

## Start mot Kyrkängen/Säfsbyn

### Mountainbikeleder

#### ★ CYKELBINGO, 11,5 km

Rolig aktivitet på två hjul där hela familjen kan vara med! Samla familjen, hämta ut bingobrickor och hoppa på cykeln! Längs leden finns nummer uppsatta, här gäller det att samla så många kryss som möjligt på er bingobricka. När ni fått minst 1 rad så har ni Bingo! Ni kan då hämta ut fina priser i Receptionen när ni kommer tillbaka. Vem blir familjens bingo-vinnare?

#### ● BYRUNDAN, 6 km

Kort och teknisk tur, enbart på stigar. Perfekt om du har lite krut kvar i benen eller vill öva upp din teknik och balans. Turen går över Kyrkängarna, vidare mot roten av Österberget och en härlig utsikt mot Säfsnäs kyrka och efter en kort men ganska tuff cykling är du på väg tillbaka mot Säfsen och Hyttan.

#### ▲ PASKABERGET, 11 km **POPULÄR!**

En kuperad runda mestadels på stig. Rundan börjar med behaglig stigcykling ner mot Eldpallkojan, förbi Kulltorpet och vidare med en lätt stigning mot Paskaberget. Stigen blir nu mer teknisk och balansen sätts på prov efter att du korsat Gravendalsvägen. När leden vänder hemåt passeras ett kort parti asfalt och grusväg och sedan väntar stig de sista kilometrarna tillbaka.

#### ■ RÅBERGET RUNT, 14 km

Terrängen är varierad, bitvis krävande och höjdkurvorna många. Inledningen är lugn stigcykling längs gammal körväg och växlar därefter över till grusväg och en mastodontstigning på 160 m under 2 km upp till Råbergets topp. Stigen leder nu nedför och nästa topp står på tur, Solberget och skidområdet. Nu återstår en lång nedstigning, som efter en inledningsvis brant utförskörning övergår i ett par kilometer skön utförsåkning innan målgång vid Hyttan.

#### ★ KULLERN RUNT, 35 km

Kuperad runda som mestadels går på grusvägar med två teknisk svåra partier på stig. Vi cyklar norrut med sikte på Mellanfallet och den första av de två tekniska bitarna av leden. Nu börjar en sakta stigning mot Kullerbergets fot, Sveriges sydligaste fjäll. Här börjar den andra sträckan med lite svårare cykling, kan vara blöta inslag i början som sedan övergår i hård härlig stig i lätt utförslut. De sista 2 milen består av lätt cykling förbi Markusfallet och fina vyer ut över Lisjön.

#### ★ SÄFSEN MTB-WEEKEND, 43 km

En tuffare bana som går att länka ihop med Säfsen MTB-weekend, 13 km. 43 km-loopen startar mot Kyrkängen och följer inledningsvis Råberget-runt-leden till Råberget. Efter en rejäl stigning viker du in på Skifsleden för underbar cykling ner mot Drafsen följt av ännu mer stig mot Gravendal, bruksorten från 1700-talet. Efter Gravendal är du på väg mot Säfsen igen och turen fortsätter växlande mellan stig och grusväg.

### Cykelcenter / Bike Center

Vårt cykelcenter ligger mitt i centrum av Säfsen, nära receptionen. Härifrån utgår all vår cykling och precis utanför cykeluthyrningen finns teknik- och BMX-bana och några korta leder att värma upp med. Och när du är redo för lite större äventyr startar resterande leder också härifrån.

#### — BMX-BANAN, 75-200 m

Lätt rundbana med terrängvågor, doserade kurvor och några olika vägval. Här brukar både tramplösa springcyklar och vanliga små och stora cyklar samsas. Hur många varv kan du cykla på en dag?

#### == KORTA KULLBERGET - 500 m / 900 m

Våra närmsta, kortaste och enklaste leder med få eller inga tekniska svårigheter. Perfekt för både stora och små ben att köra varv på varv. Leden startar med en liten serpentinstigning uppför Kullberget vilket på 500 metersslingan är den enda. 900 metersslingan har efter delningen några utmanande velodromkurvor samt en kortare uppförslut avslutningsvis.

## Start mot Fredriksberg

### Mountainbikeleder

#### ■ STACKBERGET, 20 km **POPULÄR!**

Turen för dig som är inte cyklat så mycket MTB, en lättcyklad grusvägstur. Funkar även perfekt som halvdagsutflykt med fika. Turen inleds på cykelbanan ner genom Fredriksberg och vidare ut på den gamla järnvägsbanken innan leden viker av söderut och Lisjöns östra sida. Här finns möjlighet att besöka Lisjöns fågeltorn (följ skyltningen) och på vägen hem passerar du Älgsjöbadet, ett ypperligt ställe för ett dopp.

#### ● TYFORS RUNT, 28 km **POPULÄR!**

Generellt platt och lättcyklad runda lämplig för dig som är ny på MTB men vill ha lite längd. Turen går till hälften efter den nedlagda järnvägen och resterande sträckor på grusvägar. Du startar med cykelbanan ner genom Fredriksberg och vidare ut på den gamla järnvägsbanken efter Lisjöns norra stränder. Det finns gott om platser att stanna för en paus eller fika. I Tyfors vänder leden hem igen och tar dig upp till Markusfallet och fina vyer ut över Lisjön.

