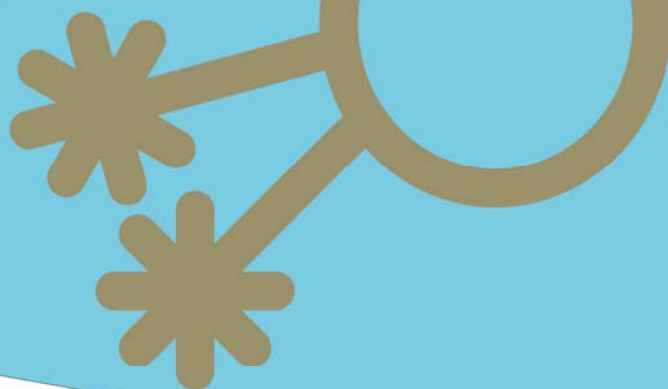
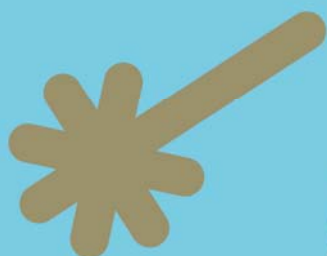


Friluftsliv for alle

*Friluftsområder i Sør-Trøndelag
med god tilrettelegging*



Friluftsliv for alle!

Friluftsområder i Sør-Trøndelag med god tilrettelegging

Dette er en revidering av brosjyren «Friluftsliv for alle, friluftsområder i Sør-Trøndelag tilrettelagt for funksjonshemmede», utgitt av Sør-Trøndelag fylkeskommune i 1997.

Våren og sommeren 2009 er det gjennomført nye befaringer på aktuelle områder, etter innspill fra kommunene. I kartleggingen er det benyttet et registreringsskjema utarbeidet av Norges Handikapforbund og Friluftsrådernes Landsforbund; «Kartlegging av tilgjengelighet og universell utforming av friluftsområder».

Arbeidet er gjennomført av Mari Anne Bjørkmann, masterstudent i funksjonshemming og samfunn ved NTNU, og har vært koordinert av Oddveig Bredesen ved enhet for Regional utvikling. Arbeidet er i hovedsak finansiert av Sør-Trøndelag fylkeskommunens friluftsmidler, med tilskudd fra Fylkesmannen i Sør-Trøndelag.

De 65 friluftsområdene er nøye utvalgt, og blir presentert med spesiell tanke på personer med redusert funksjonsevne og deres krav til utforming. Gjennom tekst og bilder håper vi alle som ønsker friluftssopplevelser i Sør-Trøndelag vil finne inspirasjon og muligheter.

Detaljert informasjon med kart, skjema og bilder finnes på hjemmesiden til Sør-Trøndelag fylkeskommune, www.stfk.no/friluftsområder.

God tur!

Innholdsfortegnelse

AGDENES KOMMUNE.....	6
1. Storvatnet friområde.....	6
2. Øyangen friområde.....	6
BJUGN KOMMUNE.....	6
3. Mebostad friområde.....	6
4. Tursti og gapahuk ved vanntanken.....	6
5. Høybakken.....	7
6. Paviljongen.....	7
FRØYA KOMMUNE.....	7
7. Storklungertjern.....	7
HEMNE KOMMUNE.....	7
8. Ånesøyan.....	7
9. Elveos på Kyrksæterøra.....	8
HITRA KOMMUNE.....	8
10. Terningssand.....	8
HOLTÅLEN KOMMUNE.....	8
11. Langen handikapfiskeplass.....	8
12. Hessjøen.....	8
KLÆBU KOMMUNE.....	9
13. Moodden friluftsområde.....	9
MALVIK KOMMUNE.....	9
14. Homla friluftsområde.....	9
15. Vikhammerløkka.....	9
16. Stavsjøen friluftsområde.....	9
17. Stasjonsfjæra.....	10
18. Midtsandtangen.....	10
MELDAL KOMMUNE.....	10
19. Frilsjøen.....	10
MELHUS KOMMUNE.....	10
20. Storvatnet.....	10
21. Horg bygdatun.....	10
22. Helsestien på Korsvegen.....	11
23. Øysand.....	11
24. Svorksjøen.....	11
MIDTRE-GAULDAL KOMMUNE.....	11
25. Skjulungen.....	11
26. Fiskeplass ved Gaula natursenter.....	12
27. Storbekkeøya museumsseter.....	12
28. Hognarasten.....	12
OPPDAL KOMMUNE.....	12
29. Lionsløype i sentrum.....	12
30. Kullsjøen badeplass.....	13
ORKDAL KOMMUNE.....	13
31. Gammelosen.....	13

32. Sognosen	13
33. Fiske i Orkla, Bårdshaug	13
OSEN KOMMUNE	14
34. Vassdølin rasteplass	14
RENNEBU KOMMUNE	14
35. Buvatnet	14
RISSA KOMMUNE	14
36. Hysneståa	14
37. Pevika	14
ROAN KOMMUNE	15
38. Straumsvatnet fiskeplass.....	15
39. Stubbnese gapahuk.....	15
40. Hytte på Bessakerfjellet.....	15
RØROS KOMMUNE	15
41. Mølmannsdalen.....	15
42. Doktortjønna.....	15
SELBU KOMMUNE	16
43. Nedre Nea	16
44. Skjeftesosen ved Sørungen	16
SKAUN KOMMUNE	16
45. Grønneset	16
46. Vigda	16
47. Lyngen/Svenskrommet.....	17
SNILLFJORD KOMMUNE	17
48. Ausa	17
TRONDHEIM KOMMUNE	17
49. Elgsethytta	17
50. Rønningen.....	17
51. Haukvatnet / Hauken.....	17
52. Ladestien.....	18
53. Være badeplass	18
54. Nedre Leirfoss	18
55. Ringve botaniske hage.....	18
TYDAL KOMMUNE	18
56. Kistafoss.....	18
ØRLAND KOMMUNE	19
57. Austråttlunden	19
58. Bruholmen	19
59. Grandefjæra	19
60. Stinett på Lerberen	19
61. Holdnesøra.....	19
62. Trollskogen.....	20
ÅFJORD KOMMUNE	20
63. Krokavatnet	20
64. Momyrvatnet	20
65. Støvelfossen.....	20

