. Ej hundar, -risk för interaktioner med vilt, glad lokal gårdshund och får med lamm. Trafik och stora jordbruksmaskiner kan förekomma. Kollektivtrafik saknas. Välkommen!

Guide/r: Robert Roffey, 076 - 130 10 21

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Medelplana bygdegård.

Koordinat: 58.573650, 13.366717. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/zaSXxAWfreZbraB78>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Nybörjartur - en vacker vandring bland slott, ekskog och sjö (juni)

Onsdag 3 juni kl. 15:00-18:00

Gunnebo kulturreservat, **Möln dal**

Välkommen till en cirka 3 kilometer lång vandringstur för nybörjare. Vandrigen kommer gå i vackra och lugna miljöer kring skogarna och sjöarna vid Gunnebo slott i Möln dal. Underlaget kommer mestadels att vara grusväg, men lite under 1 kilometer kommer även gå på fintrampade stigar. Under turen görs ett antal pauser där information ges om utrustning, allemansrätten och hur man hittar vandringsleder. Perfekt för dig som gärna vill lära dig mer om vandring och friluftsliv. Efter cirka 3 timmar är ni åter där ni startade.

Medtag eget fika, kläder efter väder och bekväma skor. Vandrigen passar inte för personer som har svårt att gå på stigar. Varmt välkommen på en lugn och förhoppningsvis inspirerande nybörjarvandring! Vi samlas på parkeringen vid bron i början av John Halls väg, intill Stensjön. Närmsta hållplats: "Gunnebo Park". Vandrigen är ett samarbete mellan Väst kuststiftelsen och Svenska Turistföreningen.

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-586163

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen intill Stensjön.

Koordinat: 57.662421, 12.050272. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/XcGUbmQkv39hRGui6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Introvandring

Lindö i blomstertid

Onsdag 3 juni kl. 16:45-21:15

Trossö-Kalvö-Lindö, **Tanum**

Vi njuter av Lindö i full blomsterprakt och lär oss om Kosterhavets marina mångfald. Lindö har ett omväxlande storslaget landskap med en lugn och frodig innerskärgård och en karg utsatt västsida. Ta gärna med fika. Kort båtfärd (avgift 200 kronor, betalas kontant eller med Swish).

Guide/r: Christin Appelqvist, 0766-229668.
Sara Philipson

Sträcka: 6-10 kilometer

Samlingsplats: Resö hamn.
Koordinat: 58.800771, 11.165403. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/a4BSQcTwXaKZgPVg8>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 24

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

En långvandring genom hjärtat av Svartedalen (juni)

Torsdag 4 juni kl. 09:00-17:00

Svartedalen, **Lilla Edet, Stenungsund**

Trolska skogar, glittrande vatten, imponerande vyer och storslagen vildmark. Det är Svartedalen. Denna vandring kommer, via mestadels stigar men även en och annan grusväg, ta oss genom hjärtat av Svartedalen och förbi hela 14 sjöar!

Vandringen är kuperad och går bitvis på väldigt ojämna stigar. Tempot kommer vara högre än vad som betraktas som vanligt vandringstempo då vi kommer gå i minst 4 kilometer i timmen. Tempot i kombination med längden och kuperingen gör detta till en mycket krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad. Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben!

Turen arrangeras även 2 oktober.

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-58 61 63

Sträcka: 23 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Bottenstugan.
Koordinat: 58.004406, 11.988819. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/y61JfHiJ1UqzfegQA>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Sommarkväll på Amundön

Torsdag 4 juni kl. 18:00-21:00

Stora Amundön, **Göteborg**

Nyfiken på Amundöns natur? Häng med på denna kvällstur där vi pratar om natur, växter och djur och lite historia. Vad är det vi ser utmed stigen där vi går? Vi går ca 3 kilometer i lugnt tempo mestadels på grusade stigar men ca 300-400 meter över klippor. Det blir ett fikastopp längs vägen så ta med egen matsäck. Rejåla skor är bra, på några ställen kan det vara blött. Närmsta busshållplats är "Lillövägen". Dit gåt buss 82 från Marklandsgatan, eller buss 258 från Vasaplatsen. Annars kan man ta buss till Bassås eller Skintebo och gå därifrån men det är betydligt längre. Vandringen är ett samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Guide/r: Catharina Larsson, 0725-17 43 39

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Vid bron över till Stora Amundön.
Koordinat: 57.594077, 11.920322. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/j5e2dwJ51j1GvtBo7>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Långvandring på Pilgrimsleden Göta älv

Fredag 5 juni kl. 08:00-16:00

Pilgrimsleden Göta älv, **Ale**

Ta en paus från vardagen med en vandringsfredag och utmana dig att gå långt! Följ med på en vandring på pilgrimsleden Göta älv. Vi kommer vandra från Bohus station till Älvängen station. Den här vandringen riktar sig till dig som gillar långa vandringar!

Pilgrimsleden Göta älv går från Göteborg till Vänersborg. Vi träffas vid Bohus station, dit du enkelt åker med tåg från Göteborg eller annan ort. Vandringen går först genom djupa skogar i norra Vättlefjäll och sedan i jordbrukslandskap och mindre samhällen förbi Starrkärrs kyrka. Vi avslutar vandringen på Älvängen station varifrån tåget går tillbaka.

Ta med matsäck (mackor eller liknande, frukt, snacks), en flaska vatten, och en termos med varm dryck. Vi tar flera pauser under vandringen för att fylla på med energi och vila fötterna lite. Ta med ett sittunderlag och kläder efter väder.

Det rekommenderas vattentäta, fasta skor. Barn och kopplade hundar är varmt välkomna om de orkar gå långt, men stigen är inte lämplig för barnvagnar eller rullstolar. Det är gratis att delta. Välkommen att våga vandra vidare!

Guide/r: Florina Lachmann, 0730-92 46 64

Sträcka: 24 kilometer

Samlingsplats: Hållplatsen "Bohus station", vid bussarna.
Koordinat: 57.851664, 12.015101. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/7PCYgySZnH5SVNHH7>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 50

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Naturnatta på Vargfällets gård

Fredag 5 juni kl. 22:00-02:00

Bredfjället, **Uddevalla**

Vi kommer att vaka in nationaldagen vid lakan och fjärilslampan. Förhoppningsvis har de första svärmarna börjat flyga, liksom ett antal arter spinnare, nattflyn, mätare, mott och malar. Vi gör kortare promenader för att lyssna in nattskärar och en och annan fladdermus. Erika och Frederik kommer att berätta lite om hur det är att driva ett litet extensivt jordbruk i hjärtat av Bredfjället, detta i en kontext av gårdens historia.

Viktigt är att ta med myggstift, för knotten kan vara besvärliga vid denna tid. För övrigt kläder efter väder och tilltagen fikakorg. Vi hoppas på minst +12 grader, vindstilla, nymåne och mulet väder. Vid olämplig väderlek ställs arrangemanget och flyttas en vecka framåt till fredagen 12 juni!

Guide/r: Jan Uddén, 0706-56 54 01

Sträcka: max 1 kilometer

Samlingsplats: Vargfällets gård.

Koordinat: 58.226639, 12.034056. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/AS6wF7f8G5L6Goqb8>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Foto, Insekter, Kultur/historia

Guckusko - Skärboskogens hemlighet

Lördag 6 juni kl. 10:00-14:00

Skärbo, **Bengtsfors**

Vi tränger djupt in i storskogen där vi finner den ståtliga orkidén guckusko som här har sin enda växtplats i Dalsland. Förhoppningsvis blommar den praktfullt i dunklet under granarna. På vägen tillbaka strövar vi genom Skärbos restaurerade ängar och hagar. Anders Niklasson från Skogsdals

Naturskyddsförening hjälper oss att leta rätt på de botaniska rariteter som trivs på den kalkrika berggrunden. Vi funderar på hur landskapet och växtligheten på denna lilla skogsgård och dess torp har utvecklats under århundradena och hör berättelsen om gårdens skiftande öden från 1500-talet fram till idag.

Vandringen går genom betesmarker och på skogsstigar som kan vara svårframkomliga med barnvagn. Ta med matsäck.

Samling vid reservatsparkeringen belägen ca 10 kilometer nordost om Dals Långed. Omkring 2,5 kilometer efter Södra Fjäll i riktning mot Åmål (om man kommer från Långed) leder en mindre väg till reservatet.

Guide/r: Kolbjörn Waern, 0704-83 46 26. Anders Niklasson, 0730274030

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen Skärbo naturreservat.

Koordinat: 58.972983, 12.363659. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/dpLAzLMPsSXR4MF48>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia, Växter

Stora Kornö – idyllisk och unik ö

Söndag 7 juni kl. 10:00-17:00

Stora Kornö (Kalven på Kornö), **Lysekil**

Upplevelsedag och vandring på Stora Kornö i Lysekils skärgård. Stora Kornö är en ö av riksintresse, ägd av öborna. Här kan man uppleva ett genuint ösamhälle, ett marint kulturlandskap och intressant geologi. Vi får en guidad promenad i samhället och vandrar sedan på ön. Vi besöker även Klingkyrka, en ovanlig grotta bildad av havet. Vi ser vackra vyer ut mot skärgård och horisont, och upplever lummig grönska, flora och skärgårdshus. Vi gör också ett badstopp. Guiden är uppvuxen i Lysekil, är hemtam på ön och är auktoriserad Bohuslänguide.

Vi vandrar 3-4 kilometer totalt, i mestadels lätt terräng. Vi ska över rullstenar på ett ställe, där behövs balans eller gåstavar. Det går även att avstå just den delen av vandringen.

ENDAST FÖRBOKNING! Vi har hyrt passagerarbåt för vår utflykt. Båten rymmer mer än 100 personer och vi blir ca 45. Båtbiljett 460 kr/styck. Boka din båtbiljett via länken, och där kan du sedan betala med swish. Boka i tid, turen brukar bli full. Boka senast 10 maj. Bindande anmälan. Vid sjukdom går det bra att byta namn på biljetten. Alla anmälda får inom 2 veckor bekräftelsemail. Om turen fullbokas tidigt anordnar guiden en extra tur den 6 juni.



Samlingsplats: Havets Hus brygga, utanför Havets hus i Lysekil, 40 meter från busshållplatsen med samma namn. Kartlänk fås i bokningsbekräftelsen.

TA MED: Vandringskängor/skor med bra stöd. Matsäck med lunch och dryck, vatten, kamera och en vindtät jacka. Keps och solglasögon. Gärna badkläder (vi gör ett badstopp). Kopplade hundar välkomna, med föranmälan. Ej barnvagnsvänligt tyvärr.

Välkomna! Med viss reservation för datumändring.

Guide/r: Anette Bargel, 0705-77 64 22

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Havets Hus brygga.

Koordinat: 58.268974, 11.432688. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/aBK4UigdnB4H4dWp7>

Föranmälan: <https://saltaguiden.se/guidning/stora-korno-guidad-dag-i-vasterhavsveckan/>

Max antal deltagare: 45

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Kultur/historia

Lär känna våra vanligaste träd!

Söndag 7 juni kl. 10:00-12:30

Rådasjön, **Härryda**

”Växternas namn är som nycklar till deras mysterier – genom att förstå dem, förstår vi världen bättre” sa Carl von Linné 1753. Under den här vandringen får du möta och lära känna igen några av våra vanligaste träd. Arterna är lättare att minnas när de förknippas med vad de betytt för oss människor i fråga om användbarhet till exempel som byggnadsmaterial, medicin och i tro. För att inte tala om våra vanliga svenska efternamn samt i visor och dikter! Sång och musik ingår i turen genom de fantastiska ädellövskogarna. Vandring ca 2,2 kilometer på promenadvägar och lättgångna stigar men en kort, brant stigning förekommer ungefär i mitten av turen. Ta gärna med fika! Kollektivtrafik: X4 från Göteborg till Mölnlyckemotet, gå ca 1 kilometer till Råda säteri.

Guide/r: Lena Smith, 0733-450759, Alexander Ohlström-Frisborg, 076-2371699

Sträcka: ca 2 kilometer

Samlingsplats: Samling vid reservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri.

Koordinat: 57.660694, 12.089722. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/vJSx6qJmeHTyHhcK7> **Föranmälan:** Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Sommarvandring bland blommor och djur (2 av 3)

Söndag 7 juni kl. 10:00-14:00

Ramsön, **Stenungsund**

Se 31 maj

Kroppefjälls vackra norra våtmark, tjärnar

Söndag 7 juni kl. 10:30-17:00

Kroppefjälls norra våtmarker, Färgelanda, Mellerud

Välkommen till en vandring i LUGN TAKT på Kroppefjälls vildmarksområde, Dalslands tak, i det naturreservat som kallas "Kroppefjälls norra våtmarker". Leden vi går är en liten del av den för ett par år sedan invigda Kroppefjällsleden.

Vår vandring går genom ett omväxlande naturområde med vackra tjärnar, bäckar, gles blandskog, lövsumpskogar och mossar. Kanske finner vi några karakteristiska växter som exempelvis myrlilja, silesår, med flera. Vi befinner oss mitt inne på "fjället", på högplatån, i ett tyst, obebott, väglöst land och vandrar mestadels på slingrande stigar, och över berghällar av Kroppefjällsgranit.

Vi gör en rundvandring i lugnt tempo, delvis på kulturhistoriska Karolinerleden och besöker dess raststuga. Stigen var en genväg till Norge för Karl XII och andra tidiga resenärer. Geologi, kulturhistoria, folkliv tar vi upp och hur återrestaureringen av naturreservatet ska ske. Syftet är att återställa artrikedomen i framtiden.

Leden är inte barnvagnsvänlig och hundar ska hållas kopplade. Spänger finns över våtmarksområden, men ändrad spångläggning kan pågå. Vandringen betecknas medelsvår, någon liten bit svår, men går i lugnt tempo. Sträckan vi vandrar är 5-6 kilometer.

Ta med dryck, lunchmatsäck och fika för 1-2 raster som vi tar vid någon sjö, gärna sittunderlag, långbyxor och tåliga, gärna vattentäta kängor.

Guide/r: Margareta Hansson, 0704-15 65 00

Sträcka: 5-6 kilometer

Samlingsplats: Man kan välja mellan två alternativa samlingsplatser. **Alternativ 1** om man kommer västerifrån till Kroppefjälls vildmarksområde: Vi samlas klockan 10:30 vid Ragneruds vandringsdestinations camping (utanför receptionen), norr om Högsäter. Kroppefjäll och Ragneruds camping i Jolsäter är skyltat från väg 172. (Närmsta busshållplats: "Tängelanda" 3,1 kilometer från Ragnerudssjöns camping). Koordinater för Ragneruds camping: 58.65066 12.10262

Från campingen kör vi bil på slingrig grusväg in över Kroppefjäll till Hallesjöarna, där vår rundvandring i lugn takt först börjar. Vandringen avslutas vid parkeringen vid Hallesjöarna cirka klockan 17:00.

Därefter kör några av oss tillbaka till Ragneruds vandringsdestination.

Samlingsplats **Alternativ 2:** Vi möts på parkeringen vid Hallesjöarna klockan 11:30 (Länk till karta: <https://goo.gl/maps/959rLerNixmMca1a8>) för de som vill köra till platsen för vår vandring på egen hand. Passar bra för de som kommer österifrån från Västra Bleken, Dals Rostock och Brålandaområdet. Ring/SMS:a till guiden och meddela om ni tänker möta upp vid Hallesjöarna. Koordinater för parkering vid Hallesjöarna: 58.696499 12.197037

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Kultur/historia, Växter

I orkidérika marker på Skaftö

Måndag 8 juni kl. 18:00-21:000

Gåsevik, Gröderhamnsängen, **Lysekil**

När orkidéerna blommar i rikkärret vid Gröderhamn på Skaftö gör vi denna vandring i frodiga och kalkrika marker med stor artrikedom. På väg till Gröderhamn tittar vi även på flora och havsstrandsvegetation i Gåsevik. Ta gärna med kvällsfika. OBS det kan vara blött i kärret, gummistövlar/kängor kan vara bra.

