

## Tips på hur man förbereder en vandring

- Det är roligt att hitta på vandringar.
- Den bästa förberedelsen för att leda vandringar är att delta i vandringar. Förutom att du lär dig rutinerna får du som deltagare möjlighet att bilda dig en uppfattning om vad som fungerar bra och eventuellt mindre bra.
- Du får också en uppfattning om dina medvandrares förväntningar
- Alla ledare är olika, utifrån vissa fasta ramar kan man utforma vandringen på ett personligt sätt. Fortsätt att gå på andras vandringar.

## Planera hemma

**Fundera på områden.** Det kan vara ett område du redan känner till, men det är också roligt att utvidga sitt ”mentala landskap” genom att utforska nya områden.

**Se på kartor.** Papperskartan ger en bra överblick. Den är givetvis alltid bra att ha med när man är ute. Terrängkartan nytrycks inte, se därför också på den digitala kartan

<https://kso.etjanster.lantmateriet.se/>.

Viktigt för att undvika nya bostadsområden och vägbyggen, men framför allt för att det på senare år tillkommit ganska många nya vandringsleder och naturreservat.

- Den digitala kartan kan förstöras så att fler detaljer syns. Kartskikten ortofoto och terrängkuggning ger ytterligare information om vegetation och topografi. Se även Eniro flygfoto.
- Högst upp till väster finns ett mätverktyg. Mät för att få en ungefärlig uppfattning om avståndet mellan olika platser.

**Undersök möjliga start- och slutpunkter** för vandringen. Se SL:s kartor över linjetrafiken.

<https://sl.se/sv/reseinfo/> och reseplaneraren. Förvissa dig om att det finns turer vid lämpliga tider.

Det är sen bra att förlägga slutmålet till det ställe där det är tätast kommunikationer.

**Tänk på möjliga vägar.** Går det att binda ihop småvägar, stigar och leder till en vandring? Att se möjliga vägar på kartan är något man kan lära sig.

**Om man söker** på ortnamn, naturreservat och på kommunens hemsidor hittar man ibland lokala stigar; märkta motionsspår, fornslingor, pilgrimsvandringar, naturspår osv. Allt kan vara användbart och går att kombinera med andra leder och vägar.

**Stockholmstrakten är tätt befolkad.** Det finns mängder av bra och tydliga stigar som inte är utmärkta på kartan. Tänk som dina föregångare. Där det ”borde” gå en stig finns det också ofta en. Genom att reka vandringen en gång i motsatt riktning hittar man inte sällan nya stigar.

**På de flesta ställen går det bra att gå i så kallad obanad terräng.** Om man följer landskapsformer som stränder, åsar och ängskanter är det lätt att navigera. Med GPS eller spårappar kan man orientera sig överallt. Det betyder inte att man ska gå hela sträckan i obanad terräng, men gör det möjligt att binda ihop ett ”vägssystem” till ett annat, att komma fram till en fin rastplats eller om man vill korta ner sträckan genom att ta genvägar.

**Gör det inte alltför svårt.** Den största delen eller hela sträckan kan bestå av småvägar och leder.

**Mät vandringens längd** på den digitala kartan. Förstora kartan maximalt. På raka sträckor blir mätningen exakt, i skogsterräng är det verkliga avståndet något större.

**På ställen där det är lätt att gå fel,** t ex friluftsområden där det finns många stigar som går kors och tvärs eller småvägar i villaområden, kan man göra en detaljkarta. Ta en skärmbild av den förstora kartan, skriv ut eller e-posta till dig själv. Anteckna kompassriktningar. Eller rita helt enkelt en komihåg skiss; svänga av vid skogskanten och gå höger, sen till vänster på Älgstigen och vänster igen vid ängen osv.

## Gå ut

**Reka gärna tillsammans med någon.**

**Det är bra att reka under sommarhalvåret.** Rekognoseringen tar ofta längre tid än den slutliga vandringen. På plats upptäcker man kanske också nya möjligheter.

**Mobiltelefonen** är till stor hjälp. Det går alltid att se var man befinner sig. På lantmäteriets sida går det att ladda ner ”Min karta” gratis. Det finns en mängd spår-appar, lite olika beroende på vilken telefon man har. Fråga andra vandrare. Förutom att man inte riskerar att gå vilse, ser man vandringens verkliga längd och får en bild av hur man har gått. Skulle man sedan bli osäker på vägen, när man leder en vandring, är det bra att ha ett spår. All teknik kan fallera, glöm inte att ha ett fulladdat batteri, och följ ändå med på kartan.

**Ibland blir verkligheten en besvikelse.**

- Både på egna rutter och märkta vandringsleder kan det visa sig att vissa sträckor helt enkelt är för tråkiga. För att långlederna ska bli sammanhängande innehåller de oundvikligen en del transportsträckor.
- Andra ovälkomna överraskningar är; stora kalhyggen, vägar sönderkörda av skogsmaskiner eller långa sträckor belagda med stenkross. (Avverkningar syns på flygfoto.)
- Tyvärr har en del gamla stigar vuxit igen med sly.
- Staket, avspärrningar och skyltar om privat mark. Följ allemansrätten, gå inte över odlad mark, gå runt tomter och använd ditt goda omdöme. Fråga gärna vandringsansvariga eller andra vandringsledare.
- Ibland måste man helt eller delvis tänka om.

**Se vandringen som en helhet.**

- Det är en upplevelse i sig att gå till fots från en plats till en annan, något man kanske inte ens tänkt var möjligt.
- Varje meter kan inte vara intressant. För att nå ett intressant område, måste man kanske gå en bit utefter en asfalterad väg, för att komma fram till en speciell rastplats får man tränga sig igenom lite snårig skog.
- Variation är uppiggande. Efter en lång stund i tät skog är det är det skönt att se ut över vatten eller öppna fält, efter några kilometer på planmark, gärna en kuperad stig.
- Fina skogsstigar är alltid uppskattat. En anledning för många att delta i en VF vandring är att komma till skogar och områden man inte känner till eller till ställen dit man inte vill gå själv.
- Skogsvägar, promenadvägar, delsträckor som kanske inte känns så spännande när man rekar, ger deltagarna en chans att omgruppera och prata.

**Om man rekar vid en annan årstid än den planerade vandringen.**

- På vårvintern förvandlas tilltrampad snö till is. Isen är det sista som smälter bort. Då är promenadvägar det sämsta vägvalet. I skogen kan det redan vara barmark och plogade grusvägar tinar snabbare.
- I populära friluftsområden blir stigar lätt söndertrampade, och inte minst söndercyklade, framför allt vid tjällossning och sent på hösten. Det går visserligen i allmänhet att runda blötgeggan, men ändå värt att tänka på.
- På sommaren kan vegetationen bli tät i fuktiga busk- och ängsmarker. Dessa platser är bäst på våren och senare på hösten.

**Om det är ett tag sen du rekade, gå gärna sträckan igen strax innan vandringen.**