

NÄRA NATUREN I OSBY

Hitta vackra naturupplevelser nära dig



Det finns många hälsoeffekter av att komma nära naturen. Allt pekar på att både kroppen och knoppen mår bra av friluftsliv. Forskningen tyder på att utevistelse kan medföra minskad stress, förbättrad psykisk hälsa och främja fysisk aktivitet.

VANDRA



Att vandra behöver inte betyda långa sträckor, dyr utrustning eller tung packning – tvärtom! Du väljer själv hur långt du vill gå och vad du vill ha med dig. I strövområden och naturreservat finns ofta markerade slingor att följa.

Ta dig tid att vara nyfiken innan du ger dig ut. Läs om vandrings-tipsen nedan. Vad vill du upptäcka?

TIPS

Glöm inte att stanna upp ibland för att lyfta blicken och påminna dig själv om att uppleva naturen med olika sinnen. Känn dofter från skog och mark. Lyssna på fågelsången. Sätt dig ner på en sten. Vad hör du? Vad ser du? Vilka dofter känner du?

Naturreservatet Näset

Strax utanför Osby finns det två markerade vandrings slingor på 1,4 km och 1,8 km vid Näset. Vill du vandra längre kan du börja vid campingen och gå ut till Näset. Denna sträcka går delvis på asfalt och grusväg och går bra att vandra med rullstol eller med barnvagn.

Skåneleden SL1 etapp 7 och 8

På denna etapp (14 km) vandrar du till största del på cykelvägar genom ett öppet jordbrukslandskap. Du ser tydliga orange färgade ledmarkeringar längs med hela sträckan.

Klinten

Strax söder om Osby finns området Klinten som passar hela familjen. Slingan är 2 km och är möjlig att ta sig runt med barnvagn. Missa inte utsiktsplatsen på Klinten med fin utsikt över Osby och sjön. Här finns även grill- och lekplats.

På www.osby.se kan du läsa mer om motionsmöjligheter (klicka dig vidare till "Se och göra", sen "Upplev Osby kommun").

En vanlig myt är att det krävs komplicerad utrustning och god kondition för att ge sig ut på en cykelled. Det stämmer inte! Samma cykel som du kanske tar till affären eller har ståendes i garaget fungerar alldeles utmärkt på cykelleden. För att cykla på ett mountainbike-spår underlättar det dock om du har en stötdämpade cykel.

Du cyklar i din egen takt, njuter av vinden i håret, naturens dofter och känslan av frihet.

Osbysjön runt

Osbysjön runt är en lättcyklad slinga där historiens vingslag duggar tätt. Den 21 km långa turen går förbi gamla fästningar, industriminnen från forna tider samt olika vattendrag. En slinga som passar hela familjen.

Svarta bergen - Tranetorp

En vacker cykeltur (28 km) som bjuder på många sevärdheter längs vägen. Turen går genom gröna skogar och gamla kulturmarker. Har du riktig tur kan du till och med få syn på en älg. Passa på att stanna vid Hjertasjön för ett dopp. Längs vägen kan du besöka muséet vid Svarta bergen eller stanna och titta på Traneboda stenbrott.

