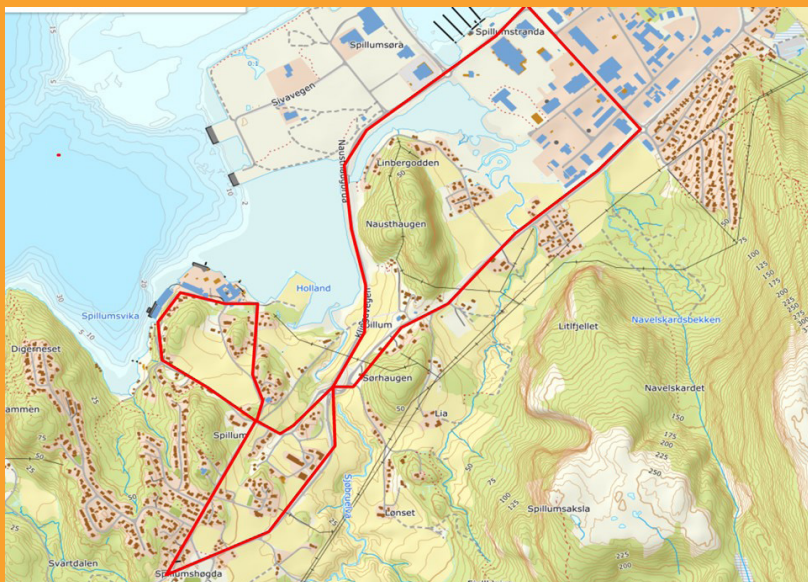


Opplev Namsos fra
SYKKELSETET



Opplev Namsos fra
SYKKELSETET

Hvor herlig er det ikke å suse rundt på sykkelen på nye eventyr i egen kommune? Vi har her samlet ti sykkelturner til kulturminner, opplevelser og fine steder i Namsos kommune for at du skal bli inspirert til å ta fram sykkelen. Sykkelkartet håper vi tas i bruk av mosjonister, familier, og alle som vil se nye kanter av kommunen. Vi oppfordrer alle som sykler om å bruke hjelm, følge trafikkreglene og huske at du sykler på eget ansvar.



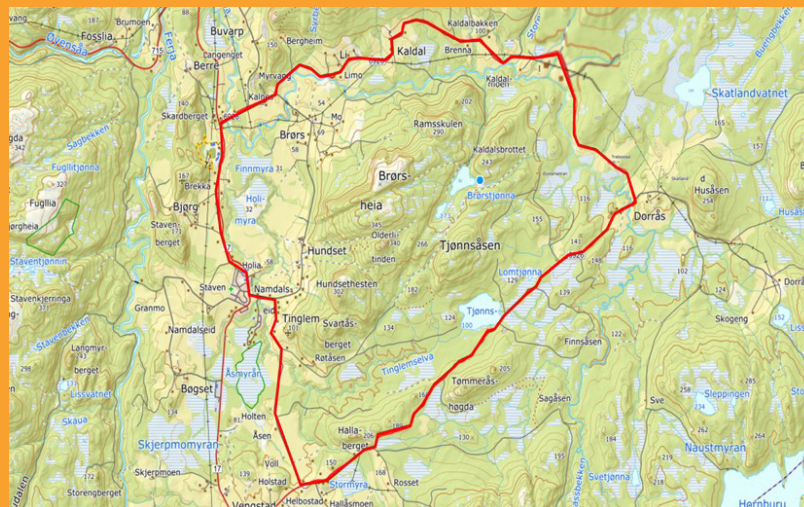
RUTE 1 Sagbruksmuseet ca. 7 km

Start turen ved Coop Extra Spillum. Følg gang- og sykkelvei langs Klingavegen. Etter undergangen sykler du veien mot Spillumsvika, svinger ned på Sagstuveien og ned mot sjøen til Sagbruksmuseet. Følg vegen Spillumsvika til den deler seg, sving deretter inn på Spillumvegen og videre til Spillumshøgda. Her snur runden og turen tilbake går langs gang- og sykkelveien til Sørhaugen. Enten kan man fortsette veien tilbake, samme veien som en kom, eller en kan sykle Spillumsstrandvegen. Her er det et lite stykke uten gang- og sykkelvei, til en kommer til ei rundkjøring hvor en tar inn på Industrivegen og følger denne tilbake til Coop Extra på Spillum.



ROUTE 2 *Rock n' roll runden. Namsos sentrum ca. 6 km*

Start ved elgstatuen i Namsos sentrum og sykle forbi kirka og ned mot kaia. Følg strandpromenaden fra kaia, forbi Namsos Storsenter og småbåthavna. Fortsett videre til Strandveien og følg veien mot Gullvikveien og videre til Setervegen. Sving inn på Setervegen og følg denne ca. 200 meter. Ta av veien og følg grusvei til Bråten (alpinanlegg). I Bråten er det en pump-track bane som gjerne kan testes ut. Fortsett videre på grusveien som går over tunnelen. Følg denne til Brannfjellveien og videre gjennom boligfeltet Larshøimen. Der veien gjør en skarp sving er det en grusvei inn til boligfeltet Daltroa du kan ta inn på. Sykle videre inn på hovedveien, videre nedover mot byen forbi sykehuset og tilbake til elgen i sentrum.



