

Visste du att blotta åsynen av grönska gör oss friskare, piggare och gladare? Dagsljuset och luften påverkar oss positivt och aktiviteter utomhus förbättrar såväl vår koncentration som fysiska kondition. För de som söker en avkopplande och lugnande stund är vistelsen ute i naturen extra viktig. Så vänta inte till imorgon. Ut och njut av naturen redan idag!

### Allemansrätten – frihet under ansvar

Allemansrätten innebär en begränsad rätt för var och en att färdas över annans mark och uppehålla sig där om det inte är tomtmark eller planteringar. Allemansrätten innebär att vi har tillgång till naturen. För att kunna ha kvar denna unika rättighet måste vi visa hänsyn och omtanke om naturen och våra växter och djur. Vi får inte störa eller förstöra. Följer vi allemansrättens enkla regler kan även kommande generationer njuta av vår fantastiska natur.

Vill du veta mer om dina rättigheter och skyldigheter kan du läsa mer på: [www.naturvardsverket.se](http://www.naturvardsverket.se)

Läs mer om tätortsnära natur i Norrköpings kommun på: [www.norrkoping.se/utflykter](http://www.norrkoping.se/utflykter)

Här hittar du också information om tillgänglighet, naturreservat, guidade turer och andra utflyktstips.

Har du ytterligare frågor eller synpunkter så maila till [natur@norrkoping.se](mailto:natur@norrkoping.se) eller ring till kommunens ekologer 011-15 19 65.

Produktion: Tekniska kontoret, Norrköpings kommun 2008  
Layout: America Reklam- och Produktionsbyrå AB och Tekniska kontoret, Norrköpings kommun  
Teckningar: Vesa Jussila  
Fotografier: Anneli Gustafsson och Jerker Idestam-Almquist

Denna folder har delvis finansierats med statsbidrag förmedlade av Länsstyrelsen Östergötland.



# Naturliga upptäcktsfärder

i Krokek.