AGDENES KOMMUNE

1. Storvatnet friområde

P-plass, asfaltert sti (160 m), toalett*, grill-/bål plass, bade plass, baderampe, bord, benker, sandvolleyball- og skotthyllbane

Lett tilgjengelig friluftsområde med 160 m asfaltert gangsti langs vannkanten og to asfalterte grillplasser. Den asfalterte stien har gode føringskanter for svaksynte. Det er gode bademuligheter på området, både via sandstrand og ved hjelp av baderampe. Det arbeides med et kaianlegg som skal bli tilgjengelig med rullestol. Gode parkeringsforhold på asfaltert parkeringsplass.

*Toalettbygget har rampe, men det er ingen spesielle tilrettelegginger ved toalettet, det er god plass på rommet.

2. Øyangen friområde

P-plass, toalett, bade plass, bord, benker og volleyballnett

Friluftsområde med bade- og friluftsmuligheter. Nedgangen til vannkanten er vanskelig. Område ligger i fine og rolige omgivelser der gresslette og naust gir en fin ramme for strandaktiviteter. Øyangen friområde er en idyllisk plass som er verdt et besøk. Det er mulig å sette ut båt fra støpt rampe.

BJUGN KOMMUNE

3. Mebostad friområde

P-plass, toalett*, bade plass, bord, benker og muligheter for fiske

Stort grøntområde og en fin sandstrand gjør Mebostad friområde populært for soling, bading og piknik. Man kan fiske fra en molo på området, denne er lett tilgjengelig og delvis sikret ned mot vannet. Mebostad friområde ligger ca 1 km nord for Botngård sentrum, langs RV 721, det er skiltet til området ved veien.

* Toalettet har god adkomst, men har ingen spesielle tilrettelegginger. Det er muligheter for å dusje på toalettet. Rommet er stort og har god plass.

4. Tursti og gapahuk ved vanntanken

P-muligheter*, gruslagt sti (1,8 km), gapahuk, grill-/bål plass og benker

Turstien har grusunderlag med variert stigning. Turstien går i en runde i skogen, her er det et rikt dyreliv. Fremkommeligheten er god og det er tydelige føringskanter langs stien. Gapahuken ligger ikke direkte i tilknytning til turstien, men stien passerer der man kan gå opp til gapahuken, her må man gå ca 100 m oppover på bred grusvei. Fra gapahuken er det nydelig utsikt, grillplass og benker. Terrenget rundt gapahuken er flatt, det anbefales likevel el-stol da stien inn enkelte steder er ulent.

* Det er to ulike parkeringsmuligheter til dette området. Man kan parkere ved

forsamlingshuset i Bjugn kommune og gå en sti opp til turstien og videre til gapahuken ved vanntanken. Deler av denne stien er bratt og ulent og anbefales ikke for rullestolbrukere. Man kan også velge å kjøre bil via boligfeltet på høyre side av helsesenteret for å komme opp til gapahuken/turstien. Det er ingen markerte parkeringsplasser, men det er plass til å parkere langs veien på flate områder i nærheten av sti og gapahuk.

5. Høybakken

P-plass, toalett*, bade plass og benk

Høybakken er Bjugn sin «sørlandsidyll», der koselige hvite trehus ligger rett ved sjøen. Stedet har en svært populær badestrand og småbåthavn. Badestranden er lett tilgjengelig med flat adkomst til vannkanten. Det er gode parkeringsmuligheter i tilknytning til havnen.

* Toalettet har ingen spesielle tilrettelegginger, adkomsten inn er flat. Rommet er stort. Det er muligheter for å dusje på toalettet.

6. Paviljongen

P-muligheter, asfaltert sti (300 m), fiskeplass og bord

Paviljongen er et grøntområde med asfaltert sti som ligger midt i Botngård sentrum. Den asfalterte stien er godt synlig i terrenget. Det er ikke henvist noen spesielle parkeringsplasser til området, men det er gode muligheter i sentrum som bare er et steinkast unna. Langs stien er det en fiskeplass, en inngjerdet brygge som gir enkel tilgang til fiske i elva. Området innbyr til ulike typer aktiviteter.

FRØYA KOMMUNE

7. Storklungertjern

P-muligheter*, asfaltert fiskebrygge, bord og benker

Fiskeplass ved Storklungertjern ligger ved et fiskerikt ferskvann i nydelig natur 2 km fra Nesset. Fiskeplassen har en oppmurt betong brygge som er sikret ned mot vannet. Her er det enkelt å få storørreten selv om du sitter i rullestol. Det er flere turmuligheter fra fiskeplassen, disse veiene er ikke spesielt tilrettelagte.

* Personer med redusert funksjonsevne og eldre har tilgang til å kjøre helt inn til fiskeplassen. Her er det ikke spesielt tilrettelagt med p-plasser, men mulighetene for parkering er flere på flatt område.

