



Hier gibt es mehr Informationen zum Jedermannsrecht ("Allemansrätten"):

In Schweden haben alle das Recht, sich in der Landschaft frei zu bewegen, egal wer das Land besitzt. Gleichzeitig muss man sich rücksichtsvoll verhalten und gewisse Regeln beachten: Man darf Blumen pflücken (sofern sie nicht geschützt sind) und Beeren und Pilze sammeln. Man darf eine Nacht lang zelten, ohne um Erlaubnis zu fragen, jedoch nicht zu nah an Häusern. Dagegen darf man keinen Müll hinterlassen, direkt über Privatgrundstücke laufen oder Tiere oder Pflanzen stören oder verletzen. In Naturschutzgebieten gibt es spezielle Regeln, die meist auf Schildern zu finden sind.

### DAS JEDERMANNSRECHT

Leider gibt es kaum Trinkwasser entlang der Strecke, in den grösseren Orten gibt es jedoch Supermärkte. Verfügen.

Zum Feuermachen darf man Äste und Zweige vom Boden aufsammeln, jedoch keine von lebenden Bäumen nehmen. An einigen Feuerstellen steht auch Brennholz zur Verfügung. Feuerstellen. Achten Sie auf die aktuellen Vorschriften! Feuerstellen nicht erlaubt, auch nicht an ausgewiesenen Feuerstellen. Unter trockenen Sommerperioden ist das mit Windschutz. Avstäckare till Boglesta

Eine Wanderung auf dem "Upplandsleden" bietet Ruhe, Entspannung und vielfältige Naturerlebnisse. Mit Hilfe der orangefarbenen Markierungen ist die Orientierung kein Problem. Der Wanderweg verläuft überwiegend auf Pfaden durch den Wald, teilweise auch auf kleineren Strassen. Wanderschuh oder anderes festes Schuhwerk sind zu empfehlen. Im Frühling oder in Perioden mit viel Regen können Gummistiefel oder wasserfeste Wanderstiefel notwendig sein. Auf Mooren verläuft der Upplandsleden über Holzstege. Entlang des Wanderweges gibt es viele Rastplätze mit Windschutz und einige Hütten, in den man übernachten kann. Hotels oder Jugendherbergen findet man jedoch kaum entlang der Strecke. Für Lagerfeuer sollte man die Feuerstellen benutzen, die entlang der Strecke liegen, z.B. an allen Rastplätzen mit Windschutz. Unter trockenen Sommerperioden ist das Feuermachen nicht erlaubt, auch nicht an ausgewiesenen Feuerstellen. Achten Sie auf die aktuellen Vorschriften! Zum Feuermachen darf man Äste und Zweige vom Boden aufsammeln, jedoch keine von lebenden Bäumen nehmen. An einigen Feuerstellen steht auch Brennholz zur Verfügung.

### WANDERN AUF DEM UPPLANDSLEDEN



Vindskydd (shelter) i Västland. Foto: Emelie Runfeldt.



Foto: Sara Arvidsson

### HIKE THE UPPLAND TRAIL!

Hiking the Uppland Trail will provide you with a peaceful outdoor experience. The orange marked trail will take you to your destination. To hike this trail you will need a pair of hiking boots, or sturdy sneakers. During springtime or after heavy rainfall, rubber boots are recommended. Crossing bogs and marshes is made easy with footbridges.

There are several shelters and some cabins along the trail where you can stay overnight. Indoor accommodation is more scarce.

If you want to make a fire, use the fireplaces along the trail. There is always a fireplace next to av shelter. Please note the actual regulations during different periods, for making fires. During dry summer periods fires are not allowed at all. Also note that you may use twigs and branches from the ground, but it is prohibited to take any material from living trees.

Unfortunately there is almost no drinkingwater available along the trail. If you want to buy food, you will find foodstores in larger villages.

### THE RIGHT OF PUBLIC ACCESS

In Sweden, everyone has the right to be out in the countryside regardless of ownership. At the same time, the right of public access requires consideration, responsibility and good judgement. You may pick flowers (the ones that don't have protective status), wild berries and mushrooms. You may camp for 24 hours without asking the landowner. However, you must not litter, trespass too close to private houses, damage plants or hurt animals. Nature reserves have additional specific rules, which are posted on information signs in the area.

Read more about the right of public acces:



You can find more information about the Uppland trail on our website: [www.upplandsstiftelsen.se](http://www.upplandsstiftelsen.se).

Beställ via vår hemsida: [upplandsstiftelsen.se](http://upplandsstiftelsen.se)  
I appen Naturkartan Upplandsleden, och på hemsidan naturkartan.se/upplandsleden finns etappbeskrivningar och karta med rastplatser och service längs leden. Aktuell information om leden hittar du också på Upplandsstiftelsens hemsida. Tillsammans med Calazo förlag har Upplandsstiftelsen tagit fram boken *Vandra Upplandsleden*, med etappbeskrivningar och turistföreläsning, och två kartor i skala 1:50 000. Den ena kartan täcker östra delen och sträckan från Bålsta till Skokloster. Den andra täcker de två ledsträckorna i väster och Färnebofjärdens nationalpark.