Samling cirka 200 meter söder om Kristinebergs marina forskningsstation. Vänligen parkera ej på samlingsplatsen. Parkering finns här, 600 meter innan samlingsplatsen:

<https://maps.app.goo.gl/wCscESnovg633LzF7>

Guide/r: Thomas Andersson, 0707-55 43 63

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Samling cirka 200 meter söder om Kristinebergs marina forskningsstation. Vänligen parkera ej på samlingsplatsen. Parkering finns här, 600 meter innan samlingsplatsen:

<https://maps.app.goo.gl/wCscESnovg633LzF7>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Växter



En långvandring bland klippor, skog och hav (juni)

Fredag 12 juni kl. 09:00-17:00

Nordre älvs estuarium, Kungälv

Den här långvandringen bjuder på allt! Klippor, hav, skog, utsikter, stigar, grusvägar och asfaltsvägar. Vandringen börjar med att gå runt Överön där vi njuter av klippor a la Bohuslän och milsvida utsikter över skärgården. Vandringen går vidare bland hus innan vi kommer in i skog. Nu blir det en lång skogsvandring fram till utsikten vid bergskanten. Sedan vänder vi tillbaka in i skogen och efter en lång stund vidare på asfaltsvägar innan vi går den avslutande delen runt Karholmen.

Vandringen är delvis kuperad och går bitvis på väldigt ojämna stigar. Tempot kommer vara högre än vad som betraktas som vanligt vandringstempo då vi kommer gå i minst 4 kilometer i timmen. Tempot i kombination med längden och kuperingen gör detta till en krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad. Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben!

Turen arrangeras även 24 september.

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-58 61 63

Sträcka: 23

Samlingsplats: Besöksparkeringen Överön.

Koordinat: 57.794835, 11.747696. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/SktfNUJJhir55Yrm6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Vandring till Gården Änga på Härön

Lördag 13 juni kl. 10:20-15:20

Härön, Tjörn

Vandringen går över ön med dess fina kulturmarker och med nedslag i historia såväl som natur. Framme vid gården Änga får vi uppleva en storslagen flora på välskötta slätterängar, se odlingar av utrotningshotade grödor och ogräs och orkidéängar. Det finns också möjlighet att ta ett dopp i havet.

Under vandringen vandrar vi genom en natur som bjuder på stor variation mellan höga berg och ängar i kuperad terräng. Ta med matsäck och vattenflaska.

Guide/r: Helena Bladh, 0708-77 02 16

Sträcka: ca 5 kilometer

Samlingsplats: Samling vid färjeläget på bryggan i Kyrkesund. Färjan avgår klockan 10:25, avgift betalas ombord (enkelbiljett med Västtrafik, zon B).

Parkering finns på cirka 10 minuters gångavstånd.

Koordinat: 58.015094, 11.514310. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/WnhwzdDcGnC36xM47>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 24

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Brattön - Bohusläns Blåkulla

Lördag 13 juni kl. 11:00-17:00

Brattön, Kungälv

Vi vandrar på Brattön och tar oss upp på öns topp som är 131 m ö h. Brattön kallas ibland Bohusläns Blåkulla eftersom man förr menade att hit åkte trollpackor och häxor för häxsabbat.

Förutom att se den monumentala 360-gradersutsikten från toppen kommer vi att se branta bergväggar, djupa raviner och gräsbevuxna platåer. I en skyddad gryta, en markant gräsbevuxen sänka, ligger "Brattöns hemlighet" helt osynlig från omvärlden: Store mossen, omgiven av torrängar och busksnår med rosor, hagtorn och slån. Här finns en mängd olika arter av fjärilar, gräshoppor, trollsländor och andra insekter bland en rad växter som trivs på den sandiga gräsmarken. Många går i gult: stånds, småfingerört, gulmåra, småborre, gråfibbla. Runt

kärret reser sig ljungklädda kullar med fantasieggande namn som Kopparberget och Hästekullen. I västligaste delen på krönet av Brattön öppnar sig ett fossilt odlingslandskap där de gamla åkertäpporna omgärdas av stengärdsgårdar. Brattön har ett rikt fågelliv och har vi tur kan vi se rovfåglar segla i luften runt toppen.

Vandringen är drygt 4,5 kilometer lång med flera hundra meters sammanlagd höjdskillnad. Kängor eller stadiga skor rekommenderas. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan" (cirka 15 minuters promenad från parkering) i god tid innan färjans avgång klockan 11:00. Vi åker tillbaka med ordinarie färja 16:30 från Brattön och återkommer till Rörtången bryggan 16:55. Kostnad för att åka med färjan: Enkelbiljett med Västtrafik, zon B, i varje riktning.

Kommer du med bil så kan du parkera här: <https://maps.app.goo.gl/hEFDtVSJbS7NJKYJ9>. Finns man redan på Brattön så möts vi vid färjebryggan på Brattön östra.

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv. Det går också bra att åka kollektivt från Göteborg/Kungälv till Rörtången bryggan, se Västtrafiks tidtabellstjänst.

Guide/r: Thomas Johansson, 0706-71 81 42
Ann-Mari Johansson

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Rörtången bryggan.
Koordinat: 57.922139, 11.753528. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXxAwfrJ6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia, Växter



För nybörjare på De vilda blommornas dag

Söndag 14 juni kl. 10:00-14:00

Bräcke ängar och lövskogar, **Åmål**

En nybörjarvandring om blommor på denna blomsterrika plats. Här finns både vanliga och lite mer ovanliga blommor, så du väljer vilka du vill lära dig.

För alla som vill lära sig några nya namn på vackra blommor. Här läggs fokuset på att hitta namn på de blommor deltagarna önskar lära sig, istället för att hitta många olika växter. Alla behöver inte lära sig mer än det de är intresserade av. Så när deltagarna går hem är guidens förhoppning att alla har lärt sig 3 nya växter till namn och utseende och var man kan hitta dem.

Hur lång vandringen blir beror på lite på hur mycket vi stannar. Men tiden är väl tilltagen så det finns plats för många frågor och diskussioner. Men vi går max 3 kilometer. Det är ju ängsmarker vi går på och det är lite backigt ner mot sjön, men vi följer i stort leder som går i området.

Ta med fika för en rast. Kläder och skor efter väder. Kan vara lite blött på de lägst liggande partierna.

Guide/r: Helena SELLER, 0708-60 29 13

Sträcka: max 3 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering som ligger närmast Edsleskog.
Koordinat: 59.04928, 12.47509. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/kZhH7zHz4cZ5CRDZ6>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Familjevandring, Växter, [De vilda blommornas dag](#)

Vilda blommornas dag på Kuröd skalbankar

Söndag 14 juni kl. 10:00-14:00

Kuröds skalbankar, **Uddevalla**

Denna dag gör vi som tusentals andra människor i de nordiska länderna, vi skådar in i Floras rike. Vi vandrar över det blomsterrika och kuperade landskapet i Bräcke-Kuröd skalbankar. Här har påträffats ca 450 kärlväxtarter och vi räknar med att se bland annat blommande trollsmultron, grådådra, slätterfibbla, vitstjälksmöja, duvnäva och blodnäva. Om solen skiner kan vi inte låta bli och titta lite närmare på fjärilar och andra blombesökande insekter. Terrängen är kuperad och kan bli svår om man har problem med sin rörelseförmåga. Vi går i mycket lugnt tempo och knäböjer då och då för att titta in i "örternas sängkammare". Ta gärna med lupp/kikare, fältflora och fika.

Guide/r: Jan Uddén, 0706-56 54 01

Sträcka: ca 2 kilometer

Samlingsplats: Skalbanksmuseet.

Koordinat: 58.356583, 11.967112. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/pYV7iFha2xGQawX59>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Insekter, Växter, [De vilda blommornas dag](#)

De vilda blommornas dag på Näverkärr

Söndag 14 juni kl. 10:00-13:00

Näverkärr, **Lysekil**

Kom och uppmärksamma De vilda blommornas dag tillsammans i Näverkärrens naturreservat!

Vi rör oss längs Kuststigen i reservatet och tittar på vad som blommar. Kanske jungfrulin och ängsnycklar står i blom? Medtag fika - vi planerar för ett stopp tillsammans ute i reservatet vid en lämning av ett fiskeläge från 1500-talet.

Vandringen lämpar sig ej för barnvagn. Den lämpar sig ej heller för medföljande kopplad hund då det i reservatet betar en kreatursbesättning. Stabila skor rekommenderas då vi kommer passera mindre områden av klappersten.

Medtag gärna papper och penna för att notera de arter vi ser, så kommer du komma hem med en artlista från dagens vandring!

Guide/r: Kajsa Hellborg, 0733-80 48 68

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen för Näverkärrens naturreservat.

Koordinat: 58.357801, 11.373896. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/cyZ22uoomqUXdKKv8>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Växter, [De vilda blommornas dag](#)

Sommarvandring bland blommor och djur (3 av 3)

Söndag 14 juni kl. 10:00-14:00

Ramsön, **Stenungsund**

Se 31 maj

[De vilda blommornas dag](#)

Hagmark, lövskog och rikkärr

Söndag 14 juni kl. 10:00-13:00

Gullängen, **Falköping**

Gullängen är ett nästan 2 kilometer långt naturreservat sydost om Broddetorp.

Vi börjar vandringen i en betesmark i norr, innan vi kommer in i lövskogen i reservatet. Här passerar vi ett nyrestaurerat rikkärssområde innan vi kommer in i sumpskogarna längs med Korstorpsbäcken. I detta område finns mycket död ved. Slutligen når vi fram till Pilhultskärret där vi påträffar axag, flugblomster, gräsull, majviva, ängsnycklar och många sällsynta starrarter. Stövlar behövs för denna vandring.

Olämpligt att ha med hund då det kan förekomma kor i hagarna.

Medtag fika.

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-82 76 78

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Broddetorp kyrka parkering.
Koordinat: 58.307223, 13.609475. Kartlänk:
https://goo.gl/maps/GcSHKq1Cw1r1R2kV7?g_st=am

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Växter, [De vilda blommornas dag](#)

De Vilda Blommornas Dag

Söndag 14 juni kl. 10:40-16:00

Härmanö, **Orust**

Naturreservatet på Härmanö vid Gullholmen är stort. Här finns den karga, exponerade västsidans gnejsklippor genomskurna av diabasgångar och den leende, bördiga östsidans skalgrusrika jordar. Vi går först söderut över blomsterängarna mot Härmanös väst sida. Efter fikapaus vänder vi österut genom Alekärret till de östra strandängarna med rik blomning och intressanta arter. Första sträckan är lämplig för rullstol eller barnvagn. Det går bra att på egen hand återvända till samhället när terrängen blir krävande.

Se till att ha bra skor och att ta med riklig matsäck samt dryck.

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös. Närmsta hållplats: Gullholmen Hamnen. Bilparkering på Tuvesviks gästparkering, P-app, ca 200 m före färjeläget.

Personfärja 381 avgår från Tuvesvik till Gullholmen Hamnen, kl. 10:30 och resan tar ca 5 minuter. Samling på torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen runt kl. 10:40. Avslut 16:00 vid Hamnen. Returfärjor: 16:20 Gullholmen Hamnen och 18:00 från Gullholmen Piren.

Samlingsplats: Torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen.
Koordinat: 58.179320, 11.403419. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/6KQHkQCbMPx7ykr9A>

Guide/r: Gunilla Olander, 0730-224798

Sträcka: 5 kilometer

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter, [De vilda blommornas dag](#)

Strövtåg på Bohusläns sockertopp

Söndag 14 juni kl. 11:00-17:00

Älgön, **Kungälv**

Följ med på en fantastisk heldag där du under den bitvis krävande vandringen får uppleva Älgöns spännande natur och även öns intressanta kulturhistoria, växtlighet och fågelliv. Du får se den fantastiska Ljungheden som är en av västkustens största. Du får även möjlighet att se ruinerna efter den guanofabrik som 1895 var världens modernaste, men bara var igång en säsong innan sillen försvann.

Vandringen är drygt 8 kilometer lång. Kängor eller stadiga skor rekommenderas. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan" (cirka 15 minuters promenad från parkering) i god tid innan färjans avgång klockan 11:00. Vi åker tillbaka med ordinarie färja 16:25 från Älgön och återkommer till "Rörtången bryggan" 16:55. Kostnad för att åka med färjan: Enkelbiljett med Västtrafik, zon B, i varje riktning.

Kommer du med bil kan du parkera här:

<https://maps.app.goo.gl/hEFDtVSJbS7NJKYJ9>

Finns man redan på Älgön så möts vi vid färjebryggan på Älgön: <https://goo.gl/maps/pu5ntXuky89iypV6>

Här kan du läsa boken om Älgön:
<https://vastkuststiftelsen.se/wp-content/uploads/2022/02/boken-om-algon.pdf>

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv

Guide/r: Thomas Johansson, 0706-71 81 42
Ann-Mari Johansson

Sträcka: 8-9 kilometer

Samlingsplats: Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan".

Koordinat: 57.922139, 11.753528. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXAwfrJ6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia

Sveriges största fastlandsalvar

Söndag 14 juni kl. 15:15-17:15

Österplana hed och vall, **Götene**

Blomstervandring på Österplana hed där ett dussintal orkidéer som guckusko, honungsblomster, flugblomster, Sankt Pers nycklar och blodnycklar växer tillsammans med mycket annat. Andra rariteter är ormtunga, krutbrännare och inte minst kalknarven som är unik för Kinnekulle och Gotland.

Vandringen är cirka 1,5 kilometer lång och ganska lätt i omväxlande torr och blöt terräng. Vandringen föregås av en friluftsgudstjänst vid Österplana kyrka klockan 14:00, för den som vill.

Extra tips: Klockan 18:30 träffas vi sedan vid Forshems kyrka, för en exkursion där vi får se den mycket sällsynta svedjenävan.

Samarrangemang med Götene-Kinnekulle naturskyddsförening.

Guide/r: Olof Jansson, tel: 0705-690386

Sträcka: 1,5 kilometer

Samlingsplats: Österplana kyrkas parkering.
Koordinat: 58.575039, 13.429595. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/iVB6t3ditkr2vPb47>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan vastkuststiftelsen.se/guidningar

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter, [De vilda blommornas dag](#)

Midsommartur på Veddö

Lördag 20 juni kl. 11:00-14:00

Veddö, **Tanum**

Vi vandrar runt den natursköna Veddöhalvön. Blomsterängar med orkidéer, klippor, grusstränder och vidsträckta utsikter över Fjällbacka skärgård är något av det vi får uppleva. Vi vandrar på stigar i delvis kuperad terräng, ca 4 kilometer. Ta med matsäck! Samling på reservatets nedre parkering. Infart från vägen mellan Fjällbacka och Grebbestad, 3 kilometer norr om Fjällbacka.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-44 67 09

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Nedre parkeringen Veddö naturreservat. Infart från vägen mellan Fjällbacka och Grebbestad, ca 3 kilometer norr om Fjällbacka.
Koordinat: 58.62325, 11.274861. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/4EVQRZK1qhungGHk7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Vildmarksvandring i stiglöst land

Söndag 21 juni kl. 10:00-15:00

Kvarnsjöarna, **Ale**

6 kilometer vandring i obanad terräng med bitvis stark kupering. Vi vandrar lugnt i gammal naturskog på lavklädda åsar, genom mossar och förbi flera små tjärnar och sjöar. Botaniskt intressant. Grova skor och matsäck. Två raster.