HEMNE KOMMUNE

8. Ånesøyen

P-plass, tursti (500 m), gapahuk, bål plass, fiskeplass, bord og benker

Ånesøyen er et friluftsområde som ligger rundt en fotballbane på Kyrksæterøra. Området kan by på tilrettelagt fiskeplass med fysisk sperre ned mot elva og en tursti rundt tennisbanen, langs elva Søa. Turstien er dårlig oppmerket og synes dårlig i terrenget.

Rullestolbrukere har tillatelse til å kjøre helt ned til fiskeplassen, dette er en rett vei, ca 50 m fra parkeringsplassen. Langs stien er det satt opp en gapahuk og tilrettelagt en bål plass der det også er bord. Turstien er ikke spesielt godt tilrettelagt, den er enkelte steder smal og mangler merking.

9. Elveos på Kyrksæterøra

P-plass, asfaltert sti (50 m), toalett*, grillplass og bord

Lett tilgjengelig sentrumsnært område som innbyr til fiske, fugletitting, turgåing langs elva og opplevelser knyttet til aktiviteter ved småbåthavnen. Det er fint å fiske etter laks og sjørøret der Søa møter sjøen, samtidig kan en få saltvannsfisk i elveosen. Området er asfaltert og godt tilgjengelig.

* Toalettet er lite, er uten tilrettelegginger og har dårlig adkomst.

HITRA KOMMUNE

10. Terningssand

P-plass, toalett*, grill-/bål plass, bade plass og bord

Naturopplevelser og avkobling er stikkord for et besøk til Terningssand. Til området er det tilknyttet en parkeringsplass som ligger 400 m fra selve bade plassen, for de som har behov er det mulig å kjøre bil inn til bade plassen. Det er grusvei fra parkeringsplass til bade plassen, denne er bred og godt fremkommelig. På området er det gode muligheter for bading og piknik. Innenlandsvannet gir gode muligheter for å fange ørret. Bade stranden ligger 5 km fra Sandstad, langs RV 713, nedkjørselen er skiltet.

* Toalettet er plassert 100 m fra bade plassen. Bakken opp er bratt, utover dette er toalettet godt tilrettelagt, har bra adkomst og oppfellbare armstøtter på begge sider.

HOLTÅLEN KOMMUNE

11. Langen handikapfiskeplass

P-plass, toaletter, grill-/bål plass, rullestolsti (150 m), 4 fiskebrygger, benker og bord

Ligger i typisk seterlandskap oppe på «snaufjellet» i Båttjønndalen. Langen er et av flere vann i området med gode muligheter for fiske. I tillegg til fiske er turen til Båttjønndalen en opplevelse på grunn av det rike kulturlandskapet og den gode utsikten til Øyungen på deler av strekningen.

12. Hessjøen

Ålen handikaplag har tilrettelagt med asfaltert gangbane og brygge ved hytta si ved Hessjøen i Hesjedal statsalmenning. Hytta ligger like ved Hessjøen i Holtålen kommune, ca. 20 minutters kjøring fra Ålen sentrum. Det er bilvei helt fram til hytta. Hytta eies av Ålen og Haltdalen handikaplag.

Hytta har to soverom med til sammen seks senger, samt at det er dobbel sovesofa på stua. Stor og romslig stue med peis og vedovn – kjøkkenet er innredet med tre platers gassbluss og kjøleskap, og på sommers tid er det innlagt vann. Det er tilgang til båt. Hytta har solcellepanel, radio med cd-spiller. Det er gode jakt- og fiskemuligheter i området. Hytta leies ut for dager, helger og uker. Utleiepris er kr 400 pr. døgn – uansett antall personer.

KLÆBU KOMMUNE

13. Moodden friluftsområde

P-plass, gruslagt sti (600 m), toalett*, gapahuker, grill-/bålplasser, bord og benker

Flott friluftsområde som innbyr til turgåing og avkobling i rolige omgivelser langs øvre del av Nidelven. På området er det et rikt fugleliv. Turstien er godt fremkommelig og har tydelige føringskanter. Langs turstien er det reist flere gapahuker som er tilgjengelige for rullestol, det er også flere hvilebenker, bord og grill-/bålplasser underveis, med god tilgjengelighet. På andre siden av Nidelven, i tilknytning til Svean friluftsområde, er det oppført en tilrettelagt brygge som innbyr til fiske. Man kan velge å gå brua som går over elven, eller kjøre bil og parkere i nærheten av bryggen.

* Toalettet på området har oppfellbare armstøtte på den ene siden, adkomsten inn er flat.

MALVIK KOMMUNE

14. Homla friluftsområde

P-plass*, asfaltert sti, aktivitetsområder, gapahuk og fiskeplass

Nederst i Homlavassdraget i Hommelvik er det tilrettelagt med asfaltert tursti langs Homla. Det er god tilgjengelighet og gode føringskanter langs stien. Området har arealer for ballspill, BMX/Dirtbike og to handicapfiskeplasser. Dette er lakseførende elv og det kreves fiskekort som fåes kjøpt ved Statoil Hommelvik hvis man ønsker å fiske. Det er tilrettelagte fiskeplasser langs stien.

*Parkering ved fotballbanen i Hommelvik sentrum.

15. Vikhammerløkka

P-plass og gress/gruslagt sti (300 m)

Populært bade- og grøntområde ved Trondheimsfjorden. Det er ikke tilrettelagt adkomst til vannet. Området på land er tilrettelagt for rullestolbrukere, her kan man følge stier langs vannet og kjenne lukt av saltvann og høre lyden av bølgeskvulp.

16. Stavsjøen friluftsområde

P-plass, rullestolsti, gapahuk og grillsted.

Ved Stavsjøen er det reist en gapahuk i regi av Malvik jeger- og fiskeforening som er

tilgjengelig for alle. Det er også opparbeidet en rullestolsti på deler av området og ei brygge ved vannet.

