DELA CYKELGLÄDJEN!

Guide för framtagande av rutter till Cykelfrämjandets digitala cykelruttsamling

CYKEL FRÄMJANDET 1934

Om guiden

VILKA ÄR CYKELFRÄMJANDET

Cykelfrämjandet är en ideell förening som jobbar för en bättre, säkrare och mer attraktiv cykelmiljö. Genom medlemmar, verksamhet och politisk påverkan på kommunal, regional och nationell nivå har vi som mål att skapa ett bättre och grönare cykelsamhälle.

VAD SKA DEN HÄR VARA BRA FÖR?

Med denna guide vill vi underlätta för dig som redan tycker om att cykla att hjälpa andra komma ut och cykla. Tillsammans kan vi skapa fler naturupplevelser på cykel för både nya och vana cyklister genom att dela med oss av våra favoritrutter!

VEM ÄR GUIDEN TILL FÖR?

Den här guiden är för dig som är intresserad av att planera en ny cykelrutt eller digitalisera en befintlig cykelrutt och dela den via cykelruttsamlingen på Cykelfrämjandets hemsida.

VEM HAR MÖJLIGGJORT GUIDEN?

Projektet finansieras via verksamhetsbidrag från Svenskt Friluftsliv.

Svenskt Friluftsliv

Innehåll

1 Vad menas med digital cykelruttplanering?

2 Kriterier för cykelrutter

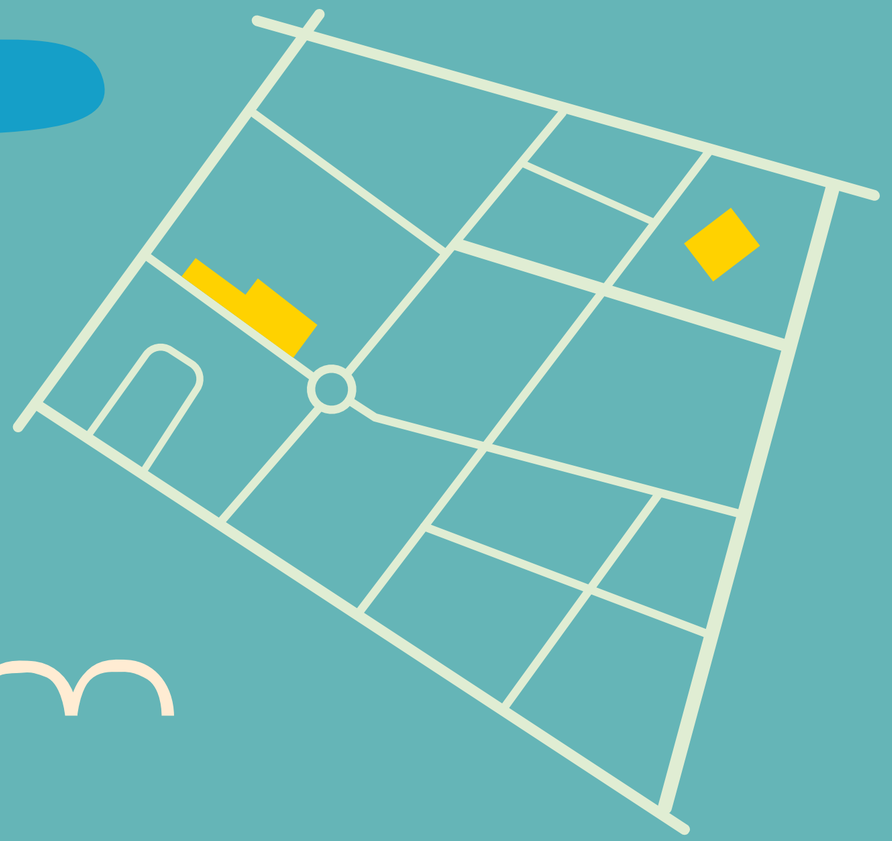
3 Typer av rutter

4 Att planera en cykelrutt

5 Läs mer

1 Vad menas med digital cykelruttplanering?

Vad menas med digital cykelruttplanering?



A TILL B

En rutt är i grund och botten ett enkelt koncept – en plan för hur vi tar oss från punkt A till punkt B, eller en rundtur tillbaka till punkt A igen.