### VILL DU VETA MER?

Etapp	Längd (km)	Sträcka
20	10	Nora kyrka/Tärnsjö-Osta
21	17,5	Siggeforasjön-Tenasjön
21:1	5	Slinga Ramsmossjöarna
21:2	2	Avstäckare till Siggefora camping
22	9,5	Tenasjön-Skattansöadalen
23	20	Skattansöadalen-Härnevi IP
23:1	7,5	Torslundasillingan
24	17	Härnevi IP-Gånsta
24:1	2,5	Slinga Ås puss
25	10	Gånsta-Boglesta
25:1	12	Bredsandsillingan
25:2	4	Avstäckare till Boglesta hallristningsområde
26	8	Boglesta-Lillkyrka
27	9	Lillkyrka-Veckholm
28	18	Veckholm-Härjaro
29	13,5	Bålsta-Häggeby
30	9,5	Häggeby-Skokloster
31	6,5	Skokloster-Sänka
31:1	14,5	Skoklostersillingan

Etapp	Längd (km)	Sträcka
1:0	11,5	Studenternas IP-Sunnersta
1	8,5	Sunnersta-Nyby
1:1	13,5	Lunsentorpet-Knivsta
1:2	5	Knivsta-Forsby
2	17	Nyby-Fällinora
2:1	3,5	Edasillingan
3	6,5	Fällinora-Länna
3:1	2	Borgardasillingan
4	10	Länna-Almunge
5	5	Almunge-Södersjön
6	15,5	Södersjön-Knutby
7	13,5	Knutby-Bennebol
7:1	2,5	Hästagen, Kilholmensillingan
8	9	Bennebol-Pansarudden
8:1	4,5	Pansaruddensillingan
9	8	Pansarudden-Kolarhora
10	30	Kolarhora-Gimo
10:1	17	Risingesillingan
11	21	Gimo-Österbybruk
11:1	12	Dammledensillingan
12	19	Österbybruk-Risön
12:1	6	Österbybrukssillingan
12:2	10	Florasillingan
13	16,5	Risön-Lövstabruk
14	19,5	Lövstabruk-Västland
15	17,5	Västland-Marma
16	13	Marma-Alvkarleby
17	7,5	Alvkarleby-Långhäll
18	14,5	Skekarbo-Gyslinge
19	9,5	Skekarbo-Nora kyrka/Tärnsjö

## VANDRA UPPLANDSLEDEN

Upplandsstiftelsen/ART ANNA 2018. Foto framsidan: Karolina Vessby



### VÄLKOMMEN UT PÅ UPPLANDSLEDEN

Från Mälarens vikar i söder till Dalälvens skärgård i norr slingrar sig den 50 mil långa Upplandsleden. Som du ser på kartan i den här foldern så är leden uppdelad på fyra avsnitt. I öster går vandrigen genom skogar och historiska bruksorter, förbi små sjöar och vackert belägna rastplatser. I väster får du bitvis närtkontakt med Dalälven, och lite längre söder ut går vandrigen till stor del genom öppnare landskap med åkrar, ängar och beteshagar. Från Bålsta går leden längs Mälaren ut till Skokloster slott.

### ALLEMANSRÄTTEN

I Sverige har alla människor rätt att fritt ströva i skog och mark. Samtidigt är vi skyldiga att visa hänsyn och varsamhet. Du får plocka blommor (om de inte är fridlysta), bär och svamp. Du får tälta ett dygn utan att fråga markägaren, men inte skräpa ner, gå på annans tomt eller skada växter och djur. I naturreservaten gäller speciella regler som finns angivna på reservatens informationsskyltar.

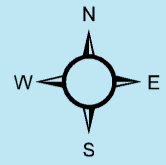
### FÖRVALTNING

Upplandsleden genom Uppsala län förvaltas av Upplandsstiftelsen tillsammans med länets kommuner. Har du frågor? Kontakta [info@upplandsstiftelsen.se](mailto:info@upplandsstiftelsen.se) eller ring 070-611 60 70. Du kan också kontakta naturinformationen på museet Biotopia: 018-727 63 70.