RUTE 3 Namdalseid ca. 22 km

Start i sentrum og følg gang- og sykkelveien mot Coopen og så forbi bensinstasjonen. Etter bensinstasjonen tar du av inn til venstre, skiltet Tinglum. Etter noen hundre meter kommer du til et nytt skilt merket Tinglum. Her tar du til høyre og følger grusveien til Korsen. På Korsen kan en ta en avstikker til Lensmannsgården som har glasskunst og åpen kafé på sommeren. Fortsett på Fjellbygdvegen til Deråsgrenda. Når veien deler seg, ta av mot Fallet og følg Kaldalveien ned til skolen. Følg gang- og sykkelvei tilbake til sentrum. Langs turen finner man flere fine plasser å raste så ta med matpakke og noe forfriskende å drikke.



RUTE 4 Lille og store Jørunden ca. 13 km og ca. 25 km

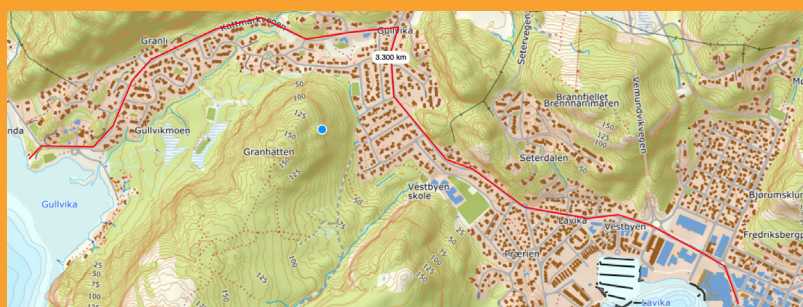
Fra ferjeleiet på Seierstad sykler du rett fram på Fv. 482 på asfaltert vei retning Faksdal. Her sykler man med åker, eng og myrlandskap på begge sider. Etterhvert åpner utsikten mot fjellandskapet. Når man kommer til krysset på Faksdal så kan man velge mellom lille Jørunden til høyre (13 km) og store Jørunden (25 km) til venstre.

Om man tar til venstre og sykler store Jørunden, kommer man inn på grusvei. Herfra er det ca. 4 km til jernaldergården på Tranås som er et jernalderlanghus, bygd i datidens byggestil. Så går turen litt oppover og gjennom et skar i fjellet. Etterhvert kommer du til Hov.

Ved krysset på Hov kan du ta en avstikker venstre mot Rakkavika som er en idyllisk plass, om du vil. Hvis ikke sykler du rett fram. Etter 1,4 km kommer du til sykkel- og turstiskilting som peker til høyre. Ta inn her og følg skogsbilveien forbi grustaket og videre. Her er det gruset sti opp gjennom en trang dal. NB: Stien er av varierende kvalitet, så det kan være behov for litt trilling (ikke egnet for sykkelvogn). Stien er 4 km. Når du igjen kommer på asfaltert vei, så tar du til høyre. Etter 3 km kommer du til et kryss med skilting til Seierstad. Her tar du til venstre, inn på grusveien. Sykle denne vegen til du ser sjøen og hold høyre i krysset. Nå er du straks på ferjeleiet igjen.

Alternativ rute utenom stien er å ta til høyre ved Hov og sykle til Dun.

På lille Jørunden tar man til høyre ved Faksdal, retning Dun. Hold så til høyre når man sykler forbi butikken på Dun. To kilometer etter butikken kommer du til et kryss der du tar til høyre. Hold så høyre i krysset ved sjøen og veien leder deg tilbake til ferjeleiet.



RUTE 5 Gullholmstranda 6,6 km tur/retur

Fra sentrum i Namsos sykler du langs hovedveien, Fv. 769, forbi Rock City og videre retning Gullvika. Følg Gullvikvegen opp bakken ut av sentrum før det så går litt nedover. I bunnen av nedoverbakken tar du av til venstre inn på Kattmarkvegen. Følg vegen ned til sjøen og straks etter du har passert parkeringsplassen er du framme. På denne turen er det fortau omtrent hele veien. Her er det rasteplass og det finnes toalett her. Prima sted for en dag med barna.