Guide/r: Pelle Dalberg, 0705-12 92 73

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen vid Råvasjön.
Koordinat: 57.976444, 12.31025. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/5UsfHLncWPRNPssy9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Fåglar, Foto, Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växter

Vandring i orkidéparadiset Nohlmarken

Måndag 22 juni kl. 18:30-20:30

Nohlmarken, **Skövde**

Som traditionen bjuder besöker vi orkidéparadiset Nohlmarken i juni månad. Förhoppningsvis blommar vid vårt besök här tio olika orkidéarter, däribland blodnycklar, flugblomster, tvåblad, vaxnycklar och ängsnycklar.

Dessutom får vi se massblomning av gräsull, enstaka majvivor, kärrespira, 100-tals sommarfibblor, men även många andra vanliga och ovanliga växtarter. I Nohlmarkens naturreservat har påträffats mer än 300 olika växtarter.

Guide/r: Kurt-Anders Johansson, 0706-30 17 36.
Rolf-Göran Carlsson. Ingvar Fredriksson

Sträcka: ca 1 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid Nohlmarken.
Koordinat: 58.331917, 13.828806. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/LYKCMwzMCoc9JZyt8>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 40

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Pausa vardagen och smaka på naturen - En växtvandring i Vättlefjäll (Tikitut sommarvandring)

Onsdag 24 juni kl. 18:00-21:00

Vättlefjäll, **Göteborg**

Följ med Anne från [Tikitut](#) på vildväxtvandring i vackra Vättlefjäll och lär dig mer kring vad som går att äta eller ej!

I denna naturupplevelse har vi fokus på att smaka på naturen, pauser vardagen och upptäcker vad naturen ger just nu i Vättlefjälls vackra område.

Från tidigare vandringar vet vi att vi inte kommer långt utan istället lär vi känna många ätbara växter. Vandringen ger inblick i hur vi kan dra nytta av

naturens skafferier och ta ansvar för hur och av vad mat görs. Vid den avslutande fikan får vi provsmaka på Annes goda pesto och annat spännande som hon lagat med naturens vilda ingredienser.

Samlingsplats och avslut: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered.
Närmaste busshållplats: "Kryddnejlikegatan".

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-977643, Anne Franze-Jordanov

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered
Koordinat: 57.813733, 12.052552. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Flora, fjärilar och fåglar i midsommartid

Lördag 27 juni kl. 10:00-14:00

Kärlingesund, **Uddevalla**

Vi går på upptäcktsfärd i det vackra landskapet kring Kärlingesunds gård. Gamla åkrar som numera är beteshagar, bildar en vacker mosaik med klippedar, ekdungar och blandskog av löv och barr. Vi vandrar också utmed strandlinjen med Bassholmen i sikte och kikar lite på det strandnära marina livet. Med hjälp av fjärilshåvar tittar vi närmare på insekter. Med öron och ögon skådar vi områdets fågelliv och sätter också namn på örter och gräs som kommer i vår väg. Denna tur brukar uppskattas av yngre småkrypsintresserade deltagare. Ta gärna med kikare och fjärilshåv. Saknar du dessa hjälpmedel finns det några till låns.

Guide/r: Jan Uddén, 0706-56 54 01

Sträcka: ca 3 kilometer

Samlingsplats: Bassholmens P-plats, som ligger på höger sida ca 200 meter innan Kärlingesunds gård.
Koordinat: 58.246917, 11.51275. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/gQm76MabwGofEMnVA>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Familjevandring,
Foto, Insekter, Kultur/historia, Växter

Arkeologisk vandring: Vattnets kraft och reglering i Vättlefjäll. (Tikitut sommarevandring)

Onsdag 1 juli kl. 18:00-20:00

Vättlefjäll, **Ale**

Vi vandrar längs vägar och stigar som bär spår av äldre tiders bruk i form av tidig industri, kvarnverksamhet och vattenreglering. Med en fallhöjd på nästan 100 meter ner till Surte har denna del av Vättlefjäll spelat en särskilt viktig roll som plats för verksamhet som varit beroende av vattenkraft. Spåren finns kvar att se än idag och på vandringen upptäcker vi dem tillsammans.

Samarrangemang med [Tikitut](#).

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-97 76 43, Andreas Antelid

Sträcka: ca 4 kilometer

Samlingsplats: Fågeldammen i Surte.
Koordinat: 57.829602, 12.025935. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/sXhfKDYcShnASgBn6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia

Upplev hjärtat av vilda Kroppefjäll

Fredag 3 juli kl. 10:00-16:00

Kroppefjäll, **Färgelanda, Mellerud**

Vi vandrar på högplatån i Kroppefjälls naturreservat i en otroligt vacker miljö med gammal skog, blockmarker och förbi sjöar.

Det bjuds på en mer krävande vandring med delvis tuffare terräng på ca 11 kilometer förbi Svingsjön.

Naturreservatet Kroppefjäll ligger sydväst om Mellerud. Stigarna i reservatet följer till viss del gamla stigar från förr och vi kommer se kvarlämningar på olika ställen.

Ha stövlar eller kängor på fötterna. Det är ofta blött i markerna.

Ta med matsäck för en fika och en lunchrast.

OBS! Ingen mobiltäckning vid parkeringen. Åk i god tid.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 11 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Lunnanetjärnet.
Koordinat: 58.652346, 12.197734. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/vpMQUQ1jShM9EVRn7>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Möt Linné på Hönö

Lördag 4 juli kl. 13:00-17:00

Söndag 5 juli kl. 13:00-17:00

Ersdalen, **Öckerö**

På den nordvästligaste delen av Hönö möter vi vindpinade träd och buskar och slipade klippor. Spektakulära blockbildningar och rika torr- och fuktängar. Vi funderar över berggrunden som bildades vid en kollision mellan två kontinentalplattor för 1,5 miljarder år sedan. En och annan sjöfågel stryker förbi. Ta gärna med kikare, flora och matsäck.

Guide/r: Håkan Olsson, 0706-988915

Sträcka: ca 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid Ersdalens naturreservat.
Koordinat: 57.698538, 11.627067. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/FcmMZDNstHB7RgASA>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Familjevandring

Höljerudsforsarna med start i Bengtsfors

Söndag 5 juli kl. 10:00-14:00

Höljerudsforsarna, Bengtsfors

Välkommen till denna fina vandring genom Dalslands skog och stadsmiljö med gammal historia.

Vi möts på parkeringen nedanför Gammelgårdens vandrarhem. Vandringen är på 10 kilometer dels kuperat, genom skog och dels lättgången på vägen tillbaka. Vägen tar oss genom industriområdet söderut och vi njuter av fina utsikter över samhället och Bengtsbrohöjden. Vi följer Upprudsälven förbi den övre Höljerudsforsen, en ca 250 m lång forssträcka med 6 meters fallhöjd. Denna del av kanalen har inte påverkats eller varit torrlagd. Sedan korsar vi över Dalslands kanal vid 20:e sluss och hör om den över 150 år långa historien.

Vacker och lättgången grusväg längs sjön tillbaka till Bengtsfors.

Ta med matsäck för en lunchrast.

Ej lämplig för barnvagn.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 10 kilometer

Samlingsplats: Parkering vid Gammelgården.
Koordinat: 59.02745, 12.23730. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/5WFZS3RHpvj42qDf7>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Storlagen och varierad natur

Onsdag 8 juli kl. 15:00-21:15

Trossö-Kalvö-Lindö, **Tanum**

Vi njuter av reservatets vackra varierande vyer och dess storslagna mångfald över och under ytan. I lugna innerskärgården på Lindö går vi över artrika ängar och genom frodiga lövsalar. Medans Kalvö bjuder på lite mer krävande vandring på exponerade klippor och klapperstenar. På båda öarna gör vi stopp längs stränderna och upptäcker livet under ytan vid Kosterhavets nationalpark. Ta gärna med matsäck! Kort båtfärd (avgift 200 kronor, betalas kontant eller med Swish). Parkera gärna på långtidsparkeringen Vallbostrand (58°48'16.2"N 11°10'18.9"E,
<https://maps.app.goo.gl/g2hcF29ykQJNKHPp7>)

Guide/r: Christin Appelqvist, 0766-22 96 68

Sara Philipson

Sträcka: 10-15 kilometer

Samlingsplats: Resö hamn.

Koordinat: 58.800771, 11.165403. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/a4BSQcTwXaKZgPVg8>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 24

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Pausa vardagen och smaka på naturen - En växtvandring längs Lärjeån (Tikitut sommarvandring)

Onsdag 8 juli kl. 18:00-21:00

Lärjeåns dalgång, Pilgrimsleden,
Göteborg

Traska med Anne från [Tikitut](#) längs den kontrastfyllda Lärjeån till Linnarhult och Eco Agroforestry Recreation Center.

Under denna naturupplevelse smakar vi på vilda ätliga växter, pausar vardagen och upptäcker vad naturen ger just nu. Plocka själv några växter för att

använda hemma! Under vandringen får vi provsmaka på Annes goda pesto och annat spännande som hon lagat med naturens vilda ingredienser.

Vandringen ger inblick i hur vi kan dra nytta av naturens skafferier och ta ansvar för hur och av vad mat görs.

OBS! Olika samlingsplats och avslut! START: på skogsvägen vid korsningen Stjärnbildsgatan/Ljusårvägen i Bergsjön. Närmaste busshållplats: "Merkuriusgatan". AVSLUT: vid Eco Agroforestry Center (<https://goo.gl/maps/LZyEWccPgfnUerca9>). Närmaste hållplats: "Linnarhultsvägen".

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-97 76 43. Anne Franze-Jordanov

Sträcka: ca 4,5 kilometer

Samlingsplats: Skogsvägen vid korsningen Stjärnbildsgatan/Ljusårvägen i Bergsjön. Koordinat: 57.762694, 12.068278. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/FNhNHWKgcTGk2JYm9> ;

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Växter

Hällristningar Tisselskog

Torsdag 9 juli kl. 18:00-19:30

Tisselskog Högsbyn, **Bengtsfors**

Vi guidas i det unika hällristningsområdet, en udde som ligger i sjön Råvarpen som är en del av Dalslands Kanal. Vandrigen är 1,8 kilometer lång och vi ser vacker natur, men framförallt tittar vi närmare på bronsålderns hällristningar. Vi går längs en underhållen vandringsled. Låga eller mellanhöga vandringskor är bra. Bil krävs för att komma fram till parkeringen, där vi börjar och avslutar utan paus.

Lättgången vandring – men ej lämplig för barnvagn.

Fin strand och badplats med kvällsol. Ta med badkläder och/eller fika om du vill njuta detta efter vandrigen.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkering vid hällristningar i Tisselskog.

Koordinat: 58.893943, 12.381389. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/D4jQFnnyoMpdTvTs7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Stora ryl-resan

Lördag 11 juli kl. 10:00-16:00

Klyftamon, **Götene**

Vi besöker två av Västergötlands största lokaler för den sällsynta och starkt hotade rylen. Den första ligger vid Nolmossen i naturreservatet Klyftamon. Den andra lokalen ligger i Forshem. Där passar vi även på att se den sällsynta svedjenävan och lite närliggande betesrestaurering. Vi avslutar med Ulf Wiktanders slätteräng med brudsporre.

Samarrangemang med Götene-Kinne kulle naturskyddsförening.

Guide/r: Olof Jansson, tel: 0705-690386

Sträcka: ca 3-4 kilometer

Samlingsplats: Vättlösa kyrka.

Koordinat: 58.512808, 13.491695. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/d8gjLNg48CBcV5HE6>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Blomsterkungen i skärgården

Lördag 11 juli kl.

12:30-17:00

Söndag 12 juli kl.

12:30-17:00

Rörö, **Öckerö**

Hällmarker och ljunghedar präglar ön, som har en rik och egenartad flora. Vi vandrar över klapperstensfält och slipade berghällar. Vi studerar hällkar och letar efter fyrling, ävjebrodd, lånke med mera i de små gölarna. Vi räknar in exemplaren av ostronört som finns kvar och söker finna kustarun.

Guide/r: Håkan Olsson, 0706-98 89 15

Sträcka: ca 4 kilometer

Samlingsplats: Rörö färjeläge (färjan går från Burö färjeläge 11:50. Reservation för ändring).

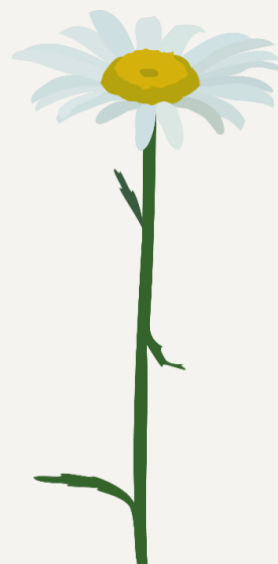
Koordinat: 57.771492, 11.620925. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/WiNe3Atz8oM6tup68>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Geologi, Växter



Granitklippor, diabas och klapper på Saltö

Lördag 18 juli kl. 10:00-13:30

Saltö, Strömstad

Vi utgår från reservatparkeringen vid Sandhagen och vandrar ner genom kusttallskogen till Ängklåvbukten. Där går vi norr ut längs stranden och vidare upp på granitklipporna av Bohusgranit som stupar brant ner mot Kosterfjordens djupränna. Här genomslås graniten av en 2-3 meter bred gång av den ovanliga bergarten rombporfyr. Den trängde in i graniten under Permperioden för cirka 260 miljoner år sedan. I väster ser vi Kosterkärgården där gnejsberggrunden är 600 miljoner år äldre än Bohusgraniten. Vi vandrar vidare till Sandhagen, där finns ytterligare två mörka gångbergarter som skär igenom graniten. Därefter går vi på stigen från Vinnarstrand genom löv- och tallskogen och tillbaka till parkeringen vid Sandhagen.

Guide/r: Thomas Eliasson, 0730-59 74 66

Sträcka: 3,5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Sandhagen på Saltö. Koordinat: 58.8737987, 11.13554. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/hG3VL5L2d9zEkEtM9>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi

Tresticklans nationalpark, vildmark med intressant historia

Nytt Datum - 8 augusti kl. 10:00-16:00

Tresticklans nationalpark, Dals-Ed

Tresticklans Nationalpark har både särpräglad natur och spännande historia. Vi vandrar i ett av södra Sveriges ödsligaste områden. Hallevägen och Orshöjdsleden för oss till ruinerna av gården Oltjärnsbråtarna. I trakten har levt intressanta människor som den läkekunnige smeden Orrebryngel, historiesamlaren Stampare-Jan, tjuven och mördaren Tomte-Elias och kvinnorna på Kårelös. Flera kurirleder till och från Norge gick också genom

området under andra världskriget. Längd: 10-12 kilometer i delvis kuperad terräng. Matsäck för två raster.

Vi samlas vid Nationalparkens parkering Råbocken kl. 10:00. Infart (skylt) från vägen mellan Dals Ed och Nössemark, 18 kilometer norr om Dals Ed och 14 kilometer söder om Nössemark på västra sidan om Stora Le.

Samarrangemang med Friluftsrådet i Tanum.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-44 67 09

Roger Eriksson, 0725-47 98 38

Sträcka: 10-12 kilometer

Samlingsplats: Nationalparkens parkering, Råbocken.