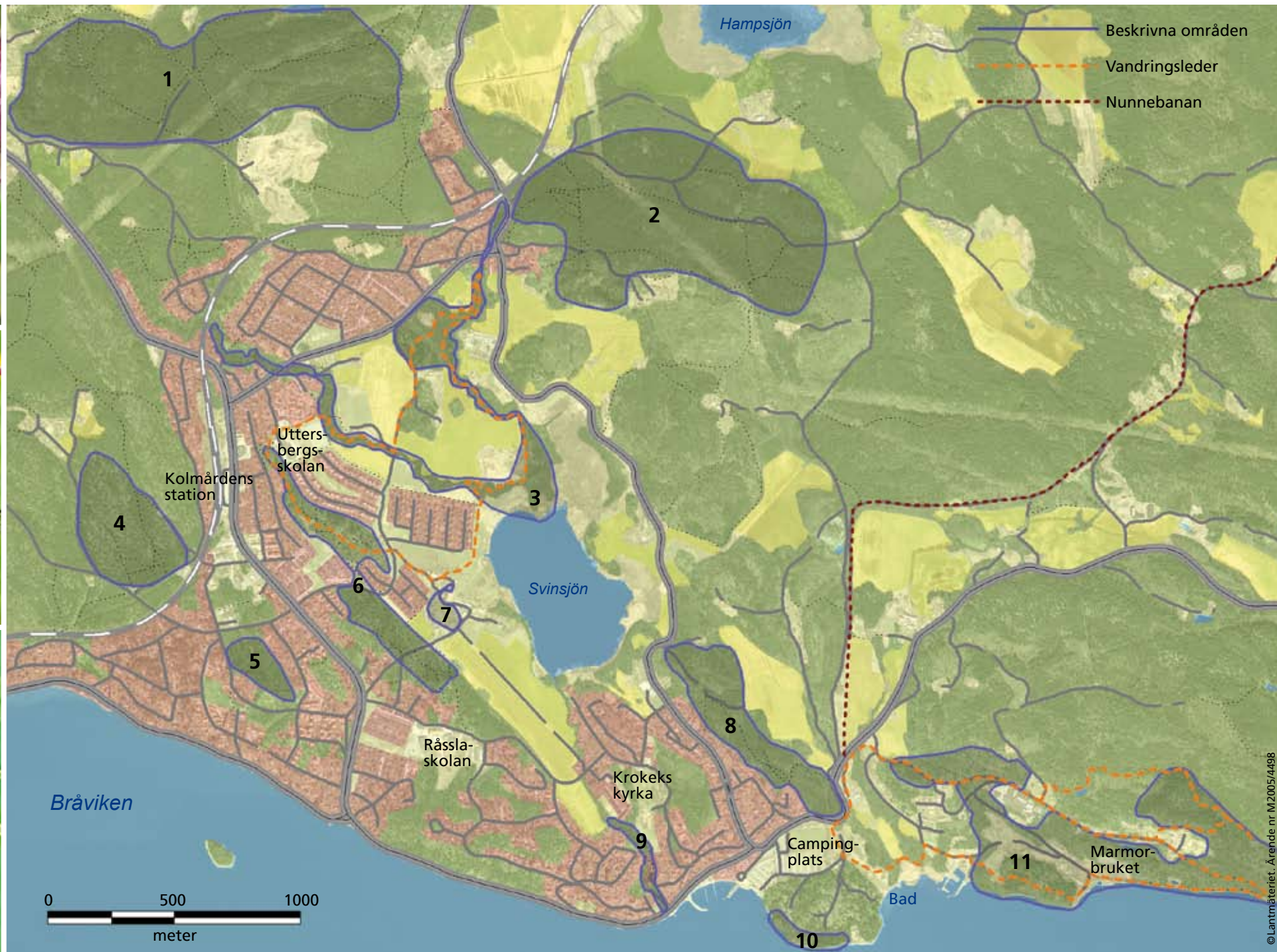
NORRKÖPING  
TEKNISKA KONTORET

→ [www.norrkoping.se](http://www.norrkoping.se)

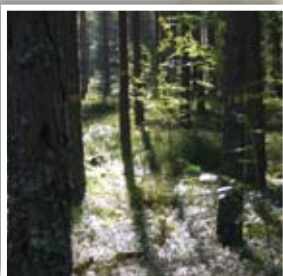


## Titta ut och se in. Naturen står på glänt.

Naturen i din omgivning står alltid med dörren på glänt. Upplevelsen att stiga in över tröskeln kan vara både avkopplande och uppiggande. I Krokek inbjuder naturen till uppfriskande promenader i omväxlande miljö. Porlande bäckar, strövvänliga skogar, fågelsång och vacker utsikt över Bråvikens glittrande vatten berikar upplevelsen vare sig du går en kortare promenad eller en längre dagsutflykt. Så varför inte ge dig ut på upptäcktsfärd redan idag? Inget kan vara mer naturligt!



Naturliga upptäcktsfärder i Krokek. Var börjar din upptäcktsfärd?



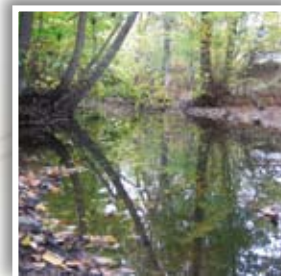
### 1. Strömsforssskogen

På den sandiga marken norr om Krokek står en ljusöppen tallskog. Här och var finns små tallrismossar med doftande skvattram. Genom skogen går flera stigar och motionsspår. I öster går berget i dagen och på hållarna växer ljungen tät. Från berget har du fin utsikt över Krokek.



### 5. Sjöviksskogen

En trevlig stig slingrar sig över hållmarker och genom lummiga lövdungar. I nordväst finns en spännande och artrik sumpskog. Här står några riktigt grova gamla granar och på marken växer rikligt med ormbunkar. På våren och försommaren hörs fåglarnas intensiva sång från träden.