RUTTER FÖR ALLA

Det är skillnad på att planera en rutt för dig själv som individ för att cykla i ett område du kanske känner till väl och för Cykelfrämjandet att publicera en rutt som ett förslag för andra att cykla. Det ställer ett högre krav på oss som organisation att kvalitetssäkra rutten och kommunicera tydligt till andra cyklister vad de kan förvänta sig under en tur längs med rutten.

DIGITALA CYKELRUTTER

Att rutterna är digitala betyder att de finns i GPX-format och därmed kan läsas in av GPS-enheter, som mobiltelefoner och cykeldatorer. Rutterna kan också enkelt konverteras till PDF-format och skrivas ut för läsning som en traditionell karta.

Vilka typer av rutter pratar vi om?

Vårt mål är att dela med oss av naturupplevelser och cykelglädje till fler. Därför vill vi samla rutter som hjälper fler att upptäcka den stadsnära naturen, lokala smultronställen och känslan av att glömma bort tiden på en slingrande grusväg på landet.

Vi vill samla korta utflykter, dagsturer och flerdagarsturer, turer som passar den som föredrar bilfria cykelvägar hela cykelturen eller för den som gillar knastret av grus under däcken.

Vilka rutter ingår inte?

Då stigcyklingsrutter ställer särskilt höga krav på hållbar utformning och markägartillstånd kommer vi inte inkludera dessa inom ramen för guiden.

Vi kommer dock vid tillfälle inkludera stigcyklingsleder framtagna av kommuner eller andra organisationer i vår cykelruttsamling.

Vad vill cyklister ha?

DET FINNS INTE EN TYP AV CYKLIST

Cyklister är olika, har olika behov och önskemål som kan variera från tur till tur även för en och samma cyklist.

Olika cyklister och cyklar har olika behov kopplat till typen av rutt, cyklistens förutsättningar eller önskemål för turen samt cykelns utformning.

En familj som gör en dagstur till stranden med unga barn, ett kompisgäng på en elcykeltur och en cykelturist med en armcykel kommer ställa olika krav och önskemål på sin omgivning och rutten.

GENERELLT BRA ATT TÄNKA PÅ VID RUTTPLANERING

- Svårighetsgrad beroende på längd, höjdmeter skillnad, led underlag och utformning.
- Trafiksäkerhet
- Allemansrätten
- Tillgång till mat, vatten eller, om flerdagarstur, övernattningsmöjligheter.
- Saker att se eller göra längs med rutten, t.ex. särskilt vacker natur eller kulturlandskap, aktiviteter (utöver själva cyklingen), eller en särskilt bra ”krok” för varför turen är dragen som den är.
- Möjlighet att kombinera cykel och kollektivtrafik vid start och slut av rutten.
- Tillgång till cykelservice och reparationsmöjligheter vid mekaniska problem.

Cykla i naturen? Javisst får du det!

ALLEMANSRÄTTEN OCH CYKLING

Allemansrätten ger oss alla en unik möjlighet att uppleva naturen. Vi får fritt vandra och cykla nästan överallt. Så länge du cyklar på ett varsamt sätt och med hänsyn till natur, djur samt andra friluftsutövare och markägare.

ANSVAR

Det finns dock vissa områden med särskilda regler som kan förbjuda cykling och det är upp till dig att ta reda på vad som gäller – det är särskilt viktigt om du vill ta fram en rutt för andra att cykla.

VAR FÅR DU CYKLA

Du får cykla på motionsspår och vandringsleder men visa hänsyn till andra användare och ge företräde till friluftsutövare på fots eller häst. Du får även cykla på enskilda vägar och markägare får inte sätt upp skyltar som förbjuder cykling utan särskilda tillstånd.

Organiserat friluftsliv

Vad behöver vi särskilt tänka på vid framtagande av cykelrutter utifrån allemansrätten?

INTE STÖRA INTE FÖRSTÖRA

Som enskild cyklist kan du njuta av allemansrätten i hög grad – inte störa inte förstöra är ledorden här.

ORGANISERAT FRILUFTSLIV

Allemansrätten möjliggör också för organiserade aktiviteter i naturen. Men när friluftslivet sker i organiserad form ställer det också högre krav på oss som organisation att ha god kännedom om allemansrätten och att även informera andra cyklister om vad som gäller för cykling i naturen.