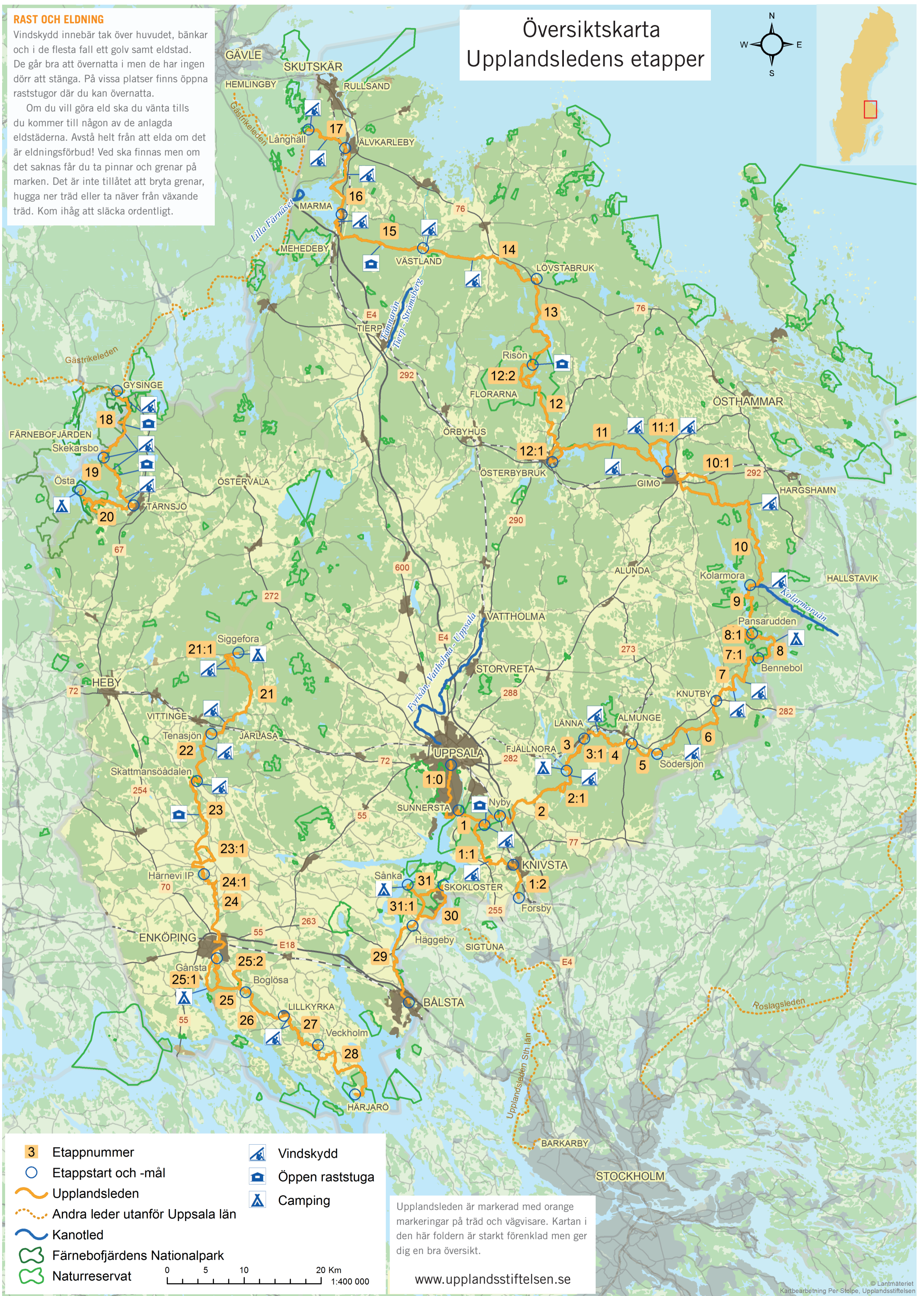
Läs mer om Upplandsleden och de olika etapperna i appen Naturkartan, eller på [naturkartan.se/upplandsleden](http://naturkartan.se/upplandsleden). På Upplandsstiftelsens hemsida, [upplandsstiftelsen.se](http://upplandsstiftelsen.se) finns information om vad som är på gång längs leden.



# Översiktskarta Upplandsledens etapper



**RAST OCH ELDNING**  
 Vindskydd innebär tak över huvudet, bänkar och i de flesta fall ett golv samt eldstad. De går bra att övernatta i men de har ingen dörr att stänga. På vissa platser finns öppna raststugor där du kan övernatta.  
 Om du vill göra eld ska du vänta tills du kommer till någon av de anlagda eldstäderna. Avstå helt från att elda om det är eldningsförbud! Ved ska finnas men om det saknas får du ta pinnar och grenar på marken. Det är inte tillåtet att bryta grenar, hugga ner träd eller ta näver från växande träd. Kom ihåg att släcka ordentligt.



Etappnummer	Vindskydd
Etappstart och -mål	Öppen raststuga
Upplandsleden	Camping
Andra leder utanför Uppsala län	
Kanotled	
Färnebofjärdens Nationalpark	
Naturreservat	

0 5 10 20 Km  
1:400 000

Upplandsleden är markerad med orange markeringar på träd och vägvisare. Kartan i den här foldern är starkt förenklad men ger dig en bra översikt.  
[www.upplandsstiftelsen.se](http://www.upplandsstiftelsen.se)