### 9. Svintunaån

Svintunaån rinner från Svinsjön ut i Bråviken. Vid Svintuna kvarn har åns strömmande vatten skurit sig ned i en djup ravin. Vid kvarnen kan man om man har tur få se den ovanliga stora fladdermusen. I den nedre delen av bäcken lever både öring, flodnejonöga och äl.



### 2. Hage och skog vid Andersbo

I den gamla hagen vid Andersbo växer grova ekar och frodiga haselbuskar. På våren täcks marken av blåsippor. Senare på säsongen blommar här både gullviva, mandelblom och den förtjusande lilla backnejlikan. Norr om hagmarken ligger en trevlig och strövvänlig skog med gott om promenadstigar.



### 6. Uttersbergsskogen

Uttersbergsskogen är ett omväxlande område med lummiga miljöer och öppna gläntor. Här står både mäktiga gamla ekar och vackra vitstammiga björkar. Längst i norr tar en hållmarkstallskog vid, medan det i söder finns en trevlig blandskog.



### 10. Boda udde

Stigen runt Boda udde går genom en grovstammig gammal tallskog och ut på öppna klippor. Nere vid stranden höjer sig en rundad håll av marmor som är vackert färad. I vattenbrynet syns kolmårdsmarmorns gröna färg tydligt. På hållarna växer vildlin, blodnäva och grusslok.



### 3. Svintuna- och Hyttabäcken

Två bäckar slingrar sig fram i norra Krokek ned till Svinsjön. Vattendragen omgärdas av lövträd och här och var finns små källmiljöer. Hyttabäcken ringlar sig genom en djupt skuren ravin. Här lever öring och bäcknejonöga och har du tur kan du få se strömstaren hoppa mellan stenarna.



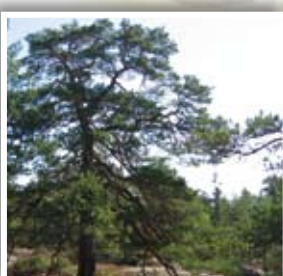
### 7. Kastalen vid Uttersberg

Mitt i Krokek ligger ruinen av ett medeltida försvarstorn, en så kallad kastal. Uttersbergskastalen är daterad till 1100-talet. Området kring kastalen är idag en vacker hagmark som betas av får. Norr om hagen finns en utsiktsplats med vacker vy över Svinsjön.



### 11. Marmorbruket

Marmorbruket hyser allt från vacker och omväxlande natur, med spännande växter och djur, till hundraåriga byggnader och djupa gamla marmorbrott. Från utsiktsplatserna vid Tittut och Spiran är vyn över Bråvikens glittrande vatten fantastisk.



### 4. Fläskbergen

Högt uppe på Fläskbergen, strax väster om Krokek, står en äldre hållmarkstallskog. Hållarna är täckta av renlav och blommande ljung. På berget mellan de gamla tallarna finns många skrymslen och vrår, perfekta för kurragömma. Området är välbesökt med många upptrampade stigar.



### 8. Orrekullaskogen

Precis öster om Krokek ligger en kuperad skog som genomkorsas av inbjudande stigar. Området är bitvis bergigt med mossbeklädda block och stenar. På toppen av berget kan man se Bråvikens vatten glittra mellan träden. Från sydöstra delen av området kan du fortsätta på Nunnebanan eller Marmorstigen.

### Vandringsleder

I Krokek finns två orangemarkerade vandringsleder: Krokeksleden och Marmorstigen. Krokeksleden är knappt 5 km lång. Den går längs Svintuna- och Hyttabäcken och genom Uttersbergsskogen. Marmorstigen är en drygt 4 km lång slinga runt Marmorbruket. Från Marmorstigen utgår en extra runda som leder till utsiktsplatsen Spiran. Du kan också fortsätta österut mot Vildmarkshotellet på den gamla Kopparbostigen. Vid västra delen av Marmorstigen utgår Nunnebanan – en nedlagd järnväg till Stavsjö och Virå. Idag kan du gå eller cykla på Nunnebanan.