DIGITALA CYKELRUTTER

Eftersom en digital hänvisning till en cykelrutt kan ses som en organiserad friluftsaktivitet behöver vi vara noggranna med rutterna vi planerar för andra att cykla. För lokalkretsar eller andra organisationer som arrangerar gemensamma cykelturer är detta också aktuellt.

MARKÄGARTILLSTÅND

Markägarens tillstånd krävs vid organiserad cykling över mark/terräng så enklast är att dra cykelrutten på anlagda vägar. Här kräver enskilda vägar lite extra uppmärksamhet.

2 Kriterier för cykelrutter

Kriterier för cykelrutter

GRUNDKRITERIER FÖR ALLA RUTTER

- Cykling är tillåtet – Rutten går bara på vägar där det är tillåtet att cykla och genomföra organiserat friluftsliv.
- Hög cykelbarhet – Rutten har en hög cykelbarhet – det innebär att det inte får vara för mycket trafik eller höga hastigheter bland motorfordon vid cykling i blandtrafik på vägar som rutten går på.
- Specifika kriterier för olika typer av rutter finns i följande kapitel.

Cykling är tillåtet

- Vi kan endast rekommendera andra cyklister att cykla där det är tillåtet att cykla och genomföra organiserat friluftsliv (så vidare lov från markägaren ej kan inhämtas).
- Därför bör rutter endast gå på vägar på det statliga och kommunala vägnätet eller på enskilda vägar med statligt eller kommunalt driftsbidrag då dessa ska vara öppna för allmänheten.
- Var uppmärksam på att det även kan finnas lokala ordningsföreskrifter som förbjuder cykling i skyddat område eller naturreservat och nationalparker

DET ÄR INTE TILLÅTET ATT CYKLA PÅ:

- Motorvägar
- Motortrafikled

DET FINNS BEGRÄNSNINGAR ATT CYKLA PÅ:

- Gågator och gångfartsområden
- Enskilda vägar utan driftsbidrag (för organiserat friluftsliv)

Tips för grusfantaster!

Kolla in denna karta över grusvägar som är kommunala, statliga eller enskilda med statligt driftsbidrag

Hög cykelbarhet

- Det ska vara enkelt, smidigt och tryggt som cyklist att färdas längs med rutten – därför ska cykelrutterna ha en hög cykelbarhet.

- Cykelinfrastruktur som är separerad från motortrafik bör användas för rutterna. Men eftersom cykelvägnätet ofta inte är lika välutvecklat som det allmänna vägnätet finns det många fall då man kan komma att vilja dra en rutt i blandtrafik.

- Hög cykelbarhet i blandtrafik eller när man cyklar i t.ex. ett cykelfält innebär att det inte får vara för mycket trafik eller höga hastigheter bland motorfordon på vägar som rutten går på.

- För att länka ihop en rutt kan man behöva ha korta sträckor som går på mer trafikerade vägar. Långa sammanhängande sträckor på trafikerade vägar med höga hastigheter bör undvikas.

3 Typer av rutter

Typer av rutter

Stadsnära naturutflykter

Dagsturer

Grusturer

Turismturer

Bikepackingturer

Stadsnära naturutflykter

STIL

Med utgångspunkt inom stan får cyklisten längs med rutten upptäcka nya smultronställen och natursköna områden inom eller nära tätorten. Rutten bjuder på en möjlighet till nya vyer, djupa andetag i det gröna och kanske ett och annat dopp i det blå.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Ruttens start är inom en tätort.
- Rutten är 5-30 km i längd.
- Rutten går till eller genom naturområden som t.ex. en badstrand, genom en skog, längs med en kust, till ett naturreservat eller nationalpark.
- Underlag kan vara blandat.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid rutter där start och slut ej är vid samma plats: tänk på att det gärna får finnas möjlighet att ansluta till kollektivtrafik med cykel vid ruttens slutpunkt.
- Glöm inte att kolla lokala ordningsföreskrifter i skyddade naturområden.