17. Stasjonsfjæra

P-plass, toalett, badeplass, bord og benker

Stasjonsfjæra i Hommelvik er en flott tilgjengelig sandstrand. Det er ikke tilrettelagt adkomst til vannet. Svært barnevennlig.

18. Midtsandtangen

Den gamle militærleieren er nå under opparbeiding. Midtsandtangen er et statlig referanseområdet for universell utforming.

MELDAL KOMMUNE

19. Frilsjøen

P-plass, toalett*, omkleddingsrom, badeplass, fiskeplass, bord og benker

Ved Frilsjøen ligger det en badeplass og en fiskeplass, like ved Frilsjøen Camping, ca. 7 km fra både Løkken Verk og Meldal sentrum, på fylkesvegen mellom Meldal og Hølonda. Badeplassen har romslig parkeringsplass, toalett, store grøntarealer og er et område som i tillegg til bademuligheter innbyr til turgåing langs vannet.

*Toalettet har god adkomst, men er lite og mangler oppfellbare armstøtter. Handicapfiskeplassen ligger ca 200 m fra badeplass og parkering, her følger man grusveien bort. Bryggen er ca 50 m lang med to utstikk, 4x4 m og 3x4 m. Det er betong toppdekke med nedkjøringsrampe for rullestol, bryggen er sikret.

MELHUS KOMMUNE

20. Storvatnet

P-plass, toalett*, asfaltert sti, gapahuk, grill-/bål plass, bord og benker

Dette er et koselig og stort uteområde, som innbyr til ulike aktiviteter. Her er det tilrettelagt tursti langs deler av vannet. Stien har tydelige føringskanter. Man har bade- og fiskemuligheter langs vannkanten, man kan slappe av på en benk, grille og nyte naturen. Det er tilgjengelig gapahuk ved vannet. Storvatnet ligger 4 km fra Lundamo.

* Toalettet har fin adkomst, rommet er stort, det er ikke oppfellbare armstøtter ved toalettet.

21. Horg bygdatun

P-plass, gruslagt sti, servering, bord og benker.

Gamle bygninger som fjøs, våningshus, stabbur, tingstuggu, redskapshus og diverse verkstedsbygninger. Gode parkeringsmuligheter. Det går bilvei til område med setervoll,

forsamlingshus, grillplasser, lavvoer, utescene og flott utsikt. Horg bygdatun ligger i en skråning, så det anbefales elektrisk rullestol. Man har mulighet til å kjøre med bil inn på deler av området. Området har god skitling og naturlige ledelinjer i grusveien. Langs kulturstien er det gelender og grusunderlag.

22. Helsestien på Korsvegen

P-muligheter*, gruslagt sti (800 m), gapahuk, grill-/bål plass, brygge, bord og benker.

Helsestien går fra Oddhaugen på Korsvegen ned til Gaustadvatnet. Helsestien er en bred, gruslagt sti med god fremkommelighet. De 20 første meterne av stien har dårlig føringskant for synshemmede. Det er hvilebenker underveis på stien. Nede ved vannet er det satt opp en stor gapahuk med mye plass. Det er grillmuligheter ved en bål plass. Utover Gaustadvatnet er det bygd en stor brygge med god fremkommelighet og rekkverk på sidene.

* Det er ikke tilrettelagt noen spesiell p-plass til området, men det er muligheter til å parkere på Oddhaugen, ved butikkene.

23. Øysand

P-plass, toalett, servering, grillplass, bade plass og 2 sandvolleyballbaner

Øysand er en populær badestrand som er langgrunn. Selve stranda er bred og 2 km lang. Baderampe og turstier for rullestolbrukere ned til og etter hvert i fjæra er under planlegging. Idag har rullestolbrukere tillatelse til å kjøre bil frem til det aktuelle området. Øysand er et populært område for brettseiling. I tilknytning til stranden ligger Øysand camping. Hele området er åpent for alle frem til kl 23.00. Parkering for hele Øysandområdet koster 40 kroner pr. dag.

24. Svorksjøen

P-plass, toalett, bade plass, baderampe, bord, benker og sandvolleyballbane

Ved Svorksjøen ligger det, kombinert med campingplass, en fint tilrettelagt bade plass med store grøntarealer rundt. Det er henvist til egne parkeringsplasser for personer med redusert funksjonsevne. Tilgangen til området er god, området er flatt og utstyrt med bord, benker og sandvolleyballbane. Ut i vannet er det satt opp en rampe, denne har rekkverk i to høyder og riktige stigningsforhold.

MIDTRE-GAULDAL KOMMUNE

25. Skjulungen

P-plass, gruslagt sti (300 m), toalett*, gapahuk, grill-/bål plass og benker

Ca 800 moh i bjørkeskogsbeltet ligger Skjulungen omkranset av setervoller. Det er en nydelig plass. Det er tilrettelagt med sti langs deler av vannet som har god fremkommelighet. Stien er ikke tydelig i terrenget. Gapahuken på området har vanskelig adkomst. Skjulungen er et bra fiskevann, langs stien kan man komme nær vannet om fiske er ønskelig. Det er bomvei opp til området. * Toalettet har høy terskel ved inngangen.

26. Fiskeplass ved Gaula natursenter

P-plass*, asfaltert sti, toalett**, gapahuk, fiskebrygge, bord og benker

Bak Gaula natursenter går det en asfaltert sti ned til fiskebrygge og gapahuk. Her er det muligheter for fiske og kos langs Gaula. Gapahuken er utilgjengelig for rullestolbrukere. Fiskebryggen har god fremkommelighet og er sikret med rekkverk rundt hele. Det er en sittegruppe med montert tak på området. Nede, langs elven er det satt ut et basseng, der man kan øve på fluefiske, det er asfaltert sti rundt som gjør bassenget godt brukervennlig.