#### ★ SKIFSEN, 35 km

En halvdagsutflykt för hela familjen, med bad, rastplats och kultur. Leden följer gång och cykelvägen ner mot Fredriksberg och passerar Älgsjöbadet, ett toppenställe för ett dopp. Efter det väntar en kortare stigning upp mot Gaddsjöberget och vidare ner mot Skifsleden. Väl framme i Skifsleden passar det kanske utmärkt med en medhavd picknick i idyllen, samt se mer av den gamla Finnbyn. Här finns även toaletter. Turen hem från Skifsleden går ner mot Mörttjärn, vidare därifrån över Björntjärnsvägen mot Älgsjöbadet som vi passerade i början av turen.

#### ▲ VASAN, 40 km

Perfekt för dig som tränar inför Cykelvasan. Sträckningen är naturskön och går efter gamla körvägar och fina grusvägar längs några av områdets sjöar, till exempel Lisjöns och Laggens vattenbryn. Återfärden går på den gamla banvallen som hjälpt till att bygga det vackra Bergslagen som vi har idag.

#### ★ BORKHÖJDEN, 13 km

En omväxlande led som har lite av allt med stor variation i svårighetsgrad. Underlaget växlar mellan urskog, stig, grusvägar och en gnutta asfalt. Det bjuds på ganska ordentliga stigningar och utförskörningar och under vägen passerar du över broar, gårdar och gudomlig tallhed.

#### ▲ SÄFSEN MTB-WEEKEND, 13 km

En tuffare bana som går att länka ihop med Säfsen MTB-weekend, 43 km. 13 km-loopen startar mot Fredriksberg med siktet inställt på Älgsjöhöjden. "Ormvägen" som tar oss dit är fin grusväg som slutar med utsikt utöver Lisjön, nu kan du ställa in dig på riktigt rolig cykling och "plåtslagarbergspassagen" blir något att bita i, även för den vane cyklisten.

#### ■ TOPPTUREN, 20 km

Teknisk cykling med många höjdmstrar, Säfsens version av "tre toppar". Turen startar med cykelbanan mot Fredriksberg någon kilometer innan första stigningen upp mot Solberget och skidområdet startar. Vidare till Råberget tar du dig via stig och ner från toppen går leden på tidvis riktigt brant grusväg. Nu börjar en rejäl stigning upp mot Österhöjden, först på grusväg och sedan teknisk stig. Toppen av Österhöjden erbjuder milsvid utsikt över Säfsen med omnejd. Sista större utförslöpan går på teknisk stig och övergår de sista kilometrarna ner mot Hyttan i grusväg.

### Familjetips!

**Äventyrspasset - alla våra aktiviteter på ett kort.**

I vårt Äventyrspass ingår en rad olika kul aktiviteter och bor du i någon av våra stugor så ingår det redan, annars köper du det i receptionen för 50 kr/dag.



*Det här ingår i Äventyrspasset:*

- Cykelcentrum med Teknikarena, BMX-bana, Teknisklingor och vår nya korta 900 metersled, Korta Kullberget.
- Cykelvätt med verktyg
- Naturstigen
- Vildmarkslekplatsen
- Cykelbingo
- Klättervägg
- Kubb
- Boule
- Volleyboll
- Fotboll
- Frisbee-golf
- Pingis
- Karta över området ... och självklart finns som vanligt alla våra 30 mil MTB-leder och 7 mil närliggande vandrings- och trailleder med raststugor som t ex eldpallkojan.

### Picknick

Det finns gott om picknickställen runt Säfsen, på flera ställen runt våra leder finns slogbodor med arrangerade grillplatser, på kartan ser du vissa av ställena utmarkerade eller hitta ditt egna smultronställe i skogen runt Säfsen.



### En regnig dag

Nere vid Snowcamp kan hela familjen leka loss inomhus, glöm inte att förboka. I Hyttan kan barnen busa i vårt stora lekrum medan de vuxna kan sjunka ner i en av våra mysiga fåtöljer med en god bok framför brasan. Dessutom kan receptionen tipsa om utflykter i och runt Säfsen.

### Hyrutrustning

I aktivitetshuset Björnen finns utrustning för de flesta äventyr, friluftsutrustning, båtar, kanoter, kajaker och cyklar. Dessutom lånar vi ut bollar, bouleset, brännbollssat och kubbspel.

### Allemansrätten

#### Luften är fri!

Den underbara svenska naturen står öppen för dig. Där finns plats för oss alla att njuta av dofter, fågelsång, blommande ängar och skogens tysta ro. Men vi får inte skada växter eller djur, inte heller andras egendom. Var varsam mot naturen och visa hänsyn!

#### Aktiviteter

Du behöver inte ha tråkigt, oavsett årstid så finns det massor av aktiviteter, många av dem utgår från Hyttan som ligger mitt i stugbyn. Här hittar du även vår minigolfbana, hinderbana för de minsta, stor sandlåda och vår BMX-bana.

### Så graderar vi våra MTB-leder:

**MYCKET LÄTT.** Lättcyklad led på grusvägar eller breda stigar.

**LÄTT.** Lättcyklad led med inslag av smalare men lätta stigar.

**MEDEL.** Varierade leder med större inslag att teknisk stig och större stigningar.

**SVÅR.** Stora inslag av mycket tekniska sektioner, branta backar, rötter och stenar.



# MTB I SÄFSEN