Koordinat: 59.041987, 11.795668. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/pvFYaE4JFbh3etxV7>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Geologi, Kultur/historia, Växter

Kom med till "Top of the world" – Sörknatten

Söndag 19 juli kl. 11:00-14:00

Sörknatten, Åmål, Bengtsfors

Välkommen till en vandring där man ser vida omkring från Sörknattens triangelpunkt. Det känns som man är på toppen av världen när man står där uppe. Det är endast 142 meter över havet men man ser mer än 9 mil runt om åt alla håll. Till Bohuslän, Kinnekulle, Baljåsen, Vänersborg med mera vid klart väder.

Att man kan se så långt beror på att denna södra "knatten" består av det hårda materialet kvarts. Det är hårt och svårvittrat och har därför blivit kvar som "knattar"/kullar över den övriga eroderade marken. Därför finns det ingen jord där träd kan växa och skymma sikten. Mer om detta berättar guiden om på vägen.

Det finns två vägar till denna triangelpunkt. En tuff (den norra, 7,5 kilometer upp och ner) och en enkel

(den södra, 1,5 kilometer upp och ner). Jag väljer alltid den enkla vägen.

Vi går på den markerade leden där det är en del upp och ner, men det är inte så långt och finns trappor på de brantaste partierna. Det går inte att köra med vagn. Vi går sakta och lugnt och tar många små raster så att alla orkar med. Vandrigen passar bra för nybörjare i alla åldrar som vill börja lite enklare.

Ta med fika för en rast för vi fikar uppe på Sörknatten innan vi vänder tillbaka samma väg, om ser rätt annorlunda ut åt andra hållet och känns mycket kortare.

Bra skor med grov sula rekommenderas då det kan vara halt på berget om det är fuktigt. Kläder för övrigt efter väder. Ta gärna med badkläder om ni vill då det går fint, och är så skönt, att bada i sjön vid parkeringen efteråt.

Vägbeskrivning: Kör på vägen som går på västra sidan om sjön Ånimmen. Från byn Känsbyn är det skyltat mot naturreservatet. Följ skyltningen fram till reservatets parkering.

Guide/r: Helena SELLER, 0708-60 29 13

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Reservatets södra parkering
Koordinat: 58.877440, 12.475927. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/MfBKxHqNxfer7ukq5>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring, Geologi

Koön, en vacker doldis

Onsdag 22 juli kl. 11:00-15:00

Marstrand (Koön), Kungälv

Här får fantasin vingar och själen ro! Vi ser havet ut till Pater Noster, vyer mot Marstrand och vassruggar vid mossen. Vi går längs kustvikar och hör sjöfågel. Vi upplever soldatfort och Vargklyftan. Vi vandrar över gnejssklippor, spångar och går i trappor – allt med bedårande utsikt. Här lever historien nära, med fästningsfångar, kustkrig, fiske och hansahandel, liksom badturism och regattor. Marstrand blev stad redan på 1200-talet och har en spännande historia!

Vandrigen är cirka sex kilometer och rejält kuperad, längs märkta stigar. Se en försmak här:

<https://www.youtube.com/watch?v=FbPgZzjszA>

Vandringskängor rekommenderas. Ta med matsäck, sittlapp, vatten, kamera och vindtät jacka. Ta med stavar om du trivs med dem. Badkläder om du vill ta ett dopp på lunchstoppet.

Vägbeskrivning/läge: Marstrand ligger cirka 25 kilometer väster om Kungälv. Parkering finns på Koön vid färjeläget. Läs noga när du parkerat så du inte ställt dig på hotellets parkeringsplatser, det är lätt gjort och ger böter. Från färjeläget är det dryga 5 minuters promenad norrut till samlingsplatsen.

Vi samlas vid Fredrik Bagges gata 12, intill toaletthyggnaden. Närmsta hållplats: "Marstrands färjeläge", 400 meter.

Välkomna!

Guide/r: Anette Bargel, 0705-77 64 22

Sträcka: 6,5 kilometer

Samlingsplats: Fredrik Bagges gata 12.
Koordinat: 57.889139, 11.590278. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/V1rXsTFyTEoRzS827>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat, Kultur/historia

INSTÄLLD – Upplevelsevandring i Vättlefjäll
(Tikitut sommarvandring)

Vandrigen har ställts in: Onsdag 22 juli kl. 14:00-17:00

Vättlefjäll, Göteborg

Följ med och upplev västsvensk natur tillsammans med din familj.

Vi besöker platser med berättelser som inte alla känner till. Då och då stannar vi upp för att lekfullt upptäcka naturen. Det blir fikapaus och naturskapande längs med vägen.

Fulla av naturintryck och nya berättelser återvänder vi hem.

Samlingsplats och avslut: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered. Närmaste busshållplats: "Kryddnejlikegatan".

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-977643

Sträcka: ca 4 kilometer. Backar förekommer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan.

Koordinat: 57.813733, 12.052552. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring

Storslagen och varierad natur

Onsdag 22 juli kl. 15:00-21:15

Trossö-Kalvö-Lindö, **Tanum**

Vi njuter av reservatets vackra varierande vyer och dess storslagna mångfald över och under ytan. I lugna innerskärgården på Lindö går vi över artrika ängar och genom frodiga lövsalar. Medans Kalvö bjuder på lite mer krävande vandring på exponerade klippor och klapperstenar. På båda öarna gör vi stopp längs stränderna och upptäcker livet under ytan vid Kosterhavets nationalpark. Ta gärna med matsäck! Kort båtfärd (avgift 200 kronor, betalas kontant eller med Swish). Parkera gärna på långtidsparkeringen Vallbostrand (58°48'16.2"N 11°10'18.9"E, <https://maps.app.goo.gl/g2hcF29ykQJNKhPp7>)

Guide/r: Christin Appelqvist, 0766-22 96 68. Sara Philipson

Sträcka: 10-15 kilometer

Samlingsplats: Resö hamn.

Koordinat: 58.800771, 11.165403. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/MUTjsgzZFmRRqtM5A>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 24

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Blommor, Fåglar och Fjärilar på Ramsvikslandet

Lördag 25 juli kl. 10:00-14:00

Ramsvikslandet, **Sotenäs**

Över Ramsvikslandets naturreservat flyger högsommarens fjärilar och prickiga bastarder, nära av blommande rödklint och vadd. Vid stigen mot Haby bukt vi bugar för den rara bohusfetknoppen. På stranden hörs bofasta strandpipare och gälla rödbenor. Utmed stigen norrut genom Hällingdalen hörs nu fågelsång, ses snabba gräsfjärilar och platsens speciella blommor. Via spången når vi vår vackra fikaplatz vid Soteskogs myr.

Guide/r: Jan Artursson, 0725-42 30 99. Peter Backman, 0702-62 88 27

Sträcka: 4 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Haby bukt.

Koordinat: 58.405416, 11.247527. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/rKsjJzmr4pgsmNtR6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Familjevandring, Foto, Geologi, Insekter, Växter

Vandring i Slereboåns dalgång

Lördag 25 juli kl. 10:00-15:00

Slereboåns dalgång, **Ale**

Vi vandrar i lugnt tempo längs Slereboån till torpruinen Svedjan och därefter genom gammelskog tillbaka. Vi upptäcker hålvägar, fångstgropar, unik växtlighet och ett litet vattenfall. Grova skor och matsäck.

Guide/r: Pelle Dalberg, 0705-12 92 73

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Reservatparkeringen Röserna.

Koordinat: 58.007004, 12.284936. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/ZYUUcMUchsayroVk7>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Foto, Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor, Växter

Ut & Njut - Prova på vandring i skog och sjöar - ANGERED

Lördag 25 juli kl. 12:00-16:00

Angered, **Göteborg**

Häng med på en skön och lugn vandring i Vättlefjälls naturreservat, med start nära Ranneberget.

Vi går tillsammans på en rundslinga genom skog och förbi flera vackra sjöar. Under vandringen får vi uppleva naturens lugn, gemenskap och närvaron i naturen.

Vi går förbi Stora Mölnesjön. Här stannar vi, vilar och tittar på sjön och utsikten. Sedan går vi vidare till Grästjärnet, en annan fin sjö. Till sist går vi runt Stora Stentjärnen. Här är det lugnt och tyst, med träd och klippor runt sjön.

Vi går i lugnt tempo, tar pauser och njuter av naturen tillsammans.

Fika & pauser: Ta med egen fika och vatten.

Hej främling tar med sig frukt att dela ut men eftersom vandringen är öppen för alla utan anmälan så vet vi inte hur många som kommer därför är det bra att ha något enkelt som ger dig energi.

Kläder & skor: Ta på dig kläder efter väder och sköna skor. Stigarna kan vara ojämna och ibland blöta, särskilt efter regn. Skor och utrustning kan lånas gratis via [Fritidsbanken](https://www.fritidsbanken.se/).

Guide/r: Najat Almerdi, 0707-74 70 34

Sträcka: 6-7 kilometer

Samlingsplats: Stora Mölnesjön (närmaste hållplats: "Fjällbruden").

Koordinat: 57.804940, 12.075441. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/DFudHCzcGDcLyMfB7>

Föränmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Foto, Introvandring

Strövtåg på Bohusläns sockertopp

Söndag 26 juli kl. 08:30-17:00

Älgön, **Kungälv**

Följ med Hans Årebäck och Thomas Johansson på en fantastisk heldag där den bitvis krävande vandringen fokuserar på Älgöns och Brattöns spännande geologi men även Älgöns intressanta kulturhistoria, växtlighet och fågelliv. Du får se den fantastiska Ljungheden som är en av västkustens största. Du får även möjlighet att se ruinerna efter den guanofabrik som 1895 var världens modernaste, men bara var igång en säsong innan sillen försvann.

Vandringen är drygt 8 kilometer lång. Kängor eller stadiga skor rekommenderas. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan" (cirka 15 minuters promenad från parkering) i god tid innan färjans avgång klockan 08:30. Vi åker tillbaka med ordinarie färja 16:25 från Älgön och återkommer till Rörtången bryggan 16:55. Kostnad för att åka med färjan: Till Älgön: Gratis med chartrad färja, åter från Älgön: Enkelbiljett med Västtrafik, zon B.

Kommer du med bil så kan du parkera här:
<https://maps.app.goo.gl/hEFDtVSJbS7NJKYJ9>

Finns man redan på Älgön så möts vi vid färjebryggan på Älgön (<https://goo.gl/maps/pu5ntXuky89iypV6>).

Här kan du läsa boken om Älgön.
<https://vastkuststiftelsen.se/wp-content/uploads/2022/02/boken-om-algon.pdf>

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv

Guide/r: Thomas Johansson, 0706-71 81 42
Hans Årebäck

Sträcka: 10-11 kilometer

Samlingsplats: Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan".

Koordinat: 57.922139, 11.753528. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXAwfrJ6>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Fåglar, Geologi,
Kultur/historia

Bohusgranit – geologisk vandring

Söndag 26 juli kl. 10:00-13:30

Hållöarkipelagen, **Sotenäs**

Hållö 1,5 kilometer sydväst om Smögen är en klippö av Bohusgranit som är synnerligen rik på spår av inlandsisars omformning av landskapet. Här finns gott om glaciala erosionsformer så som polerade hållar, jättegrytor och isräfflor. Slätte Hälla och blockramlet i den intilliggande klyfta är spektakulär. Vi kikar också på den tunna gången med en svart bergart som skär igenom graniten. Denna ovanliga magma trängde in i graniten i samband med största massutdöendet i jordens historia och inträffade för ca 250 miljoner år sedan. Vandringen är cirka tre kilometer och går över granithållar.

Ta gärna med matsäck!

Samling vid Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan (avgift 150 kronor tur och retur, 75 kr för barn under 12 år). Finns man på Hållö så samlas vi klockan 10:10 vid färjans tilläggsplats nordost om Sjöfartsverkets fyrbostäder.

Guide/r: Thomas Eliasson, 0730-597466

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan.
Koordinat: 58.35317, 11.22530. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/Yk4MtpbLputpiG2u8>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Geologi

Tjurpannan, en pärla bland naturreservaten

Söndag 26 juli kl. 10:00-14:30

Tjurpannan, **Tanum**

Vi vandrar i exponerad skärgård med vidsträckta utsikter, intressant flora, fauna och geologi. Tjurpannan ingår i GRACE-projektet som bland annat innebär att man försöker återskapa gamla tiders ljunghedar. Vandringen är ca 8 kilometer lång och går delvis på nyanlagda vandringsleder i södra delen av reservatet. En del passager är kuperade. Medtag matsäck!

Samlingsplats: Tjurpannans reservatsparkering, skyltat längst vägen mellan Grebbestad och Havstensund.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-44 67 09. Kjell Nordberg, 0704 975588

Sträcka: 8-9 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering, infart från vägen mellan Grebbestad och Havstensund.
Koordinat: 58.727126, 11.190412. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/8ugTJLYGmn5A2pC27>

Föränmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 40

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Vättlefjäll i ett nötskal

Söndag 26 juli kl. 10:00-15:00

Vättlefjäll, **Ale, Göteborg**

Vi passerar sjöar, bäckar, diken, dämmen, kvarnlämningar, kvarnstenar och jättegrytor – sådant som minner om vattnets stora betydelse i svunnen tid. Vi kommer även att se spåren av en historisk idrottsplats, en spännande linbana, trallebanor och torvbrytning. Förhoppningsvis blommar klockgentiana, klockljung och myrlilja, vilka är några av Vättlefjälls karaktärsväxter.

Grova skor och matsäck. **Guide/r:** Pelle Dalberg, 0705-129273

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Fågeldammarna, Surte.

Koordinat: 57.829708, 12.027256. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/T469af4VXXpLF5Ek6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia,

Svampar/lavar/mossor, Växter

Bohusgranit – geologisk vandring

Onsdag 29 juli kl. 10:00-13:30

Hållöarkipelagen, **Sotenäs**

Hållö 1,5 kilometer sydväst om Smögen är en klippö av Bohusgranit som är synnerligen rik på spår av inlandsisars omformning av landskapet. Här finns gott om glaciala erosionsformer så som polerade hållar, jättegrytor och isräfflor. Slätte Hälla och blockramlet i den intilliggande klyfta är spektakulär. Vi kikar också på den tunna gången med en svart bergart som skär igenom graniten. Denna ovanliga magma trängde in i graniten i samband med största massutdöendet i jordens historia och inträffade för ca 250 miljoner år sedan. Vandringen är cirka tre kilometer och går över granithällar.

Ta gärna med matsäck!

Samling vid Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan (avgift 150 kronor tur och retur, 75 kr för barn under 12 år). Finns man på Hållö så samlas vi klockan 10:10 vid färjans tilläggsplats nordost om Sjöfartsverkets fyrbostäder.

Guide/r: Thomas Eliasson, 0730-59 74 66

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan .

Koordinat: 58.35317, 11.22530. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/Yk4MtpbLputpiG2u8>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Geologi

Koster: vandra i ett öparadis

Tisdag 28 juli kl. 10:45-17:40

Nordkoster (Kosterhavets nationalpark),
Strömstad

Kosteröarna ligger mitt i Kosterhavet och är Sveriges enda marina nationalpark. Koster är också en av Sveriges soligaste platser. Vi vandrar på Nordkoster i växlande natur, allt från blommande ängar till hedar och vackra stränder. Vi besöker klapperstensfält och utsiktsplatsen vid de båda fyrarna och blickar ut över Ksters vackra skärgård. Vi ser också ”Hin håles harvedrag”.

