

Utflykter

☞ SÖDER OM STOCKHOLM

Bada på mer än 60 badplatser

**VANDRA I
URSKOG**

**TA MED BARNEN
PÅ EN HELDAGSTUR**

Åk Drevviksslingan på skridskor

Glid fram med ångfartyg

**HANDLA HANTVERK
OCH DELIKATESSER**

**PROVA PARKOUR
OCH SKATE**

Spana på drillsnäppor

**BOTKYRKA HANINGE HUDDINGE NYKVARN
NYNÄSHAMN SALEM SÖDERTÄLJE TYRESÖ**

Stockholm
The Capital of Scandinavia



Välkommen på utflykt söder om Stockholm



Söder om Stockholm ligger Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje och Tyresö. Kommunerna har mycket gemensamt. Förutom att vi alla tillhör Södertörn, den nästan trekantiga halvön söder om Stockholm, kompletterar vi varandra så väl att vi vågar påstå att här finns något för alla att upptäcka och uppleva.

Naturen bjuder på det mesta. Här hittar du urskog och vildmark, skärgårdsmiljöer och öppet hav, små skogssjöar och Mälaren, slott och herresäten, kulturmiljöer och shopping, aktiviteter men också platser för ro och vila. Att vi dessutom ligger så nära Stockholms city att du kan göra en dagsutflykt hit och hinna med att göra flera olika saker, ja det gör det bara bättre.

Känn dig välkommen till oss!

Broschyren är framtagen av de åtta kommunerna Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje och Tyresö.

Se kontaktuppgifter på broschyrens baksida.

Reservation för ändringar.

Omslagsfoto: Lina Johansson.

Fotografer: Johan Annerfelt, Maja Brand, Krister Carlsson, Heidi Ekberg, Sven Forsberg, Björn Fröberg, Claus Gertsen, Pelle Hammarström, Lennart Hansson, Thomas Henrikson, Fredrik Hjerling, Håkan Lindgren, Cecilia Mellberg, Joakim Serrander, Eva Simonson, Niclas Sjögren, Erika Svärd, Gabriel Ugglå, Susanne Wallström, Leif Wallin, Barbro Åsby.

Grafisk form: Redwolf Studio. Tryck: Danagård Litho

Innehåll

Kommunerna	4
Båtturer	9
Fiska	10
Paddla och surfa	11
Bada	12
För barn	14
Trädgårdar	16
Slott och herrgårdar	18
Fågelskådning	19
Kultur	20
Rida	22
Golf	23
Vintersport	24
Friluftsområden	26
Cykla	29
Äta	30
Sova	34
Shopping	36
Karta	38



Botkyrka

BOTKYRKA, LÅNGT IFRÅN LAGOM – en kontrastrik och kreativ mötesplats.

Botkyrka kännetecknas av mängder av kontraster. Här finns allt från täta förortscentrum till landsbygd. Här frodas entreprenörskap, små företag blandas med internationella storföretag. Här bor och arbetar människor med bakgrund från världens alla hörn.

I Botkyrka är vi kreativa och stimulerar nyfikenhet. Botkyrka är en inspirerande och nytänkande kommun med breda och unika kultur- och upplevelsesatsningar. Riksteatern och Sturehof slott i Norsborg, Cirkus Cirkör, Subtopia och Hangaren i Alby, Hågelbyparken och Tumba bruksmuseum i Tumba, Lida friluftsgård i Tullinge och Mångkulturellt centrum i Fittja är bara några av alla de upplevelser som Botkyrka kan erbjuda.

I Botkyrka uppstår spännande möten. Här finns ett rikt föreningsliv och många mötesplatser för medborgare, medarbetare och företagare. Ta reda på aktuella evenemang på kommunens webbplats.

www.botkyrka.se

www.visitbotkyrka.se



Haninge

TA BÅTEN FRÅN STRÖMKAJEN, Årsta havsbad, Dalarö eller Nynäs-hamn. På väg ut i Haninges skärgård med 4 000 öar, kobbar och skär kommer du snart att upptäcka att här finns några av de mest kända öarna i Stockholms skärgård; Utö, Kymmendö, Ornö, Muskö, Rånö, Nättarö och Huvudskär i det yttersta havsbandet.

Haninge ligger strax söder om Stockholm, bara två mil från storstadens puls och du kan också snabbt ta dig hit med bil, pendeltåg eller buss.

Haninge. Inte bara skärgård! Här kan du också hitta trolsk vildmark, klara skogssjöar i Tyresta nationalpark med Tyresta by och naturum Nationalparkernas hus.

Du kan också välja mellan 20 naturreservat, flera friluftsområden, parker och slott. Haninge erbjuder också goda möjligheter till shopping i trevliga och moderna mötesplatser i Haninge centrum och Port 73.

www.haninge.se/turism



Huddinge

I HUDDINGE FINNS NIO NATURRESERVAT med härliga urskogar, vandringsleder och sjöar lämpliga för både bad och fiske. Här ges möjlighet till rofyllda naturupplevelser endast 15 minuter från Stockholms City.

För den som önskar mer aktiviteter finns Flottsbro friluftsområde som erbjuder allt från kanotuthyrning till mountainbikeleder och övernattnig i stugby. Vintertid finns möjligheten att åka utför i Stockholmsområdets största skidbacke. Gillar ni golf så finns Ågesta Golfklubb som erbjuder både en 18- och 9 hålsbana. Ta gärna en tur på Mälaren också när du besöker Huddinge. Från Vårby brygga går M/S Victoria till vikingabyen Birka.

I Huddinge ligger också Kungens kurva, som är Skandinaviens största handelsplats med världens största IKEA. Här finns Heron City, med Sveriges största bio och många olika butiker. Gillar ni växter? Missa inte Zetas Trädgård, Stockholms bästa handelsträdgård, med landets största sortiment av trädgårdsväxter. Alldeles bredvid ligger Skärholmen centrum, SKHLM, som tillsammans med Kungens Kurva har upp emot 30 miljoner besökare årligen och erbjuder upplevelser för alla.

www.huddinge.se



Nykvarn

NYKVARN ÄR SOM GJORT FÖR EN DAGSUTFLYKT. Vår Sörmländska idyll når du på drygt 30 minuter med bil eller snabbtåg från Stockholm eller Eskilstuna och här finns massor att göra för hela familjen.

Vandra i vår vackra natur, bada i en av Sveriges renaste sjöar eller glid fram på en spegelblank is. Avnjut en god bit mat i kvällssolen eller smaka av Norra Europas största kak- och tårtbord i slottsmiljö. Låt barnen besöka det populära Lådbilslandet och få med ett eget körkort hem.

Följ med på en turridning, spela golf eller shoppa loss i våra inspirerande butiker med inredning, hantverk och kuriosor.

Varför inte förvandla en perfekt dag till fler?

Här finns flera mysiga boendialternativ, naturskönt belägna och med tillgång till många roliga aktiviteter.

Nykvarn ligger dessutom bra till för det konfererande företaget. Här finns högklassiga hotell- och konferensanläggningar, en fin golfbana samt ett teambildande aktivitetsläger.

www.nykvarn.se

www.upplevnykvarn.se



Nynäshamn

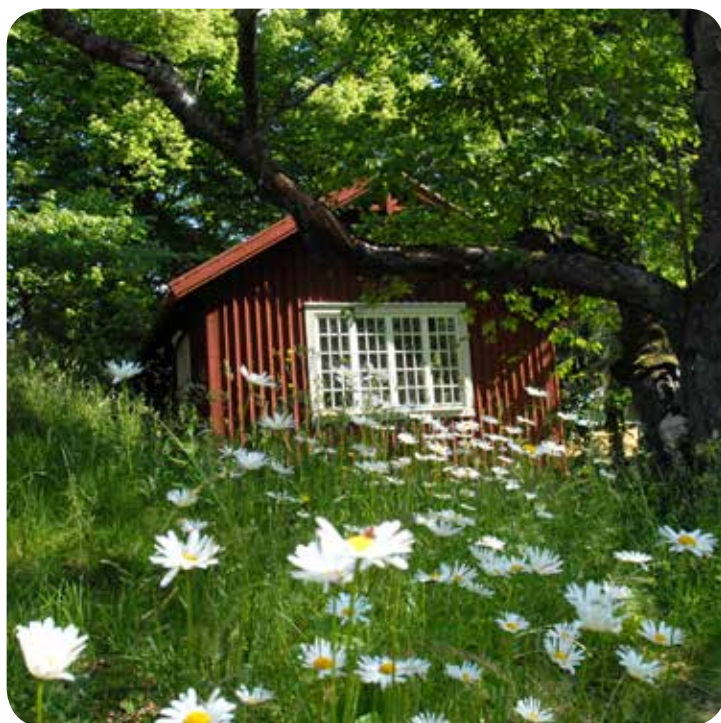
FRI HAVSHORISONT, 1852 SKÄRGÅRDSÖAR, böljande jordbrukslandskap och djupa skogar. Ja, vad mer behövs för en aktivitetsspackad utflykt eller semester? Nynäshamn erbjuder havsnära upplevelser under alla årstider.

Både i och utanför skärgårdsstaden Nynäshamn finns många möjligheter att utöva aktiviteter som passar såväl hela familjen som dig som reser ensam eller i grupp. Varför inte ta en ridtur eller prova på vindsurfing på Torö Stenstrand, ett av Sveriges bästa surfingställen? Eller vad sägs om en kajaktur med yogakurs på en öde strand, sälsafari, långfärdsskridskor eller fågelskådning på Landsort med övernattnig i lotsutkiket? Passa på att ta en runstenstur i Sveriges fornminnestätaste kommun, vandra, plocka svamp eller njut av lokala delikatesser, mat- och dryckesprovningar. Nynäshamn erbjuder många havsnära smaker och ett besök i de pittoreska hamnbodarna med en lunch i Fiskehamnen är ett uppskattat utflyktsmål för många långväga gäster. Stanna en natt och vakna upp med solen över den öppna havshorisonten.

På turistbyrån kan vi hjälpa dig med allt ifrån tidtabeller till att boka boende och aktiviteter, så tveka inte att kontakta oss om du vill ha hjälp att planera din Nynäshamnsutflykt – sommar som vinter!

Nynäshamn, endast 30 minuter med motorväg från Globen... eller som vi annars brukar säga, en halvdags underbar seglats från Stockholms ström!

www.visitnynashamn.se



Salem

ÄR DU EN AV DEM SOM ÄNNU INTE BESÖKT SALEM? Då är det dags för dig att svänga av med bilen från motorvägen eller hoppa av pendeltåget vid Rönninge station för att upptäcka något nytt.

Salem är en vacker förortskommun med rötter i 1100-talet. Söder om motorvägen ligger det charmiga villasamhället Rönninge och det hemtrevliga 1960-talsområdet Salem som domineras av radhus. Norr om motorvägen finns fantastiska rekreationsområden runt Bornsjön med naturreservat av riksintresse. Här kan du promenera i den ostörda naturen och stanna till vid spännande kulturhistoriska sevärdheter. Den välkända Salems kyrka från 1100-talet ligger vackert vid Bornsjöns södra strand. Sjön är reservvattentäkt för Storstockholm och vattnet är så rent att det bara behöver filtreras långsamt för att kunna drickas.

Om du är intresserad av sport kan du besöka topprankade Salems golfbanor, Säby sim- och sporthall, Salems ishall eller Rönninge tennishall. Om du är natur- och friluftintresserad finns härliga tätortsnära naturområden vid Garnuddens naturreservat och Rönninge friluftsområde. Om du trivs när det är folk och fest ska du komma till Salemsdagen den sista lördagen i augusti. I Skönviksparken vid Rönninge centrum träffar du lokala föreningar och företag. Från scenen bjuds du på ett omväxlande program och tar du med barnen finns det särskilda barnaktiviteter.

www.salem.se



Södertälje

VAD HÄNDER OM MAN KORSAR TVÅ EUROPAVÄGAR, blandar Mälaren med Östersjön vid Nordens största sluss och kryddar med smaker från hela världen? Det blir en dynamisk kommun, full av spännande och nytänkande människor.

Södertälje förknippas både med stad och land och är porten in i det sörmländska landskapet från huvudstaden. I centrum finns delar av den idylliska trästaden kvar och från Wendela Hebbes hus kan du se lastfartygen ta sig genom kanalen. Vid Maren trängs soldyrkarna på uteserveringarna. I kommundelarna hittar ni naturreservat, ekologiska gårdar, golfbanor ett antroposofiskt kulturhus i Ytterjärna och mycket mer.

Södertälje är en smältdegel för kulturer och traditioner. Kom till staden med Tom Tits Experiment, gästhamn mitt i stan, utomhusmuseum som speglar 1800-talets Sörmland, idrott i världsklass och ett spännande utbud av både småbutiker och stora affärskedjor. Under sommaren kan du ta en båttur med ångfartyget Ejdern, njuta av musik och folkfest under flera tillfällen, sommarkonserter i centrum, musikkvällar i gästhamnen, Kringelfestivalen eller äta en bit mat på en av våra många restauranger. I Södertälje finns det något för alla och Turistbyrån hjälper dig alltid med tips och idéer.

www.sodertalje.nu



Tyresö

I TYRESÖ FINNS GOTT OM NATUR ATT NJUTA AV – både vildmark och skärgård, endast 20 minuter från centrala Stockholm.

Välkommen hit för att vandra, plocka svamp, cykla, paddla, fiska eller bada i hav och sjöar. Tyresö har flera naturreservat med riksintressant flora och fauna. En del av Tyresta nationalpark finns här, världsunik genom sitt storstadsnära läge.

Forsar, stora djupa skogar, ängsmarker och betesmarker binds samman av ett sjösystem som är trevligt att paddla genom. Längs kustlinjen finns branta klippor, öppna fjärdar och öar – Waxholmsbåten lägger till vid Trinntorp på Brevikshalvön.

Tyresös vagga och kulturella stolthet är Tyresö slott med en omgivande engelsk park. Parken är ett mycket populärt utflyktsmål främst under sommarhalvåret, men även under andra delar av året kommer besökare för att promenera, pilgrimsvandra eller åka skridskor här. På midsommarafton strömmar människor hit för att delta i traditionellt midsommarfirande. Tyresö kyrka är en av landets populäraste bröllopskyrkor. Inom slottsområdet finns turistbyrå, vandrarhem, gästhamn, handelsträdgård, hantverksbutiker, krog, caféer och härliga klippor för sol och bad.

www.tyreso.se





Båtturer

Upplev skärgården med båt! Besök öarnas caféer, restauranger och härliga stränder. Det finns trevliga dagkryssningar, både efter kusten och i Mälaren.



Waxholmsbolaget

Waxholmsbolaget trafikerar en mängd öar i vår vackra skärgård. Flera bryggor når du lätt med bil eller buss för sköna turer till fantastiska sandstränder, bra cykelstråk, caféer och restauranger. På flera öar kan du stanna och hyra stuga eller bo på vandrarhem. Några förslag på öar du kan besöka är Ornö, Utö, Kymmendö, Nåttarö, Rånö och Ålö. www.waxholmsbolaget.se
Nynäshamns Turistbyrå, Tel: 08-520 737 00.
www.visitnynashamn.se
Turupplysning tel: 08-679 58 30.

Strömman kanalbolaget

Kymmendö ingår i "Tusen öars kryssning".
www.strommakanalbolaget.se
Tel: 08-12 00 40 00.

Huvudskär

Upptäck pärlan i havsbandet! Två rederier tar dig med sina båtar från Dalarö till Huvudskär. Öfararen: Dagligen under juli, söndagar hela sommaren. Tel: 08-501 508 57.
www.dalartosjotransporter.se
Huvudskärsbåten: Obligatorisk förhandsbokning.
Tel: 08-500 330 20. www.otaxi.se Karta J5

Kryssa med M/F Flora

Ta en mysig dagskryssning till Trosa eller Dalarö eller varför inte en tvåtimmarskryssning i Nynäshamns vackra skärgård. Kaptenen guidar längs med vägen. Kaffeservering finns ombord. Biljetter kan köpas på Nynäshamns turistbyrå (inga förbokningar) eller vid båten. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Skärgårdsupplevelser med Vindö Charter

Skärgårdsupplevelser året runt med en Vindö 65. När du seglar med Vindö Charter så får du mer än bara en avkopplande segling. Du har även tillgång till kaptenens otroliga kunskaper om landskapet.

Han kan hitta till den oupptäckta viken, visa dig havsörn och säl i deras naturliga miljö och sedan guida dig till den prisbelönade sjökrogen eller den stilla nattviken. Seglar april till november.
www.skargard.eu Tel: 070-572 19 17.

Ulf Holms Sjökonsult AB

Charter, konferens-, äventyrs- och utflyktssegling i skärgården. Ulf är vigselförrättare och utför skärgårdsviglar. Matchracingseglingar med 40 fots båtar med erfarna skeppare. Startar utefter kundens önskemål. Turerna är även anpassade därefter. Seglar året runt så länge det är isfritt.
www.ullholm.se Tel: 08-520 383 91, 070-624 48 08.

Öja/Landsort

Öja är Stockholms skärgårds sydligaste utpost och en riktig skärgårdspärla! Mest känt är Öja för Landsorts fyr, Sveriges äldsta fyrtorn. På ön finns en restaurang, gästhamn med stugor, vandrarhem och bed & breakfast. Följ med på en guidad tur ner i Batteri Landsort, en av försvarets viktigaste anläggningar under kalla kriget. Sommartid ordnas en stor skulpturutställning utomhus och här finns också en keramikverkstad och ett vackert kapell. På ön finns härliga badklippor och spännande natur, allt omgivet av en gemytlig skärgårdsatmosfär. Waxholmsbolaget kör dagliga turer året runt från Ankarudden på Torö. Information Nynäshamns Turistbyrå.
Tel: 08-520 737 00.
www.visitnynashamn.se,
www.landsort.com Karta E8

BÅTTURER PÅ MÄLAREN Birka

Kliv på M/S Victoria vid Vårby brygga och gör en utflykt till vikingabyn Birka på ön Björkö. Strömman kanalbolag trafikerar sträckan dagligen mellan maj och september, midsommarhelgen undantaget. Birka var en av Europas viktigaste handelsplatser

från mitten av 700-talet och är idag ett uppskattat besöksändamål. www.stromma.se
Tel: 08-12 00 40 00.

Ångfartyget Mariefred

Det vackra ångfartyget Mariefred har sedan 1903 trafikerat sträckan Stockholm – Mariefred. Lördag och söndag under säsongen kör hon också turer mellan Mariefred och Taxinge Näsby.
www.mariefred.info Tel: 08-669 88 50. Karta A2

s/s Ejdern

I Södertälje finns ångfartyget Ejdern, ett av världens äldsta propellerdrivna ångfartyg i sitt slag. Med kulturmärkta Ejdern kan man resa till Birka/Adelsö, Mariefred, Drottningholm och Stockholm under perioden maj–september. www.ejdern.org.
Ring Södertälje turistbyrå för mer information och biljettköp. Tel: 08-523 060 30. Karta D3

Bilfärja till Botkyrka

Till Botkyrka kan du ta dig via vattnet. Bilfärja finns från Ekerö, Jungfrusund och från Mörkö, Skanssundet. Karta E2 och D4

HYRA BÅT

Eklundsns Camping Bastuflotte, Södertälje.
www.eklundsnas.se Tel: 08-550 365 35. Karta C3

Skansholmen Roddbåt samt båt med snurra. Mörkö.

www.skansholmen.com
Tel: 08-551 550 66. Karta D4

Fjärdlång, Roddbåtar.

www.fjardlang-huvudskar.se
Tel: 08-501 560 92. Karta J4

Gålö Havsbad, Roddbåtar med eller utan snurra.
www.galohavsbad.se Tel: 08-500 338 80. Karta H12

Rånö, Roddbåtar.

www.rano.se Tel: 08-501 570 85. Karta G6

Karlsunds skeppshandel, Rodd- och segelbåtar.
www.karlsunds-skeppshandel.se
Tel: 08-500 333 20. Karta H3

Östnora Camping, Roddbåtar.

www.haninge.se/turism
Tel: 08-606 81 09. Karta G4

Tyresö fiskevårdsförening har roddbåtar vid Albysjön (Gimmerstasidan), Sandholmarna naturreservat (väster om badet), Grändalssjön, Strandvägen, Öringesjön, Tyresö-Flaten och Notholmen (vid Tyresö slott). De hyrs genom OK/Q8, Sikköjevägen 3.
www.tyresofiske.com Tel: 08-798 43 07.