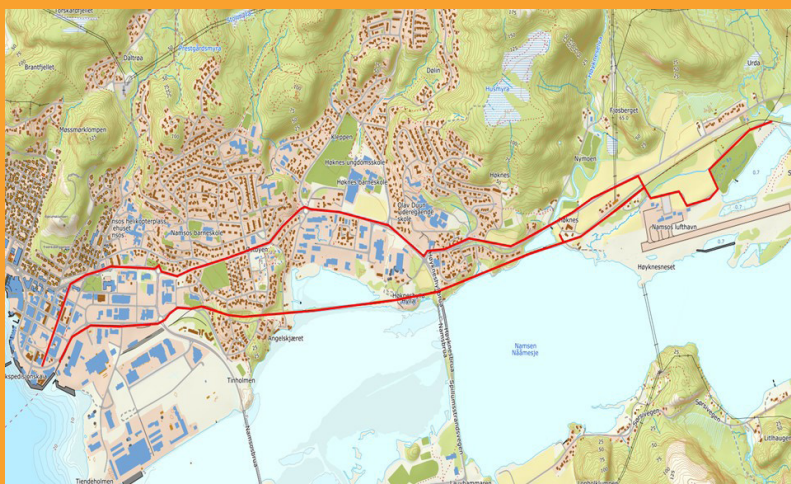
RUTE 6 Engan rundt ca. 25-30 km

Start i Namsos sentrum og ta opp til Namsos Skisenter. Sykle så inn i lysløypa og følg stien som går gjennom Havikskardet (en noe krevende sti). Følg stien til Bekken i Vemundvik og videre på sykkelveien mot Vemundvik kirke. Sving av til høyre opp bakkene forbi kirka og følg grusveien i ca. 7 km over Engan til du kommer ned på veien fra Reinbjør. Sving til høyre og følg Fv. 17 tilbake til Namsos sentrum. Fylkesveien er noe trafikkert og det er ikke gang- og sykkelvei før du kommer til flyplassen. Alternativ rute uten terrengsykling er å sykle fra Namsos sentrum, opp Vika og inn på vei 769, følg denne til Vemundvik kirke. (Stiptet linje på kartet). Også her er det gang og sykkelvei kun deler av strekningen.



RUTE 7 Brurunden ca. 5 km

Start ved Nord Universitet og følg gang og sykkelvei mot Namsosbrua. Ved Tinholmen kan en stoppe å kikke innom bunkerser fra krigens dager. Ta så over brua, til venstre og følg gang- og sykkelvei. Når du passerer Coop og bobilbutikker går det en grusvei ned til venstre langs Spillumstranda. På Spillumstranda finnes badekulp, sandvolleyballbane og sandhåndballbane. Forsett grusveien til du kommer inn på gang- og sykkelvei før Namsbrua. Ta til venstre og følg denne til Namsos sentrum igjen. Alternativt (stiptet linje) kan en etter å ha passert brua ta første vei til venstre og ned til jernbanelinja. Følg jernbanelinja til sentrum. Her må man ta ekstra hensyn til gående.



RUTE 8 Høknese ca. 5 km

Turen starter ved kaia i sentrum. Følg jernbanen forbi Bohus. Her er ikke jernbanesporet fylt med grus, så her er det noe humpete. Sykle deretter langs gang/sykkelvei forbi rundkjøring ved Nord universitet. Følg veien til du passerer Solvang barnehage, der kommer du igjen inn på jernbanesporet. Følg jernbanesporet til du kommer til Namsos Lufthavn, langs jernbanesporet er det et par rasteplasser. Ta av jernbanesporet og følg veien forbi lufthavnen og bak Namsos Camping til du kommer til Høknese der du finner en fin badeplass. På Namsos Camping er det mulig å leie dresin på sommerstid. Så man kan komme seg videre langs jernbanesporet. Hjemveien kan eventuelt tas via gang- og sykkelveien fra lufthavnen langs Fv.17 tilbake til byen.



RUTE 9 Bymarka ca. 9 km

Start turen i Namsos sentrum og sykle videre til Kleppen. Ta så av opp mot Fossbrenna, følg Gamle Byveg helt til enden, der lysløypa starter. Følg lysløypa forbi Setertun og Alhusvatnet. Her er det flere rastemuligheter og lekeapparat for barna. Fortsett forbi Alhusvatnet og opp bakkene til Langvasshøgda. Sykle så forbi Havikvatnet og videre ned til Namsos Skisenter. Her er det noe krevende sti. Følg deretter lysløypa forbi Daltrøa og ned til Namsos sentrum.

SPENNENDE TUR I FLOTTE OMGIVELSER



Det finnes kun noen få dresinbaner i Norge, og Namsos Camping er ekstra stolte over at vi har en av disse i Namsos.

Utgangspunktet for dresinsykling på Namsosbanen er Namsos Camping. Du kan sykle fra campingplassen og seks kilometer nordover i et variert landskap der du passerer bruer, badeplasser, rasteplass og masse flott natur.

Det finnes dresiner der enten én eller to kan sykle samtidig. Begge typer har plass for noen passasjerer og barnesete.

I høysesong har vi turer kl. 10.00, 14.00 og 18.00.

Ta kontakt med resepsjonen på telefon 74 27 53 44.



BEDRIFTSIDRETTE
MIDT-NORGE

Kontakt: ragnhilddullum.knudsen@bedriftsidretten.no