Dagsturer

STIL

En bred kategori som kännetecknar rutter som kan genomföras som en dagstur. Medan det inte finns formella krav på det uppmuntrar vi att rutten har en ”krok” eller idé bakom sig – varför går den där den gör och vad lockar till att vilja cykla den? Trevliga fikamöjligheter eller rastplatser är aldrig fel heller.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Rutten är 15-85 km i längd.
- Underlag kan vara blandat.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid rutter där start och slut ej är vid samma plats: tänk på att det gärna får finnas möjlighet att ansluta till kollektivtrafik med cykel vid ruttens slutpunkt.
- En idé eller krok bakom turen.
- Möjligheter till fika- eller raststopp.

Grusturer

STIL

Varför lämna asfalten och söka upp gruset med flit? Många cyklister har upptäckt tjusningen med cykling på grusvägar. Längs med vårt avlånga land finns många kilometer med grusvägar där vi bjuds på en underbar blandning av natur, kulturminnen och ofta en paus från passerande bilar!

Medan vi vet att det finns mycket fint grus ute på landsbygden måste det också vara tillgängligt att ta sig till start och från målpunkt, gärna utan att behöva köra dit med bil.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Rutten ska vara 15 km–100 km lång.
- Underlaget ska vara minst 50% grus.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid rutter där start och slut ej är vid samma plats: tänk på att det gärna får finnas möjlighet att ansluta till kollektivtrafik med cykel vid ruttens slutpunkt.

Turismturer

STIL

Tänker du på cykelturism är det nog bilden av cykelväskor på pakethållaren, trevliga matstopp och möjligheter till övernattning längs med vägen som dyker upp i huvudet. Dessa turismturer är flerdagarsturer som mestadels går på asfalt med en hög nivå av service och attraktioner längs med rutten.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Distans 85 km och uppåt.
- Möjlighet till boende och mat, vatten och andra servicemöjligheter längs med rutten i lämpliga dagsetapper (ca 40-100 km per etapp)
- Mestadels asfalterat underlag.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid rutter där start och slut ej är vid samma plats: tänk på att det gärna får finnas möjlighet att ansluta till kollektivtrafik med cykel vid ruttens slutpunkt.
- Inkludera intressanta sevärdheter längs med rutten.

Bikepackingturer

STIL

För den som vill ta sig ännu längre bort från asfalten och staden kan bikepacking göra susen - flerdagarsturer som går mestadels på grus eller anlagd led för cykling. Trots att cyklisten förväntas vara förberedd för turen är en eller flera möjligheter att fylla på mat och vatten per dag ett bra riktmärke.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Rutten ska vara minst 50 km lång med tilltänkta övernattningsmöjligheter och mat- och vattenpåfyllnadsstopp vid lämpliga intervaller.
- Underlaget ska vara minst 50% grus och/eller anlagd led för cykling.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid rutter där start och slut ej är vid samma plats: tänk på att det gärna får finnas möjlighet att ansluta till kollektivtrafik med cykel vid ruttens slutpunkt.

FÖLJANDE INFO SAMMANSTÄLLS FÖR ALLA RUTTER

- Typ av rutt
- Geografisk placering
- Distans i km
- Procent olika underlag (asfalt/grus)
- Höjdmeter
- Uppskattad tidsåtgång (timmar/dagar)
- Uppskattad svårighetsgrad
- Eventuella vänlighetsmärkningar för tillgänglighet för särskilda målgrupper t.ex. familjevänligt, specialcykelvänligt eller elcykelvänligt

Vänlighetsmärken

Vi har tagit fram märken för målgrupper som kan ha särskilda behov: familjer som cyklar med barn, specialcykelanvändare och elcykelanvändare. Rutter kan ha någon eller flera av dessa märken, dvs det kan vara en familjevänlig dagstur, en grustur för elcyklister eller en turismtur som passar användare med specialcyklar.

Vänlighetsmärkena är inte helhetstäckande men ger en riktlinje för vilka rutter som kan anses mer vänliga för särskilda användargrupper. Enskilda cyklister kan ha högre krav än vad dessa täcker in.