Nickstabadet, Roddbåt, trampbåt.

www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 105 00. Karta F6

Fiska

Ta dig ut i skärgården eller prova fiske i några av alla våra insjöar. Här kan du bland annat få öring, lax, gädda, strömming, aborre och gös. Glöm bara inte att först kontrollera om du behöver fiskekort.

BOTKYRKA

Välkommen att fiska i Botkyrka. Härifrån fiskar du fritt med handredskap i både Mälaren, Östersjön såväl som flera sjöar (fritt fiske gäller i delar av Tullingesjön, Albysjön och Aspen). Riktigt bra fiskelägen finns vid Skansundet, Getryggen och i alla våra sjöar.

För att se exakt var det är tillåtet att fiska fritt och vilka regler som gäller se www.botkyrka.se

HANINGE

Haninge är rätt plats för den fiskeintresserade. Här finns ett oändligt antal fiskeställen, alltifrån de stilla klara skogssjöarna till skärgårdens många öar och skär.

Skärgårdsfisket

Det är i skärgården som de stora fiskemöjligheterna finns. Här är fisket med handredskap fritt.

Insjöfisket

Mestadels blir fångsterna gädda och abborre. Nedre Rudasjön ligger centralt vid Haninge centrum. Här sätter en fiskevårdsförening ut ädelfisk för "put and take". Du har stor chans att få regnbåge på kroken.

www.haninge.se, www.lillafiskelyckan.se

Tel: 08-606 75 50. Karta G3

HUDDINGE

Välkommen att prova fiskelyckan i någon av Huddinges 22 sjöar. Information om fiskekort och fiskevårdsföreningar finns på www.huddinge.se

NYKVARN

Sportfiskekort finns att köpa på Statoil i centrala Nykvarn, Bilisten i Turinge och på Bommersvik konferens. Fiskekortet gäller i sjön Yngern och ett 40-tal fiskevatten i Stockholms län. I Mälaren är fiske med handredskap fritt.

www.sportfiskarna.se

Tel: 08-410 806 80.

NYNÄSHAMN

På egen hand

Bra fiskevatten i Nynäshamn hittar du bland annat på Lövhagen, Strandvägen, Käringboda naturreservat, Grava samt i Fällnäsvisken. Att prova någon av våra insjöar är ett alternativ mot att fiska i skärgården. Insjön Fjättern ligger i Nynäshamns norra del vid Kvarnängen. I Ösmo ligger insjön Muskan. Båda sjöarna är omgivna av skog men till Muskan kan man, till skillnad från Fjättern, ta sig med bil ända fram. Fiskekort kan köpas på Intersport i Nynäshamn, tel: 08-520 209 10.

www.fiskeklubben-alcado.se

Fiskeguidning

Vill du testa på riktigt sportfiske i Nynäshamn ska du åka ut med de proffsiga guiderna. Alla fiskeguider har stor erfarenhet och är mycket kunniga sportfiskare. Fångsten, liksom var du fiskar, varierar efter säsong. All utrustning ingår och

det finns även paketerbjudanden med mat och övernattning.

Nynäshamns Fiskeguider

Följ med på ett spännande fiskeäventyr i våra specialutrustade båtar, inomskärs eller ute till havs, året runt. För det mesta fiskar vi efter lax, havsöring, gädda eller gös, i vattnen mellan Dalarö och Mörkö. www.fiskeguidning.se
Tel: 070-779 06 83. Karta F6

Exclusive Fishing

Följ med på spännande fiskeäventyr till skärgårdens hemligaste smultronställen med den senaste utrustningen samt de nyaste och hetaste betena, på jakt efter ditt livs fisk.

www.exclusivefishing.net Tel: 073-400 06 78

Upplev fiskelivet på riktigt

Följ med ut på en riktig fiskebåt tillsammans med yrkesfiskaren Pelle. Upplev vattnen utanför Nynäshamn, fiska säsongens fisk med spö eller skraddarsy din egen drömskärgårdsupplevelse.

Tel: 070-475 26 63. Karta F6

Fisketävlingar hålls för både öring och lax.

www.visitnynashamn.se

SALEM

I Mälaren får du fiska med handredskap från stranden. Om du vill fiska i sjöarna Uttran och Flaten kan du köpa fiskekort på Salong Josephine vid Rönninge centrum. Kortet gäller för rörliga handredskap (till exempel mete och spinnfiske) och utfärdas av Rönninge fiskevårdsområdesförening. info@ronningefiske.se Tel: 08-532 500 60.

SÖDERTÄLJE

Södertälje Sportfiskeklubb sätter varje år ut 3500 små havsöringar, vilket ger spännande fiske mitt i centrum. Fiskekort till Södertäljes sjöar finns att köpa i stadens fisketillbehörbutiker.

www.sodertaljesfk.se Tel: 08-550 171 75.

Skansholmen, Mörkö

Här finns ett av världens bästa vatten för gädd- och gösfiske, men också mycket bra för havsöring. Skansholmen på norra Mörkö är också känt för sitt fantastiska strömmingsfiske, och från maj till midsommar glittrar havet av silver.

www.skansholmen.com

Tel: 08-551 550 66. Karta D4

Södertälje Amatörfiskeklubb

Klubben har tre sjöar med ädelfisk och andra fina fiskevatten, samt sektioner för bl a tävlingsverksamhet, flugfiske och ungdomar.

www.safk.se Tel: 08-550 650 45

TYRESÖ

Sportfiskemöjligheterna i Tyresö är stora och variationsrika. Sportfiskaren har bara att välja om han eller hon vill ägna sig åt gäddan, den trevliga strömmingen, abborren eller den långa raden av vitfiskar. För att inte tala om havsöringen, som på senare år ökat alltmer vid Tyresökusten. Fiskekort kan du köpa i Servicecenter i kommunhuset i Tyresö Centrum eller på OK/Q8, Siklöjevägen 3.

Läs mer om fiske på tyreso.se/fiske eller på Tyresö fiskevårdsförenings webbplats.

www.tyresofiske.com Karta H2



FISKEKORT

I Mälaren och Saltsjön råder fritt fiske med handredskap. Fiskekort behövs för fiske i alla sjöar utom Mälaren.

Paddla & surfa

BOTKYRKA

Slagstabadet

Slagstabadet vid Mälaren, med kiosk och uteservering, hyr ut kanoter, trampbåt, roddbåt och solstolar. Här finns också bastu, toalett, dusch och omklädningsrum samt grillplatser intill badet. Här kan du träna gympa gratis under sommaren med Friskis & Svettis. Badet är utrustat med tillgänglighetsbrygga för rullstolar. Tel: 08-531 754 60. Karta E2

Lida Vattenskidklubb

Lida Vattenskidklubb vid Lida Friluftsgård ger lektioner i vattensidor och wakeboard. Här tar man även emot större sällskap. www.vattenskidor.nu

Möjligheter att paddla i Botkyrka finns även genom Tullinge kanotförening och Friluftsrådet lokaldelning i Botkyrka.

HANINGE

Aktiv Skärgård

Hyr kajak eller kanot. Möjlighet till paddling med guide. www.aktivskargard.se Tel: 08-501 576 68. Karta H5

Dalarö Kajak

www.dalarokajak.se Tel: 08-501 501 80. Karta I3

Fjärdlång

Uthyrning av kajaker. Bör förbokas under högsäsong. www.fjardlang-huvudskar.se Tel: 08-501 560 92. Karta J4

Nåttarö turistbyrå

www.nattaro.se Tel: 08-520 400 55. Karta G6

Gudö

Stockholms Drakbåtpaddlarförening. Tel: 08-776 34 54 (kvällstid). Karta G2

Schweizerdalen

Havsbad med finkornig vit sandstrand och möjlighet till kitesurfing. Dalarö. www.dalaro.se Karta I3

Östnora Camping

www.haninge.se/turism

Tel: 08-606 81 09. Karta G4

HUDDINGE

Flottsbro Friluftsområde

Hyr en kanot i vid Flottsbro friluftsområde och paddla runt i den vackra Albysjön eller upplev någon av Huddinges sjöar eller ge dig ut på Mälaren. www.flottsbro.se Tel: 08-535 327 00.

NYKVARN

Kanotleden Åkers Styckebruk - Nykvarn är 27 km lång och börjar i Åkers Bergslag, Strängnäs kommun. Via Visnaren, Marvikensjöarna, Klämningen, Stora och Lilla Kvarnsjön och Gullmorassjön tar du dig till sjön Yngern. Leden är lättpaddlad med sju landtransporter, varav den längsta är 700 meter. Kanoter finns att hyra hos Kanotkungen. www.kanotkungen.se. Tel: 0159-216 35, 0731-81 41 38.

NYNÄSHAMN

Torö Stenstrand är inte bara unikt med sitt mäktiga läge utan också en av Sveriges bästa surfingplatser. Det är en näst intill mytomspunnen plats bland landets vågsurfare, men hit hittar även fågelskådare, barnfamiljer och ett och annat brudpar. www.visitnynashamn.se Karta E8

Nynäs Kajak & Upplevelser

En proffsig arrangör av paddelturer, till exempel "Yogapaddling" och "Bland kobbar och skär". Uthyrning av havskajaker av modell K1, K2 och K3, även Surfski och extrautrustning finns att hyra. Erbjuder lärarledda turer som anpassas efter förmåga och erfarenhet. www.nynaskajak.se Tel: 070-713 34 70. Karta F6

Hyr en kanot för äventyr på sjöar och hav. Varför inte prova att paddla genom de natursköna passagera i sjösystemet från Drevviken ut till Östersjön?

Nynäshamns Kajakuthyrning

Uthyrning av K1 för en person, K2 för 2 personer, K3 för 2 personer. www.hyrkajak.se Tel: 070-275 75 16. Karta F6

Nickstabadets kajaktuthyrning

Hyr ut 1-mans, 2-mans, 2+1-kajaker samt kanadensare. Hyran inkluderar all utrustning. www.nickstabadet.se Tel: 08-520 105 00. Karta F6

SÖDERTÄLJE

Södertälje kanotcenter

Uthyrning och försäljning av kajaker och kanadensare. Transportservice, tillbehör, ledda turer mm. www.kanuk.nu Tel: 08-550 170 73. Karta C2

Hölö Kajaktuthyrning

Hyr en kajak, och upplev den fantastiska skärgårdsnaturen. www.holakajak.com Tel: 08-551 576 05. Karta C5

TYRESÖ

Paddla genom sjösystemet mellan Drevviken och Östersjön. Upplev natursköna passager som Gudö å, Gammelström, Nyfors och Tyresö slott.

Tyresö Kanotboden

Uthyrning av kanoter. Transportservice för dem som vill paddla mellan två olika platser. Större arrangemang såsom övernattnings, catering, buss-transport kan ordnas. Du hittar Kanotboden vid Kumlabadet i Trollbäcken där det också finns en kiosk sommartid. www.kanotboden.com Tel 08-712 21 77. Karta G2.

Kajakboden vid Gudö å

Uthyrning av kajaker och kanadensare. Kurser och aktiviteter inom kajak, stand-up paddling och klippklättring. Guidade kajakturer i olika längd, från kvällsutfläkter till 5-dagarssturer. Skräddarsydda turer efter kundens önskemål. Försäljning av kajaker och utrustning i butiken belägen vid Tegvägen, Gudö å. www.kajakboden.com Tel: 08-742 09 50.

Foto: Niclas Sjögren



Bada

Du kan välja att bada vid långgrunda havsbad, från klippor direkt ut i havet eller varför inte ta ett dopp i någon av de många sjöarna? Vid ruggigt väder kanske du hellre väljer någon av våra simhallar.

BOTKYRKA **Utomhusbad**

Slagstabadet ligger vid Mälaren och har kiosk och uteservering. Här finns roddbåt, kanoter, trampbåt och solstolar att hyra samt bastu, fotbollsplan, minigolf och beachvolleyplan. Toalett, dusch, omklädningsutrymme och grillplatser finns också här. Badet är utrustat med tillgänglighetsbrygga för rullstolar. Tel: 08-531 754 60. Karta E2

Lida Friluftsgård bjuder på insjöbad i Getaren. Här finns stora gräsytor, sandstrand, fina grillplatser, toaletter, stor lekplats och ett värdshus. I området finns också ett utomhusgym, flera naturstigar och det är här Skogsmulle föddes. www.lida.nu Tel: 08-778 4380. Karta E3

Sandviksbadet ligger alldeles före Skansundet i Grödinge i de södra delarna av Botkyrka. Här finns toalett, grillplats, kiosk och enklare maträtter, specier och tidningar. Karta D4

Stendalsbadet ligger på Tullingesidan av Tullingesjön. Badet har bryggor och stora gräsytor, ligger i västlig

riktning och lämpar sig utmärkt för kvällsdopp. Här finns också grillplats, bänkar och bord samt en enklare lekplats. Karta E2

Brotorpsbadet med kiosk ligger vid lilla Brosjön i Vårsta, Vinterskogens naturreservat. Ett populärt bad under fina sommar dagar. Här finns också toalett, grillplatser och enklare lekplats. Badet är utrustat med tillgänglighetsbrygga för rullstolar.

Getryggen ligger i de södra delarna av Botkyrka med västlig riktning. Det ligger i ett vackert sommarstugeområde med tallskog och sandstrand. Här finns toalett men få parkeringsplatser och cirka 900 meter gångväg till bad från parkering.

Ängsbadet ligger vid Albysjön, nära Fittja äng. Badet har stora gräsytor för lek och picknick. Här finns även grillplats och inomhusbad. Karta E2

Inomhusbad

I Botkyrka finns två simhallar, Storstorsbadet och Fittjabadet. Båda har gym, bastu, kiosk och servering. Varna sommar dagar öppnar man

dörrarna ut mot gräsmattan. Efter att du har betalat badavgiften rör du dig fritt in och ut hela dagen – sola ute, bada inne!

Storstorsbadet i Tumba har även en intilliggande stor lekpark, fotbollsplan och beachvolleyplan. Här finns även sommarsimskola. Tel: 08-530 616 45. Karta E2

Fittjabadet i Fittja har ledarledda fysiska aktiviteter sommar-tid. Intill badet finns också en stor lekpark, fotbollsplan, volleybollplan, utomhusplaskdamm, stora grönytor, grillplatser och utomhusstrand. Tel: 08-530 616 90. Karta E2

HANINGE **Utomhusbad**

Skärgårdens öar På Nättarö, Ålö och Utö finns härliga stränder, i övrigt fina klippbad. www.haninge.se

Östnora havsbad Badstränder med stora gräsytor. Kiosk, servering. Tältplatser och husvagnscamping. Långgrund badplats. Karta G4

Gålö havsbad Skälåker. Skärgårdens längsta sandstrand med fina gräsytor för solbad. Kiosk, servering, grillplats och trampbåtar. Karta H4

Badhusviken Gålö Barnvänligt, långgrund havsbad. Restaurang, servering, kiosk. Karta H4

Årsta havsbad Sandstrand och brygga. Livsmedelsbutik, grill och pizzeria i närheten. Karta G4

Schweizerbadet Dalarö Långgrund sandstrand med stora gräsytor. Kiosk och busshållplats. P-plats mot avgift. Karta I3

Rudans friluftsområde Pendeltågstation Haninge. Här finns bryggor och stora ytor för solbad. Lämpligt för småbarnsfamiljer. Vid norra delen av Övre Rudasjön finns fin sandstrand. www.haninge.se Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Inomhusbad

Brandbergsbadet Tempererad 25-metersbassäng och plaskbassäng. Öppet med badvakt juni–augusti. Nära Brandbergen centrum. Karta G3

Höglundabadet Tempererad 25-meters bassäng nära Jordbro centrum, plask- och undervisningsbassänger, vattenrutschkana. Kiosk och servering. Öppet sommardag. Tel: 08-606 72 61. Karta G3

HUDDINGE

Vid Huddinges sjöar finns det ett stort utbud av bad. På www.huddinge.se hittar du rätt bland våra badplatser i Huddinge.

Vårby sandstrand vid Mälaren. Sandstrand med badbrygga vid Mälaren intill Vårby allé, cirka 600 meter från Vårby gårds centrum. Kiosk, wc, utomhusdusch, lekplatser, omklädningshytter, boulebanor och parkering.

Flottsbrobadet vid Albysjön. Lång sandstrand vid Albysjön med badbryggor, gästbrygga och lekplatser. Värdshus, wc, kanotuthyrning, bangolf, beachvolley, frisbeegolf/discgolf, kubb- eller boulespel. Bastuflotte att hyra, bilbana för barn upp till tio år. Orienteringsbanor. Camping och stugor med självhushåll. Parkering. Avfart från Glömstavägen. Buss 706 från Huddinge station.



Nickstabadet.

Gömmarenbadet Liten sandstrand vid sjön Gömmaren. Klippbad. Parke- ring. Från Gamla Stockholmsvägen sväng av Ryttnarvägen.

Långsjöbadet I Segeltorp Brygg- och klippbad. Karta F1

Sundby Gård Bryggbad i sjön Ortlången. Karta F2

Nyboviksbadet Liten sandstrand vid Kvarnsjön i Gladö kvarn. Toalett och fotbollsplan. Avfart från Länna- vägen mot Gladö kvarn. Buss 709 från Huddinge station, stig av vid bussvändplan Gladö kvarn.

Ågestabadet Naturistbad vid Magelungen Sandstrand, boulebana, toaletter och parkering. Från Vidja- vägen ta av vid Bonäsvägen.

Stortorpsbadet vid Drevwiken. Liten sandstrand vid Drevwiken. Toalett. Ligger alldeles intill Stortorpsvägen.

Sjöängsbadet vid Drevwiken. Sandstrand vid Drevwiken. Toalett, parkering, fotbollsplan, grillplats med mera. Intill Sjöängsvägen.

Mörtviksbadet vid Drevwiken. Sand- strand vid Drevwiken. Vid Midvinter- vägen i Östra Skogås.

Badudden i Skogås vid Drevwiken. Sandstrand vid Drevwiken. Parkering. Ligger vid slutet av Österleden.

Länna-Drevviksbadet Klippbad vid Lännaviken. Parkering. Från Sjöviks- vägen ta av till Torpstugevägen.

NYKVARN

Hökmossbadet Vid Norra Yngern, Populärt bad med sandstrand, gräs- ytor, bryggor, lekutrustning. Karta B3.

Lövnäsbadet Vid Södra Yngern. Sandstrand, brygga och lekutrust- ning. Även möjlighet till naturistbad. Karta B3.

Sundsviksbadet Vid Lilla Turingen. Liten badstrand med gräsmatta och lekutrustning. Karta B2.

Taxingebadet Vid Mälaren. Sand- och grässtrand, lekutrustning, toaletter och omklädningsrum. Karta A2.

NYNÄSHAMN

Hamnviksbadet Sandstrand, klippor, gräsytor, brygga, tc. Karta F6

Käringboda naturreservat Sand- stränder, klippor, gräsytor, p-plats, tc. Karta E7/F7

Nickstabadet Sandstrand Gräs- ytor, hopptorn, vattenrutschbana, lek- plats, kanot-, kajak- och trampbåts- uthyrning, äventyrsgolf, vandrarhem, campingstugor, camping, kiosk, wc. Karta F6

Strandvägen/Lövången Sand- stränder, klippor, gräsytor, p-plats, tc, grillplatser, servering, vandrarhem, campingstugor. Karta F6/F7

Rangsta brygga Sandstrand, bryggor, hopptorn, gräsytor. Karta D5.

