

BARN- OCH UNGDOMSVERKSAMHETEN

För mer info om barnverksamheten, kontakta grenledare Emma Thuresson 072-142 93 42.



SKOGSKNOPP Barn 1-2 år.
Tillsammans med ledare och föräldrar.



SKOGSKNYTTE Barn 3-4 år.
Tryggheten och trivseln i skogen är det viktigaste.



SKOGSMULLE Barn 5-7 år.
Naturens samspel och hänsyn i naturen.

VANDRINGAR

För alla vandringar gäller...
Fika i ryggsäck och kläder efter väder.
OBS! För eventuell samåkning kontakta vandringsledare.
Alla i bilen delar på kostnaden 40:-/mil.

KANOTING

Följ med på turer som planeras efter väder och intresse, kontakt Mårten Persson 070-306 57 84. Vi har fyra kanadensare, fyra kajaker, två juniorkajaker och släp som går att hyra. Ring Bo Rooth 076-818 52 50 för bokning.

LERJEVALLEN

Besök gärna Lerjevallens friluftsområde norr om Arkelstorp. Det är ett härligt strövområde med markerade vandringsleder. För mer info se vår hemsida.
Kontaktperson Micke Ovesson 073-184 00 20.

LÅNGFÄRDSSKRIDSKOR

Som medlem får du rabatterat pris på medlemskap i skridskonätverket Långfärdsskrinnarna i sydöst (LSS) som erbjuder ledarledda turer så fort isläget tillåter detta. Mer information hittar du på vår hemsida.
Kontaktperson Crisse Göransson 072-179 01 27.

MOUNTAINBIKE

Det kommer att genomföras turer i grupp, både i svårare och lättare terräng. Alla turer är ledda av utbildade ledare i olika svårighetsgrad. Vi kommer mestadels att hålla till i Lerjevallen. Mer info på vår hemsida.
Kontaktperson Mikael Olsson 076-850 36 23.

www.friluftsfremjandet.se/kristianstad

**Avs. Friluftsfremjandet
i Kristianstad
c/o Kjugevägen 144
291 68 Fjälkinge**



Adress

MEDLEMSPRISER

VUXEN - 26 år och äldre 395 kr

UNGDOM - 13-25 år 190 kr

BARN - 0-12 år 115 kr

FAMILJ - 590 kr

*För att bli medlem gå in på Friluftsfremjandets hemsida
<https://www.friluftsfremjandet.se/engagera-dig/bli-medlem>*



**FÖLJ OSS PÅ FACEBOOK:
FRILUFTSFRÄMJANDET KRISTIANSTAD**

Programmet genomförs i samarbete med Studiefremjandet.

**FRILUFTS
FRÄMJANDET**



VÅREN/SOMMAREN 2025

TISDAGSVANDRINGAR PÅ KJUGEKULL

Varje tisdag året runt. Vi samlas kl. 10.00 på Kjugekulls P för ca 5 km vandring i kuperad terräng och storslagen natur. Tag med fika. Åter vid P ca kl. 12.00. Kontaktperson Lasse Larsson 073-999 18 22.

MOUNTAINBIKETRÄNING I LERJEVALLEN

Varje onsdagskväll 9 april till 2 juli samlas vi på parkeringen vid Mjönäsvägen kl. 18.00. Alla är välkomna oavsett ålder och erfarenhet. Kontaktperson Mikael Olsson 0768-50 36 23.

SÖNDAG 12 JANUARI Vintervandring Fårabäck

En härlig vintervandring ca 8 km, Åhus-Fårabäck-Åhus, vid Fårabäck finns möjlighet att grilla sin medhavda matsäck. Samling vid Åhusbryggan kl. 10.00. Kontaktperson Lena Raftmark 076-109 04 56.

SÖNDAG 19 JANUARI Bastubad i Tosteberga hamn med dopp i havet

Vi fixar glöder på grillen utanför så du kan grilla medhavd korv om så önskas. För dig som vill använda bastun är kostnaden 50 kr/person. Bastun är uppvärmd för oss kl. 11.00-14.30. Anmälan till Bo Rooth 076-818 52 50 för att uppge ungefärlig önskad bastutid.