Familjevänligt

Specialcykelvänligt

Elcykelvänligt

Familjevänligt

Detta märke innebär att turen är mer vänlig för familjer som cyklar med barn. Lättare turer med något spännande för barnen att se och uppleva.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Rutten går mestadels längs bilfri cykelinfrastruktur och lågtrafikerade vägar med låga hastigheter. Korsningar är trafiksäkra.
- Det ska inte finnas hinder eller barriärer i infrastrukturen, tex. trappor eller bommar. Cyklister bör aldrig behöva stiga av eller lyfta cykeln längs med rutten.
- Rutten har ett underlag som är lika cykelbart som asfalt av hög kvalité. Bredden av infrastrukturen är tillräckligt för att cyklar eller dess tillbehör med två hjul i bredd kan passera varandra i vardera riktning.
- Rutten har inte långa branta partier.

ATT TÄNKA PÅ

- Rutten har en hög grad av attraktivitet – roliga eller intressanta saker för barn att se och göra.
- Det finns ofta tillgång till mat/vatten.

Specialcykelvänligt

Med detta märke är rutten mer vänlig för cyklar som har en annan utformning än standard ställer andra krav på rutten (t.ex trehjulingar, lådcyklar, handcyklar m.m.)

SÄRSKILDA KRITERIER

- Det ska inte hinder eller barriärer i infrastrukturen, tex. trappor eller bommar. Cyklister bör aldrig behöva stiga av eller lyfta cykeln längs med rutten.
- Bredden av infrastrukturen är tillräckligt för att cyklar eller dess tillbehör med två hjul i bredd kan passera.
- Rutten har inte långa branta partier.

ATT TÄNKA PÅ

- Vid flerdagarsturer bör tillgänglighetsanpassade övernattningsemöjligheter finnas.
- Vid flerdagarsturer bör möjlighet att ansluta till kollektivtrafik där specialcyklar kan tas med finnas minst varje dagsetapp.

Foto: Björn Billung

Elcykelvänligt

Detta märke innebär att turen är mer vänlig för dig som cyklar med elcykel. Här finns bl.a. laddningsmöjligheter och att slippa riskera att behöva lyfta en lite tyngre cykel.

SÄRSKILDA KRITERIER

- Det finns möjlighet till laddning av elcykelbatteri för rutter med möjlighet till laddning minst var 50:e km.
- Det ska inte ska finnas hinder eller barriärer i infrastrukturen, tex. trappor eller bommar. Cyklister bör aldrig behöva stiga av eller lyfta cykeln längs med rutten.

4 Att planera en cykelrutt

Vad gör en bra rutt som andra vill cykla?

1. KROKEN

En inbjudande krok – en idé, koncept, eller tanke bakom rutten

2. INFON

Tydlig info till cyklisten för att underlätta och sätta förväntingarna.

3. STORYN

En målande story om hur det är att cykla rutten

4. BILDEN

Fina bilder så andra blir sugna att cykla!

Kroken

Varje bra rutt behöver en krok – en anledning till varför vi ska cykla just där. Det kan vara att länka ihop olika sevärdheter, en koppling till historiska händelser, vackra landskap eller helt enkelt att det finns en fantastisk strand och glasskiosk vid ruttens slut.

Har du en anledning till varför rutten är intressant är en stor del av jobbet med varför andra bör cykla den gjort.

Infon

För att andra cyklister, som kanske inte känner området eller rutten lika väl som du ska kunna planera sin tur vill de gärna ha lite praktisk info om turen.

Utöver basinfon om alla rutter (distans, underlag mm.) inkluderar vi gärna info om var det finns service (mat, vatten, cykelreparation mm), sevärdheter eller kollektivtrafikanslutningar längs med vägen. Viktigt att veta eller annan information som cyklister bör känna till kan också inkluderas i texten om rutten eller markeras på kartan.

Storyn

En bra berättelse gör att vi lever in oss i det vi läser – och ger mersmak! För att andra ska vilja cykla en föreslagen rutt är det viktigt att vi berättar om den, dels för att beskriva rutten – men även för att locka andra till att vilja uppleva den.

En ruttbeskrivning eller story bekräftar även att vi faktiskt har cyklat rutten och är en viktig del av kvalitetssäkringen för andra cyklister. En bra story är inte för lång, utan ger precis tillräckligt med detalj för att andra ska lockas till att vilja uppleva rutten själva.