Torö Ören Sveriges bästa vågsurfing- strand! Sand- och stenstränder, tc, p-plats. Karta E8

Grindsjön Sandstrand Flytbrygga, café. Karta E4

Muskan Sandstrand Gräsytor, tc. Karta E5

SALEM

Säby Sim- och sporthall Säby- hallsvägen 1. Här kan du träna i idrottshallarna, styrketräna, simma, vattengymna, köra spinning, aero- bics eller utöva annan motion. www.medley.se
Tel: 08-503 82 780.

Möllebadet Ett bad med sandstrand och kiosk. Här finns omklädningsrum, bryggor, dusch och gräsmatta samt beachvollyplan. Karta D3

SÖDERTÄLJE

Farstanäs havsbad Fin sandstrand, stora gräsytor, badbrygga med hopp- torn, klippor finns på södra sidan av Järnafjärden. Lekplats för barnen finns vid stranden. Grillkiosk och mini-hivs. Buss LT 502 från Södertäl- je centrum mot Trosa eller buss 788 från Södertälje centrum mot Järna Station. Kliv av Solåkraby, gå cirka 2000 m till badet. www.farstanash.se
Tel: 08-551 502 15. Karta D4

Mälärbadet En stor badplats där det finns brygga, toaletter, lekutrust- ning, kiosk, volleybollbanor. Buss 751 från Södertälje Centrum mot Ritorp. Kliv av vid Ragnshildsborgs- vägen, gå cirka 1600 m till badet. www.sodertalje.se Karta C2

Nässets udde Nässets udde ligger vid Glashyttan i Södertälje södra. Här får du tillgång till havet fast du är kvar i stan. Lunchservering finns nära till hands. Här finns toalett, brygga och fri parkering. Buss 754 från Södertälje Centrum mot Pers- hagen. Kliv av vid Granpark, gå cirka 400 m till badet. www.sodertalje.se Karta D3

Måsnaren Eklundsns insjöbad Sandstrand med gräsytor, brygga, kiosk, toalett och flera planer för beachvolleyboll. Karta C3

Nya Malmsjöbadet Malmsjön är en liten insjö, en oas för barnfamiljer. Det finns toaletter, kiosk och gratis parkering. Buss 787 från Södertälje centrum mot Lil-Ahl/Överenhörna. Kliv av med Malmsjöbadsvägen, gå 500 m till badet. www.sodertalje.se. Karta C2

Underåsbadet Avskild badplats, lång- grundt och perfekt för lekar i vattnet. Det finns småbåtshamn, volleybollplan och friparkering. Underås, Enhörna, Södertälje, Sodertalje.se Buss 787 från Södertälje centrum mot Lil-Ahl/ Överenhörna. Kliv av vid Ekebysåg och ca 2000 m till badet. Karta BC 2

Åbnäsbadet Här finns brygga, hopptorn, avgränsad plats i vattnet för de allra minsta, toaletter, om- klädningsrum, lekutrustning, kiosk, fri parkering. Buss LT 502 från Sö- dertälje Centrum mot Trosa. Kliv av vid Hälleby, gå ca 2800 m till badet. Karta CD5

Bergabadet Liten badplats med ett av de renaste vattnen i kommunen. Det finns toaletter, brygga, om- klädningsrum, lekutrustning och fri parkering. Pendeltåg från Södertälje Centrum mot Gnesta. Kliv av vid Mölnbo och gå ca 1200 m till badet. www.sodertalje.se Karta B4/B5

Gillberga Frilufsområde Gillberga är ett friluftsområde specialanpassat för personer med funktionsnedsätt- ning. Vackert beläget vid Malmsjön är ett knapp mil nordväst om Söder- tälje. I området finns en asfalterad slinga genom skogen, grillplats och badstrand. Sommartid finns brygga och rullstolsramper i vattnet. Buss 787 från Södertälje centrum mot Lil-Ahl/Överenhörna. Kliv av vid Gamla Malmsjön, gå ca 500 m till badet. www.sodertalje.se Karta C2

Bränningsstrandsbadet Havsbad Liten strand mitt i villasamhället Pershagen mitt emot ön Skorvan. Toalett finns. Bränningstrandsvägen, Pershagen, Buss 754 från Södertälje Centrum mot Pershagen. Kliv av vid Hagskärrsvägen, gå ca 400 m till stranden. www.sodertalje.se Karta CD3

Siasudd på Mörkö Naturstrand och parkeringsavgift. Buss 785 från Söder- tälje mot Mörkö. Kliv av vid Björkar Ö, gå ca 4000 m till badet. Karta D4

Inomhusbad

Sydpoolen äventyrsbad Stockholms- regionens största äventyrsbad med hopptorn, strömvirvar, vågor och mycket mer. www.sydpoolen.se
Tel: 08-554 428 00. Karta C3/D3

TYRESÖ

Albybadet vid Albysjön Sandstrand, gräsytor, lekplats, bryggor, hopptorn, wc, Handikappramp, p-plats 500 m, kiosk. Karta H2

Öringebadet Öringe Strandväg. Sandstrand, brygga, klippor, tc, p-plats 200 m. Karta H2

Barnsjön Banstigen söder om Far- marstigsområdet. Skogssjö, brygga, motionslinga, endast gång- och cykelväg fram. Karta H2

Hästhagsbadet Vid Drevwiken, Persuddevägen i Trollbäcken. Sandstrand, tc, liten p-plats 200 m. Karta G2

Kumlabadet Vid Drevwiken, Herrgårdsvägen i Trollbäcken. Sandstrand, bryggor, wc, kiosk, omklädningsrum, lekredskap, kanot- uthyrning, p-plats 50 m. Karta G2

Gimmerstabadet Vid Albysjön, Alby sjöväg. Liten sand- och grässtrand. Karta H2

Rakstabadet Vid Albysjön, Raks- tavägen. Liten sandstrand, brygga, liten p-plats, kiosk, tc. Karta H2

Sandholmarna Ligger på Breviks- halvön vid slutet av Öringehamns- vägen. Klippor, liten sandstrand. Karta H2

Trinntorpsbadet Vid Erstaviken, Breviksvägen/Tegelbruksvägen. Sandstrand, brygga, tc, p-plats. Restaurang. Brygga för waxholmsbåt. Karta H2

Noretbadet Vid Kalvfjärden, Noret- vägen 40–42. Litet klippbad, brygga, tc. Karta H2

Ällmorabadet Vid Ällmorafjärden, Ällmoravägen 50–52. Liten sand- strand, brygga, tc. Karta H2

Breviksbadet Vid Erstaviken. Öringehamnsvägen. Liten sandstrand, tc. Karta H2

Inomhusbad

Aguarena En ny simanläggning som har tränings- och motionsbassäng, multibassäng, barnpool, äventyrs- bad, bubbelpool, vattenrutchbana, gym och café. Simvägen 2. www.medley.se
Tel: 0771-58 60 00. Karta H2



Klättersugna barn på träbåt på Utö.



I Nykvarn kan man köra lådbil.

För barn

I Lådbilslandet får alla barn köra bil på riktigt! Du kan prova på att vara busschaufför eller traktorförare, allt i miniformat. På Tom Tits Experiment lär sig barn och vuxna om naturvetenskapliga fenomen genom lekfulla och spännande experiment.

BOTKYRKA **Lekparker**

I Botkyrka hittar du många fina lekparker, bland annat Gullvivans lekpark i Hallunda, Körsbärsparken i Tullinge med sin miniatyrstad, skate- och lekparken Sven Tumbas park i Tuna, Albyparken, Fittja ängspark och Storstretsparken i Tumba. Lekparken Vallmon i Norsborg är anpassad för personer med funktionshinder. Denna park binds samman med en spännande och lättillgänglig slinga. Från slingan kan man ta sig runt mellan de olika lekområdena i parken. Här finns bland annat dusschar, gungor, talrör, vattenlek, fikaplatser och klätterlek. Parkens utseende och innehåll är resultatet av ett samarbete mellan handikapporganisationer, sakkunniga pedagoger, lärare, tekniska förvaltningen i Botkyrka kommun och landskapsarkitekterna NOD.

Konstverkstad

Botkyrka konsthall och Mångkulturellt Centrum håller öppet med flera olika prova på aktiviteter och skapande verkstäder. För dagsaktuellt program se www.botkyrkakonsthall.se och www.mkc.botkyrka.se.

Hågelbyparken

Barn älskar Hågelbyparken för här finns det stora gräsytor, trafiklek med elbilar, fågelholksafari, barn-teater och en 4H-gård med hästar, får, getter, grisar, kaniner och höns. Varje torsdag kl 13, hela sommarlovet, är det Torsdagsskul i Hågelbyparken med barnteater och musikaler i samarbete med Botkyrka

Teaterförening. Varje dag händer det något nytt i Hågelbyparken. För dagsaktuell information se www.hagelby.se Tel: 08-599 07 100. Karta E2

Lida Friluftsgård

Det här är Skogsmulles födelseplats och här finns sagostigar för alla hans vänner. Laxe har sin stig i bäckravinen, Fjällfina på berget öster om parkeringen och Novas stig har sitt avslut uppe på toppen av skidbacken. Skogsmulles Hjulspår är en stig där det går att ta sig fram både med barnvagn och rullstol. Det finns även en Hitta Vilsestig som lär barn hur de ska göra om de gått vilse. På Lida finns också en ny lekplats, ett vårdshus och många grillplatser och fina leder runt om i skogen. www.lida.nu Tel: 08-778 43 80. Karta E3

Lekslottet

Här hittar du Kung Kronas fantastiska leksslott. Ett inomhuslekland på ca 1000 kvadratmeter är fullproppat med spännande lekattraktioner för barn upp till 12 år. www.leksslottet.se Tel: 08-530 200 00. Karta E2

HANINGE **Vilsestigen**

Finns i Tyresta nationalpark och i Rudans friluftsområde. Här kan barn träna på hur de ska göra ifall de går vilse. Stigen är öppen året runt. Information: Civilförsvarsföreningen. Tel: 08-606 83 74.

Vilsestigen i Tyresta. 400 meter lång promenad i Tyrestaskogen. www.tyresta.se Tel: 08-745 33 94. Karta H3

Vilsestigen i Rudan. 700 meter lång promenad i Rudans friluftsområde. www.haninge.se Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Haninge kulturhus

Barn- och ungdomsaktiviteter, teateruppsättningar och föreställningar för barn. Eget café. Du hittar kulturprogrammet för barn och ungdom under Kulturhuset på www.haninge.se Tel: 08-606 85 20. Karta G3

LekVegas

Lekland för barn med klätterställning, elbilbana, åkattraktioner, Swingcars, Sega Rally, flipperspel, pingis och sumobrottning. Eget café och trådlöst bredband. www.lekvegas.se Tel: 08-741 19 19. Karta G3

Teaterladan

Ligger i Rudans friluftsområde nära pendeltågsstationen. Här visas teater för barn och vuxna och det finns teatergrupper för barn. www.ormteatern.se/teaterladan Tel: 08-741 25 67. Karta G3

HUDDINGE

Internationella barnkonstmuseet

I Vårby ligger det internationella barnkonstmuseet med målarverkstad, utställningar, teckningar och

målningar av barn från hela världen.
Vårbyhuset, Vårby allé 26-30.
www.ibkm.se Tel: 08-535 357 70.

Rådsparken

Rådsparken ligger intill Huddinge centrum och har ett stall och hagar med djur. Utöver djur finns även ett utegym, klätterblox, skatepool och en näridrottsplats med konstgräs. Dessutom finns en lekpark som är anpassad för barn med funktionsnedsättningar och ett café. www.radsparken.se
Tel: 08-535 309 79, 070-975 06 29.

Heron city

I nöjescentret Heron city hittar du O'Learys bowling som är ett nöjescenter. O'Learys bowling har 20 bowlingbanor, 45 arkadspel och en mängd roliga spel för hela familjen. På Heron city hittar du även nordens största biograf med 18 dukar och plats för 4 200 personer med perfekta platser för rullstolsburna. Lekplatsen, ett lekcenter för inomhuslek som ger barn roliga fysiska aktiviteter. Dessutom finns det en mängd restauranger och serveringar samt högklassig shopping.
www.heroncity.se Tel: 08-505 600 00.

NYKVARN

Lådbilslandet

I Lådbilslandet kan alla barn mellan 2 och 10 år köra bil på asfalterade vägar. Välj mellan bil, buss eller varför inte en stor långträdare med släp. Vill du ha ett lugnare tempo finns Jordbrukslandet med traktorer och lantbruksmaskiner i miniformat. Här finns även motocrossbana, karusell, hoppborg, minitåg, lekplats med klätterställningar, äventyrsbana, en vattendamm där du kan åka flotte och café med servering. www.ladbilslandet.se
Tel: 08-552 479 70. Karta B3.

Museijärnvägen

På Östra Södermanlands Järnväg kan du åka historiska ångtåg mellan Taxinge och Mariefred.
www.oslj.nu Tel: 0159-210 00, 210 06. Karta A2

NYNÄSHAMN

Stall Idun

Större barn får en ridtur på Clydesdalehästarna. De mindre barnen kan bekanta sig med stallets två ponnys. Här finns även möjlighet att bekanta sig med gårdens kattungar, kaniner, hönor och kycklingar. www.stallidun.com
Tel: 073-985 38 63. Karta F4

Herrhamra Gård

På anrika Herrhamra Gård bedrivs både jordbruk och hästverksamhet. Testa att ta en ridtur med ledare eller varför inte hyra en häst en hel vecka?
www.herrhamragard.se Tel: 070-888 21 21 eller 070-400 70 45. Karta E7

Bangolf

Ute på Frejas Holme i hamnen ligger Rotundans minigolfbana med servering. Endast öppet sommartid.
Tel: 08-520 162 15. Karta F6

Bio

I Folkets Hus ligger Nynäshamns biograf Bio Vågen. Ring för aktuellt bioprogram.
www.folketshusnynashamn.se
Tel: 08-520 180 50. Karta F6

Fjärilsstigen

Fjärilsstigen slingrar sig i området runt gamla kalkbrottet. Längs stigen finns ett antal tavlor som berättar om traktens naturvärden och historia. På grund av områdets speciella miljö finns här många olika fjärilsarter att titta på. P-platser finns en bit in på infarten till gamla cementfabriken i Stora Vika.
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Hoppetossa

På Frejas Holme i Fiskehamnen ligger lekskeppet Hoppetossa. Här finns även gungor och bänkar med bord. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Biblioteket i Nynäshamn

<http://bibliotek.nynashamn.se/web/arena>
Tel: 08-520 683 10. Karta F6

SÖDERTÄLJE

Tom Tits Experiment

Sveriges största science center där barn och vuxna på ett lekfullt och spännande sätt kan experimentera med naturvetenskapliga fenomen som vatten, luft och synvillor. Här finner du en alldeles unik utställning om människokroppen.

Sommartid finns även en utomhuspark där man kan vaska guld, cykla på en flygande cykel, utforska en labyrinth eller blåsa bort i en vindtunnel. Högst upp kan du skapa ljud och ljus med hela din kropp, se bilder i dimman och skjuta med luftkanon. Öppet året runt. Storgatan 33. www.tomtit.se
Tel: 08-522 525 00. Karta C3

Sydpoolen Actic

Äventyrsbadet är Storstockholms enda bassäng där det finns vågmaskin, rutschbanor, vattenkanoner och strömkanal. Här finns Pigges Lagun för de allra minsta, restaurang, kiosk och gym för de äldre. Hopptorn, bubbelbad och värstingrutschbana för den äventyrslyste. Sydpoolen är möjligheternas hus med något för alla. Öppet året runt. Östra kanalgatan 2.
www.actic.se/anlaggning/sodertalje-sydpoolen/
Tel: 08-554 428 00 Karta D3

Torekällberget

Högt upp med utsikt över stora delar av Södertälje ligger friluftsmuseet Torekällberget. Här finns hantverkskvarter, utställningar och flera av de djur som man en gång kunde finna på en sömländsk bondgård. Griskultingar, killingar, hästar och kaniner är några av de djur som det finns möjlighet att titta på. En annan favorit är Lillgården – en miniatyrgård med lada för höhoppning, djur att sköta om och en egen stuga att pyssla i. Öppet året runt.
www.sodertalje.se/torekallberget
Tel: 08-523 014 22. Karta C3

Funhouse 4 kids

Specialdesignad lekarena och spelhall för barn i alla åldrar. Här är det fritt fram att dyka i bollhav, hoppa i hoppborg, bygga legoklossar, åka karusell, klättra på väggar med mera. Funhouse anordnar även barnkalas och aktiviteter för förskolor.

Öppet året runt. Klockarvägen 118, Södertälje,
<http://funhouse.nu/> Tel: 08-550 61 40. Karta C2

Marcus Wallenberg-hallen

Scanias besökscenter där man kan följa Scanias utveckling från mer än hundra år tillbaka fram till idag. Här kan du titta på både gamla och nya produkter så som lastbilar, bussar och motorer. Vid Scanias huvudkontor, ring för öppettider.
Tel: 08-553 825 00. Karta D2

Södertälje parkour och skatepark

Parkour och skateparken ligger vid Sydpoolen, en kort promenad från pendeltågstationen i Södertälje centrum.

www.sodertalje.se/Se-gora/Idrott/Ovriga-anlaggningar/Skateparken1/ Karta D3

Bangolf

Södertälje Bangolfklubb driver två anläggningar (filt och eternit) under sommarhalvåret.
www.sodertaljebgk.se
Tel: 08-550 652 68. Karta CD2

TYRESÖ

Bondgården Uddby Gård

Uddby är ett levande lantbruk med kor, hästar, får, getter med mera. Gården ligger nära Alby friluftsområde med bad, naturstig och lekplatser. Goda kommunikationer, gårdskafé och butik. Öppet året runt, gården dagligen, kaféet lördag-söndag.
www.uddbygard.se Tel: 070-664 66 51.
Caféet 08-770 08 55. Karta H2

Bangolf

Det finns två minigolfbanor i Tyresö, en på Akvarievägen och en vid stora golfbanan, den senare av äventyrskaraktär.

Kaatach lekland

På Kaatach lekland i Tyresö får både fantasin och myrorna i benen släppa loss. I det pedagogiska uppbyggda landet på cirka 3000 kvm finns aktiviteter för både barn och vuxna inomhus och utomhus. Ni kan bland annat åka elbil i Kaatach stad, vara pirat i Kaatach hamn eller ta en flygtur med Kaatach air till Rymlandet.