Packa badkläderna och följ med och upptäck denna övärld. Vi vandrar cirka sju kilometer på blandat underlag. Guiden Anette är auktoriserad Bohuslänguide och paddlar regelbundet i Ksterskärgården. Vi får till livs berättelser om öarna, deras natur och hur det varit och är att leva här ute.

Ta med: Fika och lunchmat till två pauser, badkläder, keps, solskydd, gott om vatten och vindtät tunn jacka.

Praktiskt: Vandringen är gratis. Åk med Kosterbåtarna från Strömstad och gå av vid Västra bryggan, Nordkoster, där gruppen samlas. I Strömstad går var och en ombord på egen hand och betalar färjebiljett ombord. Man kan inte förboka biljett till Kosterbåtarna utan får köa på plats, så ha gärna lite tidsmarginal. Färjan avgår cirka 09:50 och tar 50 minuter. Turlistan kan du se på Kostermarin.se när den spikats våren 2026. Biljettpris för färja: cirka 72 kr per väg för vuxen i Västtrafiks app ”ToGo”. Biljett kan även köpas ombord.

Färjans hållplats, Strömstad: ”Norra Hamnen”, Läge A eller B. Det finns litet café och wc ombord.

Återresa till Strömstad ca 17:40-18:20, även senare båtar finns för den som vill åka hem senare.

Vandringen avslutas vid Nordkosterbryggan lite före eller lagom till denna båtretur.

Finns man redan på Kosteröarna ses vi vid Västra bryggan på Nordkoster.

Vägbeskrivning/läge: Kosterbåtarnas kajplats ligger i Norra Hamnen i Strömstad

Närmsta buss-/tåghållplats: ”Strömstad station” eller ”Strömstad torg”.

Välkomna! Med reservation för datumändring.

Guide/r: Anette Bargel, 0705-77 64 22

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Västra bryggan, Nordkoster.

Koordinat: 58.893167, 11.009972. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/223omwS5FziK3iNv6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat,
Kultur/historia

Pausa vardagen och smaka på naturen - En växtvandring i Vättlefjäll (Tikitut sommarvandring)

Onsdag 29 juli kl. 18:00-21:00

Vättlefjäll, **Göteborg**

Följ med Anne från [Tikitut](#) på vildväxtvandring i vackra Vättlefjäll och lär dig mer kring vad som går att äta eller ej!

I denna naturupplevelse har vi fokus på att smaka på naturen, pausa vardagen och upptäcka vad naturen ger just nu i Vättlefjälls vackra område.

Från tidigare vandringar vet vi att vi inte kommer långt utan i stället lär vi känna många ätbara växter. Vandringen ger inblick i hur vi kan dra nytta av naturens skafferier och ta ansvar för hur och av vad mat görs. Vid den avslutande fikan får vi provsmaka på Annes goda pesto och annat spännande som hon lagat med naturens vilda ingredienser.

Samlingsplats och avslut: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered
Närmaste busshållplats: "Kryddnejlikegatan".

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-97 76 43

Anne Franze-Jordanov

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan,

Koordinat: 57.813733, 12.052552. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/NFeQpXc6X6JivxTY6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Geologi, blommor och fåglar

Lördag 1 augusti kl. 10:00-13:30

Ramsvikslandet, Sotenäs

Välkommen på en sommarvandring vid Grosshamn, över ängsmarker och granithällar! Ramsvikslandet har kallats "Klippornas rike", äldre tiders kustjordbruk präglar dock landskapet. Vandringen går i lätt terräng, men strandängen nere vid Grosshamn kan vara lite blöt. Därefter går vi över en liten bergknalle som är lite småkuperad. Ta med matsäck så fikar vi vid den ovanliga bergarten rombporfyr, som skär genom historien och graniten. Vi klurar ut varför denna speciella bergart finns just här.

Guide/r: Jan Artursson, 0725-42 30 99

Thomas Eliasson, 0730-59 74 66

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Fykan.
Koordinat: 58.423509, 11.242576. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/75nvKULJsNeWa1vN9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar, Geologi, Växter,
Västerhavsveckan

Långtur på Ramsvikslandet

Söndag 2 augusti kl. 10:00-15:00

Ramsvikslandet, **Sotenäs**

Vi vandrar från Haby bukt till Sotehuvud och vidare väster om Sote Bonde till Fykan, därifrån åter till Haby via Hällingedalen. Naturen är varierad med

exponerad kust, jättegrytor, hållskulpturer, rik blomsterprakt och gammal genuin skärgårdsbebyggelse. Det är relativt lättgången men det finns några besvärligare passager. Vandringens längd är cirka 8-9 kilometer. Medtag matsäck!

Samling: Naturreservatets parkering vid Haby bukt. Infarten till reservatet är skyltad från vägen mellan Hunnebostrand och Kungshamn. När man passerat bron över Sotekanalen tar man till vänster.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-44 67 09

Sträcka: 8-9 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering vid Haby bukt.

Koordinat: 58.405416, 11.247527. Kartlänk:

<https://goo.gl/maps/hsph73Em3r42>

Förnamälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter, Västerhavsveckan

Ljungen blommar

Söndag 2 augusti

Kortare turen: 10:40 – 16:00

Längre turen: 10:40 – 17:30

Härmanö, **Orust**

Naturreservatet Härmanö vid Gullholmen är stort! Här finns den karga, exponerade västsidas gnejssklippor genomskurna av diabasgångar och den leende, bördiga östsidas skalgrusrika jordar.

På denna vandring kan du välja mellan en längre tur till Härmanö huvud eller en kortare tur via ängarna till Härmanös västsida. Safsalokaler besöks under båda turerna.

Den längre turen börjar längs vägen förbi Härman och Grindebacken. Sedan blir det mer utmanande när vi fortsätter över ljung och klippor på södra Härmanö. Målet är Härmanö Huvud med milsvid utsikt och badmöjlighet.

Den kortare turen börjar mot sydväst över artrika ängar mot Långekilen med ljungens doft, skönhet och kulturhistoria. Vidare åt öster över Härmanö med



intressant geologi och bäverlandskap till Myren. Första delen av bägge turerna är lämplig för rullstol eller barnvagn, medan andra avsnitt är mer krävande. Det går bra att på egen hand återvända till samhället när terrängen blir kuperad.

Se till att ha bra skor och att ta med riklig matsäck samt dryck.

Start- och sluttid anpassas efter färjornas tidtabell. Personfärja 381 avgår från Tuvesvik kl 10.30 till Gullholmen Piren. Resan tar 5-10 minuter. Parkering finns cirka 200 meter innan färjeläget och betalning sker med parkeringsapp.

Vägbeskrivning/läge: Gullholmen med naturreservatet Härmanö ligger väster om Orust. Färjeläget Tuvesvik är skyltat från väg 178 mellan Rålanda och Ellös.

Returfärjor: Från Gullholmen till Tuvesvik går färjor från Hamnen klockan 16:50 och 19:05. Eller från Piren 15:00 eller 18:10. Kontrollera avgångstider med [Västtrafik](#).

Guide/r: Gunilla Olander, 0730-22 47 98
Jonas Stenström, 0705-40 66 22

Sträcka: 8 respektive 13 kilometer.

Samlingsplats: Torget invid färjeläget Gullholmen Hamnen.

Koordinat: 58.179320, 11.403419. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/6KQHkQCbMPx7ykr9A>

Förnamälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare:

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Kultur/historia, Växter, Västerhavsveckan

Naturvandring från Åleslån till Hällestugan

Söndag 2 augusti kl. 10:00-14:00

Herrestadsfjället, **Uddevalle**

En fin skogsvandring på stigar! Vi kikar på växter, djur och svampar som är relevanta för årstiden och väderleken. Vid soligt väder brukar ängsvädd och höstfibbla locka många nektar- och pollensökande

insekter utmed grusvägar och stigar. Har det regnat en tid innan kan vi hitta ett flertal intressanta kremlor, soppar och taggsvampar. Även en och annan fågel kan säkert både höras och ses. Kopplad hund kan följa med, men stigarna lämpar sig inte för barnvagnar.

Guide/r: Jan Uddén, 0706-56 54 01

Sträcka: cirka 5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen öster om Åleslån.
Koordinat: 58.406842, 11.903499. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/SySqYuDGxjvCBaTy6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Fåglar, Familjevandring,
Foto, Insekter, Kultur/historia,
Svampar/lavar/mossor, Växter

Arkeologisk vandring i Vättlefjäll: Vattnets kraft och reglering i Vättlefjäll. (Tikitut sommarvandring)

Onsdag 5 augusti kl. 18:00-20:00

Vättlefjäll, **Ale**

Vi vandrar längs vägar och stigar som bär spår av äldre tiders bruk i form av tidig industri, kvarnverksamhet och vattenreglering. Med en fallhöjd på nästan 100 meter ner till Surte har denna del av Vättlefjäll spelat en särskilt viktig roll som plats för verksamhet som varit beroende av vattenkraft. Spåren finns kvar att se än idag och på vandringen upptäcker vi dem tillsammans.

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-97 76 43

Andreas Antelid

Sträcka: ca 4 km

Samlingsplats: Fågeldammen i Surte.
Koordinat: 57.829602, 12.025935 Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/sXhfKDYcShnASgBn6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia

Älgön – Bohusläns sockertopp

Torsdag 6 augusti kl. 10:00-17:35

Älgön, **Kungälv**

Följ med på en fantastisk heldag där du under den bitvis krävande vandringen får uppleva Älgöns spännande natur och även öns intressanta kulturhistoria, växtlighet och fågelliv. Du får se den fantastiska Ljungheden som är en av västkustens största. Du får även möjlighet att se ruinerna efter den guanofabrik som 1895 var världens modernaste, men bara var igång en säsong innan sillen försvann. Vandringen är drygt 8 kilometer lång. Kängor eller stadiga skor rekommenderas. Ta med kläder efter väder och matsäck för hela dagen. Hund kan ej medtagas på grund av kohagar.

Samling vid Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan" (cirka 15 minuters promenad från parkering) i god tid innan färjans avgång klockan 10:00. Vi åker tillbaka med ordinarie färja 17.00 från Älgön och återkommer till "Rörtången bryggan" 17.35. Kostnad för att åka med färjan: Enkelbiljett med Västtrafik, zon B, i varje riktning.

Kommer du med bil kan du parkera här:

<https://maps.app.goo.gl/hEFDtVSJbS7NJKYJ9>

Finns man redan på Älgön så möts vi vid färjebryggan på Älgön: <https://goo.gl/maps/pu5ntXuky89iypV6>

Här kan du läsa boken om Älgön:

<https://vastkuststiftelsen.se/wp-content/uploads/2022/02/boken-om-algon.pdf>

Vägbeskrivning/läge: Rörtången ligger cirka 18 kilometer nordväst om Kungälv

Guide/r: Thomas Johansson, 0706-71 81 42

Sträcka: 9-10 kilometer

Samlingsplats: Västtrafik-hållplatsen "Rörtången bryggan".

Koordinat: 57.922139, 11.75352. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/7iMnDVfXSXxAwfrJ6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Fåglar, Kultur/historia, Västerhavsveckan

Tresticklans nationalpark, vildmark med intressant historia

8 augusti kl. 10:00-16:00

Tresticklans nationalpark, **Dals-Ed**

Läs om vandringen på sidan 40.

Herrgårdsmiljö på Baldersnäs

Torsdag 6 augusti kl. 14:00-18:00

Baldersnäs, **Bengtsfors**

Vi vandrar på halvön Baldersnäs. Vandringen är cirka 6 kilometer lång och vi kan se rester av den storslagna parkanläggningen och höra historien om halvön.

Vi går vid vattenkanten intill Laxsjön, en välskött stig med mindre backar, rötter och stenar vid tillfällena. Det blir rast vid "Världens ände". Ta med matsäck!

Mellanhöga vandringsskor är bra att ha på fötterna. Det kan vara blött, beroende på vädret.

Denna vandring är inte lämplig för barnvagn.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 6

Samlingsplats: Parkering Bränneriviken. Koordinat: 58.959295, 12.278894. . Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/Kzud23iYB4LG2Sgi6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 28

Svårighetsgrad: Lätt

Genom urskog mot makalös utsikt

Söndag 9 augusti kl. 10:00-14:00

Halle-Vagnaren, **Strömstad**

Halle-Vagnaren bjuder på en varierande natur, men främst en urskogslik tallskog med över 300 år gamla tallar och en häfnörande utsikt över skärgården. På

väg upp till toppen går vi genom en skog som hösten 2019 besöktes av en tromb, här ser vi fortfarande resultatet av naturens krafter. Från toppen, belägen 120 meter över havet, kan man vid klart väder se topparna på Lifjäll och Gausta i Norge. Vi ser även ut över två marina nationalparker, Kosterhavets nationalpark och Ytre Hvaler nationalpark. När vi går vidare och vänder blicken in över land ser vi även där över till Norge och Bohusläns högsta topp, Björnerödspiggen på Löveråsfjället. Vandringen fortsätter ner mot den vackra Vagnsjön i sin dal med lövskog och kulturhistoriska spår.

Vi går i bitvis krävande terräng, men tar det försiktigt och anpassar hastigheten efter gruppen. Vandringen tar 3-4 timmar. Ta med matsäck så tar vi en paus när vi kommer upp på toppen. Under vandringen lär vi oss om traktens kulturhistoria och den intressanta mätpunkt som finns uppe på toppen och som ingår i ett mätsystem av höga punkter. Vi ser också på växter och djur som vi träffar på.

Vägbeskrivning/läge: Halle-Vagnaren ligger så långt norrut du kan komma i Bohuslän, inte långt från norska gränsen, cirka 25 kilometer norr om Strömstad.

Guide/r: Ingela Skärström, 0705-81 57 23

Sträcka: 6-10 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen för Halle Vagnaren vid Skärjebacken.

Koordinat: 59.043139, 11.158111. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/wXJKm4bezGt>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat, Kultur/historia, Västerhavsveckan

Sensommarvandring i väl betade marker

Söndag 9 augusti kl. 10:00-14:00

Ramsön, **Stenungsund**

Vi går genom ängar och hagar i ett kulturlandskap skapat av betande djur och bondens flit i 500 år. Efter höskörden i juli går djuren fritt över hela

Ramsön och Keholmen. Guiden, Ole, berättar om tider som flytt och naturvården idag.

Vandringen är ganska lätt, men ta på grova skor eller stövlar och ta med matsäck. Barn och kopplade hundar är mycket välkomna.

Efter halva sträckan fikar vi hemma hos guiden, där det också finns utedass för den som behöver.

Turen tar cirka fyra timmar med överfart i öppen båt, cirka 300 meter från Timmerviks brygga. Vi möts i Timmervik klockan 10. Parkering i Timmervik eller i Sävelycke nere vid vattnet.

Guide/r: Ole Aasheim, 0706-80 51 44

Sträcka: 4

Samlingsplats: Timmervik, Jörlanda.
Koordinat: 57.976583, 11.780222. Kartlänk:
<https://goo.gl/maps/KE3RtWooKwe2UvWr5>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Tyst vandring - Över spänger och broar

Måndag 10 augusti kl. 11:00-14:30

Yttre Bodane, **Åmål**

Vill du njuta extra mycket av naturen? Yttre Bodane är ett skogs- och skärgårdslandskap i Väneren där berggrunden har splittrats upp och bildat en örik skärgård. Ingen annanstans är Vänerskärgården mer tillgänglig för besökare till fots.

Vandringen går rund Nötön och är cirka fem kilometer lång. Första delen, knappt en timme, går vi i tystnad.

Vandringen går längs fina stigar och broar och terrängen är delvis kuperad.

Bra skor och vindjacka (kan vara blåsig) rekommenderas. Ta med matsäck för en lunchrast.