Foto: Hans Stoops

Bilden

Du behöver inte ha en proffskamera för att ta bra cykelbilder. Här kommer några tips och tricks för att få till en bra cykelturbild:

- Ha (mobil)kameran nära till hands i en ficka, styrväska eller slinga runt kroppen – den perfekta bilden kan dyka upp närsomhelst runt hörnet.
- Få med människor i bild och gärna framifrån – ingen vill se enbart rumpor! Be dina cykelkompisar stanna till så du kan cykla i förväg eller vänta in så du kan fota dem cyklandes mot dig.
- Hitta unika vinklar eller inramningar för bilder. Kan du ta en bild uppifrån en höjd eller från marken för att fånga något unikt?

Planera en rutt till Cykelfrämjandets digitala cykelruttsamling i 6 steg

1. Bestäm typ av rutt och möjlig dragning
2. Skapa en GPX-fil
3. Stäm av mot kriterierna
4. Testcykla rutten
5. Justera, sammanställ och skicka in
6. Dela cykelglädjen!

1 Bestäm typ av rutt och möjliga dragningar

Identifiera vilken typ av rutt du vill skapa och undersök möjliga dragningar. Glöm inte att ha de övergripande riktlinjerna för cykelrutter i åtanke.

Ställ dig själv följande frågor:

- Var ska rutten börja och sluta? Hur tar sig cyklisten dit och därifrån?
- Vilka målpunkter vill du träffa in längs med rutten? Finns det något du vill undvika längs med rutten?
- Ungefär hur lång tror du eller vill du att rutten ska bli? Är det en kortare utflykt, en dagstur eller en flerdagarstur? Vad behövs i så fall i form av service och tillgång till mat, vatten, boendemöjligheter mm.
- Vilket typ av underlag och infrastruktur kommer rutten vara mestadels på? Är det en grusrutt eller vill du skapa en rutt som är särskilt vänlig för en viss grupp, t.ex. familjer?

Tips!

Kolla gärna på olika kartor om du inte redan har cyklat hela eller delar av rutten själv för att utforska möjliga dragningar:

- NVDB (nationell vägdatabas) har fördjupad information om t.ex. väghållare, underlag, driftsbidrag, hastighetsgräns och årsdygnstrafik mm.
- Tyréns cykelbarhetskarta visar vägar som lämpar sig för cykling.
- Karta över grusvägar som är kommunala, statliga eller enskilda med statligt driftsbidrag
- Digitala karttjänster, t.ex. Eniro, Google Maps, Open Street Map, och Lantmäteriet
- Ruttplaneringsverktyg, t.ex. Ride with GPS, Komoot, Strava och Bikemap

2 Skapa en GPX fil

För att kunna dela din cykelrutt med andra på ett smidigt sätt behövs en GPX-fil.

En GPX-fil möjliggör delandet av GPS-positionsdata för att t.ex. markera ut en rutt på en karta.

Det finns många olika verktyg för att skapa rutter och kunna dela GPX-filer. Vissa har en kostnad kopplad till sig, men många kan användas även med en gratisversion.

Tips!

Det finns många olika verktyg för att skapa rutter och GPX-filer. Några exempel:

- Ride with GPS
- Komoot
- Strava
- Bikemap

3 Stäm av mot kriterierna

Stäm av mot kriterierna, se över om:

- Din rutt möter grundkriterierna för att cykling är tillåtet och hög cykelbarhet
- Din rutt möter de särskilda kriterierna för den typen av rutt du vill planera
- Din rutt kan möta de särskilda kriterierna för någon av vänlighetsmärkena.

Den viktigaste kvalitetssäkringen av rutten sker i nästa steg - testcyklingen - men genom att planera rutten noggrant kan du undvika oväntade överraskningar när du är ute och trampar.

Kriterierna kommer kontrolleras av Cykelfrämjandets personal innan rutten kan publiceras.

Tips!

Om du är osäker på om en rutt möter kriterierna kan skicka in rutten till Cykelfrämjandet för granskning innan du testcyklar den och få feedback genom att maila: cykla@cykelframjandet.se.

4 Testcykla rutten

Kartor kan visa mycket, men inte allt och för att veta att rutten håller måttet måste den testcyklas i verkligheten.

När du testcyklar, notera särskilt hur rutten är att cykla på samt eventuella avvikelser, t.ex. hinder (höga trottarkanter, bommar, trappor) eller andra överraskningar. Detta är särskilt viktigt att notera för vänlighetsmärkena.