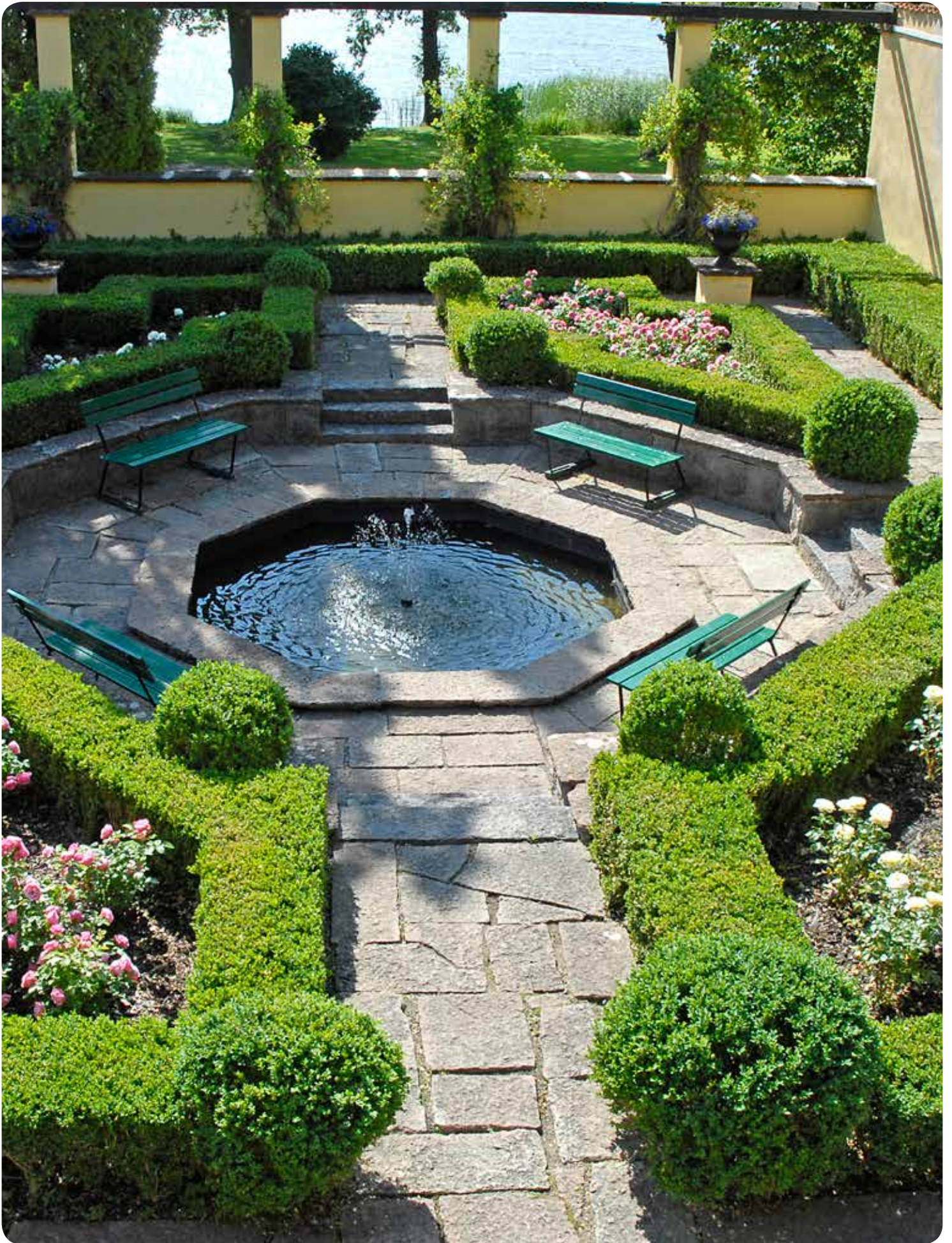
Kaatach ordnar barnkalas, disco, fest och föreläsningsevenemang och på somrarna har Kaatach ett minitivol. Kaatach har även olika pysseldagar, kurser och lekträffar för barn med behov av särskilt stöd.
www.kaatach.se Tel: 08-400 268 80.

Skatepark 135

Precis intill Tyresö centrum kan du åka bmx, inlines, kickbike och skateboard på en stor renodlad streetpark. Gratis och alltid öppet. Skateparken byggts ut under sommaren 2014, tillsammans blir det då en skateyta på 1 400 kvm. Den nya delen kommer att innehålla mer rundade former med bowls, pooler samt quarter- och spine-rampor.
www.tyreso.se/skatepark135 Karta H2

KOM IHÅG!

Är det dåligt väder kan det passa bra att simma i våra simhallar, bowla i våra bowlinghallar eller besöka barnaktiviteter på kommunernas alla bibliotek.



Trädgårdar

Besök någon av många handelsträdgårdar och parker. Hågelbyparken i Botkyrka är en av Sveriges vackraste folkparker med en romantisk trädgård, vattenfall och unika växter.

BOTKYRKA **Hågelbyparken**

I hjärtat av Botkyrka, i ett böljande kultur- och odlingslandskap vid sjön Aspen ligger Hågelbyparken. Hågelbyparken är förutom en av Sveriges vackraste folkparker också en mötesplats utöver det vanliga med möjligheter till rekreation och upplevelser för alla sinnen. Parken besöks årligen av uppskattningsvis 200.000 personer som fikar, grillar, dansar, strosar, leker eller tar del av alla de arrangemang som sker i parken. En av Hågelbyparkens stora sevärdheter är den romantiska vatten- och klippträdgård som den kände trädgårdskonstnären Helge Lundström skapat med hjälp av sällskapet Trädgårdssamatörerna. Här finns ett vattenfall, dammar, en bro, stensättningar och unika växter (bl a en egen Klematis, Hågelby White). I den barockinspireerade trädgården finns också promenadytor, en amfiteater och ett ekotempel. Ta med din picknickkorg och njut av de vackra omgivningarna. Prova gärna något av alla fantastiska bakverk eller en härlig lunch på Café Anna Giertz. Här finns också Restaurang Hågelbyhus. Vill du ha ett minne med dig hem kanske du hittar det i caféet, hantverksboden eller i den nostalgiska gamla lanthandeln. Parken är öppen året runt, dygnet runt. Öppettider för alla aktiviteter se www.hagelby.se. Fri entré förutom vid vissa evenemang som parkens danskvällar, firandet av nationaldagen och midsommarafton. Hågelbyparken i sin nuvarande form uppfördes av Ericssons grundare, Lars Magnus Ericsson, för snart 100 år sedan. www.hagelby.se Tel: 08-599 07 100. Karta E2

Vårsta strandpark vid Malmsjön

Här finner du en liten oas intill vackra Malmsjön i Vårsta. Parken har gångstråk, brygga, sittplatser, grillplats samt vackra träd och blomsterplanteringar. Karta E3

Meditationsparken

Meditationsparken intill Botkyrka kyrka är en mindre park för kontemplation och eftertanke bland vackra blommande växter. Karta E2

HANINGE

Slätmossens naturpark

En dammanläggning – som har naturen som förebild – leder varje år bort 300 miljoner liter dagvatten. Här finns höglänta hållmarker med knotiga tallar, myrmark, lövsumpskog, promenadvänlig björkskog med mera. Naturparken är alltid öppen. www.haninge.se Karta G3

Tungelsta trädgårdspark

Tungelsta trädgårdspark i Haninge. En mötesplats i Tungelsta som är ett mellanting mellan park och trädgård. Skulpturen "Tornet" finns i parken som ligger intill Tungelsta station www.haninge.se Karta F4

HUDDINGE

Zetas trädgård

Missa inte Zetas Trädgård, Stockholms bästa handelsträdgård med landets största sortiment

av trädgårdsväxter. I Zetas vackra trädgård, som ligger intill Kungens kurva kan du både handla blommor och fika eller äta lunch samt titta på den vackra trädgården. Till och från sker det även trevliga evenemang. www.zetas.se Tel: 08-646 03 91.

NYKVARN

Taxinge slottspark

I anslutning till Taxinge Slott finns en vacker parkanläggning som inspirerar till promenader. Besök engelska parken med storslagen utsikt över Gripsholmsviken. Italienska trädgården är anlagd på en källare till ett av slottets ursprungliga orangerier. Den pittoreska trädgården inramas av väldoftande kaprifol. Från slottets "round point" leder en tuktad lindallé fram mot franska trädgården. Slottsparken innehåller många detaljer som överraskar besökaren t ex en grotta, kanoner, ett duvslag, flera lusthus och en kinesisk pagod. Parken är alltid öppen. www.upplevnykvarn.se Karta A2

NYNÄSHAMN

Ösmo Plantshop

Gröna fingrar eller inte, Ösmo Plantshop har något för alla, proffsbotaniker som trädgårdsdummies. Njut av att vandra runt i visningsträdgården, shoppa loss bland planter, träd och buskar eller upptäck rariteter i växthuset. När du fyndat bland krukor, dekorationer och presenter i den stora butiken, passar kanske en tur in i "walk-in-snittkylen" eller en lunch eller fika i det ljusa, lugna Växthuscaféet. www.osmoplantshop.se Tel: 08-520 272 30. Karta E5

Göstas trädgård

Svandammsparken är en utfyllt havsvik som har blivit en allaktivitetspark med bland annat boule-bana. I parkens södra del är många vackra växter samlade, denna del kallas allmänt Göstas trädgård. Trädgården sköts av Nynäshamns kommun. Tel: 08-520 683 05. Karta F6

SÖDERTÄLJE

Rudolf Steinerseminariets trädgårdspark

Besök Nordens största center för den antroposofiska verksamheten, Ytterjärna kulturcenter. Se den unika arkitekturen, besök handelsträdgården och den fantastiska trädgårdsparken med de vackra rosenodlingarna. Här finns ett stort urval av perenner, rosor, medicinalväxter, pioner och klematis, också vackra biologiska reningsdammar med vattentrappor. Möjlighet finns till guidad visning i parken, för den som vill veta mer. Öppet året runt. www.ytterjarna.se Tel: 08-554 302 00. Karta C4

Saltskogs Gård

Vid Carl Fredrik Liljevalchs tidigare hem, Saltskogs gård finns en skogspark. Här finns gammal barrskog, ädellövskog och en bokskog. Du hittar hästkastanjer, lindar, välvuxna silvergranar och den jättelika kaukasiska ädelgranen. Artrikedomen är stor inte bara bland träden utan också bland gräs, blomster och örter. Informationsblad

om naturen finns att hämta i Saltskogs gård under sommaren. Öppet året runt. www.saltskogsgard.se Tel: 08-550 665 07, 08-550 884 06. Karta C3

TYRESÖ

Tyresö slottspark

Tyresö slottspark är en av landets äldsta engelska parker. Den anlades i slutet av 1770-talet. I Tyresö slottspark blommar på våren ett flertal orkidéer. Här arrangeras ett av stockholmstraktens största midsommarfiranden. Parken är alltid öppen. Tel: 08-770 04 39. Karta H2

Tyresö handelsträdgård

Butik, växter, tillbehör, design och rådgivning intill Tyresö slott. Ett näst intill obegränsat sortiment. Under april–november är den väl sorterade och välfyllda plantskolan öppen med bland annat ett unikt perennsortiment. Trädgårdsingenjörer finns på plats i plantskolan eller så kan rådgivningstjänst för hembesök anlitas. www.tyresohandelstradgard.se Tel: 08-770 04 39. Karta H2



Slott & herrgårdar

Här finns många slott och herrgårdar i vackra omgivningar. Ofta finns där också parker, trädgårdar, serveringar och butiker av olika slag.

BOTKYRKA

Sturehofs slott

En av Sveriges vackraste och bäst bevarade gustavianska herrgårdar ligger i Botkyrka. Namnet Sturehof härstammar från den äldste kände enskilde ägaren, Svante Stensson Sture. Svante dödades av Erik XIV vid de s k Sturemorden på Uppsala Slott 1567, men hans ättlingar kom att rå om gården i mer än ett halvt sekel.

Den vackra parken med sina långa alléer och den tuktade grönskan är omgiven av åkerfält och skogsklädda åsar. I en av flyglarna finns ett trevligt café och nere vid sjön finns Sturehofs Krukmakeri. www.sturehof.se Tel: 08-530 282 40. Karta D2

Hågelbyparken

Parken i sin nuvarande form med byggnader och anläggningar upprättades av Lars Magnus Ericsson och stod klar för inflytt 1916. Enligt en kulturhistorisk värdering och klassificering som utfördes år 2008 av Stockholms läns museum uppfyller de flesta byggnader kraven för "Särskild värdefull byggnad". Idag är Hågelbyparken Botkyrka kommuns folkpark och har, som enda folkpark, fått utmärkelsen "Årets Folkpark" hela två gånger. Här finns både restaurang och café samt över 100 aktiviteter under hela året att besöka. Besökare bjuds på musikfestivaler, barnunderhållning, danskvällar, högtidsfirande, föreningsträffar, julmarknad och mycket annat kul. Platsen har varit bebodd sedan långt tillbaka och intilliggande omgivningar har än idag spår från bronsåldern och yngre järnåldern. Tel: 08 599 07 100. Karta E2

Norsborgs herrgård

Norsborgs herrgård är ytterligare en av alla herrgårdar i regionen. Denna park är idag en av Sveriges få välbevarade engelska parker. Gården uppfördes i slutet av 1700-talet på uppdrag av Johan Liljencrantz, som även ägde Slagsta gård och som tidigare även lät uppföra huvudbyggnaden på Sturehofs slott. Karta E2

HANINGE

Häringe slott

Häringe slott, byggdes mellan åren 1640 och 1657 av fältmarskalk Gustav Horn. Slottet klarade sig mirakulöst undan ryssarnas härjningar längs Östersjökusten år 1719. Vackert beläget på en halvö i naturreservatet Häringe/Hammersta som skyddas för den speciella florans och faunans skull. Häringe har ägts av en rad kända svenskar från Gustav Vasa till familjen Wenner-Gren. Idag är slottet främst ett konferenshotell med en uppskattad restaurang. Häringe slott är öppet året runt efter förbokning. www.haringeslott.se Tel: 08-504 204 40. Karta F4.

Årsta slott

Årsta slott, har anor från medeltiden, då det var centrum för Tyska orden. Det nuvarande slottet är från 1650. Det var vid Årsta slott som Gustav II Adolf ställde upp sina trupper inför 30-åriga



Årsta slott.

kriget och den s k mönstringsladan finns kvar från den tiden. På Årsta slott bodde den kända författarinnan Fredrika Bremer. Hennes bostad är nu museum. Läs mer på www.fredrikabremer.net Årsta golfklubb har sitt säte på slottet. Här finns också restaurang. Öppet året runt. Årsta. www.haninge.se Tel: 08-500 322 42. Karta H3

HUDDINGE

Balingsholms kursgård

Balingsholms kursgård ligger på behagligt avstånd, med bil ca 18 km söder om Stockholms city. Gästrumshuset har 49 moderna hotellrum och ligger i parken nära herrgården. Balingsnäsavägen 27, 141 91- www.balingsholm.se Tel: 08-608 88 80.

NYKVARN

Taxinge Slott

Det är inte svårt att förstå varför Taxinge Slott även kallas "Kakslottet". Här finns det berömda slottscaféet med norra Europas största kak- och tårtbord med aldrig färre än 60 olika sorter, alla hembakade. Du kan dricka ditt kaffe i biblioteket eller, om vädret tillåter, i slottsparken som ligger på en udde i Mälaren. I anslutning till slottet finns konferenslokaler, gästbrygga, lekpark, bad, hästar och smådjur, galleri, hantverksbod och en vacker parkanläggning som inbjuder till promenader. www.taxingeslott.se Tel: 0159-701 14. Karta A2

SALEM

Vällinge herrgård

Herrgården byggdes på 1700-talet och ligger på landtungan mellan Mälaren och Bornsjön, nära Sturehofs slott. Idag finns här hemvärnets Stridskola med ett hemvärmuseum. I omgivningarna finns också orörd natur, ett kapell och ett lusthus. Sommartid stannar vissa båtturer vid bryggan.

I anslutning till Vällinge ligger det gröna Bornsjöområdet med orörd och vacker natur, en mängd fornlämningar och ett rikt djur- och fågelliv. Ring för att boka besök på hemvärmuseet Tel: 08-553 010 00. Karta D2

SÖDERTÄLJE

Tullgarns Slott

Beläget vid havet, 3 mil söder om Södertälje ligger Kungliga Tullgarn. Slottet uppfördes på 1720-talet och har varit ett kungligt lustslott sen 1772.

Slottet uppvisar några av Sveriges mest betydande nyklassicistiska inredningar, som t ex frukostrummet i sydtyisk renässansstil från 1890-talet. Här kan du vila på borggården och känna friskheten från havet. Ta en kopp kaffe i stallcaféet, besök Orangeriet med både butik och café eller ät gott på Tullgarns Vårdshus. Slottet är öppet dagligen under sommarmånaderna. www.royalcourt.se Tel: 08-551 720 11. Karta C6

TYRESÖ

Tyresö slott

Vid Kalvfjärdens strand ligger Tyresö slott inbäddat i den första engelska parken i Sverige. Riksrådet Gabriel Oxenstierna lät bygga slottet som skulle stå emot hotet mot Östersjön på 1630-talet. Slottet visar idag den siste ägarens markis Claes Lagergrens fantastiska hem från förra sekelskiftet. Nordiska museet äger slottet och arrangerar visningar. Inom slottsområdet finns slottskrog, caféer, presentbutik, vandrarm, badmöjligheter, gästhamn, handelsträdgård, hantverkskammare med mera. www.nordiskamuseet.se Tel: 08-519 547 70. Visningar: 08-519 545 50. Karta H2

Fågelskådning

Följ flyttfåglarnas väg längs Stockholms skärgård ned mot ön Landsort. Titta gärna på ringmärkningen vid fågelstationen, på ön kan du se sällsynta arter från öster.

BOTKYRKA

Lida Friluftsgård

Studera fågellivet från fågeltornet i våtmarken eller promenera längs en spång ut till gömslet mitt i våtmarken. Här finns mycket orörd skog, skogsväxter, svamp, lavar, insekter och bäver. www.lida.nu
Tel: 08-778 43 80. Karta E3

Skansundet

Här har man bra utsikt över sundet till Mörkö och här ser du garanterat havsörn, fiskgjuse och änder. Ett mycket fint fågelsträck vår och höst.
Karta D4

Ekholmen intill sjön Aspen

Här finner man många, riktigt gamla ekar vilket ger en fantastisk insektsfauna. Denna plats drar till sig många sångfåglar. Karta E2

Vinterskogens naturreservat

Detta område bjuder på mycket skogsfågel. Här kan du bland annat få se trastar, morkullor och ugglor. Det finns även en fin badplats i området. Karta E3

Hörningsnäs

Ett område med stora ängar och lundar och som har stor växtlighet och ett rikt fågelliv. Karta D4

Pålmalms

Här finner man gott om skogsfåglar, bivråk, ormråk, nattskärna, ugglor, skogsfjärilar och svamp. Karta F3

HANINGE

Guidade turer

Följ med på guidade turer och upptäck det generösa fågellivet i Haninges olika naturreservat. www.haninge.se

Sandemar – fågelskådarnas eldorado

Sandemar naturreservat har en mycket skyddsvärd flora och fauna och är känt som en av länets finaste fågellokaler. Strandängarna och det grunda vattenområdet har stor betydelse för fågellivet. Från fågeltornet är det lätt att se vadare och sjöfågel som söker efter föda. Här samlas grågässen för att samla kraft före sin färd söderut. Karta I3

Fågelvandringar i Tyresta by

Följ med en ornitolog och lär dig mer om fåglar. Vi anpassar oss efter dina förkunskaper. Samling i naturum Nationalparkernas hus. Ta gärna med fågelbok, kikare och kaffe. Föranmälan. www.tyresta.se
Tel: 08-745 33 94. Karta H3

HUDDINGE

När du är ute i Huddinges natur kan det löna sig att hålla ögonen öppna. Det finns inte bara ovanliga fjärilar att upptäcka utan även flera intressanta fågelarter. I området kring Ågestasjön har ca 240 fågelarter setts. Vid Ågestasjön finns också ett fågeltorn som är anpassat för rullstolsburna besökare. www.huddinge.se/natur

NYKVARN

Jägarskogen

Vid Norra Yngern, ca 2 km från Nykvarns Centrum, ligger Jägarskogens naturreservat. Här finns en ca 3 km lång naturskön slinga som bjuder på många olika slags biotoper. Från Jägarskogssudden kan du bland annat se storlom, fiskgjuse, storskrake, silltrut och lärkfalk. www.upplevnykvarn.se Karta B3

NYNÄSHAMN

Våtmark Alhagen

Våtmarkens rika miljöer lockar mängder med änder, vadare och småfåglar. Här hittar du bland annat simänder, gräsand, kricka och skedand. Har du tur kan du få se en brun kärnhök segla över området. På öarna kan du få se drillsnäppor och i de blöta alkärrnen i Vasstråk häckar stjärtmes. Här finns också den ovanliga mindre hackspetten. www.nynashamn.se
Tel: 08-520 680 00. Karta F6

Landsort

Öns nord-sydliga läge gör den intressant som flyttfågellokal. Fåglarnas sträcklinje längs Stockholms skärgård gör att de på hösten koncentreras ner mot Landsort. Ön är också bra för östliga rariteter som kommer över havet. Ringmärkningen bedrivs huvudsakligen kring fågelstationen vid Bredmar samt vissa perioder kring fyren på södra udden. <http://blogbirds.landsort.com/#home>
Tel: 08-520 340 11. Karta E8

Östra Styran

Östra Styran är en ca 3 km lång och 500 m bred våtmark som är en viktig rastlokal för många fågelarter, framför allt på våren. Vanliga arter är bl a grågås, kanadagås, sångsvan, grönbena, hornuggla och trana. Fågeltornet är en mycket bra observationsplats. www.nynof.se Karta E5

Ören

Södra Torö är i första hand ett sträckfågelreservat. Under gynnsamma dagar kan man se flera olika rovfåglar. Vintertid ses ofta havsörn. Vid Reveln rastar många vadare under hösten och på fålten vid Herrhamra ses en del tättingar. www.nynof.se Karta E8

Lövsjön

Lövsjön är ett ca 2,5 km långsmalt våtmarksområde, bevuxet med ett sammanhängande bälte av vass och starr. Sjön är svårtillgänglig, eftersom den till stora delar är omgiven av tät skog. Vanliga fågelarter är bland andra tranor, sångsvan, brunand, bivråk, lärkfalk och sumphöna. Stor hänsyn måste tas vår och försommar eftersom tranor ruvar i vassen i sjöns norra del. www.nynof.se Karta E4.