*Det er gode parkeringsforhold ved natursenteret, man kan også velge og kjøre bak butikkene og ned nærmere fiskebryggen.

**På butikkområdet.

27. Storbekkøya museumsseter

P-plass, toalett*, servering, grill-/bål plass, fiskebrygge, bord og benker

Et levende museum, med dyr og ulike aktiviteter ved inngangen til Forollhogna nasjonalpark. Det er gode parkeringsforhold. Inn til selve museumsområdet går det en gruslagt vei, ca 400 m, langs denne ligger en tilgjengelig fiskebrygge. Denne er adskilt fra veien med en grind. Veien er bred og har gode føringskanter. På museumsområdet er det åpent for salg fredag, lørdag og søndag kl 12-18 i uke 25-33. Ingen av husene på området er tilgjengelig for rullestolbrukere. Området er stort og innbyr til mange trivelige aktiviteter for hele familien, både i åpningstiden, men også utenom. Det går kultursti fra området og inn i skogsterreng, denne er ikke spesielt tilrettelagt.

* Det er toalett på området, det er god adkomst og god plass, men ikke oppfellbare armstøtter ved toalettet.

28. Hognarasten

P-plass, toalett, gapahuk, bord og benker

Hognarasten ligger helt sør i Synnerdalen, ved veis ende. Det er stor parkeringsplass, tilrettelagt toalett, gapahuk, bord og benker. Et flatt område med god fremkommelighet. Det er muligheter for å kjøpe seg seterkost på Overlivollen like ved. Fra Hognarasten er det stier som går lenger innover i Forollhogna nasjonalpark og til fjelltoppen Forollhogna (1332 moh), disse stiene er ikke tilrettelagte.

OPPDAL KOMMUNE

29. Lionsløype i sentrum

P-plass*, gruslagt sti (900 m), gapahuk, fiskeplass, grill-/bål plass, bord og benker

Dette er et rundløype som går i sentrumsområdet langs elva Alma. Den er godt tilrettelagt for rullestolbrukere. Langs stien står det bord og benker, det er også en fiskeplass, en rampe med gelender som gjør at man kommer langt utpå elvekanten. Ved fiskeplassen er det også reist en gapahuk, også denne med god adkomst og tilgjengelighet. Deler av stien går i en allerede eksisterende lysløype. * Parkering ved Sagnetunet.

30. Kullsjøen badeplass

P-plass, gruslagt sti (300 m), toalett*, brygge, sandvolleyballbane, bord og benker

Dette er en hyggelig badeplass som ligger i nærheten av sentrum i Oppdal. Det er gode parkeringsforhold. Det er lett adkomst til vannet og toalettuset. Det går en grussti rundt badevannet som er godt fremkommelig og som har tydelige føringskanter i terrenget. Det er plassert ut bord og benker på området. Det er tilknyttet tilrettelagte grillplasser til noen av sittegruppene. Badeplassen innbyr til bading og avslapping i koselige omgivelser.

* Toalettet er godt tilrettelagt, men det er kun åpent i sommerhalvåret.

ORKDAL KOMMUNE

31. Gammelosen

P-plass, gruslagt sti (2,5 km), toalett*, gapahuk, grill-/bål plass, badeplasser, flytebrygge, bord og benker

Orklas gamle utløp er blitt et svært populært tur- og badeområde. Det er flere parkeringsplasser tilknyttet området. Turstien består av hardpakket grus, det er kun 3-4 m høydeforskjell på 2,5 km. Det er 3 badeplasser i området, ankomsten til vannkanten er uten stor stigning, det er ingen av plassene som er tilrettelagt med baderampe. Bryggen på den ene badestranden har trapper opp, det er rekkverk langs deler av flytebryggen. I tilknytning til området er det skifterom og utedo.

* Toalettet er en utedo uten noen spesielle tilrettelegginger.

32. Sognosen

P-plass, asfaltert sti (150 m), toalett*, servering på campingplass, badeplass og baderampe

Sognosen er en trivelig badeplass ved Gangåsvatnet i tilknytning til en campingplass. Til badeplassen går det en asfaltert sti som har god fremkommelighet og tydelige føringskanter. Denne går frem til en fin steinsand og gressletter omkranset av lauvskog. Badeplassen ligger ved en campingplass som har toalett og delvis åpen kiosk samt båtutleie.

*Toalettbygget har god adkomst, men det er ikke oppfellbare armstøtter ved toalettet.

33. Fiske i Orkla, Bårdshaug

P-plass, toalett* og fiskeplass

Nær sentrum av Orkanger kan man fiske laks og sjøøret ved sone 5, Bakka. Det er en støpt rampe der på ca 50 m som gjør valdet godt tilgjengelig. Rampen er sikret mot vannet. Det er også gode parkeringsmuligheter.

*Toalettet er en tradisjonell utedo med oppfellbare armstøtter.

OSEN KOMMUNE

34. Vassdølin rasteplass

P-plass, toalett* og fiskemuligheter

Ved Vassdølin på Osenfjellet, Rv 715 mellom Osen og Namdalseid, ligger en rasteplass som innbyr til en lengre stopp. Her er mulighet til å leie seg inn på ei tilrettelagt hytte og benytte båter for fiske etter ørret. Man kan kjøre rullestol helt ned til vannkanten.

Kontakt Auto'n AS (72 57 71 51) for leie av båt og hytte. Nøkler til båt og hytte kan du også få på Sentrum Auto AS (74 2 782 50)

* Toalettet er en utedo uten noen spesielle tilrettelegginger.