SÖNDAG 2 FEBRUARI Vintervandring i Yngsjö, Gropahålet/Lillesjö naturreservat

Start kl. 10.00 vid Kaptenens Väg (med regionbuss 551 mot Furuboda). Ca 7 km, 1 fikapaus. Kontaktperson Kerstin Andersson 0708-32 47 50.

MÅNDAG 10 FEBRUARI Naturmedicin och örternas läkekraft

Föreläsning om naturmedicin och läkekraften i örter med Ann Jönsson kl. 18.30. Intresset för kvinnors kraft och historia har lett till boken Snapphonor och flera föredrag. Ingen anmälan behövs. Kostnadsfritt. Plats: Biljardkompaniet, kongresshallen, Videllsgatan, ingång Yllans huvudentré. Kontaktperson Mari Graneskog, Studieförbundet 0739-42 36 46.

SÖNDAG 16 FEBRUARI LerjevalLEN på vintern

Vandring på ca 4,5 km i kuperad terräng eller 2,5 km rullbarhetsanpassad stig runt Lerjesjön. Vandringsstart från parkeringen vid Mjönäsvägen kl. 11.00. Skridsko och/eller pulka vid riktigt vinterväder. Möjlighet till grillning kl. 11.30-14.00. Kontakt Lisbet Roth 070-826 96 71.

SÖNDAG 2 MARS Vandring Fjälkinge backe

Vandring ca 4,5 km i kuperad terräng. Möjlighet att gå upp i utsikts-tornet. En fikapaus. Samling Fjälkinge backe P kl. 11.00. Vandringsledare Agne och Inger Eskilsson. Kontaktperson Bo Rooth 076-818 52 50.

SÖNDAG 9 MARS Lunch och promenad (Alt. bara promenera/äta lunch)

Ta en promenad på ca 5 km och njut därefter av en söndagslunch. Vi kommer att boka bord. Självkostnadspris. Tid och plats meddelas på hemsidan. Vandringsledare Lena Raftmark 076-109 0456.

TORS DAG 13 MARS Årsmöte i Kiaby församlingshem

Samling kl. 18.30 för årsmötesförhandlingar. Utdelning av förtjänstmärken och medaljer till ledare och funktionärer. Vi bjuder på förtäring. *Välkommen!* Anmälan till Lisbet Roth 070-826 96 71.

SÖNDAG 16 MARS Natur och kultur på Ivö

Lars-Göran och Ingrid Nyberg guidar oss i naturreservatet Ivö klack. Ingrid guidar en kortare tur på markerade stigar ca 2,5 km (2 tim) medan L-G guidar i mycket kuperad såväl obanad terräng som markerade stigar ca 8 km (4 tim). Medtag fika. Samling vid entré Ljungan, Ivö klack Ljungaväg 180-13 kl. 10.00. Kontaktperson Lars-Göran Nyberg 070-581 88 79.

SÖNDAG 23 MARS FRÅS Spanskt tema över eld, vi lagar tapas

Samling kl. 10.00 LerjevalLEN vid de nya vindskydden. Kostnad 100 kr som swishas på aktivitetsdagen till 1234331971 skriv TAPAS och namn. Kontaktperson Märten Persson 070-306 57 84.

LÖRDAG 29 MARS-SÖNDAG 30 MARS Vandring med övernattning

Den 29-30 mars är ryggsäcken packad till två dagars vandring och en skön övernattning utomhus. Mer information kommer på hemsidan. Hoppas du hänger med! Vandringsledare Crisse 072-179 01 27.

SÖNDAG 30 MARS Vandring Kjugekull Södra

Vi vandrar från Kjugekulls parkering söderut genom skog och över ångar. Medtag fika som ska avnjutas vid Ivösjöns strand. Återvänder norrut till steniga delen av kullen. Ca 7 km i delvis kuperad terräng. Samling på parkeringen kl. 10.00. Åter ca kl. 13.00. Vandringsledare Bo Rooth 076-818 52 50 och Maj-Lis Svensson.