SALEM

Bornsjöbygden i Salem

I den vackra Bornsjöbygden finner man vacker natur och ett rikt djur- och fågelliv. Flera fridlysta

arter och en stor förekomst av älg. I området finns flera vackra gårdar och många fornlämningar. Fågellivet är speciellt intressant vid Skårbydammen. www.salem.se
Tel: 08-532 598 00. Karta D2

SÖDERTÄLJE

Lina Naturreservat

Den fågelintresserade bör inte missa Lina dammar. Här häckar svarthakedopping tillsammans med smådopping, knipa, sothöna och kanadagås. Lärkfalk, häger, skogssnäppa och fladdermöss ses ofta vid sjön sommardag. Fåglarna kan observeras från fågeltornet vid Linasjön. Där finns också en obsbok utplacerad.

www.sodertalje.se/naturskolan Karta C2

<http://stjof.sormlandsornitologerna.se/> Karta C2

Tullgarn

Området kring Tullgarns slott erbjuder en rik variation av naturområden intressanta för fågelskådning. I första hand är det havsvikarna på båda sidor om slottet samt Tullgarnsnäs ca 1 km öster om slottet som bör nämnas. Beroende på årstid är också fålten kring slottsområdet samt lövlundarna och hagmarkerna vid Tullgarnsnäs och vid slottet intressanta.

<http://stjof.sormlandsornitologerna.se> Karta C6

Mörkö

Mörkö bjuder på varierad och vacker natur och är värt ett besök året runt. Det är framförallt den norra delen som brukar locka fågelskådare. Där finns strandängar, slättsjön Sandasjön samt stora åkrar som kan locka rastande fåglar. Förutom detta kan det t ex vara värt att lyssna efter ugglor i skogsområdena på vårvintern samt på våren besöka lövskogarna på Eriksö och Kålsö på södöstra delen av ön. Sundet mellan Mörkö och fastlandet lockar rastande sjöfågel i flyttningstider samt på vintern och är ett flyttstråk som kan vara givande att bevaka Mörkö – Björkarönsund. <http://stjof.sormlandsornitologerna.se> Karta D5

Simsjön

Simsjön är en restaurerad fågelsjö som ligger väster om Järna. Reglering av vattenytan samt röjning och andra åtgärder har skapat en intressant lokal för framförallt häckande fåglar. Ett fågeltorn ger möjlighet att överblicka sjön.

<http://stjof.sormlandsornitologerna.se> Karta C4

TYRESÖ

Följande områden är goda fågelskådningsplatser i Tyresö med en allmän blandning av arter från mycket sällsynta till vanliga: Spirudden-Stavholmen, Tyresö Strand – Erstaviksvikens inre del, Tyresöslottsområdet inkl Notholmen, Follbrinksströmmen, Gudö å – Gammelströmmen – Nyfors, Storängen, Alby naturreservat, Kalvnäset, Övre kärret.

Kultur

Besök våra museum och kyrkor. Gå på några av våra konserter, konstutställningar, stadsvandringar och filmvisningar. Besök kommunernas webbplatser för aktuella evenemang.

BOTKYRKA

Botkyrkas kulturspår

I Botkyrkas norra del finns många unika kulturmiljöer. Alltifrån det mäktiga bronsåldersröset, den vackra och stilla bronsåldersboplatsen där man funnit unika fynd från bronsåldern till de stora majestätiska nybyggda religiösa byggnaderna. Botkyrka kulturspår består av tre delar, Norsborg-, Hallunda och Fittja kulturspår. För guidade turer se www.botkyrka.se

För mer information se www.botkyrka.se/upptack-unikabotkyrka, www.botkyrka.se/kulturspar eller via din smartphone med appen onspotstories.

Subtopia

Välkommen till förtrosparadisets Subtopia! Här samsas flera verksamheter inom nycirkus, musik, dans, webbdesign, film, tv, radio och mycket annat kul. I lokalerna finns även ett starthus för nyetablerade företag. Subtopia är också en plattform för drömmar och idéer. Här samsas etablerade organisationer med nyttkomna inom kultur, utbildning och näringsliv. Hangaren Subtopia är en stor scen för samtida cirkus och här spelar världsberömda cirkuskompanier såväl som svenska stjärnor. Hangaren används dessutom flitigt för tv- och filminspelningar med livepublik. Subtopia hittar du i Alby. www.subtopia.se Tel: 08-599 075 00. Karta E2

Tumba Bruk

Upptäck idyllen på Tumba Bruksmuseum. Detta är ett modernt museum med utställningar som berättar om holländska pappersmästare, brukspersonligheter och en historia som länge varit okänd. Här skildras även arbetet kring sedel- och papperstillverkning. Du kan också ta del av den speciella arbetsmiljö, i vilken arbetarna också bodde samt Riksbankens historia om världens första banksedel. Under guidade turer visas även hur det går till att tillverka papper för hand. Här finns också ett café med uteservering, butik och möjlighet till konferens i nyrenoverade lokaler. Fri entré till museet. www.tumbabruksmuseum.se

Tel: 08-519 553 46. Karta E2

Botkyrka konsthall

Här visas konstverk av Sven X:et Erixson på X:et museet tillsammans med olika utställningar med inriktning mot samtidskonst. Konsthallen har även bildverkstad och håller seminarier i anslutning till utställningar. www.botkyrka.se/konsthall.se

Tel: 08-530 612 25. Karta E2

Mångkulturellt Centrum

Mångkulturellt Centrum med aktuella utställningar, bildverkstad, bibliotek samt café och vegetarisk restaurang. www.mkc.botkyrka.se

Tel: 08-120 259 00. Karta E2

Konsthantverkarna och galleriet

I Hågelbyparken huserar ett flertal konsthantverkare och butiken är öppen alla helger året runt kl 11–16. I Hågelbyparken finns också ett galleri som förutom att vara ett galleri även håller målartäffar i parken. www.hagelby.se. Karta E2

Kyrkor och moské

Botkyrka bjuder på ett flertal intressanta kyrkor att besöka. Botkyrka kyrka och Grödinge kyrka är kommunens äldsta och har spår från 1100-talet. Vid Albsjön i Fittja finns en moské i traditionell turkisk stil med en 32 m hög minaret.

HANINGE

Galleri kyrkskolan

En vacker kulturbyggnad som rymmer galleri och konstnärateljéer. Öppet lördagar 11–16 och onsdagar 18–20. Café på helger. www.haninge.se/konstnare

Tel: 08-500 323 89. Karta G3

Haninge kulturhus, konsthall

Programmen finns på www.haninge.se, under rubriken kulturhuset Tel: 08-606 80 59. Karta G3.

Handens museum och smedja

Smideskonst och hantverk, Getportsvägen i Kolartorp. Tel: 08-745 48 69, 070-541 25 90. Karta G3

Jordbrogravfältet

Sveriges näst största järnåldersgravfält med omkring 800 synliga järnåldersanläggningar.

Här finns även resterna av en cirka 4000 år gammal stenåldersboplats. Tel: 08-606 70 00. Karta G3

HUDDINGE

Nyboda hembygds- och skolmuseum

Här kan du få uppleva en klokares hemmiljö från förra sekelskiftet och ett tidstroget klassrum från samma tid. Helgfria söndagar kl. 12.00–15.00 från den 18 september till och med den 20 november. Fri entré. Visning för grupper och skolklasser övriga tider, kontakta Ingegerd Bergqvist Tel: 08-711 52 09. www.huddinge.se

Litografiska museet, Grudes Ateljé och Stentryckeri

Huddinges grafiska museum som skildrar den fantastiska grunden för vårt moderna kommunikationssamhälle. Museet hittar du vid Sundby gård. www.litografiskamuseet.se Tel: 08-746 90 91.

Hagalunds tvätterimuseum

Museet minner om en epok från slutet av 1800-talet och början av 1900-talet då många torp i Huddinge hade tvätterirörelse för att tjäna lite extra utöver det jordbruket kunde ge. Med häst och vagn åkte man in till stan en gång i veckan och hämtade stockholmarnas smutstvätt från strykinrättningar och hushåll. Tel: 08-774 22 27

Konsthallen Fullersta Bio

Fullersta Bio är Huddinges egen konsthall. Här bedriver Huddinge konstnärsklubb utställningsverksamhet i funkispärlan Fullersta Bio som är ifrån början av 1930-talet. www.huddingekonstnarsklubb.se

Fullersta Gård

Fullersta gård är ett kulturellt centrum där alla är välkomna att ta del av både samtida och äldre konst. Flera nya utställningar per år. Passa även på att fika hembakat med gott kaffe på Fullersta gårdscafé. 08-711 57 20, www.fullerstagard.se, www.fullerstagard.se

Galleri Lyktan

I Skogås centrum bredvid biblioteket hittar du ett galleri som tillhör kulturföreningen Lyktan. Galleriet har namnet Lyktan, på galleriet kan du se olika utställningar med konstnärer och artister från hela världen. www.lyktan.net

NYKVARN

Taxinge kyrka

Taxinge kyrka är Sörmlands mest enhetliga kyrkobyggnad i 1800-talsgotik.

www.svenskakyrkan.se/turingetaxinge
Tel: 08-554 909 20. Karta A2

Turinge kyrka

Turinge kyrkas äldsta del är från 1100-talet. Till sevärheterna hör Erik Dahlberghs gravkor från 1690-talet som är byggt i barockstil.

www.svenskakyrkan.se/turingetaxinge
Tel: 08-554 909 20. Karta B2

Historisk vandring i Taxinge

Med hjälp av Turinge-Taxinge hembygdsförenings informationsskyltar kan du själv vandra runt och ta del av områdets kulturhistoria. Vykort med karta finns att hämta på Taxinge-Näsby järnvägsstation, Taxinge Krog, Taxinge Slott och i Stallet. Karta A2

Nykvarns Folkets Park

Folkets Parks historia går tillbaka till 1918, då den första dansbanan byggdes. Här anordnas program för både barn och vuxna under sommaren så som danser, konserter, teater, minigolf, café etc. www.upplevnykvarn.se Karta B3

Hembygdsgården Smedsbygget

Första söndagen varje månad kl 12–14 har Turinge-Taxinge hembygdsförening öppet hus i Smedsbygget. Här får du veta mer om Nykvarns historia. www.hembygd.se/sodermanland/turingetaxinge. Karta B3

NYNÄSHAMN

Mopedum Svenska Nostalгимuseet

Museet har som mål att beskriva tidsperioden mellan 1952 och 1979. Vill du ta en fika kan du besöka Kafé Radiokakan som serverar tidstypiska bakverk. www.mopedum.se
Tel: 08-520 132 00. Karta F6

Föreningen Konstpoolen

Konstpoolen är en Konsthall i Nynäshamns gamla badhus. En vacker hall med fint ljus från de stora fönstren där solen lyser in från söder.

www.konstpoolen.se Tel: 08-711 77 88. Karta F6

Batteri Landsort

Dolt nere i berget öppnar sig en fyra våningar stor anläggning (batteri) som skulle skydda Sverige under kalla kriget. Följ med ner och se hur svensk ingenjörskonst har skapat en atombombsäker plats för en besättning på 25 man. Så välkommen in i det tidigare så hemliga berget!

www.batterilandsort.se Tel: 072-200 05 06. Karta E8

Hembygdsgården Nynäshamn

Museet består av en samling vackra äldre hus. Här visas historiska föremål och miljöer från hela kommunen. Här finns också Nynäshamns äldsta hus, kallat Luddes Stuga. Öppet söndagar sommartid kl 12–16. www.nynashamnshembygdsgard.se

Tel: 08-520 166 34. Karta F6

Järnvägsmuseet

I före detta Stockholm-Nynäs järnvägs gamla byggnadsminnesmärkta lokaler visas ånglok, diesellok och järnvägsvagnar byggda kring sekelskiftet och framåt. Här finns även verkstäder, foto- och föremålsutställning. www.njm.nu

Tel: 08-520 139 55. Karta F6

Nynäshamns Konsthall

Stadens konsthall ligger i Biblioteket. Här hålls olika utställningar med både lokala och inbjudna konstnärer året runt.

<http://bibliotek.nynashamn.se/web/arena>

Tel: 08-520 683 10. Karta F6

Godsmagasinet

Beläget lättillgängligt mellan färjeterminalen och gästhamnen i Nynäshamn ligger denna charmiga träbyggnad. Den rymliga ljusa lokalen fungerar som en blandning mellan utställningssal och butik, där du finner både konst och olika sorters hantverk.

www.fkohynas.se Karta F6

Fällnäs Konsthall

Vacker konsthall i en av flyglarna på anrika Fällnäs gård. Utställningar från juni–september.

www.fallnas.se Tel: 073-600 35 71. Karta E6

Runstensvägen

Inte mindre än 27 runstenar finns i Nynäshamn, vilket gör det till ett av de forminnestätaste områdena i Sverige! Några av dessa kan man se längs den så kallade Runstensvägen.

www.visitnynashamn.se

Tel: 08-520 737 00. Karta E5/E6

Blåklöckans Hantverk och Silversmedja

På Blåklöckan ställer flera konstnärer och hantverkare ut alster i trä och silver, blomsterarrangemang, akvareller, olja, keramik och svartsmide. Här sitter också Bertil och jobbar med sina vackra silversmycken. Här finns även kaffeservering.

www.visitnynashamn.se

Tel: 08-520 324 00. Karta E6

SALEM

Nedre Söderby gård

Salems Hemslojdsförening säljer kaffe med bröd och egen tillverkad hemslojd i den gamla gården



med anor från 1500-talet. Öppet maj–sept. I avslutning till den gamla gården ligger Söderby Gravfält med ett av södra länets största förekomster av fornlämningar. www.botkyrka-salem-hemslojd.se

Tel: 08-530 315 45. Karta D2

SÖDERTÄLJE Kulturhuset i Ytterjärna

I detta magnifika hus rymmer teater, café, konferenslokaler och kontor. Huset invigdes 1992 och har på kort tid blivit något av ett kulturcentrum med ett rikt programutbud. Den fina akustiken gör lokalen till en utmärkt konsertsal. Kulturhuset är också ett utmärkt ställe att ha sin konferens eller varför inte komma och äta en härlig biodynamisk lunch och njuta av den underbara miljön.

www.kulturhuset.nu Tel: 08-554 302 00. Karta C4

Torekällberget

Torekällbergets friluftsmuseum består av "Staden" och "Landet". I stadsdelen ligger Stadsmuseet, Handelsboden, Pagelska gården, Arbetarbostaden och hantverkskvarter. I den del som kallas "Landet" ligger Råbygården med enbart gamla, svenska lantraser. Här finns också dansbana, kängelbana, den vackra dammen och väderkvarnen – Torekällbergets symbol. Torekällberget, Södertälje.

www.sodertalje.se/torekallberget

Tel: 08-523 014 22. Karta C3

Stadsvandringar

Varje tisdag och onsdag kväll under juni–augusti kan du följa med någon av våra duktiga guider på en vandring genom staden. Vill du hellre promenera själv kan du komma in till Turistbyrån och hämta bladet "Stadsvandring på egen hand".

www.sodertalje.nu Tel: 08-523 060 30.

Luna kulturhus

Ett nytt och modernt kulturhus där alla verksamheter – bibliotek, utställningssal, scen, bildverkstad och ungdomscafé är samlat på ett plan.

Luna gallerian, Södertälje.

www.sodertalje.se/lunakulturhus

Tel: 08-523 020 80. Karta C2

TYRESÖ

I Tyresö anordnas det många kulturevenemang; barnteatrar, konserter och föredrag. I Tyresö konsthall pågår det spännande utställningar med samtidskonst under hela året, och många aktiviteter pågår på de tre biblioteken. Tyresö medeltidsdagar i maj med tornerspel, medeltida marknad och spektakel drar varje år många besökare. På Bio Forellen visas aktuell film. Exempel på andra evenemang är Tyresöfestivalen, lokalhistoriska vandringar, naturguidningar, Slätter på Ahlstopr och kulturveckan Kultur i höstmörket. Program finns på tyreso.se/evenemang. Tel: 08-578 291 07.

Tyresö slott och park

Tyresö slott och park är en välbevarad kulturhistorisk miljö. Vandra genom parken till Notholmen med café och gästhamn. Gå i Prins Eugens fotspår och se exempelvis platsen som inspirerade till hans mest kända tavla, Molnet. Börja vid Lilla Tyresö, huset där han tillbringade många somrar och som idag fungerar som vandrarhem. Läs mer under Slott, Trädgårdar och Sova. www.nordiskamuseet.se

Tel: 08-519 546 00, 070-555 77 02. Karta H2

Tyresö kyrka

Tyresö kyrka från 1641 är en av Sveriges populäraste vigselkyrkor. Kyrkan har ett idylliskt läge på en kulle omgiven av ängsmark och Tyresö slott. Karta H2.

Rida

Islandshästar, allergivänliga basjkirer, westernhästar och pampiga clydesdalehästar. Turridding är en härlig aktivitet för såväl vana ryttare som nybörjare, sommar som vinter.