RENNEBU KOMMUNE

35. Buvatnet

P-plass, tursti (4 km), toalett, gapahuk, grill-/bål plass, bade plass, brygge, sandvolleyballbane, bord og benker

Buvatnet ligger rett nord for Berkåk sentrum og er lett synlig fra E6. Det er skiltet ved avkjørsel til badeplassen. Populært badeområde med sandstrand, grøntområde og badebrygge. Det er gapahuk med god tilgjengelighet, samt bord og benker, sandhaug for sandlottbygging og sandvolleyballbane. Rundt vannet går det en tursti som er fremkommelig for rullestolbrukere. Store deler av området rundt Buvatnet er våtmarksområder med et rikt fugleliv. Det finnes et eget observasjonstårn for fugletittere.

RISSA KOMMUNE

36. Hysneståa

P-plass, toalett og fiskeplass

Hysneståa er en nyoppsatt fiskeplass, det er god tilgjengelighet og gir gode mulighetene for en fiskeopplevelse i havgapet.

37. Pevika

P-plass, gresslagt sti, toalett, grill-/bål plass, fiskeplass, bord og benker

Etter en biltur i idylliske omgivelser kommer en til Pevika. Sørvendt stort friluftsområde, der sjø, badestrand og fiskebrygge åpner for muligheter til et variert friluftsliv. Området har tidligere vært bebodd og landskapet viser tydelige spor etter virksomhet. På området er det en sti langs sjøen som går ut til en fiskebrygge, denne er godt tilrettelagt med gelender langs deler av kanten. Det er ryddet og merket stier til Ryllstrand og Slåttavika fra Pevika, disse er ikke tilrettelagte.

ROAN KOMMUNE

38. Straumsvatnet fiskeplass

P-plass, tur-muligheter, toalett, fiskebrygge, bord og benker

I tilknytning til campingplassen ved Straumsvatnet er det en tilrettelagt fiskebrygge. Denne har god tilgjengelighet. På campingplassen er det muligheter for å bruke grøntområdet til ulike aktiviteter. Det er turmuligheter på grusvei langs Strausvatnet, området er flatt.

39. Stubbnese gapahuk

P-plass, toalett*, gapahuk, grill-/bål plass, bord og benker

Stubbnese er en gapahuk plassert i skoglige omgivelser. Gapahuken har god adkomst og fine grillmuligheter. Gapahuken ligger 1,5 km fra Rv. 715, på bomvei.

* Toalettet er en tradisjonell utedo uten tilpasninger.

40. Hytte på Bessakerfjellet

På Bessakerfjellet er det under oppreisning en hytte som skal ha universell utforming ved ferdigstillelse. Fra hytten vil det bli flott utsikt.

RØROS KOMMUNE

41. Mølmannsdalen

P-plass, turvei (ca. 3 km) og gapahuk

Knappe 6 km fra Røros sentrum ligger Mølmannsdalen, ei naturperle av de sjeldne med et rikt dyreliv. Dette gjør Mølmannsdalen til et av de mest benyttede friluftsområdene i nærområdet til Bergstaden. Området har mange spor etter istida og virksomhet etter kobberværksdrifta og fornminner.

Turen til Mølmannsdalen gård starter fra enden av Dalsveien, 3 km fra Røros. Her er det parkeringsplass for bil. Turen egner seg godt for sykkel, rullestol og gåturer. Langs veien er det reist en gapahuk ned til vannet, gapahuken har god tilgjengelighet. Utflukt til Mølmannsdalen er spesielt egnet for barnefamilier, og gården er et yndet rastested. I Nordre Dalstjønn kan du prøve fiskelykken. Bevegelseshemmede har tillatelse til å kjøre med bil innover dalen, lån av nøkkel til bom kan skje ved henvendelse til Røros kommune.

42. Doktortjønnå

P-plass, gruslagt sti, toalett, servering, bord og benker

Doktortjønnå friluftsområde ligger ved innkjørselen til Røros Bergstad, og er et tilrettelagt friluftsområde med turstier, fiskemuligheter, toalett, kafé og nasjonalparksenter for Femundsmarka nasjonalpark. Det er vei ned til stenhuset, og sti med muligheter for bruk av rullestol rundt selve Doktortjønnå. Denne stien har gode føringskanter. Sti langs beiteområdet kan også kjøres med elektrisk rullestol. Området er spesielt velegnet for barn og barnefamilier. Det er handicaprampe inn til utstillingene og kafe/restaurant, her er det tilrettelagt toalett på samme flate. Det går heis ned i kjelleren til garderobe og flere toalett.

SELBU KOMMUNE

43. Nedre Nea

P-plass, toalett, fiskeplass, bord og benker

Nedre Nea raste- og fiskeplass ligger langs RV 705 og Nea i Selbu kommune. Det er en idyllisk plass som innbyr til en hyggelig rast. 150 m fra raste plass er det tilrettelagt en asfaltert fiskeplass med stoppkanter så man lett og trygt kan kaste kroken ut i elva Nea og søke fiskelykken.

44. Skjeftesosen ved Sørungen

P-plass, toalett*, gapahuk, grill-/bål plass, fiskebrygge og benker

Skjeftesosen ligger på Sørsiden av Sørungen. Her er det et hyggelig område med muligheter for avslapping ved vann og skog. Det er reist en gapahuk på området, som er godt tilrettelagt. Fiskebryggen ved vannet har god adkomst og innbyr til fiske.

* Toalettet er en tradisjonell utedo uten tilpasninger.