SÖNDAG 6 APRIL Geologivandring i Arkelstorp

Bergbranten ner mot Arkelstorpsviken är geologiskt intressant. Vi vandrar utmed östgränsen av Protoginonen. Samling vid pendlarparkeringen i Arkelstorp (mitt mot ICA) kl. 13.30. Guide: Gunnar Isacson, ca 5 km med mycket backar, sten. Kontaktperson Mari Graneskog, Studieförbundet, 0739-42 36 46.

SÖNDAG 13 APRIL Gudahagen med Orudden

Vi vandrar i trakterna sydväst om Näsium. Samling vid mytomspunna Gudahagen kl. 10.00. En rundvandring på ca 9 km mot Orudden och Ivösjön. Inga höjdskillnader. Ca 4 tim. Två fikapaus. Vandringsledare Mats Blissing. Kontaktperson Lisbet Roth 070-826 96 71.

LÖRDAG 26 APRIL Mtb i Sölvesborg

En dag med både stigcykling och pumptrack. Mer info kommer på hemsidan. Kontaktperson Mikael Olsson 0768-50 36 23.

SÖNDAG 27 APRIL Fåglar på Kjugekull

Fågelkännare Ulf Sjölin tar med oss och sin tubkikare på en kortare tur på Kjugekull. Ta med dig lite god frukost och ev. din kikare. Samling vid Kjugekulls P kl. 07.00 åter vid 10-tiden. Kontaktperson Ulf Sjölin 073-593 58 65.

TORS DAG 1 MAJ Rödhultsrundan

En naturvandringsled i Halens naturreservat. Vandrigen går främst på skogsstig. Något kuperad men räknas som lätt vandring, ca 11,5 km. Samling kl.10.00 vid Halens camping i Olofström. Kontakt Anna Adamsson 0731-42 45 66.

SÖNDAG 4 MAJ Vildmarksdag i LerjevalLEN kl. 11.00-15.00

Paddla canadensare, naturhinderbana, håva i strandkanten, tipsrunda för alla. Skogsmulle hälsar på. MTB. Försäljning av korv, krabbelurer, saft och kokekaffe. Kontaktpersoner Lisbet Roth 070-826 96 71 och Gith Åhlund 073-069 56 09.

SÖNDAG 11 MAJ Vandring i Frostavallens strövområde

Vi vandrar genom mellersta Skånes natur- och kulturlandskap, genom skog, betesmarker och förbi badvänliga Vaxsjön. 12-13 km på stigar och grusvägar, delvis ganska kuperad. Två fikastopp. Start vid Frostavallens parkering kl. 10.00. Åter ca 14.30. Mer information finns på hemsidan när vi närmar oss maj månad. Vandringsledare Carina Nilsson 070-250 55 18.

MÅNDAG 12 MAJ Cykeltur i Kristianstadbygden

med olika sträckor alltefter väderlek. Samling kl. 10.00 på Naturums parkering vid bron. En fikapaus. Kontaktpersoner Kerstin Andersson 0708-32 47 50 och Bo Lidefalk 0709-62 51 64.

ONSDAG 14 MAJ Tosteberga ångar naturreservat

Kvällsvandring i gullvornas tid ca 3 km. Betesmarker med djur. Inga höjdskillnader men flera stötter. Ta med fika. Samling Tosteberga ångar P kl. 17.30. Åter vid P ca 20.30. Kontaktperson Lisbet Roth 070-826 96 71.

SÖNDAG 18 MAJ Immeln – Hallabjären – Immeln med besök i vita bergen

Kuperad vandring på stigar och grusvägar. Ca 13 km. Två fikapaus. Samling p-plats vid Vandrarhemmet Immeln kl. 10.00. Ledare Rickard Mattisson 0709-28 91 24.

ONSDAG 21 MAJ Idé- och spånartäff

Vi försöker vi få ihop ett trevligt program till hösten 2025. Samling på Kjugekulls P kl. 18.30. Anmälan till Lisbet Roth 070-826 96 71 för planering av fika.