BOTKYRKA

Ridskolan Karlslund

Här kan du hyra häst, gå på ridskola eller ridläger. Här finns även boendemöjligheter. www.ridskolankarlslund.se
Tel: 0708-79 49 38 Karta E3

Södertörns Islandshästar

Här kan du boka både ridturer och lektionsridning. Matsäck ingår alltid. Öppet året runt. www.sodertornsislandshastar.se
Tel: 08-530 274 03. Karta D4

Södertörns ryttercenter

Här kan du ägna dig åt både uteritt, westernridning, ridskola och banhoppning. www.ryttercenter.com Tel: 070-544 21 31. Karta E4

4H Hågelby gård

På 4H rider du på trygga, vana hästar och ridturen går ute i naturen. Endast för dig med funktionsnedsättning. www.hagelby.se/4h
Tel: 08-531 713 70. Karta E2

HANINGE

Fors gård, Västerhaninge

Turridding med islandshästar, ridskola, sommarläger, övernattningar, kurser, privatlektioner, konferenser. www.forsgard.se
Tel: 08-500 107 89, vard 10-12. Karta G4

Gålö, Stegsholm

Ponnyridning. www.stegsholmsgard.se
Tel: 070-237 89 36. Karta H3

Hammarby gård

Utefter Dalarövägen mot Åva. Basjkirhästar (allergivänliga). Ridskola, turridding, handikappriding och sommarläger. www.hammarbygard.com
Tel: 08-500 320 42. Karta G4

Skutans gård

Fritidsgård nära Brandbergen med ridskola, ridläger och handikappriding. Besöksgård med smådjur. Tel: 08-745 44 46, 08-745 44 77. Karta G3

Sofies islandshästar

Tur- och ponnyridning. www.islands-hastar.se
Tel: 08-500 413 00. Karta F4

Tungelsta ridklubb & ridskola

Ridklubb och ridskola för barn och vuxna samt knatteridning. www.tungelstaridklubb.nu
Tel: 08-500 311 70. Karta G4

HUDDINGE

Om du vill uppleva de höga naturvärdena som finns i Huddinge kommun är ridning ett bra alternativ. I Huddinge kommun finns det sju stall i anslutning till vackra naturmiljöer. Det finns även två ridleder i Huddinge. Mer information på www.huddinge.se

NYKVARN

Basta Basjkir

På Basta rider du på Basjkirhästar, som är starka och tåliga med ett jämnt och lugnt temperament. Turridding, miniläger och ridläger erbjuds. [webb: www.bastabaskjir.se](http://www.bastabaskjir.se)
Tel: 08-552 414 08, 0766-30 55 15. Karta B3

Eldskari Islandshästar

Torsättra gård och Eldskari Islandshästar erbjuder turridding, ridskola, privatlektioner och inackordering av islandshästar. I anslutning till stallet finns många fina ridvägar. Tel: 08-550 931 13, 0708-28 48 40. www.eldskari.se

Long Valley Ranch

Long Valley Ranch i Taxinge utbildar hästar och ryttare i westernridning. All ridning sker på lugna och välutbildade amerikanska quarter- och painthästar. www.longvalley.se
Tel: 0159-301 60. Karta A2

NYNÄSHAMN

Stall Idun

Erbjuder turridding på pampiga Clydesdalehästar för såväl nybörjare som mer erfarna ryttare. Här finns också två ponnyer för ridning/körning av de mindre barnen. Det finns även möjlighet att bekanta sig med gårdens kattungar, kaniner, hönor och kycklingar. www.stallidun.com
Tel: 073-985 38 63. Karta F4

Herrhamra Gård

Erbjuder turridding för såväl nybörjare som vana ryttare. Kan även ordna specialarrangemang med olika upplägg. www.herrhamragard.se
Tel: 070-888 21 21 eller 070-400 70 45. Karta E7

Nynäshamns Ridskola

Ideell förening som anordnar bland annat dagridläger, helgkurser samt handikapp-riding. Verksamhet året runt. www.nrk.se
Tel: 08-520 164 26. Karta F6

Sorunda Ridskola

Sorunda Ridklubb på Vansta Gård driver främst ridskoleverksamhet. Den största delen av verksamheten är lektionsridning för barn och ungdomar, lägerverksamhet, kurser med mera. Verksamhet året runt. www.sork.se
Tel: 08-520 306 70. Karta E5

SÖDERTÄLJE

Månbacken

Erbjuder turridningar och utflykter med häst och vagn för mindre grupper i vacker och avkopplande miljö. Kontakta Åke eller Karin Karlsson för bokning. Hölö. www.manbacken.se Tel: 070-668 97 36. Karta C5.

Stall bergtorp – Tälje skog och ungdom.

På Bergtorp så har massor av olika ridgrupper! Stall bergtorp har allt från ponnyvarv till nybörjar- och fortsättningsgrupper, både för barn och vuxna. <http://stallbergtorp.webs.com/>

Torekällberget

Ponnyridning för barn under helger. www.sodertalje.se/torekallberget
Tel: 08-523 014 22.

Södertälje Ridklubb

Ridskola, träning och tävling Åtorp Lina www.8.idrottonline.se/SodertaljeRK-Ridsport
Tel: 08-550 361 00.

TYRESÖ

Fårdala Gård

Ridanläggningen på Fårdala gård drivs av Tyresö Rytterförening. Här finns ridhus och uteridbanor och man har kurser, motionsridning och specialträning för tävling på både ponnyer och hästar. För ryttare med funktionsnedsättning finns specialutbildade instruktörer. Här bedrivs också hästkötarkurser och andra fritidsaktiviteter. Under juni anordnas dagridläger. www.tyresoridskola.se
Tel: 08-770 42 60. Karta H2

Golf

Gå en runda på någon av våra många golfbanor från 9 till 27 hål, för både nybörjare och vana golfare. Ofta finns café, restaurang och golfbutik i anslutning.

BOTKYRKA

Botkyrka golfklubb

Golfklubben erbjuder spel på en kuperad 18-hålsbana vid natursköna Malmbro Gård. Här finns också korthålsbana, driving range, golfshop och restaurang med fullständiga rättigheter.

www.botkyrkagk.se

Tel: 08-530 296 50. Karta E3

Rikstens golfbana

Huvudstadens golfklubb har en parkbana med driving range på området samt servering och café.

www.huvudstadensgolf.se

Tel: 08-511 700 55. Karta F3

Grödinge Golfcenter (fd Grödinge golfklubb)

På Grödinge Golfcenter krävs inget grönt kort. Här finns korthålsbanor, en fullängdsbana, en juniorbana, driving range, en golfshop och servering med fullständiga rättigheter. Utbildade tränare finns dagligen på plats.

www.ggc.nu

Tel: 08-550 962 66. Karta D3

Bangolf

I Botkyrka hittar du två bangolfbanor. Friluftsgolfbanan på Lida Friluftsgård med 12 hål är som en riktig golfbana i storlek av en minigolfbana. Byggt i konstgräs och innehåller både bunkrar och vattenhinder. Du använder enbart putter och en speciell golfboll. Vid banan finns även ett värdshus samt en kiosk med fika, dricka, glass och tilltugg. Botkyrka har även en klassisk bangolfbana vid Slagstabadet. För mer information om Slagstabadet se under rubrik "Bad" här i broschyren.

HANINGE

Haninge golfklubb

vid Årsta slott: I anrik slottsmiljö finns en 27-håls kvalitetsbana, korthålsbana, driving range, restaurang och kiosk. www.haningegek.se

Tel: 08-500 328 50. Karta G4

Haninge Strand golfklubb

18-hålsbana i Årsta, med målgolfbana, säsongöppen restaurang och butik. Senior- och juniorundervisning. www.hanigestrand.se

Tel: 08-707 06 60. Karta H3

Husby golfbana, Österhaninge

18-hålsbana med golfhall vid Husby, med driving range, målgolfsområde och kaffelada. Senior- och juniorkurser. www.husbygc.se

Tel: 08-500 322 85. Karta G3

Österhaninge golfklubb

18-hålsbana med golfhall vid Husby, med driving range, målgolfsområde och kaffelada. Senior- och juniorkurser. www.osterhaningegek.se

Tel: 08-500 320 77. Karta G3

Fors Golf

18-hålsbana i närheten av Årsta säteri med

"Pay-and-play". www.forsgolf.se

Tel: 08-500 268 70. Karta G4

Smådalarö golf

9-hålsbana. www.smadalarogard.se

Tel: 08-501 551 05. Karta I3

Haninge golfhall (i Jordbro)

60 mattor och nybörjarkurser för vuxna, öppet

november–april. www.haninge-golfhall.se

Tel: 08-745 09 02. Karta G4

HUDDINGE

I Huddinge finns Ågesta GK. golfklubben erbjuder

en 18- och en 9-hålsbana, utbildningar och olika

övningsområden. www.igestagk.se

Tel: 08-447 33 30.

NYKVARN

Vidbyns Golf Club

Vidbyns Golf Club har två 18-hålsbanor, South Course och skogsbanan Axa Course. Banorna är ritade av den välrenommerade amerikanska golfarkitekten Brian Curley. Golfshop, restaurangen Vidbyns Kök & Bar.

www.vidbynasgolf.se Tel: 08-554 906 00. Karta B2

NYNÄSHAMN

Nynäshamns golfklubb

Nynäshamns golfklubb har tre 9-håls slingor och 9 pay-and-play hål. Banan håller hög internationell klass. Shop, golfverkstad, swingstudio och tränare. Är värd för Nordea Tour Damer.

www.nynashamnsgek.se

Tel: 08-524 305 90. Karta E5

Golfblaster 3D, Utsikten Meetings

Ta en golfvanda i full 3D – helt utan regn och blåst! Personlig coach kan bokas.

www.utsiktenmeetings.se

Tel: 08-546 291 00. Karta F6

SALEM

Salems golfklubb

Salems golfklubb driver egna golfbanor med 27 hål.

Klubbhus och restaurang vid Högantorps gård.

www.salemsgk.se

Tel: 08-550 940 50. Karta C2

SÖDERTÄLJE

Kallfors golfklubb

Här finns en vacker prisbelönt bana med 27 hål,

en förstklassig restaurang och Kallfors Hotell.

www.kallfors.com Tel: 08-551 70 000. Karta C4

Järna golfklubb

En klubb för den som vill prova/ börja spela golf.

Pay & play bana med 9 hål i vacker miljö.

www.kallfors.com

Tel: 08-551 700 00. Karta C4

Viksbergs golfklubb

18- håls bana 25 minuter från Stockholm i underbar natur nära Mälaren.

www.viksbergsgolf.se

Tel: 08-550 946 05. Karta D4

Wasa Golf

Wasa Golf är med sina 27 hål Sveriges största

golfanläggning med konstgräs på greener och

tees. Spel året runt. www.wasagolf.se

Tel: 08-410 037 21. Karta C3

TYRESÖ

Tyresö golfbana

18-hålsbana med mycket vatten i spel. Golfbanan

skapar en vacker övergång från centrumbebyggelse

i söder till milsvid skog i norr. En omväxlande

park- och skogsbana. Golfshop, driving range,

restaurang, bangolf (minigolf), golfskola, övnings-

område. Golf.se rankar 14:e hålet på Alec's Golf

golfbana i Tyresö som världens svåraste hål!

Bäverbäcksvägen 14. www.tyresogolf.se

Tel: 08-798 35 66. Shop: 08-742 08 01. Karta H2



Vintersport



BOTKYRKA

35 km preparerade längdskidspår binder ihop Harbrostugan i Tumba, Brantbrinks idrottsplats i Tullinge och Lida friluftsgård. Plogade skridskobanor finns på Getaren vid Lida Friluftsgård. Här kan du hyra långfärdsskridskor och i området finns även en belyst pulkabacke med konstsnö, skidbacke med lift och uthyrning av utförsåknings-skidor. www.lida.nu
Tel: 08-778 43 80. Karta E3

Ishallar

Allmänheten är välkommen att gratis nyttja våra ishallar. I Botkyrka finns tre hallar, Roplanhallen och Ishuset i Tumba samt Brantbrinks ishall i Tullinge. Botkyrka kan även, när vädret tillåter, erbjuda ett flertal isar utomhus. För dagsaktuell information se www.botkyrka.se

HANINGE

Skridskoåkning i Rudan

Rudans friluftsområde och naturreservat, vid Handens pendeltågsstation. Plogad skridskobana på sjön. Du kan också åka skridskor i Haninges tre ishallar. www.haninge.se
Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Skidspår i Rudan

Rudans friluftsområde. Preparerade skidspår. Konstsnöanläggning.
www.haninge.se Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Skidspår i Tyresta

Skidspår, raststuga.
www.tyresta.se Tel: 08-745 33 94 Karta H3

HUDDINGE

Är du intresserad av längdskidåkning så finns det fina spår kring Visättra sportcenter och Ågesta friluftsområde. Är du intresserad av långfärdsskridskor är Drevviksrännan ett årligt återkommande evenemang för alla som är intresserade av långfärdsskridskor.

Flottsbro friluftsgård

Flottsbro friluftsgård har Stockholms största och snösäkraste skidanläggning. Här har du både en skidverkstad och möjlighet att hyra utrustning. Du kan avnjuta en god lunch framför den öppna spisen i restaurangen eller ta med egen mat och äta i matsäcksrummet. Flottsbro har även en modern stugby om man vill stanna över natten.
Tel: 08-535 327 00.
www.flottsbro.se
www.visattrasportcenter.se
www.huddinge.se/natur

NYKVARN

Långfärdsskridskoåkning på Yngern och Mälaren

När isförhållandena är bra så kan du åka långfärdsskridskor på Yngern. Starta din åkning vid Hökmossbadet eller Lövnäsbadet i Nykvarn. Om du vill åka på Mälaren är Taxingebadet vid Taxinge Slott en bra startplats. www.upplevnykvarn.se

Oxvretens friluftsområde

Här finns ett 4,5 km långt omväxlande elljusspår som ger utmärkt träning. I klubbstugan finns omklädningsrum, dusch och bastu.
www.oxvreten.se
Tel: 08-552 476 04. Karta B3

NYNÄSHAMN

Långfärdsskridskoaisarna är i toppklass och många vallfärdar hit för att åka på de vackra havsisarna.

Iceguide Ordnade turer på isarna i och kring Nynäshamn med kunnig guide. All utrustning ingår.
www.iceguide.se Tel: 073-089 47 63.

Skridskoåkning på Fjättern Insjö, plogas inte. Parkering vid Torö Sten alternativt vid Enebybanan. Karta E6/F6

Skridskoåkning Muskan Insjö, plogas inte. Parkering vid Körunda Golf och Konferens hotell alternativt vid den allmänna badplatsen vid Körundavägen. Karta E5

Fiska

Upplev spännande ismete efter stor gädda och gös i skärgårdens vinterskrud. www.exclusivefishing.net
Tel: 073-400 06 78.

Skidspår

Längdspår vid Fjättern Elljus-slinga på 2,5 km söder om sjön. (Slingan kan du tända själv, se anslag vid Torö sten, där man även kan parkera.) Slingor på 5, 6, 10 och 15 km. När sjön fryser går det utmärkt att åka både skidor och skridskor på den. Karta E6/F6

Längdspår Körunda Spår 1 och 3,5 km på Nynäshamns Golfbana intill sjön Muskan. Starta från grindarna intill infarten till banan eller från hotellet. Karta E5

Lövhagens friluftsområde Ej spårat men ett populärt område för skidåkning och vandring vintertid. Utgå från Lövhagens vandrarhem. Karta F7

Sunnerby Elljusslinga 2,5 km. Vid mycket snö för längs slingan till ca 1 mil över ängarna. Start från Väggarövägen i Sunnerby. Karta E5

SALEM

Sjöarna Uttran och Flaten i Rönninge plogas för skridskoåkning vid tjänlig väderlek. www.salem.se
Tel: 08-532 598 00.

SÖDERTÄLJE

Ragnhildsborgsbacken

En perfekt backe för pulkaåkning. Här finns möjlighet att på egen hand eller med hjälp av instruktör, lära sig både skidor och snowboard. Skidlift och väffelstuga håller öppet när vädret tillåter. Ragnhildsborg, Södertälje. www.ragnhildsborgsbacken.se
Tel: 08-550 171 80. Karta C2

Södertälje Curlingklubb

Här finns möjlighet för både nybörjare och proffs att träna och tävla i curling. Klubben erbjuder medlemskap och hyr ut hallen samt full utrustning för både små och stora grupper. Månskensrinken, Södertälje
www.sodertaljecurling.se
Tel: 08-550 375 55. Karta D3

Tveta

I Tveta finns nu elljusspår på 1,5 km, 2,5 km och ett spår på 5 km utan belysning. På IFK Södertäljes webbplats finns aktuell information om spåren i Tveta. www.tvetafriluftsgard.se Karta C3

DREVVIKENS RUNDISBANA

Ett samarbete mellan fyra kommuner. Den är 20 km lång och har, när isen bär, nio av- och påfarter. Rundisbanan är ett samarbete mellan Stockholm stad och Haninge, Huddinge och Tyresö kommun. Karta G2

Karta över påstigningsplatser finns på tyreso.se/drevviken.



Enhörna friluftsgård

Vid Enhörna friluftsgård finns det både skidspår och skridskobana när vädret tillåter. Här finns också en liten pulkabacke för mindre barn.
www.enhornainf.nu Tel: 08-550 445 64. Karta B2

AXA Sports Center

Hemmaarena för Södertälje Sportklubb, SSK. I anläggningen finns rinkarna Scaniarinken och Wasa-rinken som används till ishockey och konståkning. Här finns möjlighet till skridskoåkning under allmänhetens åkning, på bestämda tider och dagar. Genetaleden 1, Södertälje.
www.axasportscenter.se
Tel: 08-554 206 50. Karta C3

Fågelkärret

Naturisbana som spolas vintertid när vädret så tillåter. Storlek/yta: 100 x 60 m. Erik Dahlbergs väg Idrottsvägen, Södertälje.
Tel: 08-523 060 00. Karta D3

Ljungbackens IP (Järna IP)

Ishall för ishockey, rinkbandy, konståkning och allmän åkning. Rönnevägen, Järna.
Tel: 08-523 034 30. Karta C4

TYRESÖ

Albysjön Plogad rundslinga på 1 och 4 km när isen bär. Se tyreso.se/skridskor för dagsaktuell information. Karta H2

Alby Friluftsgård Skidspår 2 och 4 km samt pulkabackar (se under friluftsområden). Karta H2

I Tyresö finns också två ishallar och två uteskridskobanor – vid Tyresövägen och Trollbäckens IP Karta H2



Friluftsområden

BOTKYRKA

I Botkyrka finns ett antal fantastiska naturområden och naturreservat, som alla är unika på sitt sätt. Några exempel: Brinkbäcken, som är östra Sveriges mest åskådliga exempel på hur en ravin bildas. Ekholmen är en skogsbeväxt halvö vid Aspens nordöstra strand. Ensta ö ligger i sjön Uttran och är rik på växter, svamp och bär. Stora delar av Hörningsnäs var vid 1600-talets slut slätterängar. De nyaste naturreservaten är Vinterskogen mellan Uttran och Vårsta samt Lida i Tullinge. www.botkyrka.se/upptackunikabotkyrka, www.botkyrka.se/kulturspar eller via din smartphone med appen onspotstories.