Efter en introduktion börjar vi vår vandring i tystnad. Från rasten är det fritt fram att prata och dela upplevelsen.

Guide/r: Andrea Schulz, 0765-59 33 28

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen Yttre Bodane.
Koordinat: 58.821074, 12.574604. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/93zfLvFaMeYrPPGWA>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Segerstad Faledreven

Onsdag 12 augusti kl. 17:30-20:30

Ruskela källa, **Falköping**

Faledreven är en symbol för en kort men viktig period i vår historia då landets jordlösa befolkning ökade kraftigt. Från och med 1700-talet blev de jordlösa allt fler och de fick bygga små torp och backstugor på den mark som var allmänning i byn, längs bytån och fågatan. Med tiden uppstod ett vimmel av hus och gator genom vilka boskapen leddes till och från fågatan och vidare till de gemensamma betesmarkerna uppe på Segerstadsfalan.

Under vandringen stannar vi och fikar medhavd fika. Vandringen går på stig/skogsväg, bra om ni har rejäla skor. Vi samlas vid Segerstads församlingshem. Det går bra att gå med barnvagn. Kopplad hund går också bra.

Guide/r: Fritiof Andersson, 0737-820877

Sträcka: 4-6 kilometer

Samlingsplats: Segerstads församlingshem.
Koordinat: 58.257321, 13.667746. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/bvmEUzUUzxrWse7q6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida
<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Kultur/historia

Stora Mollungen, Botanisk guidning - nyttoväxter förr

Torsdag 13 augusti kl. 17:30-20:00

Stora Mollungen, Herrljunga

Naturreservatet Stora Mollungen i Od är känt för de stora bokbestånden men här finns också gott om blandad ädellövskog. Nere vid sjön Sandsken möter vi ett omväxlande kulturlandskap med hagmarker och små ängar.

Följ med på en drygt två timmar lång guidad botanisk vandring, inklusive fikapaus, med berättelser om hur man använde vilda växter i det gamla bondesamhället. Vandringen leds av Örjan Hill, biolog och kulturhistoriker.

Tag med fika. Välkommen!

Samarrangemang: Crea Diem Bokcafé & Turistinfo, i samarbete med Od-Alboga Byalag.

Guide/r: Gerd Ljungqvist Persson, 0705-78 56 34

Örjan Hill, 0705-78 56 34

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Stora Mollungens Naturreservat, parkeringen.

Koordinat: 57.922538, 13.130132. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/DLstfW8YEJCpyJ4T6>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia, Växter

Ut & Njut - Vandring i Bokedalen i JONSERED

Lördag 15 augusti kl. 12:00-19:00

JONSERED, Partille

Häng med på en vacker och lugn vandring i Bokedalens naturreservat, nära Jonsered.

Vi går tillsammans på en rundslinga genom grön skog, längs dalgångar och nära sjön Aspen där vi gör upp en eld. Under vandringen får vi uppleva naturens lugn, gemenskap och fina platser runt omkring oss.

Vandringen startar vid Icebugs huvudkontor i Jonsereds fabriker, där vi samlas och tar med frukt och lite ved. Vi avslutar vandringen vid sjön Aspen

där vi gör upp eld och grillar något enkelt att äta tillsammans.

Så är vandringen

Vandringen är medelsvår, men vi går i lugnt tempo och anpassar oss efter gruppen. Det viktigaste är gemenskapen inte farten. Det finns backar och ojämna stigar, men vi tar pauser vid behov och går tillsammans hela vägen.

Fika & pauser

Ta med egen fika och vatten. [Hej främling](#) tar med frukt och något att grilla, men eftersom vi inte vet hur många som kommer är det bra att du själv tar med något enkelt som ger dig energi under vandringen.

Kläder & skor

Ta på dig kläder efter väder och bekväma, stadiga skor. Tips för dig som behöver: skor och utrustning kan lånas gratis på [Fritidsbanken](#), sök på nätet efter den som ligger närmast dig.

Stigarna kan vara ojämna och ibland blöta, särskilt efter regn men vi har varandra som stöd.

Guide/r: Najat Almerdi, 0707-74 70 34

Sträcka: 5-6 kilometer

Samlingsplats: Fabriksstråket 35, 433 76 Jonsered.

Koordinat: 57.747769, 12.174838. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/4m2gDPHZ3Sjebd8c9>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Gränsbygdsvandring i Nåska Skogsbygden

Söndag 16 augusti kl. 10:00-16:00

Tränningen, Borås, Vårgårda

Långt från allfarvägarna i gränsbygd där tre kommuner och fyra härader möts ligger Tränningens högt belägna naturreservat. Här gör vi en sensommarvandring längs med Tränningens och Baståsasjöns stränder, över torvmossar och i gamla barrskogar med tallar från Karl XV:s tid. I naturreservatet växer den sällsynta klockgentianan vars blåa blommor är värd för den lilla fjärilen alkonblåvingen och som lever i en fascinerande

symbios med ängsrödmyran. Har vi tur får vi se klokgentianan blomma. Det finns inte så många stigar i området så vi går mestadels stiglöst och tar in och försöker läsa landskapet. Hur ser områdets geologiska historia ut? Vem har bott i torpen och gårdarna här? Och, vad menas med att "fara te Nårunga"?

Ta med matsäck för en fikapaus och rejäla kängor eller stövlar eftersom stigarna är få och våtmarkerna desto fler! Vi går cirka sju kilometer, varav mer än halva sträckan är stiglös eller på små djurstigar. Eftersom det är ganska svårt att hitta till naturreservatets parkering samlas vi på Nårunga kyrkas parkering och samåker till naturreservatet.

Guide/r: Mikael Östblom, 0708-42 56 04

Sträcka: 7 kilometer

Samlingsplats: Nårunga kyrkas parkering (om du hittar kan du åka direkt till parkeringen vid torplämningen Tränningen).

Koordinat: 57.925833, 12.796611. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/anDc2CkdvVQtBek6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Kvällsvandring med skogsbad

Onsdag 19 augusti kl. 18:00-19:30

Rådasjön, **Härryda**

Välkommen på ett guidad skogsbad, där du genom enkla övningar öppnar dina sinnen och upplever naturen på ett nytt vis. När du skogsbadar så "badar" du med dina sinnen. Studier på skogsbad som gjorts på olika håll i världen har kunnat påvisa avsevärt minskade nivåer av stress, ett stärkt immunförsvar, sänkt blodtryck, förbättrad kognitiv förmåga, minskade nivåer av ångest och depression samt ett ökat psykiskt och fysiskt välbefinnande.

Vi går med långsamma steg in i den vackra skogen i Rådasjöns naturreservat. Där saktar vi in ytterligare och du blir guidad att ta in naturen runt dig med ett sinne i taget. Vi vandrar 1-2 kilometer i lugnt tempo, på stigar och i delvis kuperad terräng. Ta med dig ett

sittunderlag och en extra tröja, då vi kommer att vara mycket i stillhet. Vill du så ta också gärna med dig lite fika att avnjuta efter turen.

Guide/r: Lotta Rolandsson, 0703-06 88 50

Sträcka: 1-2 kilometer

Samlingsplats: Vid naturreservatstavlan vid parkeringen på Råda säteri.

Koordinat: 57.660694, 12.089722. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/vJSx6qJmeHTyHhcK7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Långvandring på Risvedenspåret

Lördag 22 augusti kl. 09:15-17:00

Djursjöleden, **Ale, Alingsås, Lerum**

Utmana dig med en långvandring! Följ med på en längre vandring i djupa skogar, förbi sjöar och fina byar. Vi kommer vandra Risvedenspåret som är en rundvandring på drygt 16 kilometer - den här vandringen riktar sig till dig som vill vandra långt!

Risvedenspåret går i en slinga från Östads kyrka till sjön Ljusevatten i Risveden och tillbaka. Vi vandrar över Klevsjöloft som ger milsvid utsikt vid bra väder.

Ta med matsäck (mackor eller liknande, frukt, snacks), en flaska vatten, och en termos med varm dryck. Vi tar flera pauser under vandringen för att fylla på med energi och vila fötterna lite. Ta med ett sittunderlag och kläder efter väder. Glöm inte badkläder och handduk om du vill bada!

Vattentäta, fasta skor rekommenderas. Barn och kopplade hundar är varmt välkomna om de orkar gå långt, men stigen är inte lämplig för barnvagnar eller rullstolar. Det är gratis att delta.

Vi träffas vid hållplatsen "Hjällsnäsvägen" (linje X3) i Gråbo för samåkning till Östad kyrka. OBS! För samåkning: skicka gärna guiden ett sms med "Vandring Risveden", ditt namn, antal personer, och "skjuts" eller "x platser lediga".

Guide/r: Florina Lachmann, 0730-924664

Sträcka: 16 kilometer

Samlingsplats: Busshållplatsen ”Hjällsnäsvägen”,
Gråbo.

Koordinat: 57.835113, 12.292596. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/QpFbjAGaruzSBajV7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 50

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Välkommen till Dalslands hällristningsområde Tisselskog

Söndag 23 augusti kl. 12:00-14:00

Tisselskog Högsbyn, **Bengtsfors**

Här får du en guidad tur i det unika hällristningsområdet, en udde i sjön Råvarpen som är en del av Dalslands Kanal. Vandrigen är cirka två kilometer lång och naturen är vacker, men det vi framförallt tittar närmare på är bronsålderns hällristningar i området.

Vi går längs en underhållen vandringsled. Välj skor och kläder efter väder och ta med fika för en rast. Ha gärna med badkläder om du känner för att bada nere i Råvarpen när vi fikar eller efter vandringens slut.

Bil krävs för att komma fram till parkeringen.

Lättgången vandring, men ej lämplig för barnvagn.

Guide/r: Helena SELLER, 0708-602913

Sträcka: 2 kilometer

Samlingsplats: Reservatets parkering.

Koordinat: 58.893943, 12.381389. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/D4jQFnyoMpdTvTs7>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Familjevandring,
Kultur/historia



Hökensås unika istidshistoria

Lördag 29 augusti kl. 14:00-17:00

Tidaholm

Västsverige erbjuder en rad kontrastrika naturmiljöer varav Hökensås är en av dessa pärlor. Denna vandring vänder sig till bärplockaren och fiskeentusiasten men i hög grad även till landskapsskådaren med intresse för hur landisen en gång formade vår närmiljö.

Hökensås bjuder denna dag på en meny av landskapsformer orsakade av glaciärsprickor, dödis och en plötslig isframstöt i Vätternsänkan. En händelse som medförde att vi för cirka 13000 år sedan hade en stor issjö i Hökensåsområdet.

Vi besöker spåren av denna märkligt högt belägna sjö som satt tydliga geologiska spår och skapat förutsättningarna för både lingon och fiskesjöar.

Denna östra del av Tidaholms kommun uppvisar en egenartad landskapstyp som står i skarp kontrast till kommunens bördiga platåbergslandskap i väster. Båda av stort skyddsvärde!

Vi samlas vid restaurangen på Hökensås camping och semesterby (First camp Hökensås) för vidare transport in mot området vid sjön Nordvattnet och Västra Vätterleden.

Skötsamma hundar är välkomna i koppel.

Vandringskängor eller liknande är bra att ha på fötterna. Ta gärna med eget fika.

Välkommen till Hökensås!

Guide/r: Torbjörn Persson, 076-8842088

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: restaurangen vid Hökensås camping.

Koordinat: 58.0979734, 14.0749263. Kartlänk:

https://maps.app.goo.gl/9GLv2w2VEmgnaVHd7?g_s t=ic

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Geologi

Höstig dagstur på Amundön

Torsdag 3 september kl. 10:00-13:00

Stora Amundön, **Göteborg**

Dagledig och nyfiken på Amundöns natur? Häng med på denna tur där vi pratar om natur, växter och djur och lite historia. Vad är det vi ser utmed stigen där vi går? Vi går cirka tre kilometer i lugnt tempo, mestadels på grusade stigar men cirka 300-400 meter över klippor.

Det blir ett fikastopp längs vägen så ta med egen matsäck. Rejåla skor är bra, på några ställen kan det vara blött. Närmsta busshållplats är "Lillövägen". Dit går buss 82 från Marklandsgatan, eller buss 258 från Vasaplatsen. Annars kan man ta buss till Bassås eller Skintebo och gå därifrån men det är betydligt längre. Vandringen är ett samarbete med Naturskyddsföreningen i Göteborg.

Guide/r: Catharina Larsson, 0725-174339

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Vid bron över till Stora Amundön.

Koordinat: 57.594077, 11.920322. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/j5e2dwJ51j1GvtBo7>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Autumn Embodied walk: Connecting to plants biodiversity through our body

Torsdag 3 september kl. 17:00-19:00

Änggårdssbergen, **Göteborg**

We know that plant biodiversity is extremely important. But this is mainly a cognitive knowledge - how would it feel to know the importance of plant biodiversity? How can we understand plants so that we develop a deeper relationship with them?

During this autumn hike, we will explore these methods, through activities including meditation, noticing and art-based methods. Sitting with the theme of autumn and fall, we will especially focus on

green nature as preparing for winter, resting and shedding that, which one wants to leave behind.

The walk will not be physically demanding.

Participants should bring water and light snacks, a small break will be included. Bring waterproof shoes and jacket (the walk will take place in a light rain as well). There are no extra expenses included (except for parking in front of the Botanical garden). There is no age limit to this walk, but it is not suitable for children or baby carriages. It is not suitable to bring a dog with you.

Language is going to be adapted to participants, can be held in both English and Swedish.

Guide/r: Katerina Cerna, 0728-73 00 89

Sträcka: 3-5 kilometer

Samlingsplats: Botanical garden entrance.

Koordinat: 57.682932, 11.950181. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/cZLoNXYes23FwQzS6>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Växter

Kulturhistoria på Näverkärr

Söndag 6 september kl. 10:00-13:00

Näverkärr, **Lysekil**

Längs Kuststigen i Näverkärrs naturreservat bjuds besökaren på flera kulturhistoriska smakprov. Här finns allt från lämningar av ett fiskeläge från 1500-talet och spår efter en linbasta. Vi avslutar med att titta på den gamla smedjan och inristade skepp i ladan innan vi avslutar för dagen.

Tillsammans funderar vi kring vad en linbasta egentligen var för något. Vid platsen för det gamla fiskeläget slår vi oss ner och tar en välförtjänt fikapaus med egen medhavd fika. I slutet av vandringen kan vi tillsammans spekulera kring varför det finns så många murar bevarade i området.

Vandringen riktar sig till barn över sju år och deras medföljande vuxna. Kuststigen i området klassad som "Röd", det vill säga att terrängen stundtals är

svår på grund av sluttningar och partier med klappersten. En stabil sko rekommenderas.

Vandringen lämpar sig inte för barnvagn. Den lämpar sig inte heller för medföljande kopplad hund då det finns betesdjur i reservatet.

Guide/r: Kajsa Hellborg, 0733804868

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Reservatsparkeringen för Näverkärrs naturreservat.

Koordinat: 58.357801, 11.373896. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/cyZ22uoomqUXdKKv8>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring, Kultur/historia

En mer okänd del av Ore backar, Hornborgasjön

Söndag 6 september kl. 10:00-13:00

Skara

Välkomna till ett av geologen Torbjörn Perssons och Biologen Petter Bohmans smultronställen vid Hornborgasjön!

Under denna vandring möter vi och får förklarat bildningen av ett enastående geologiskt landskap dess fågelliv och flora. Vi tar som omväxling också sikte på den mer okända södra delen av den vackra getryggåsen i sin sträckning mot Dagsnäs.