SKAUN KOMMUNE

45. Grønneset

P-plass, asfaltert sti (300 m), toalett, gapahuk, grill-/bål plass, bademuligheter, flytebrygge, bord og benker

Stort friluftsområde ved vannet, med variert natur med skogområder og store gressletter. Ånøya er en av Sør-Trøndelags reneste innsjøer, og friluftsområdet er lett tilgjengelig der det ligger mellom riksvei 708 og vannet. Her kan du oppleve skogens ro og høre bølgeskvulp mot svaberg og steiner. Her kan du slappe av, bade og sole deg, gå på stier og veier i området, fiske, drive ballspill og lek, grille og nyte naturen. Området på land er godt egnet for rullestolbrukere, med blant annet asfaltert sti, tilgjengelig gapahuk og planerte gressletter. Det er bratt ned til vannkanten. Flytebryggen har kanter i adkomsten, den har gelender på sidene, men ikke foran, her er heller ingen stoppkant.

Grønneset ble i 2001 tildelt andreplassen i kåringen av årets friluftsområde. Kåringen ble arrangert av Direktoratet for naturforvaltning og Friluftsrådernes Landsforbund, i samarbeid med Funskjonshemmedes Fellesorganisasjon.

46. Vigda

P-plass*, asfaltert sti (300 m) og fiskeplass

Vigda i Buvika er ei populær elv for smålaks- og sjøørettfiske. Det er asfaltert sti og fiskebrygger langs elva som er godt tilrettelagt. Stien og fiskebryggene har gode føringskanter. Den asfalterte stien vil oppgraderes og gjøres lengre i løp av høsten 2009.

* Det er parkeringsplass i tilknytning til en busstopp ved området.

47. Lyngen/Svenskrommet

P-plass, gruslagt sti (300 m), gapahuk og fiskebrygge

Fra p-plassen ved Skistua i Børsa sentrum går det en planert sti inn til en gapahuk og en fiskebrygge som ligger i fine omgivelser ved et lite vann.

SNILLFJORD KOMMUNE

48. Ausa

P-plass, toalett, fiskebrygge, bord og benker

Fiskeplass på Krokstadøra etablert i forbindelse med fastlandsforbindelsen mellom Snillfjord og Hitra. Her er det fiskebrygge med god fremkommelighet, bord og benker. En hyggelig plass til fiske og hygge for noen og enhver.

TRONDHEIM KOMMUNE

49. Elgsethytta

P-plass, vei (ca 4,5 km), toalett, servering/kiosk, hytte, bord og benker

Elgsethytta er åpen i helgene og hver onsdag (onsdager er kun i sesong) og da serveres det rømmegrøt og spekemat. Det går vei (stengt for trafikk) inn til Elgsethytta, dette er en bred grusvei som har god fremkommelighet og tydelige føringskanter i terrenget. Det anbefales å bruke elektrisk rullestol på grunn av noe stigninger underveis. Det er satt ut benker langs veien. Veien går innover i hyggelig skoglandskap. Fra Elgsethytta kan man gå opp til Storheia som er Bymarkas høyeste topp, stien opp er ikke tilrettelagt.

50. Rønningen

P-plass, vei (3 km), toalett, servering/kiosk, grill-/bål plass, bord og benker

Rønningen ligger i Leinstrandmarka som er en del av Bymarka i Trondheim, og er et populært turmål, sommer som vinter. Fra parkeringsplassen kan man gå på en bra grusvei frem til hytta, for de som ønsker det går det også sti frem til hytta. Det anbefales å bruke elektrisk rullestol på veien på grunn av noe stigninger underveis. Veien har tydelige føringskanter i terrenget. Hytten er universelt utformet for flere brukergrupper, med blant annet lyddempende trespiler i taket i stua, markering av trappeneser og terskeleliminator ute og inne. Området rundt hytta er stort og inviterer til hyggelige og avslappende stunder. Fra hytta er det skiltet til flere turer i området, disse er ikke tilrettelagte.

51. Haukvatnet / Hauken

P-plass, asfaltert sti (ca 2,3 km), toalett*, servering, hytte, brygge, baderampe, naust, båtutsett og båt opptrekk, bord og benker

Bynært og populært i Trondheims Bymark ligger Haukvatnet. Rundt vannet er det tilrettelagt med asfaltert sti. I nærheten av parkeringsplassen ligger hytta Hauken. Hytta holder åpen hver søndag vår og høst fra kl 12-15. Utearealet er flott tilrettelagt med

badebrygge med rampe ut i vannet. Har også egen brygge for å gå ut i kano eller kajakk. Der er det også mulighet for å bruke personløfter. I naustet er det båt, slik at man kan gå opp i båten og blir da trukket ut på vannet på skinner som båten er plassert på. Båt og kano kan lånes etter avtale. Området er enestående flott, naturen gir deg en følelse av å være langt fra byen.

* På hytta er det tilrettelagt toalett, men det er bare tilgjengelig når hytta er åpen.

52. Ladestien

P-plass, sti (8 km), bord og benker

Dersom du ønsker å møte våren tidligere enn andre steder i byen anbefales en tur på Ladestien. Stiens nærhet til fjorden og kontakt med naturen har gjort den til et svært populært utfartsmål blant trondheimere. Stien går innom flere populære badestrender, og det er også flere muligheter for fiske. Rullestolbrukere kan behøve hjelp på deler av strekning. Langs Ladestien er det god skilting.

53. Være badeplass

P-plass, toalett, omkleddingsrom, bord og benker

Væresbukta og Væresholmen er kanskje den beste badeplassen ved Trondheim. Stranda er langgrunn og dermed godt egnet for barn. Badeplassen er godt tilrettelagt for personer med redusert funksjonsevne med rampe med gelender ut i vannet.