Lida Friluftsgård

Sörmlandsleden passerar Lida Friluftsgård och Äventyrsstigen går runt sjön Getaren. På Sinnenas stig ges tid för avkoppling. Här kan du spela friluftsgolf, fritt nyttja friluftsgymet eller någon av alla fina leder i området. www.lida.nu Tel: 08-778 4380. Karta E3

Naturstigen Aspen

Kring sjön Aspen finns en ca sju kilometer lång naturstig som passerar naturreservatet Ekholmen. Vandrigen bjuder på variationsrik och spännande natur, intressanta kulturmiljöer och fornlämningar. Broschyr kan hämtas på Café Anna Giertz i Hågelbyparken eller laddas hem som PDF via www.botkyrka.se Tel: 08-599 07 100. Karta E2

SÖRMLANDSLEDEN

Med sina 100 mil slingrar sig genom landskapet Sörmland, är en av Sveriges längsta natur- och kulturvandningsleder. Leden är markerad med orangefärgade ringar runt träd och stolpar, skyltar med texten SÖRMLANDSLEDEN och S-pilar. Ibland kompletteras markeringarna med blå färg, t ex på pilspetsar eller en prick i ringen runt träd, det markerar att sträckan

även är en del av en rundslinga. Etappskyltar finns uppsatta vid etappgränserna och de ger vandren fakta i form av kartor och beskrivningar om etapperna närmast före och efter skylten. Vid intressanta natur- och kulturföreteelser finns sevärdhetsskyltar som ger lite extra intressant information. www.sormlandsleden.se Tel: 0155-355 64

Mälarpromenaden

Mälarpromenaden mellan Slagstabadet och Norsborgs herrgård är nyrustad och bjuder till skönpromenad intill Mälaren. För guidade vandringar www.botkyrka.se Karta E2

Bornsjön

Området kring Bornsjön har fina leder i vackert skogslandskap. Området närmast Bornsjön är ett Natura 2000-område. Området är mycket rikt på både djur och växter. Här finns också många fornlämningar. Karta D2

Skansberget och Örnberget

I Tullinge, intill Tullingesjön, ligger både Skansberget och Örnberget. Båda platserna kan visa upp fornborgar och gravfält från järnåldern. Botkyrkas största fynd från bronsåldern kommer härifrån och kallas för Tullingeskatten. Fynden består av en skära, två yxor och några smycken. Karta E2

Pålamalm

Här finns Sveriges största dödisgrop som inte är fylld med vatten. Ett hål som är 30 m djupt och 50 m brett. Intill denna grop finns också ett fossilt klapperstensfält. Karta F3

HANINGE

Nynäsleden – en del av Sörmlandsleden

Den fyra mil långa Nynäsleden börjar i Nynäshamn och slutar i Hanveden väster om Handen. Där ansluter den till Sörmlandsleden, som den numera är en del av. Leden är mestadels lättgången. Rastplatser och vindskydd där man kan övernatta. Karta G3

Tyresta nationalpark

Enligt Naturvårdsverket är Tyresta det i särklass mest värdefulla urskogsområdet söder om fjällen. Här kan du vandra och uppleva den unika urskogens orörda natur, med lavklädda hållmarker, flera hundra år gamla tallar, dalgångar med mäktigt gran-



skog, vackra skogssjöar och tjärnar och doftande myrmarker. Tyresta by är huvudentré till området och här finns också många aktiviteter. Några exempel är guidningar med kunniga och inspirerande naturvägledare på grodspaning, urskogsvandring eller exkursion till skogsbrandsområdet. Inne i naturum Nationalparkernas hus kan du få en visning av utställningen om Sveriges alla nationalparker, se bildspel eller lyssna på föredrag. www.tyresta.se Tel: 08-745 33 94. Karta H3

Rudans friluftsområde och naturreservat
Alldeles intill Handens pendeltågsstation. Friluftsbad, ädelfiske, motions-, elljus- och skidspår, mountainbikespår, frisbeegolf, pulkabacke, grillplatser och omklädningsrum med bastu. Aktivitetsbana med 14 olika hinder. Barnen uppskattar framför allt "kaninstigen", som är en kulturstig. Vid Rudan finns även teaterladan, där teaterföreställningar visas. Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Haninges naturreservat
I Haninge finns vackra och intressanta naturområden och 20 naturreservat. www.haninge.se

HUDDINGE
Orlångens naturreservat
En pärla bland Huddinges nio naturreservat är Orlången. Det är lättillgängligt och fullt av spännande naturmiljöer som levande jordbruk, blomstrande hagmark, gammelskog och fågelsjöar. Här finns underbara vyer för picknicken och en mängd spännande stigar genom ett ålderdomligt kulturlandskap. Vid sjön Orlången ligger Sundby, där man kan bada och fiska.

Paradisets naturreservat
Paradiset är ett naturreservat i södra delen av Huddinges kommun, som fått sitt namn efter ett gammalt torp som ligger där. Idag fungerar torpet som raststuga och övernattningsplats för

vandrare. www.paradisets.naturreservat/natur
Paradisets.naturreservat/natur,
www.sormlandsleden.se,
www.huddinge.se/natur

NYNÄSHAMN
Käringboda naturreservat
Ett naturskönt historiskt område med rikt fågel- liv. Strövstigarna är lagda så att du ska kunna anpassa promenadens längd genom att växla in på olika stigar. Huvudstigen är ca 8 km lång. Vid parkeringen vid Grava finns RTC och en gång- väg till badet som gjorts i ordning för att kunna fungera för rörelsehindrade. Karta över området finns på Nynäshamns Turistbyrå. Markägare och Naturvårdsförvaltare: Skärgårdsstiftelsen www.skargardsstiftelsen.se Karta E6/E7

Våtmark Alhagen
Vid Alhagen möts våtmarkens vattenspeglar och friska vegetation av dramatiskt branta bergssidor och rika skogsmiljöer. För att du som besökare på nära håll ska kunna studera det rika växt- och djurlivet finns det totalt 6 km gångväg genom anläggningen. Vill du komma närmare vattnet kan du välja att ta dig längs med de vallar som skiljer våtmarkens dammar åt. www.nynashamn.se Tel: 08-520 680 00. Karta F6

Strandvägen och Lövhagen
Den vackra Strandvägen börjar vid Nynäs Havsbads pendeltågstation och går vidare längs kusten till Lövhagens friluftsområde. På vägen passerar du Oscarsberget som fått flera kungliga namnteckningar, Hembydsgården med det gamla fiskar- torpet "Luddes stuga" och Nynäshamns segel- sällskap. Strandvägens föregångare utgjordes av träbryggor som byggdes när OS-seglingarna hölls i Nynäshamn 1912. Lövhagens friluftsområde har en mängd vägar, stigar och motionsspår att promenera, jogga eller åka skidor på. Området har

också fina sandstränder och badklippor. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6/F7

Torö Stenstrand
Stenstranden är en underbar strand längst ut på Torö söder om Nynäshamn, som ger en stark känsla av Gotland. Det är en näst intill mytomspunnen plats bland landets vägsurfare, men hit hittar även fågelskådare, barnfamiljer och ett och annat brudpar. Härifrån kan man se öppen horisont och blicka ut över Landsort. Tel: 08-520 680 00. Karta E8

SÖDERTÄLJE
Måsnaren runt
Runt sjön Måsnaren löper en led bestående av promenadstigar, skogsstigar och vägar. Hela sträckan är 12 km lång med mycket omväxlande natur. Sträckan är markerad och det finns kartor över leden att ladda ner via Internet. www.sodertalje.se Karta C3

Hälsans stig
1995 upprättade Irland den första Hälsans Stig, tanken var att inspirera till motion för folkhälsans skull. Södertäljes slinga går i en härlig miljö, bland annat längs kanalen. Varje kilometer är utmärkt och totalt är stigen 7 kilometer. Kartor finns att ladda ner på www.sodertalje.se

Gillberga friluftsgård
Gillberga är ett friluftsområde specialanpassat för personer med funktionsnedsättning, vackert beläget vid Malmsjön en knapp mil nordväst om Södertälje. I området finns en asfalterad slinga genom skogen, grillplats och badstrand. Sommartid finns brygga och rullstolsramper i vattnet. Karta C2



Tveta Friluftsgård

Friluftsgård vid sjön Måsnaren med motionsslingor på 1,5 km, 2,5 km, 5 km, 7 km och 10 km, elljusspår, bastu och omklädningsrum. Karta C3

NYKVARN

Jägarskogens naturreservat

I Jägarskogens naturreservat finns många olika biotoper att uppleva. Promenera eller jogga på någon av de välmarkerade slingorna eller ta ett dopp längs den fina strandkanten. Vid Jägarskogsudden finns grillplats och vindskydd. Här kan du testa fiskelyckan och njuta av läget vid sjön Yngern. Hela slingan är 3 km lång, den barnvagnsvänliga delen närmast parkeringen är 1,5 km och den västliga "Strandstigen" är ca 0,7 km lång. Karta B3

SALEM

Bornsjöbygden i Salem

I den vackra Bornsjöbygden finner man mycket vacker natur och ett rikt djur- och fågelliv. Flera fridlysta fåglar och växter och goda chanser att se älg. Herrgårdarna, torpen och gårdarna runt Bornsjön är välbevarade och värda ett besök, liksom de många fornlämningarna. Vid Bergaholm utgår en friluftsstig på ca 5 eller 10 km. www.salem.se
Tel: 08-532 598 00. Karta D2

Garnuddens Friluftsområde, Rönninge

Garnuddens friluftsområde är beläget vid Uttran i Rönninge. Här finns bl a tennishall, Möllebadet och ett motionsspår på ca 2,5 km. Dessutom vackra områden att ströva i längs Uttran strand.
www.salem.se
Tel: 08-532 598 00. Karta D3



TYRESÖ

Hela Tyresö är som ett stort friluftsområde och det finns flera naturreservat – bara 19 procent av kommunens yta är bebyggd. Besök till exempel tornet på Telegrafberget som har milsvid utsikt över Stockholm och skärgården eller ströva igenom de orörda skogarna i Tyresta naturreservat. Kommunen arrangerar gratis naturguidningar året runt, en del anpassade för barnvagnar och för personer med funktionsnedsättning.

Alby friluftsgård

Alby friluftsområde vid Albysjön i Tyresö ligger i ett rikt kulturlandskap med vacker natur. De intilliggande gravfälten vittnar om att människor bott här redan under vikingatiden. Friluftsgårdens anläggningar har varsamt placerats in i landskapet. Här finns vandringsleder, bad, grillplatser, beachvolleybollplan, frisbeegolf 9-hålsbana. Belyst motionsspår, 2 och 4 km skidspår, skridskobanor plogas på Albysjön, pulkabackar. Raststuga och servering.
www.tyreso.se/alby
Tel: 08-770 14 45. Karta H2

Vissvass

Vissvass längst söderut i en havsvik är den enda bevarade bymiljön i Tyresö. Trots att boningshusen har undergått en del förändringar under 1900-talet är Vissvass ett fint exempel på en bymiljö vid skärgårdskusten. Området ligger i ett orört kulturlandskap. Karta I2

Nyfors

Nyfors är en av regionens större vattenfall, med en fallhöjd på mer än fem meter – här fanns en gång hammarsmedja, såg, krutkvarn, kopparhammare, pappersbruk, väveri, valsverk och kvarn. I dag kan vi se endast vissa grunder till verksamheterna och området är kulturhistoriskt minnesmärke. Har du tur kan du träffa på den sällsynta strömmstaren. Karta H2

Cykla

För dig som gillar att susa fram på två hjul finns cykelkartor och förslag på trevliga cykelturer. Har du ingen egen cykel går det bra att hyra en. Glöm inte cykelhjälmen!

BOTKYRKA

Lida Friluftsgård

Här kan du cykla MTB på två permanenta slingor. Den ena är kortare och mer teknisk jämfört med den andra som är lite längre för konditionens skull. www.lida.nu Tel: 08-778 43 80. Karta E3

I de södra delarna av Botkyrka, Grödinge, finns vackra och flitigt nyttjade landsvägar med mycket att upptäcka. Här är biltrafiken inte lika påtaglig. För Botkyrkas cykelkarta se www.botkyrka.se.

HANINGE

Haninges cykelkarta finns hos turistbyråer, bibliotek och i kommunhuset i Handen.

Rudans friluftsområde

Haninge. Mountainbikespår. 5,8 och 15 km. www.haninge.se
Tel: 070-660 80 08. Karta G3

Hyra cykel

Dalarö turistbyrå www.dalaro.se
Tel: 08-501 508 00. Karta I3

Gålö havsbad www.galohavsbad.se
Tel: 08-500 338 80. Karta H4

Ornö krog www.ornokrog.se
Tel: 08-501 560 00. Karta I4

Utö gästhamn www.utogasthamn.se
Tel: 08-501 574 50. Karta H5

Utö turistbyrå www.uto.se
Tel: 08-501 574 10. Karta H5

HUDDINGE

Huddinge har en egen cykelkarta och en broschyr där beskrivningar av turer, separata kartor och förslag på sevärdheter ingår. Givetvis är hela Huddinges cykelnät inprickat, så du lätt kan ta dig fram. Cykelkartan och broschyren finns i ett praktiskt fodral och går att få och beställas på Servicecenter Huddinge och på biblioteken. www.huddinge.se
Tel 08- 535 300 00.

Mountainbike i Flottsbro

Flottsbro är historisk mark för Svensk Mountainbike. Här hölls de första Riksmästerskapen i MTB 1992 och här tränar Sveriges mest framgångsrika klubb Spårvägen. CF-Skogen runt Flottsbro innehåller massor av fina stigar för MTB. Vi har spår för XC, DH & 4X. www.flottsbro.se Karta E2

NYKVARN

Turistväg Taxinge-Gripsholm

Längs med E20 mellan Nykvarn och Mariefred sträcker sig den gamla landsvägen, en cirka två mil lång sträcka kantad av intressanta utflyktsmål. www.upplevnykvarn.se

NYNÄSHAMN

Cykeluthyrning

Uthyrning av vuxen- och barncyklar. Hjälmar samt barnsaddlar finns. Du kan även få information om bra cykelleder och kartor. Nynäs hamns Turistbyrå, www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Nynäsleden

En populär led som går hela vägen från Nynäs hamn till Stockholm. Leden är skyltad och det tju-siga är att man kan ta cykeln med sig på tåget om man inte vill cykla hela vägen. Leden går genom ett fantastiskt kulturlandskap. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00

Kustlinjen

Ta med cykeln ut i skärgården, från Nynäs hamn går Waxholmsbåten till Ålö och därifrån kan man cykla till Utö. Sträckan är ca 8-10 km lång och går igenom Ålös skogsbeklädda marker. Väl på Utö tar man sig vidare med båt till Årsta Havsbad. Karta finns att köpa på Nynäs hamns Turistbyrå www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00

SÖDERTÄLJE

Cykla på Mörkö

På Mörkö finns flera avkopplande cykelstråk i lantlig miljö. Vägarna är lättcyklade, med några få stora backar. Hyr du cykel på Idala café och galleri så får du en cykelkarta med åtta olika turer,

CYKLA SÖDERTÖRN RUNT

Cykla Södertörn Runt är en guide med trevliga turförslag som går genom fina skogsområden, skärgårdslandskap och jordbruksbygd. Hela rundan är 200 km och uppdelad i sju etapper. Länkar till detaljerade etappbeskrivningar och översiktskartor finns på kommunernas webbplatser (se baksidan). Mer information finns hos turistbyråerna. www2.cykelframjandet.org/sodertornu

varav hälften går på vägar med mycket lite trafik. I lanthandeln och caféet kan du köpa en matsäck till turen och även låna kaffetermos. Öppet sommartid. www.idala.nu
Tel: 08-554 606 11. Karta D5

Södertälje Gästhamn

Hyr en cykel i centrala Södertälje. www.sghc.net
Tel: 08-550 647 12, 070-310 64 49. Karta C3

Södertälje Turistbyrå

Hyr en cykel i centrala Södertälje. www.sodertalje.nu Karta C3

TYRESÖ

I Tyresö finns en speciell cykelkarta – hämta den på Servicecenter i kommunhuset i Tyresö Centrum. Där och på webben hittar du också förslag och kartor på trevliga cykelturer. www.tyreso.se/cykla Karta H2



Äta

Att hitta god mat och fika söder om Stockholm är inte svårt. Här finns många restauranger, caféer, värdshus, slott och herrgårdar som serverar allt från lyxmiddagar till fika med kaffe och bulle. Välj färsk fisk med utsikt över havet eller kak- och tårtbord i slottsmiljö!

BOTKYRKA

Sturehofs slott

I det gamla köket från 1600-talet finns i dag Sturehofs slottscafé. Köket har kvar sitt dekorativa bjälktak, kalkstensgolv och en stor öppen spis där de hembakade bakverken dukas upp. Sommartid är det uteservering i trädgården. www.sturehof.se Karta D2

Café Anna Giertz i Hågelbyparken

Här bakas allt bröd och alla bakverk i det egna bageriet med bra råvaror. Öppet varje dag året runt med både café och lunchservering. Sommartid håller även en parkservering öppet. www.hagelby.se
Tel: 08-599 071 00. Karta E2

Restaurang Hågelbyhus

Ligger i Hågelbyparkens huvudbyggnad och håller öppet både för brunch, lunch och privata tillställningar samt vid högtidsdagar. Uteserveringen har vacker utsikt mot sjön Aspen. www.hagelbyhus.se
Tel: 08-530 378 87 Karta E2

Lida Vårdshus

Traditionellt vårdshus med lunchservering, julbord och övernattingsmöjligheter. Öppet varje dag året runt. www.lidavardshus.se
Tel: 08-778 40 35. Karta E3

Mångkulturellt centrum

Restaurang Taveran, med utsikt över Albysjön, serverar brunch och vegetarisk lunch med inspiration från olika delar av världen. Här finns laktosfri kost, glutenfri kost och diabeteskost. www.mkc.botkyrka.se
Tel: 08-120 259 17. Karta E2

Restaurang Subtopia

Klassisk husmanskost samt läckerheter från Asien och Mellanöstern. www.subtopia.se
Tel: 08-531 832 36 / 0733-70 71 28. Karta E2

Tumba Bruksmuseum

Caféet på Tumba Bruksmuseum serverar smörgåsar och kakor. Sommartid finns även uteservering med utsikt över bruksallén. www.tumbabruksmuseum.se Karta E2

Vretastugan

Mysig restaurang och pizzeria med populär uteservering. www.vreta-stugan.se
Tel: 08-530 350 25. Karta E2

Café Kajkanten

Café Kajkanten ligger vid Tullingesjöns strand. Här kan du ta en fika på bryggan eller sitta inomhus. Caféet har fri parkering och gästbrygga för gäster med båt. www.cafekajkanten.se
Tel: 08-778 80 48. Karta E2

Café Rosenhill

Café Rosenhill ligger i direkt anslutning till Galleri Rosenhill. Mycket populärt ställe för motorcyklister tack vare de fina omgivningarna och slingriga vägarna. Utsett till Sverige bästa café 2009. www.caferosenhill.se
Tel: 08-530 296 88. Karta E3

Eldtomta café och butik

Mitt i Grödingelandets böljande fält och med havet på båda sidor ligger Eldtomta Café och butik. www.eldtomta.se
Tel: 08-530 260 17. Karta D4

Uffes och Stinas sjökrog

Slagsta Marina ligger vid Mälaren i norra Botkyrka alldeles intill E4:an vid Fittja/Vårby med närhet till kommunala kommunikationer. Här serveras både mat och fika. Sommarkvällar är det underhållning med karaoke och trubadurer. Tel: 08- 531 774 21.