Vandringen sker i mestadels ostigad medelsvår naturterräng. Då det eventuellt finns betesdjur i området vandrar vi denna gång utan hund.

Missa inte detta vackra och intressanta hörn av Hornborgasjöns naturreservat och berättelserna om sjöns dramatiska födelse och geologiska historia som gett förutsättningarna för dagens grönska och artrikedom.

Ta gärna med eget fika. Klädsel: Kängor eller stövlar och kläder efter väder.

Avtagsväg skyltad Ore Backar från väg mellan Falköping och Skara. Samling vid Ore backars parkeringsplats.

Varmt välkomna!

Guide/r: Torbjörn Persson, 076-8842088, och Petter Bohman

Sträcka: 3-4 kilometer

Samlingsplats: Ore backars parkering.

Koordinat: 58.2949487, 13.5024400. Kartlänk: https://maps.app.goo.gl/D2zqcjrmtLgSTPSg7?g_st=i

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Svampvandring på Safjället

Torsdag 10 september kl. 16:30-19:30

Safjället, Mölndal

Häng med på en svampvandring uppe på Safjället!

Turen är både för dig som är nyfiken på att börja plocka svamp och för dig som plockar några få arter och vill lära dig fler. Under upptäcktsfärden pratar vi om svamparnas roll i naturen och vi tittar gemensamt på de svampar vi hittar, men fokuserar mer på matsvamp, förväxlingssvamp och giftsvampar. Vi går igenom plockning, artbestämning, tillagning och förvaring av svamp.

När vi fikar tar vi en extra genomgång och pratar om svamparna som vi har hittat.

Vi kommer att gå i varierad terräng utanför grusvägen.

Bra skor och kläder efter väder. Ta gärna med fika och något att sitta på.

Vi samlas vid ute-gymmet uppe på Safjället, som ligger vid Olles äng.

Parkering finns vid Krokslättsvallen (betalparkering), ungefär 500 meter från samlingsplatsen.

Närmaste busshållplats är "Fässbergs äldreboende". Då får man gå upp från Toltorpsdalen.

Guide/r: Maria Ahlefeldt, 0703609612

Sträcka: 2-3 kilometer, beroende på tillgången på svamp.

Samlingsplats: Ute-gymmet uppe på Safjället.

Koordinat: 57.667357,12.001605. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/qbx6JHg6ZJ15i3V5A>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida

<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>



Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Svampar/lavar/mossor

Vandringsdag är en temadag skapad 2019 av Svenska Turistföreningen (STF) och infaller alltid den



Geologins Dag är en ideell förening som vill väcka nyfikenhet, och visa vilken nytta kunskap om geologi och geovetenskap ger samhället.

andra lördagen i september. Tillsammans firar vi Vandringsdag genom att arrangera aktiviteter där människor får uppleva natur- och vandringsglädje och inspireras till att se, lära och uppleva mer av natur- och kulturmiljöerna i sitt närområde.

Kynnefjäll – ett Norrland i miniatyr

Lördag 12 september kl. 10:00-15:00

Kynnefjäll, Munkedal

Kynnefjäll, känt för kärnkraftsmotstånd och vargrevir, har mycket mer att erbjuda. En utlöpare av Norrlandsterrängen långt ner i Bohuslän med myrar, skogar och klara sjöar. Här finns också en intressant historia med bland annat stora skogsplanteringsprojekt i början på 1900-talet. Vi gör en vandring längs stigar och småvägar där vi passerar den nyrenoverade raststugan på Vaktarekullen och vindskyddet vid Stora Holmevattnet. Vandrings längd är cirka 8-10 kilometer. Medtag matsäck för två raster! Möjlighet till bad i insjö.

Samlingsplats är naturreservatets parkeringsplats vid Kasebo, infart vid Söbbön på vägen mellan Hedekas och Töftedal, sju kilometer norr om Hedekas. Från allmänna vägen är det cirka fyra kilometer på smal grusväg. OBS! Det finns två Kasebo på Kynnefjäll blir man hänvisad till fel Kasebo. GPS-adressen till rätt Kasebo är "Krokstads Borgen 13". Om man ändå vill använda GPS är koordinaterna till parkeringsplatsen 58°43'39.5"N 11°43'45.4"E för att komma till rätt Kasebo.

Vandringen är ett samarrangemang med Friluftsrådet i Tanum och Vandringsdag.

Guide/r: Gunnel Turpeinen, 0702-446709

Sträcka: 8-10 kilometer

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid (rätt) Kasebo. Se ovan.

Koordinat: 58.727585, 11.729172. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/7CNN87sRtaMkcCRC6>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida

<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Kultur/historia, Växter, [Geologins dag](#), [Vandringsdag](#)

Geologisk gränsvandring med Heidenstams stenar

Lördag 12 september kl. 10:00-18:00

Sandsjöbacka, **Göteborg**

Följ med på en geologisk tidsresa på Geologins dag och hör om hur berggrunden i Västsverige bildades - från att berget skapades och sedan omvandlades till dess att de sista resterna av inlandsisen försvann och landet steg upp ur havet. Hör om kontinenternas dans över jordklotet och om hur en västsvensk bergskedja hög som Himalaya reste sig och sedan eroderas ned. Vi ser exempel på naturens geologiska krafter i Sandsjöbackas stora naturreservat som sträcker sig över sex socknar, tre kommuner och två landskap. I gränsbygden mellan Västergötland och Halland passerar vi den gamla riksgränsen till Danmark. Vi funderar också på innebörden i Verner von Heidenstams diktrad: "jag längtar stenarna där barn jag lekt".

Tag med matsäck för två fikapausar eftersom det är en lång och kuperad vandring som även kräver rejäla skor. Observera att det inte behövs någon bil till denna vandring. Starten är anpassad till ankomsttiden för buss X2 från Göteborg till hållplats "Brottkärsmotet" klockan 09:41, där guiden möter upp. Om du hellre tar bilen så passerar vi parkeringen vid Oxsjön cirka 15 minuter senare. Vid vandringens slut går det bussar tillbaka mot Göteborg varje kvart.

Guide/r: Mikael Östblom, 0708-42 56 04

Sträcka: 13 kilometer

Samlingsplats: Oxsjöns parkering i Sandsjöbackas naturreservat.

Koordinat: 57.605314, 11.959280. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/StK36YrBxjJidiwt5>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: [Geologins dag](#), [Vandringens dag](#)

Geologisk vandring på norra Ramsviklandet

Lördag 12 september kl. 10:00-14:00

Ramsviklandet, **Strömstad**

Välkommen till en sensommarvandring på norra delen av Ramsviklandet. Vi startar vandringen vid Huvudbyggnaden vid Ramsviks Stugby och Camping strax söder om Tångevik. Vi följer Soteleden ner mot Grosshamn där det sedan 13 år skett ringmärkning av fåglar. Strax innan fältstationen, viker vi av norr ut mot Blåberget. Ta med matsäck så fikar vi på granithällarna vid den ovanliga bergarten rombporfyr, som skär genom Bohusgraniten. Vi klurar ut varför denna speciella bergart finns just här.

Ramsviklandet har kallats "Klippornas rike", äldre tiders kustjordbruk präglar dock landskapet. I klovor och lågområden finns våtmarker.

Guide/r: Thomas Eliasson, 0730-59 74 66

Sträcka: 4,5 kilometer

Samlingsplats: Ramsviks Stugby och Camping.

Koordinat: 58.439280, 11.267537. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/xywsAKwcg6UU2fuR8>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida <https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, [Geologins dag](#), [Vandringens dag](#)

Vristulven och gammelskogen Lindbergiska ytan

Söndag 13 september kl. 10:00-13:00

Vristulven, **Mariestad**

Under denna vandring möts natur och kultur. Vi går till gammelskogen Lindbergiska ytan, sedan vandrar vi ut mot Brantehall. Under vandringen passerar vi en gammal orörd barrskog med 200-åriga tallar med huggspår i. Jon Liljebäck är med oss och pratar om mossor och lavar.

Medhavd fika intas ute på klipporna vid halvön Brantehall, ute i sjön Vristulven.

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-82 76 78, och Anna Johansson, 0702-20 24 16

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Timmersdala kyrka.

Koordinat: 58.5266730, 13.7640667. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/2RA5SQUcUc8g4bbZA>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Kultur/historia,
Svampar/lavar/mossor, Växter

Två fina, lite avsides reservat

Söndag 13 september kl. 11:00-14:00

Ånäsebäcken, Dackehögen, **Bengtsfors**

Här är två fina reservat som ligger intill varandra, lite vid sidan om de stora allfartsvägarna, vilket gör att många inte hittar hit. Det är synd, för områdena rymmer en rik, kalkgynnad flora och fauna. Just nu pågår restaureringsarbete i båda reservaten för att få fram den gamla stilen av glest trädbevuxna ängar och ge ljuskrävande arter bättre förutsättningar.

I bäckravinen finns gammelskog med många ovanliga mossor och lavar, ett tips för dig som vill titta närmare på det vid annat tillfälle. Under denna vandring kommer vi inte att ge oss ner i den obanade terrängen där, utan vi håller oss på de uppmärkta stigarna i reservaten. Bland annat tittar vi efter svamp, främst trattkantareller och kantareller som det brukar finnas gott om i området. Trattkantarellerna har kanske inte hunnit komma upp ännu, men de bör vara på väg. En vandring för dig som inte brukar hitta svamp ute i skogen när du är ute och letar själv.

Ta med något att plocka svampen i, om du vill ha med dig hem. Ta även med matsäck för en paus samt vatten och frukt eller liknande för en eventuell kortare paus längs vägen. Detta är en relativt lättgången vandring, men i och med att vi går längs skogsstigar så passar den inte för barnvagn eller rullstol.

Bra att ha bra: skor eller kängor med rejäl sula och som tål lite vatten då det kan vara blött på vissa ställen. Kläder efter väder.

Den totala längden på vandringen är cirka tre kilometer, max tre timmar.

Guide/r: Helena Selling, 0708-602913

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Samling på de båda reservatens parkering som ligger mitt emellan de båda reservaten längs med väg 2218, även kallad Vackra byars väg.

Koordinat: 58.880195, 12.336708. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/9YejaDcxkWyU88yCA>

Föranmälan: Intresseanmälan/Drop in – se

hemsidan <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring,
Kultur/historia, Svampar/lavar/mossor

Kulturvandring på vackra Hållö

Söndag 13 september kl. 11:20-17:15

Hållöarkipelagen, **Sotenäs**

Populär kulturvandring på vackra Hållö utanför Smögen med Bohuslänguiden Anette Bargel. Hör om fyrfolket, Taube, dramatiska händelser, natur och livet på ön som är naturreservat. Här finns otroligt fina bad från klippor och Bohusläns äldsta fyr. Ön har storslagen natur och ornitologerna flockas här vår och höst. Spännande geologi och jättegrytor, öppen horisont i väst som måste upplevas.

Kortare vandring med guidning under 3-4 timmar i mestadels snäll granitterräng med några höjdkliv och gång nerför en håll. Totalt vandrar vi 3-5 kilometer med en gemensam lunchpaus, inklusive tid till bad på lunchstoppet. De som vill följer sedan med guiden till jättegrytorna. Föredrar man det så finns då egen tid för dopp och fågelspan för de som vill innan hembåten.

Boka plats genom att köpa din båtbiljett via länken. Turen brukar bli fullbokad. Vi åker med passagerarbåt från Kungshamn. Båtpris tur och retur: 175 kr/person vuxen, barn 6-12 år 85 kronor. Max 35 deltagare.

Du kan avboka dina biljetter till och med 20 augusti, därefter bindande bokning och du kan i stället byta namn på biljetten.

Var på plats senast 11:20 för avprickning. Båtagång är klockan 11:30, åter iland cirka 17:00 med avslutning till 17:15. Kom i tid, tack.

Ta med: din biljett (i telefon eller som utskrift, visas för guiden vid ombordstigning), vindtät jacka, matsäck inklusive dryck, vatten, sittlapp, en extra tröja för rast, badkläder, kikare för fågelspaning, kamera samt vandringskängor eller skor med bra stöd. Toalettpapper, solglasögon och solkräm är också bra saker att ha med. Toalett finns på ön. Det går bra att ta med sig kopplad hund på turen. Familjevandring från 8 år.

Vägbeskrivning/läge: Hållö ligger cirka 3,5 kilometer sydväst om Kungshamn och nås endast med båt. Vi samlas på Bäckevisstorgets brygga, Kungshamn. Finns man på Hållö samlas vi vid båtbyggen klockan 12:00. Närmsta hållplats: "Kungshamn busstation" (på torget), 50 meter från kajen. Gratis parkering vid idrottshallen på Parkgatan, därifrån 10 minuter promenad till färjan.

Välkomna!

Guide/r: Anette Bargel, 0705-776422

Sträcka: 3-5 kilometer

Samlingsplats: Bäckevisstorgets brygga, Kungshamn.

Koordinat: 58.361694, 11.248778. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/eftWtnquQPN2tzX8>

Föranmälan: <https://saltaguiden.se/guidning/hallo-oguidning/>

Max antal deltagare: 35

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Familjevandring, Kultur/historia



Höstpromenad i svampskogen - Änggårdssbergen

Torsdag 17 september kl. 16:00-19:00

Änggårdssbergen, **Mölnadal**

Följ med på en lugn höstpromenad i svampskogen i vackra Änggårdssbergen!

Turen är för dig som är nyfiken på att börja plocka svamp och även för dig som plockar några få arter och vill lära dig fler. Vi går igenom vad man behöver tänka på vid svampplockning, artbestämning, tillagning, förvaring och vid svampförgiftning.

Vi letar tillsammans och tittar på de svampar vi hittar. Matsvamp, förväxlingssvamp och giftsvamp studerar vi extra noggrant. När vi fikar tar vi en extra genomgång av svamparna igen.

Vi kommer att gå i varierad terräng. Ha på dig bra skor och kläder efter väder. Tag gärna med fika och något att sitta på.

Guide/r: Maria Ahlefeldt, 0703609612

Sträcka: 2-3 kilometer, beroende på tillgången på svamp.

Samlingsplats: Änggårdsvallens parkering, Västra Eklanda Höjd.

Koordinat: 57.655485, 11.968403. Kartlänk:
<https://maps.app.goo.gl/AdvqBtc5ehgssytS7>

Föranmälan: Via Västkoststiftelsens hemsida
<https://vastkoststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Svampar/lavar/mossor

Höstfåglar på Hållö

Lördag 19 september kl. 09:00-13:00

Hållöarkipelagen, **Sotenäs**

Fågelskådning på Hållö är ofta givande eftersom ön ligger i yttersta kustbandet. Vi är där när fåglarnas höststräck kulminerar. Vi börjar med att leta efter rastande småfåglar i buskarna vid fyrbostäderna. Därefter går vi vidare till vindskyddet på Hållö huvud och spanar efter rastande vadare på brottet och havsfåglar på sträcket. Kanske ser vi en sula, lira eller labb! Det blir en ganska plan vandring över berghällarna. Ta med kikare och matsäck!

Karta: <https://utposthallo.se/wp-content/uploads/2022/02/Hallo-info-22.pdf>

Samling vid Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan (avgift 125 kronor tur och retur, barn halva priset). Om du redan befinner dig på Hållö så samlas vi klockan 10:10 vid färjans tilläggsplats nordost om Sjöfartsverkets fyrbostäder.

Guide/r: Jan Artursson, 0725-42 30 99

Thomas Eliasson, 0730-59 74 66

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Hållöfärjans tilläggsplats vid Smögenbryggan.