Håll utkik för positiva överraskningar också, t.ex. ett extra fint naturområde eller mysigt café som inte fanns med på kartan.

Tips!

Glöm inte att fota och anteckna för att ha bilder och en story att skicka in tillsammans med din rutt!

Glöm inte att fråga dem som du cyklar med om lov att dela bilder från turen där de finns med. För barn under 18 behöver du få vårdnadshavarens tillstånd för att dela bilderna.

Du kan logga turen med en app som RideWithGPS eller Strava för att kunna stämma av den faktiskt cyklade sträckan mot den planerade.

5 Justera, sammanställ och skicka in

Efter att du testcyklat kan du behöva göra justeringar till rutten för att den ska möta kriterierna eller ge en så bra upplevelse som möjligt.

Sammanställ dina bilder, skriv ihop en tillhörande beskrivande text till rutten och skicka in till Cykelfrämjandet via formuläret på Cykelfrämjandets hemsida.

Tips!

Här är några frågor som kan hjälpa dig komma igång med skrivandet:

- Vad har inspirerat rutten?
- Hur är den generella upplevelsen av att cykla längs med rutten?
- Vad var det bästa med cykelturen?
- Vad var överraskande med turen?
- Vilka smultronställen får andra cyklister inte missa?
- Hur tar man sig till start och från mål på bästa sätt?
- Annan viktig eller praktisk info som andra cyklister bör känna till?

6 Dela med dig av cykelglädjen!

När du skickat in din rutt kommer den kvalitetsgranskas av Cykelfrämjandets personal. För att undvika att behöva göra större ändringar till rutten för att den ska möta kriterierna efter att du cyklat kan du skicka in rutten via mail redan innan du testcyklar för feedback. Maila: cykla@cykelframjandet.se.

När rutten och dess tillhörande text och bilder är genomgångna och accepterade kommer rutten läggas till i samlingen på Cykelfrämjandets hemsida och eventuellt delas i andra av Cykelfrämjandets kanaler, som sociala medier.

Hjälp gärna till att sprida rutten så fler kan upptäcka den!

.

Tips!

Några sätt att sprida rutten och dela med dig av cykelglädjen till fler:

- Dela rutten i dina sociala medier
- Be din lokalkrets dela rutten i deras kommunikationskanaler
- Organisera en cykeltur på rutten med lokalkretsen, en annan förening eller ett gäng kompisar
- Tipsa andra genom att tagga Cykelfrämjandet i sociala medier när du postar om rutten. Använd gärna #Cyklamedcf #DelaCykelglädjen

Vilka är vi som har satt ihop guiden?

EMILIA STERNBERG

Emilia är projektledare på Cykelfrämjandet inom samhällsplanering och turism. Hon upptäckte cykelglädjen på en långfärdstur med cykel till Barcelona några år sedan. Sen dess har cykelförtjusningen bara blivit starkare och numera är hon gärna ute på grus och i skog med cykeln och tältet på flerdagarsturer.

HANS STOOPS

Hans har jobbat med projekt inom stigcykling, allemansrätten och cykelturism på Cykelfrämjandet sedan 2015. Han älskar cykling i all dess former och trivs bäst cyklande uppför lång alpina pass eller nerför på långa, flowiga singletrack.

CYKEL FRÄMJANDET 1934

Svenskt Friluftsliv

Guiden Dela Cykelglädjen har tagits fram med stöd från Svenskt friluftsliv

DELA CYKELGLÄDJEN, 2022
PROJEKTLEDARE: Emilia Sternberg
LAYOUT: Emilia Sternberg / Cecilia Sandhu
FOTON: Mostphotos
KONTAKT: cykla@cykelframjandet.se

5 Läs mer

ALLEMANSRÄTTEN

- Allemansrätten och cykling
- Allemansrätten – vad säger lagen?
- Folk:Hälsa

KARTOR

- NVDB på webb
- Lantmäteriet ”Min karta”
- Tyréns Cykelbarhetskarta
- Karta över grusvägar som är kommunala, statliga eller enskilda med statligt driftsbidrag
- Eniro
- Google maps
- Open Street Map

CYKELRUTTPLANERINGSAPPAR

- Ride with GPS
- Komoot
- Strava
- Bikemap

CF

1934