54. Nedre Leirfoss

P-plass, toalett, grillplass, gapahuk, fiskebrygger, bord og benker

Ved Nedre Leirfoss finnes fiskebrygger og et fint parkområde med aktiviteter for barn og voksne. Det er satt ut griller, bord og benker som innbyr til en koselig stund langs Nidelven. Området er flatt og har tydelige stier som gjør det tilgjengelig og godt fremkommelig for alle.

55. Ringve botaniske hage

P-plass, sti (1,5 km) og hvilebenker

Ringve botaniske hage er en del av NTNU Vitenskapsmuseet og ble etablert i 1973. Den 130 dekar store hagen inneholder om lag 2500 planteslag, og ligger som et stort grøntområde rundt det musikkhistoriske museet på Ringve. Hagen er åpen året rundt og besøket i hagen er gratis. Tilgjengeligheten i hagen er god, med markerte stier som har godt underlag. Ringve botaniske hage i Trondheim er et sted alle kan nyte blomsterprakt, finne inspirasjon til egen hage, eller simpelthen bare slappe av.

TYDAL KOMMUNE

56. Kistafoss

P-plass, toalett, gapahuk, fiskebrygge, bord og benker

Solvendt ved utløpet av Nea kraftverk, i kanalen, lunt og fint i terrenget ligger fiskeplassen Kistafoss. I tilknytning til en flott fiskebrygge står en stor gapahuk. Kistafossen blir hevdet å være en av de beste fiskeplassene i Neavassdraget.

ØRLAND KOMMUNE

57. Austråttlunden

P-plass, gruslagt sti (3 km), bord og benker

Austråttlunden ligger 500 m fra Austrått borg. Austrått har vært storgård og høvdingesete langt tilbake i tid. Austråttlunden er, sammen med parken rundt borgen vernet som landskapsvernområde på grunn av sitt artsrike kulturlandskap. Her er det rik og vekslende vegetasjon og et mangfoldig dyre- og fugleliv. Sti og bruer i lunden er tilrettelagt for rullestol. Stien har gode føringskanter i terrenget. Langs stien er det satt ut poster som beskriver lundens historie, dyre- og planteliv. Det er satt ut bord og benker underveis.

58. Bruholmen

P-plass, turvei (ca 3 km), toalett*, bord og benker

Fra Bruholmen går det en rute til Austrått. Denne turen er cirka 3 km lang, den første delen, frem til Fitjan er på bred gruslagt sti, ca. 1600 m før vi kommer til Fitjan er det satt ut bord og benker på fine utsiktsområder, fra Fitjan til Austrått følger man asfalt- og grusvei med godt dekke. Stien har god utsikt mot fjorden.

* Ved p-plassen på Bruholmen er det et toalett. Det er en kant inn som kan være vanskelig å forsere.

59. Grandefjæra

P-plass og gresslagt sti (3 km)

Grandefjæra med en gresslagt sti langs fjæra innbyr til en fin tur, her er det et rikt fugle- og dyreliv. Området er godt forklart på skilt. Det er et stykke å gå fra parkeringsplassen ned til stiområdet. Det er mulig å kjøre ned til starten av stien, men her er det ingen gode parkeringsmuligheter.

60. Stinett på Lerberen

P-plass, gruslagt sti (300 m), gapahuk, grill-/bål plass, bord og benker

Fra parkeringsplassen på Kleivan kan man gå en gruslagt sti opp til en gapahuk med kjempe utsikt over Ørlandet. Det er stigning oppover, så elektrisk rullestol anbefales. Stien synes godt i terrenget. Ved gapahuken er det grillplass og benker. Dette er et fint sted med gode muligheter for ro og hygge. Fra denne plassen går det stier til Anddammen og Storskaret, disse er ikke tilrettelagte.

61. Holdnesøra

P-plass, gruslagt sti (400 m), bord og benker

Fra parkeringsplassen går det en sti ned mot fjæra, denne stien går langs fjæra. Ved stien er det satt ut sittegrupper, disse står plassert i koselige omgivelser skjernet for vind. Stien har fast underlag og har god fremkommelighet.

62. Trollskogen

P-plass, gruslagt sti (200 m), gapahuk og grill-/bål plass

Trollskogen er et koselig skogsområde som ligger ved Futura barnehage. Her er det en liten dam, gapahuk og grillplass i koselige omgivelser i skogen. Gapahuken har underlag av treplattung, er stor og får plass til mange. Adkomsten til gapahuken skal bli tilrettelagt for rullestolbrukere.

ÅFJORD KOMMUNE

63. Krokavatnet

P-plass, fiskeplass, vann, bord og benker

Ved Krokavatnet er det bygd ut en plattung, som innbyr til rast og fiske i koselig omgivelser.

64. Momyrvatnet

P-plass, toalett, gapahuk, grill-/bål plass, bord og benker

Momyrvatnet ligger 25 km fra Årnes sentrum, langs Rv. 715. Man kan parkere på rasteplassen langs veien. Bevegelseshemmede har tillatelse til å kjøre helt ned. Nede ved vannet er det mulig å tenne bål, leie båt for å ta en fisketur og ellers nyte den spesielle naturen. Området er flatt og har god fremkommelighet.

65. Støvelfossen

P-plass og fiskeplass

Lett tilgjengelig 1 km fra Årnes sentrum langs Stordalselva finnes en av de bedre fiskeplassene langs den svært rike lakseelva. Bredden på stien ned til fiskeplassen er god og underlaget er godt, sett bort i fra de siste 10 meterne. Underlaget her tilsier at adkomsten er enklest for de med elektrisk rullestol. Det anbefales å ha med ledsager da bakken ned til fiskeplassen er noe bratt. Gapahuken på stedet har god adkomst.