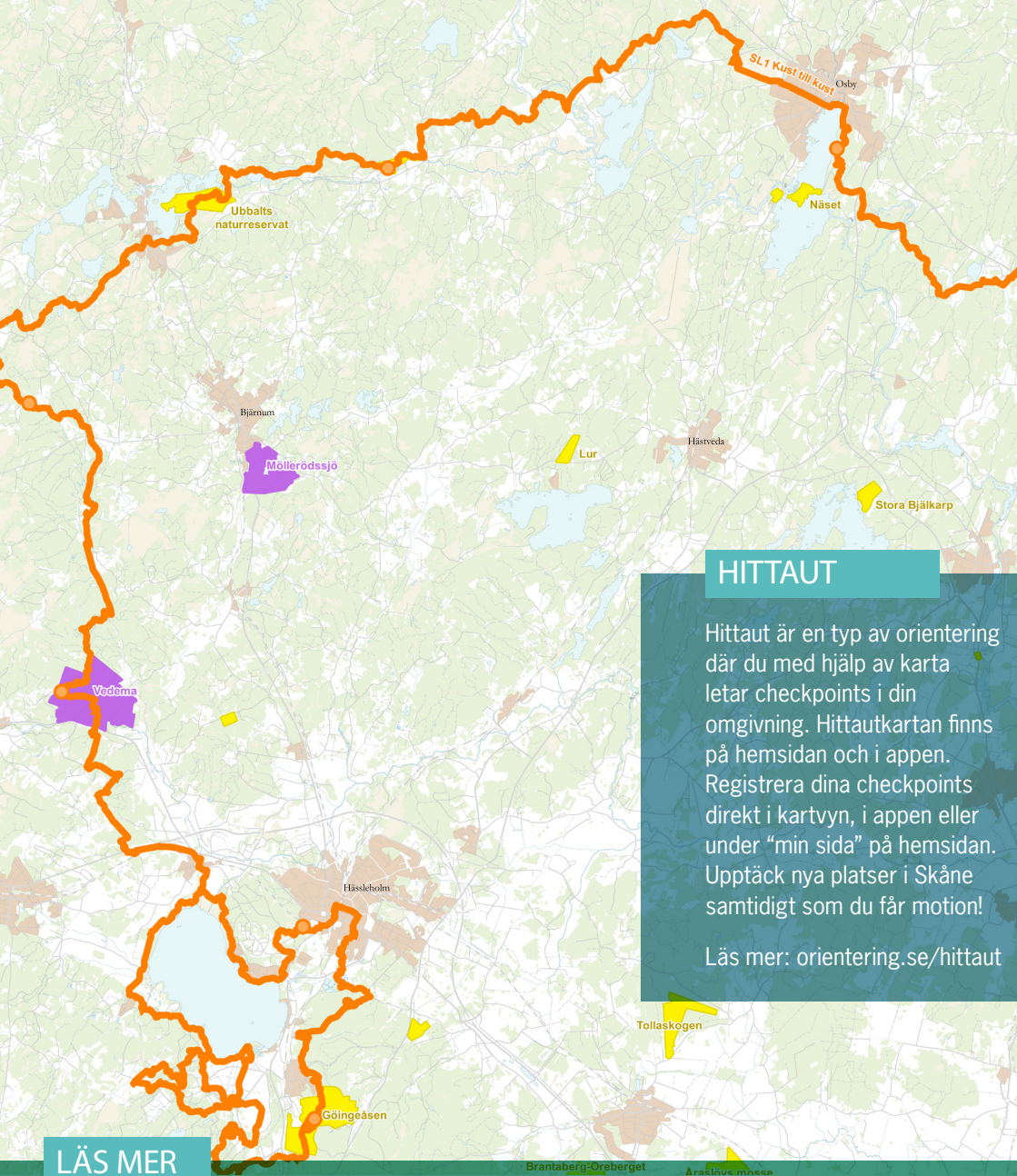
CHECKLISTA

- Vattenflaska
- Kläder efter väder
- Laddad mobil
- Fika eller snacks



Glöm inte hjälmen om du ska cykla!





HITTAUT

Hittaut är en typ av orientering där du med hjälp av karta letar checkpoints i din omgivning. Hittautkartan finns på hemsidan och i appen. Registrera dina checkpoints direkt i kartvyn, i appen eller under "min sida" på hemsidan. Upptäck nya platser i Skåne samtidigt som du får motion!

Läs mer: orientering.se/hittaut

LÄS MER

-  Vandringsleder skåneleden.se
-  Naturreservat länsstyrelsen.se
-  Osby kommun osby.se
-  Strövmråden skånskalandskap.se
-  Cykelleder sydostleden-sydostleden.se
-  kattegattleden.se