LÖRDAG 24 MAJ Stigcykling i Vånga

Medelsvår tur i kuperad terräng. Mer info kommer på hemsidan. Kontaktperson Mikael Olsson 0768-50 36 23.

SÖNDAG 25 MAJ Vandring Hörröd-Andrarum

Vandring på Skåneleden, vi följer åsryggen Jären från Hörröds kyrka till kaffe-stugan vid alunbruket i Andrarum. Ca 14 km vacker vandring i bokskog, två fikapaus planeras. Start kl. 10.00 vid Hörröds kyrka. Anmälan på hemsidan, max 25 deltagare, då vi behöver planera för transport mellan start och mål. Kontaktperson Gith Åhlund 0730-69 56 09.

Kristi himmelfärds dag

TORS DAG 29 MAJ Vandring Norra Lingenäset

Lätt vrvandring när ramslöken blommar. Ca 7 km. En fikapaus. Vi samlas kl.10.00 på parkeringen vid Näsby Gård. Kontaktperson Lennart Lövgren 073-154 89 08.

SÖNDAG 1 JUNI Vandring i Stackedala

Vi vandrar ca 10 km. En fikapaus. Samling kl. 10.00 vid parkeringen Tollarps sporthall. Med Skåneexpressen 1, hållplats Lundgrens väg. Kontaktpersoner Agneta Lövgren 0733-64 58 85 och Kerstin Andersson 0708-32 47 50.

Nationaldagen

FREDAG 6 JUNI Vandring Brösarps norra backar.

Bitvis backig, vacker vrvandring, ca 10 km. En fikapaus. Vi samlas vid Rastplats Piraten kl.10.00. Åter ca 13.30. Kontaktperson Lennart Lövgren 073-154 89 08.

SÖNDAG 8 JUNI Cykeltur i Kristianstadbygden. Olika sträckor efter väderlek.

Samling kl. 10.00 på Naturums parkering vid bron. En fikapaus. Kontaktpersoner Kerstin Andersson 0708-32 47 50 och Bo Lidefalk 0709-62 51 64.

ONSDAG 11 JUNI Blommor och blad i Gyetorps naturreservat

Upptäck orkidéerna flugblomster, tvåblad och brudsporre. Ojämn terräng. Ta med fika. Samling kl. 17.30 vid reservatets P, mellan Nymölla och Tosteberga ångar. Åter ca kl. 19.30. Anmälan till Lisbet Roth 070-826 96 71. Max 15 pers.

SÖNDAG 15 JUNI Vandring i Äspet

längs havet och i skogen. Start kl. 10.00 från Åhusgården, Sigfridsvägen (med regionbuss 551 mot Furuboda, hållplats Äspetvägen). Ca 10 km, en ev. två fikapaus. Kontaktperson Kerstin Andersson 0708-32 47 50.

LÖRDAG 28 JUNI Stigcykling i Olofström

Medelsvår tur i kuperad terräng. Mer info kommer på hemsidan. Kontaktperson Mikael Olsson 0768-50 36 23.

SÖNDAG 29 JUNI Sibbhultsvandring till Kroksjön

Vi vandrar ca 6 km i lätt terräng i Göingeskogen fram till Kroksjön där vi fikar. Fåglar och flora. Vandrigen startar kl. 10.00 vid idrottsplatsen i Sibbhult. Kontaktperson Christer Åhlquist 070-924 05 85.

SÖNDAG 6 JULI Cykeltur i Kristianstadbygden

med olika sträckor alltefter väderlek. Samling kl. 10.00 på Naturums P vid bron. En fikapaus. Kontaktpersoner Kerstin Andersson 0708-32 47 50 och Bo Lidefalk 0709-62 51 64.

MÅNDAG 4 AUGUSTI Cykeltur i Kristianstadbygden

med olika sträckor alltefter väderlek. Samling kl. 10.00 på Natrums P vid bron. En fikapaus. Kontaktpersoner Kerstin Andersson 0708-32 47 50 och Bo Lidefalk 0709-62 51 64.