Koordinat: 58.35317, 11.22530. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/Yk4MtpbLputpiG2u8>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Fåglar

Kustvandring i fågelrika kulturmarker vid Nordre älvs mynning

Lördag 19 september kl. 09:00-13:00

Nordre älvs estuarium, **Kungälv**

Vandring vid strandängar och lövkullar på Lilla Överön och Karholmen, där Nordre älv möter skärgården och havet. Vi spanar efter rastande och sträckande sjöfåglar samt rovfåglar, kanske en sträckande fjällvråk eller havsörn. Vi går förbi ängslador och tidigare vasstäktsmarker. Fikarasten

tar vi vid en strandvik intill älvmynningsen längst ut på Karholmen. Terrängen är bitvis mycket fuktig och något brant på vissa ställen.

Ta gärna med matsäck och kikare.

Samarrangemang: Kungälv's Naturskyddsförening och Kungälv's ornitologerna.

Guide/r: Kåre Ström, 0737-72 32 04

Sträcka: 6 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Stora Överön. Närmaste busshållplats: "Överön", fortsatt därifrån ca 400-500 m mot sydväst.

Koordinat: 57.794778, 11.747861. Kartlänk: <https://goo.gl/maps/3LVY6WgaaHcLBm8u9>

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 25

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat, Fåglar

Billingens västra branter och frodiga växtlighet

Lördag 19 september kl. 10:00-13:00

Nolberget – Missunnebäcken, **Skövde**

Vi besöker ett geologiskt intressant område på platåberget Billingens västra sida, där diabasen lagt sig att skydda silurisk skiffer. Här mynnar källorna ut ur berget alltsedan man en gång kunde skåda kampen mellan landisen och Västerhavets vågor för 12 000 år sedan. Geologin och källflöden ger förutsättningar för frodig ädellövskog och karaktäristisk flora.

Medtag fika!

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-827678

Torbjörn Persson, 0768842088

Sträcka: 3 Kilometer

Samlingsplats: Lerdala kyrkas p-plats.

Koordinat: 58.4779080, 13.7158614. Kartlänk: https://maps.app.goo.gl/2NRwQSP3Az4Vp3i48?g_st=am

Föranmälan: Via Västkuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Svampvandring i Vättlefjäll (Tikitut)

Onsdag 23 september kl. 17:00-19:30

Vättlefjäll, **Göteborg**

Kantareller och karljoan är några av de ätliga svamparna man hittar i våra skogar, men det finns många andra svampar som inte är ätliga men ändå intressanta och fascinerande. Följ med på en skogsvandring i Vättlefjäll där vi tittar på de svampar som finns och lär oss lite om hur de ser ut och hur de lever. Förhoppningsvis hittar vi även ätliga svampar som kan tas med hem till köket.

Om guiden: Mikael Jeppson är mykolog, svampexpert och har mycket spännande att berätta om allt vi inte vet om svampar.

Samarrangemang med [Tikitut](#).

Guide/r: Ulla Gawlik, 0762-977643

Sträcka: Det kan bli en kortare eller längre tur beroende på var vi hittar svamp.

Samlingsplats: Parkeringsplatsen vid slutet av Kryddnejlikegatan, Lövgärdet, Angered. För den bilburne finns bilparkering. Närmaste busshållplats är "Kryddnejlikegatan" (buss 75).

Koordinat: 57.813694, 12.052691. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/pJd6YLHEfssVkuHM9>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 15

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Svampar/lavar/mossor

En långvandring bland klippor, skog och hav (kopia)

Torsdag 24 september kl. 09:00-17:00

Nordre älvs estuarium, **Kungälv**

Den här långvandringen bjuder på allt! Klippor, hav, skog, utsikter, stigar, grusvägar och asfalsvägar.

Vandringen börjar med att gå runt Överön där vi njuter av klippor a la Bohuslän och milsvida utsikter över skärgården. Vandringen går vidare bland hus innan vi kommer in i skog, där vi gör en lång skogsvandring fram till utsikten vid bergskanten. Vi vänder sedan tillbaka in i skogen och efter en lång stund vidare på asfalsvägar innan den avslutande delen runt Karholmen.

Vandringen är delvis kuperad och går bitvis på väldigt ojämna stigar. Tempot kommer vara högre än vad som betraktas som vanligt vandringstempo, då vi kommer gå i minst fyra kilometer i timmen. Tempot i kombination med längden och kuperingen gör detta till en krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad. Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben!

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-58 61 63

Sträcka: 23 kilometer

Samlingsplats: Besöksparkeringen Överön. Koordinat: 57.794835, 11.747696. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/SktfNUJJhir55Yrm6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Skogsbad i månsken

Lördag 28 september kl. 17:30-20:30

Änggårdsbergen, **Möln dal**

Låt dig omfamnas av naturen under denna annorlunda vandring där vi "badar" i skogens atmosfär vid skymningen. Under ledning av Laurence och i sällskap av månen kommer vi att gå cirka 2-3 kilometer i väldigt lugnt tempo och känna naturkontakt genom våra sinnen på ett enkelt och kreativt sätt. Vi använder oss av lukt, hörsel, syn, känsel och smak, men även av särskilda och unika koncept för natur- och skogsbad. Du får möjligheter till ökad närvaro, större avkoppling, mer energi och en känsla av tillhörighet.

Ta på dig bra skor för att gå i skogen och kläder anpassade till vädret. Eftersom vi kommer att gå långsamt och ibland stanna längre tid på samma

ställe är det lätt att bli kall, därför är det bra att ta med extrakläder. Ta gärna även med vatten att dricka, något att äta (om du tror att du kommer att behöva det) och ett sittunderlag (om du har ett).

Det finns gratis parkering vid naturreservatsentrén.

Närmaste kollektivtrafikhållplats: buss 751 "Eklanda skog" eller "Eklanda by".

Guide/r: Laurence Nachin, 079392959

Sträcka: 2-3 kilometer

Samlingsplats: Grusparkering vid Änggårdsbergens entré: Västra Eklanda höjd, Ekande, Mölndal.

Koordinat: [57.655450, 11.968282](https://goo.gl/maps/EzrenRMyiUNdBiEG7). Kartlänk: <https://goo.gl/maps/EzrenRMyiUNdBiEG7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 16

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

En långvandring genom hjärtat av Svartedalen (oktober)

Fredag 2 oktober kl. 09:00-17:00

Svartedalen, **Lilla Edet, Stenungsund**

Trolska skogar, glittrande vatten, imponerande vyer och storslagen vildmark. Det är Svartedalen. Denna vandring kommer, via mestadels stigar men även en och annan grusväg, ta oss genom hjärtat av Svartedalen och förbi hela 14 sjöar!

Vandringen är kuperad och går bitvis på väldigt ojämna stigar. Tempot kommer vara högre än vad som betraktas som vanligt vandringstempo då vi kommer gå i minst 4 kilometer i timmen. Tempot i kombination med längden och kuperingen gör detta till en mycket krävande vandring, som varken är rullstols- eller barnvagnsanpassad. Ta med matsäck, vatten, kängor, överdragskläder, snacks och pigga ben!

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-58 61 63

Sträcka: 23 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen vid Bottenstugan.

Koordinat: [58.004406, 11.988819](https://maps.app.goo.gl/y61JfHiJ1UqzfegQA). Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/y61JfHiJ1UqzfegQA>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Krävande

Teman och temadagar: Annat/blandat

Vackra Varnhems nejder

Söndag 4 oktober kl. 10:00-13:00

Ökull-Borregården, **Skara**

Vi vandrar i Ökull-Borregårdens naturreservat som är en del av Valleområdet södra delar. Vi får lära oss om detta gudomligt vackra dödislandskap och hur det bildats och om den frodiga vegetationen i området. Medtag fika!

Guide/r: Peter Stofkoper, 0706-82 76 78

Torbjörn Persson, 0768-84 20 88

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Varnhem klosterkyrkas p-plats.

Koordinat: [58.3857334, 13.6532536](https://maps.app.goo.gl/1D6Ar4brUCBPS3tv6). Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/1D6Ar4brUCBPS3tv6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Geologi, Växter

Nybörjartur - en vacker vandring bland slott, ekskog och sjö (oktober)

Onsdag 7 oktober kl. 15:00-18:00

Gunnebo kulturresevat, **Mölndal**

Välkommen till en cirka 3 kilometer lång vandringstur för nybörjare. Vandringen kommer gå i vackra och lugna miljöer kring skogarna och sjöarna vid Gunnebo slott i Mölndal. Underlaget kommer mestadels att vara grusväg, men lite under 1 kilometer kommer även gå på fintrampade stigar. Under turen görs ett antal pauser där information ges om utrustning, allemansrätten och hur man hittar vandringsleder. Perfekt för dig som gärna vill lära dig mer om vandring och friluftsliv. Efter cirka 3 timmar

är ni åter där ni startade. Medtag eget fika, kläder efter väder och bekväma skor. Vandringen passar inte för personer som har svårt att gå på stigar. Varmt välkommen på en lugn och förhoppningsvis inspirerande nybörjarvandring! Vi samlas på parkeringen vid bron i början av John Halls väg, intill Stensjön. Närmsta hållplats: "Gunnebo Park". Vandringen är ett samarbete mellan Väst kuststiftelsen och Svenska Turistföreningen.

Guide/r: Fredrik Schenholm, 0731-58 61 63

Sträcka: 3 kilometer

Samlingsplats: Parkeringen intill Stensjön.

Koordinat: 57.662421, 12.050272. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/XcGUbmQkv39hRGui6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Introvandring

Guidat besök vid laxtrappan (4 tillfällen)

Lördag 17 oktober kl. 10:00-11:30

Lördag 24 oktober kl. 10:00-11:30

Söndag 25 oktober kl. 10:00-11:30

Lördag 7 november kl. 10:00-11:30

Gullspångsälven, **Gullspång**

På ett guidat besök vid laxtrappan med möjlighet att se lekande fiskar lär du dig mer om den unika Gullspångslaxen och Gullspångsöringen. De här två arterna leker bara naturligt på ett ställe i världen. Guide är Jan Hassel som gärna delar med sig av sina kunskaper och berättar om arbetet med att rädda Gullspångslaxen. I oktober och november leker laxen samt öringen i Gullspångsälven. Båda arterna har utvecklats sedan istiden och överlevt många hinder såsom kraftverksutbyggnaden.

Ett tips är att ta med dig varma kläder då det inte är så mycket gående och gärna polariserande solglasögon, det underlättar för att få syn på fiskarna i vattnet samt ha gärna lite tålamod med dig.

Från samlingsplatsen och laxtrappan blir det en gemensam promenad upp via laxstigen till

lekplatsen. Det går bra med att ta med sig barnvagn men en liten del av stigen är brant. Hunden är också välkommen om den är kopplad. För funktionshindrade finns en parkeringsplats på Kraftverksgatan norr om laxtrappan. Vid lekplatsen finns fikabord. Sträckan vi kommer gå är 800 meter (fram och tillbaka).

Kostnad: Frivillig avgift som skänks till Gullspångsälvens vattenvårdsförbund. Betalning sker på samlingsplatsen, via Swish eller kontant med jämna pengar.

Vi samlas strax söder om den gamla järnvägsbron vid parkeringsplatsen på Brogatan och bredvid vattenkraftverksområdet.

Vägbeskrivning: Sväng in till Gullspångs centrum från Inlandsvägen 26 (mellan Mariestad-Kristinehamn). Passera centrumkärnan, följ Storgatan och parkera på anvisad plats på Brogatan vid den gamla järnvägsbron och bredvid Gullspångs vattenkraftverk.

Närmsta hållplats: "Gullspångs busstation" på cirka 600 m gångavstånd.

Turen anordnas även 24 okt, 25 okt och 7 nov.

Detta är ett samarrangemang med Gullspångs kommun.

Guide/r: Jan Hassel, 0551-361 00

Sträcka: 800 meter

Samlingsplats: Parkeringsplats på Brogatan.

Koordinat: 58.986379, 14.106065. Kartlänk:

<https://maps.app.goo.gl/YZg3KcYcS8iQBwiK7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida

<https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 30

Svårighetsgrad: Lätt

Teman och temadagar: Annat/blandat

Höstlig Vrångövandring

Söndag 18 oktober kl. 09:50-15:57

Vrångöskärgården, **Göteborg**

Vi besöker den sydligaste av de bebodda öarna i Göteborgs södra skärgård i höstlig skrud. Vrångö är bilfri och mycket av ön utgör en del av

Vrångöskärgårdens naturreservat. Det är bara den bebyggda delen mitt på ön som inte är naturreservat. Turen går runt hela ön på småvägar, stigar och över klipphällar i ett omväxlande landskap där havet aldrig är långt borta. Vi läser landskapet och funderar på Vrångös geologiska historia med de vackra gnejsklipporna. Hur såg det ut här när ekskogarna breddade ut sig? Och hur har befolkningen levt på Vrångö genom historien ända sedan stenåldern? Turen börjar i Saltholmens färjeläge där vi tar färjan kl. 09:50 gemensamt till Vrångö och turen avslutas sedan i Saltholmen.

Guide/r: Mikael Östblom, 0708-42 56 04

Sträcka: 8 kilometer

Samlingsplats: Saltholmens färjeläge. Samling på färjan till Vrångö från Saltholmen. Färjan avgår 09:50! Koordinat: 57.661251, 11.842750. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/JQicsUF2K16Kigov7>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 20

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Guidat besök vid laxtrappan

Lördag 24 och söndag 25 oktober kl. 10:00-11:30

Gullspångsälven, **Gullspång**

Se 17 oktober

Tyst nattvandring i Änggårdssbergen med samtal runt elden (okt)

Fredag 30 oktober kl. 17:00-20:00

& Fredag 6 november 17:30-20:30

Änggårdssbergen, **Göteborg**

Upplev naturen i mörkret och i tystnad! Vi träffas vid entrén till Botaniska trädgården i Göteborg (närmaste hållplats är "Botaniska Trädgården") och vandrar stilla utan ljus genom Änggårdssbergen, naturreservatet som ligger precis bakom Botaniska Trädgården. Ta med en pannlampa eller en liten ficklampa för nödfall, men var beredd på att gå hela

promenaden utan ljus. Ta med något att äta och dricka, som en flaska vatten, en termos med varm dryck och en macka eller liknande. Ta med ett sittunderlag om du vill och varma kläder.

Vi tar en fikapaus vid grillplatsen efter cirka en timmes vandring. Under pausen kommer jag tända en eld och bjuda in till ett samtal med enkla frågor om tacksamhet och glädje. Det är frivilligt att delta i samtalet; du som vill vara helt tyst är lika välkommen. Stigarna är för det mesta jämna och lätta att gå på under dagtid, men samma promenad kan vara utmanande i mörker. Det här är din chans att prova just nattvandring i den trygga miljön av en grupp. Barn och kopplade hundar är varmt välkomna, men stigen är inte lämplig för barnvagnar. Det är gratis att delta. Välkommen ut till skogen!

Guide/r: Florina Lachmann, 0730-92 46 64

Sträcka: 5 kilometer

Samlingsplats: Entrén till Botaniska Trädgården. Koordinat: 57.682958, 11.950151. Kartlänk: <https://maps.app.goo.gl/2Rn49pwxSFSfV65g6>

Föranmälan: Via Väst kuststiftelsens hemsida <https://vastkuststiftelsen.se/guidade-vandringar/>

Max antal deltagare: 50

Svårighetsgrad: Medel

Teman och temadagar: Annat/blandat

Guidat besök vid laxtrappan

Lördag 7 november kl. 10:00-11:30

Gullspångsälven, **Gullspång**

Se 17 oktober