Husmässans café

Här kan du njuta av en god kopp ekologiskt kaffe, te eller härliga bakverk och lättare lunchrätter. www.husmassan.se Tel: 0735-96 51 91. Karta E2

HANINGE

Restaurang Gålö Havsbud

www.galohavsbud.se
Tel: 08-500 338 80. Karta H4

Stegsholms Gårdscafé & Bageri, Gålö

www.stegsholmsgard.se
Tel: 070-328 65 93. Karta H4

Dalarö Skärgårdsrestaurang

Tel: 08-501 516 90. Karta I3

Dalarö Krog Mysingen

www.mysingen.com
Tel: 08-501 515 25. Karta I3

Dalarö Strand Hotel

www.dalarostrandhotel.se
Tel: 08-501 511 18. Karta I3

Dalarö Hamncafé

Tel: 08-501 509 20. Karta I3

Dalarö Skärgårdsservice (macken)

Tel: 08-501 512 69. Karta I3

Saltskutan Butik & Café, Dalarö

Tel: 08-501 517 70. Karta I3

Smådalarö Gård

www.smadalarogard.se
Tel: 08-501 551 00. Karta I3

Karlslunds Hamnkrog

www.karlslunds-skeppshandel.se
Tel: 08-500 333 18. Karta H3

Skärgårdens Kina Wok, Dalarö

Tel: 08-501 512 08. Karta I3

Bistro Solsidan, Dalarö

www.solsidandalaro.se
Tel: 070-846 02 12. Karta I3

Restaurang Horsfjärden, Årsta havsbud

Tel: 08-500 348 88. Karta G4

Ornö Krog

www.ornokrog.se
Tel: 08-501 560 00. Karta I4

Carlssons Bakficka, Kymmendö

www.kymendo.se
Tel: 08-501 542 65. Karta J3

Nya Dannekrogen, Utö

www.nyadannekrogen.se
Tel: 08-501 570 79. Karta H5

Utö Vårdshus och Seglarbaren

www.utovardshus.se
Tel: 08-504 203 00. Karta H5

MATSSons Kök Mitt På Utö

www.matssonskok.se
Tel: 08-501 573 50. Karta H5

BåtsHaket på Ålö

www.batshaket.se
Tel: 08-501 574 63. Karta H6

Rånö Källan

www.rano.se
Tel: 08-501 576 31. Karta H6

Nåttarö Krog

www.nattaro.se
Tel: 08-520 400 96. Karta G6

Muskö Sjökrog

www.sjokrog.se Tel: 08-500 450 80. Karta G5

HUDDINGE

Nytorps Café

I ett trevligt 1700-tals torp vid Källbrinks idrottsplats finner du Nytorps café. Där serveras hembakat bröd, våfflor och soppa. Ute finns en stor, skön trädgård att njuta av och en lekplats för de minsta. Tel: 08-860 807 19

Röda Caféet

Vid båtbyggarna i Fittjaviken hittar du Röda caféet. Där serveras hembakat bröd, kaffe och lättare måltider på bryggorna vid Mälarens vatten. Röda caféet är även en samlingsplats för motor-entusiaster, dessa träffar sker mellan måndag till torsdag. www.rodacafet.se Tel: 08-740 24 66.

Fullersta Gårdscafé

Välkommen att njuta av hembakade läckerheter och gott kaffe omgiven av inspirerande konst. För bokningar och öppettider se: www.fullerstagardscafe.se.

Stuvsta Smörgåsbod

Ett trångt men trevligt café med pajer, sallader, smörgåstårter och olika sorters kaffe. Här spelas bra musik och det finns tidningar att läsa. År vädret bra kan man sitta ute och det finns filtar om det är kyligt. www.smorgasboden.se
Tel: 08-711 34 50.

Zetas Trädgårdscafé

Vid Kungens kurva ligger Zetas trädgårdscafé, där man kan njuta av kaffe och hembakat bröd med utsikt över den vackra visningsträdgården. Zetas har även ett av landets största sortiment av trädgårdsväxter och ordnar ibland trevliga kvällsevenemang. www.zetas.se Tel: 08-646 03 091.

Flottsbro Vårdshus

På Flottsbro vårdshus har du möjligheten att ta en fika, ha dina affärsluncher eller bröllopsbjudningar. Vintertid erbjuder vårdshuset Stockholmsområdets enda afterski. www.flottsbro.se

Sundby Gård

Här hittar du vid natursköna sjön Ormlängen. På Sundby Gård kan du njuta av förstklassig mat i en storslagen miljö eller ta en fika på en av södra Stockholms vackraste terrasser. www.sundby-gard.se Tel: 08-689 99 00.

Heron City

På Heron city kan du äta snabb och långsam mat från hela världen. Heron citys foodcourt har över 400 sittplatser. www.heroncity.se

NYKVARN

Elsaborgs Taverna

Elsaborgs Taverna specialiserar sig på det grekiska köket. Sommartid kan du äta på den stora uteserveringen i Söderläge. www.elsaborgstaverna.se Tel: 08-552 455 95

Mångfaldens Hus

Inrednings- och presentbutik. På gården finns ett mysigt matcafé där du kan äta lunch eller fika. www.mangfaldenshus.com
Tel: 08-552 405 02. Karta B2

Vindhammars Vårdshus

Här finns rum för det lilla sällskapet och familjehögtiden. I stora festvåningen under takåsen ryms sällskap upp till 90 personer. Restaurangen i bottenplan har plats för slutna sällskap med upp till 60 gäster. www.vindhammar.se
Tel: 08-552 472 77. Karta B2

Taxinge Slottscafé

Norra Europas största kak- och tårterbord med över 60 sorter, alla hembakade. Sommartid kan du dricka ditt kaffe i slottsträdgården. www.taxingelott.se Tel: 0159-701 14. Karta A2

Taxinge Krog

I Näsby gamla handelsbod äter du vällagad mat i en unik miljö. www.taxingekrog.se
Tel: 0159-700 17. Karta A2





Vidbynäs Kök & Bar

Här kan du äta en förstklassig måltid samtidigt som du har utsikt över avslutningshålen på Vidbynäs golfbana. www.vidbynaskok.se
Tel: 08-546 020 60. Karta B2

NYNÄSHAMN Kökeriet

Slå dig ner på Nynäs Rökeris uteservering eller inomhus på den inbyggda verandan. Prova till exempel varmrökt lax med romsås eller rökta räkor med aioli. Menyn ändras efter säsong. Här serveras även prisbelönt öl från Nynäshamns Ångbryggeri. www.nynasrokeri.se
Tel: 08-520 100 23. Karta F6

Nynäs Havsbad

Nynäs Havsbad är ett lyxigt spa- och konferenshotell som ligger på ön Trehörningen i Nynäshamn. Huvudrestaurangen i Strandhotellet har en helt magnifik utsikt mot det öppna havet genom enorma panoramaglasfönster. Säsongsanpassad meny präglad av hav och sjö. www.nynashavsbad.se
Tel: 08-520 604 00. Karta F6

Flötet Deli och Bar

I gästhamnen ligger Flötet Deli och Bar som erbjuder såväl, lunch som take away och à la carte beroende på säsong. Restaurangen är öppen året runt. www.flotet.se Tel: 08-533 321 21. Karta F6

Hamnbodarna

Vid hamnbodarna finns det flera caféverksamheter och glassförsäljare att välja mellan, inne på bodtorget kan man slå sig ner och njuta av stämningen i hamnen. Öppet maj-aug. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Lövlagens Kaffeservering

Mys med varm choklad vid brasan eller njut av solen på uteserveringen i trädgården. Serveringen har öppet året runt (med undantag december och januari, ändringar kan ske). www.lovhagen.se Tel: 08-520 138 31. Karta F7

Hembygdsgården

Intill hembygdsgårdens vackra gamla byggnader och lummiga miljö ligger hembygdsgårdens restaurang. Restaurangen är öppen året runt. www.restauranghembygdsgarden.se
Tel: 08-520 100 50. Karta F6

Kafé Radiokakan

Kafé Radiokakan bjuder på härliga nostalgikänslor då all inredning är från 50-, 60- och 70-talet. Här hittar du alltifrån chokladboll till matiga mackor. Glöm inte bort att prova den klassiska Radiokakan! www.kaferradiokakan.se
Tel: 08-520 132 00 Karta F6

Peters ekologiska

Välkommen till ett café där allt grönt som används är odlat och skördat i Nynäshamn. Smaka på smoothies, glass, pajer, saft, juice med mera. www.matduell.se Tel 070-493 69 18 Karta F6

Blåklöckans Hantverk, Lisö

Blåklöckans Hantverk är både café och galleri med bland annat trähantverk och silversmedja. Öppet året runt, ring för tider. Tel: 08-520 324 00. Karta E6

Svedtiljas på Landsort

Svedtiljas Restaurang ligger i södra delen av ön Landsort. Här får du njuta av mat tillagad av färska och lokala råvaror, en genuin skärgårdsdill

och en fantastisk utsikt.

www.g-mo.se/Svedtiljas-p-Landsort/
Tel: 070-542 80 48. Karta E8

Bar and Burgers

Bar and Burgers, med fabrikskänsla, goda hamburgare och endast närproducerat har snabbt blivit ett vattenhål för såväl Nynäshamnare som besökare från när och fjärran. Karta F6

Aya Beach Club

Med utsikt över den vackra Gårdsfjärden kan du här avnjuta en god lunch eller äta à la carte, beroende på säsong. Det går så klart också bra att ta en öl eller en god drink. www.ayabeachclub.com Karta F6

Stormogården

Restaurangen är belägen i ett charmigt äldre hus med härlig trädgård. Under sommarhalvåret kan du njuta av barbecue i trädgården och under lågsäsong serveras lunch. Tel: 08-520 101 87. Karta F6

m/s Freja, Nynäshamn

Mitt i gästhamnen ligger m/s Freja förtöjd, numera ligger hon iland året runt och tjänstgör som restaurang och pub under sommarhalvåret. Tel: 08-520 118 59. Karta F6

Müllers Bageri & Konditori

Bara ett stenkast från hamnen ligger detta mysiga lilla konditori och bageri där man kan handla färska bakverk eller bara gå in och avnjuta en härlig kopp kaffe. Tel: 08-520 127 21. Karta F6

Tryffelabriken Deli och Bar

Ät middag, fika, mumsa choklad eller varför inte testa någon av de många ölsorterna?
www.tryffelabriken.se
Tel: 08-862 17 46. Karta F6

Konditori Nynäshamn

Ett härligt café med luftig atmosfär där sortimentet varierar lite efter säsong. Man kan bli serverad allt ifrån en kopp kaffe till sallader, stenuksbakat bröd och bakelser. Här serveras även prisbelönt öl från Nynäshamns Ångbryggeri.
www.konditorietnynashamn.se
Tel: 08-520 112 06. Karta F6

Ösmo Plantshop, Ösmo

I det stora växthuset hittar du en vegetarisk buffé samt den omtalade Sorundatårten. Slå dig ned ute i trädgården eller inne i växthuset.
www.osmoplantshop.se
Tel: 08-520 272 30. Karta E5

Strömmingsvagnen

Från Strömmingsvagnen kan du få nystekt strömming, till exempel på knäckebröd med remoulad-sås, rödlök och dill eller som portion med riktigt potatismos, sallad, lingon, rödlök, dill och sås.
www.facebook.com/Strommingsladan
Tel: 070-779 93 61. Karta F6

PROVNINGAR

Kom på provning med Peter Streiffert, Nynäshamns speciella matkreatör, grönsaksodlare och vinexpert. En upplevelse utöver det vanliga!
www.matduell.se
Tel: 070-493 69 18. Karta F6

Nynäshamns Ångbryggeri

Nynäshamns Ångbryggeri började brygga öl 1997 och har sedan dess vunnit ett flertal nationella priser. Gå en bryggerivisning och lär dig mer om ölkultur, ölbrygning och bryggeriets nygamla historia.
www.nyab.se Tel: 070-991 91 18 eller 073-745 25 05. Karta F6

ChokladHuset

Testa chokladprovning hos Louise på ChokladHuset som har levererat choklad till Nobel Night Cap sen 2006. Ni får en guidning genom chokoladens historia, om odling och tillverkning samt skillnader mellan olika sorters choklad, kakaoböner och kvalitéer. Provsbakning av olika sorters vit, ljus och mörk choklad, samt flera olika sorters praliner från egen tillverkning.
www.chokladhuset.com
Tel: 08-520 210 80. Karta F6

SALEM

Nedre Söderby gård

Botkyrka – Salems Hemslöjdsförening säljer kaffe med bröd och egentillverkad hemslöjd i den gamla gården med anor från 1500-talet. Öppet maj-sept. I anslutning till den gamla gården ligger Söderby Gravfält med ett av södra länets största förekomster av fornlämningar.
Tel: 08-530 315 45. Karta D2

Villa Talliden

En familjeägd kvalitetsrestaurang med konferensmöjligheter som bland annat erbjuder lokalproducerade delikatesser. Villa Talliden har anor från 1908 då det uppfördes som pensionat. Villa Talliden ligger i Rönninge ca 3 mil söder om Stockholm.
www.villatalliden.se
Tel: 08-532 502 43. Karta D2

SÖDERTÄLJE

Wendela Hebbes hus

Alldeles vid kanalen ligger Wendela Hebbes hus. Här kan du njuta i svalkan när de stora båtarna passerar förbi. Ta en kopp kaffe, äta en lunch eller en god middag.
www.hebbevillan.se
Tel: 08-555 866 75. Karta c3

Tullgarns Vårdshus & Stallcafé

I Tullgarns slotts lummiga park ligger ett mysigt vårdshus som serverar måltider med svenska råvaror av högsta kvalitet. Här ligger också ett stallcafé som är inrymt i den gamla sadelkammaren. Här serveras kakor, bullar och smörgåsar. Beställ gärna en picknickkorg och avnjut den i parken. Öppet maj–september.
www.tullgarnsvardshus.com
Tel: 08-551 720 26. Karta C6

Järna Café

Spännande matkultur för alla sinnen i inspirerande miljö. Råvarorna som används är av biodynamisk och ekologisk kvalitet. Kulturhuset, Ytterjärna. Öppet året runt.
www.kulturhuset.nu
Tel: 08-554 302 15. Karta C4

Skansholmens sjökrog

Besök skärgårdskrogen som har tillstånd att brygga eget brännvin. Här serveras läckra skärgårdsrätter både inomhus och ute på bryggan. Skansholmen. Öppet maj–september.
www.skansholmen.com
Tel: 08-551 550 66. Karta D4.

Glashyttans Vårdshus

Vackert beläget vid Torpaviken, på Nässets udde, serveras här välkomponerade måltider i tilltalande och samtalsvänlig miljö, med härlig sjöutsikt. Öppet året runt.
www.glashyttan.se
Tel: 08-550 133 10. Karta D3

Ytterjärna restaurang

Belägen i det berömda Robygge-huset serveras såväl lunchbuffé som festmåltider. Ekologiskt, biodynamiskt och närodlat. Ytterjärna.
www.kulturhuset.nu
Tel: 08-554 302 28. Karta C4

La Cantina

Denna restaurang har snabbt kommit och blivit en riktig italiensk klassiker belägen mitt i hjärtat av Södertälje. Restaurangen är stilren med avkopplande och rustik miljö. Köket bjuder på unika upplevelser framtagna av råvaror av högsta kvalitet.
www.lacantina.se Tel: 08-550 666 00 Karta C3

Barolo Ristorante

En italiensk restaurang som ligger vid maren i Södertälje. Ät på Barolos mysiga restaurang med rustika tegelväggar och levande ljus, eller varför inte avnjuta måltiden på deras härliga uteveranda.
www.baroloristorante.se
Tel: 08-550 68 300 Karta C3

Ranch Steakhouse

En amerikansk grillbar med klassiska kött- och fajita-rätter med fokus på kvalitet. Prova gärna grillade 100 procent Angus nötfärsburgare eller hemmagjorda nachocips. Här kan du äta lunch och middag, men även beställa mat för avhämtning.
www.ranchsteakhouse.se Tel: 08-550 126 66

TYRESÖ

Kumla herrgård

En vackert bevarad herrgård från 1600-talet, två minuter från Kumlabadet i Trollbäckens. Njut av en stunds avkoppling i en vacker trädgård eller spela boule. Här serveras genuint hemlagad mat i en familjär atmosfär. Arrangemang av fester, bröllop, minnesstunder, konferenser och catering med mera. Lunch serveras i representativ miljö. På söndagar dukas en fräsch brunch upp med dessertbuffé.
www.kumlaherrgard.se
Tel: 08-742 19 07. Karta G2

Borggårdskaféet

Café i slottsmiljö, flera rum med kakelugnar. Serverar förutom kaffe och andra drycker, smörgåsar, sallader, matpajer, soppor och väfflor. Har alltid ett stort urval av hembakat kaffebröd.
www.rumforhalsa.se/cafes Karta H2

Café Notholmen

Café Notholmen ligger på den lilla ön Notholmen alldeles intill Tyresö Slottspark och nås via en gångbro. Upplev en härlig skärgårdssidyll med gästhamn och mysiga vandrarhemsannexet Fiskarbostaden. Caféeet serverar sallader, smörgåsar, pannkakor, fikabröd och glass. Under högsäsong dagens lunch.
www.cafenotholmen.se
Tel: 08-770 35 50. Karta H2

Uddby Gårdscafé

Inrymt i ett av de gamla djurstallen. Här bakar man både kaffe- och matbröd själva och flera av råvarorna kommer från gården såsom mjöl, ägg, grönsaker och honung. En mindre gårdsbutik säljer svensk rapsolja, ägg, fårskin, mjöl och olika sorters hantverk. Utöver caféverksamheten anordnas fester, barnkalas, begravningsarrangemang och konferenser. På övervåningen finns även ett lantbruksmuseum som visas efter överenskommande.
www.uddbygard.se
Tel: 08-770 08 55. Karta H2

Tyresö Slotts Vårdshus

Tyresö Slotts Vårdshus ligger i slottets västra flygel med en Bistro i bottenvåningen och servering på veranda. Det finns terrasser med en fantastisk utsikt över fruktträdgården och solen i väster. Där serveras lunch och middag med en ekologisk inriktning. På söndagar serveras brunch. Ovanför Bistron finns Salongerna för större eller mindre evenemang. Där kan du boka fester eller konferenser, lyssna på föredrag eller konsert. Det är helt enkelt en plats för mat, möten och kultur i vacker miljö.
www.tyresoslott.com
Tel: 08-770 34 51. Karta H2

Sova

I området finns flera alternativ för dig som vill stanna lite längre, allt från bed & breakfast, vandrarhem och camping till övernattnig på slott.

BOTKYRKA

Slagsta Motell & Vårdshus

I vackert naturområde nära E4/E20 ligger detta lilla familjära hotell med 40 rum.
www.slagstamotell.com
Tel: 08-531 888 00. Karta E2

Lida Friluftsgård

På Lida finns 5 stugor med vardera 4 bäddar, ett vandrarhem med 15 bäddar, en vildmarksstuga samt flertalet öppna vindskydd i vilka det går bra att övernatta året runt.
www.lida.nu
Tel: 08-778 40 35. Karta E2

Slagsta lägenhetshotell

I direkt anslutning till E4/E20 i Slagsta gate
www.slagstagatehotell.se
Tel: 08-531 774 29. Karta E2

Lövstalund Bed & Breakfast

Ett trivsamt bed & breakfastboende i vacker, lugn och lantlig miljö. Grödinge Golfcenter ligger alldeles intill.
www.lovstalundbed.se
Tel 08-647 32 98. Karta D3

HANINGE

Quality Hotel Winn Haninge

www.qualitywinnhaninge.se
Tel: 08-747 75 00. Karta G3

Häringe Slott

www.haringeslott.se Tel: 08-504 204 40. Karta F4

Almåsa Konferens

www.almasa.se Tel: 08-500 404 80. Karta G4

Gålö Havsbad

www.galohavsbad.se Tel: 08-500 338 80. Karta H4

Dalarö Hotel Bellevue

www.dalarohotel.com Tel: 08-501 504 10. Karta I3

Dalarö Strand Hotel

www.dalarostrandhotel.se
Tel: 08-501 511 18 Karta I3

Dalarö turistbyrå

www.dalaro.se Tel: 08-501 508 00. Karta I3

Smådalarö Gård

www.smadalarogard.se
Tel: 08-501 551 00 Karta I3

Thielska villan, Fjärdlång

www.fjardlang-huvudskar.se
Tel: 073-595 53 03. Karta J4

Utö Vårdshus

www.utovardshus.se
Tel: 08-504 203 00. Karta H5

Gula Villan, Utö

www.gulavillanuto.se
Tel: 08-501 574 10. Karta H5

Utö turistbyrå

www.uto.nu Tel: 08-501 574 10. Karta H5

STF Skärgården, Utö

www.utovardshus.se
Tel: 08-504 203 15. Karta H5

Rånö Stugby

www.rano.se Tel: 08-501 570 85. Karta H6

Nåttarö stugor och camping

www.nattaro.se
Tel: 08-744 50 01. Karta G6

STF, Nåttarö

www.nattaro.se Tel: 0768-80 49 34. Karta G6

Tullhuset, Huvudskär

www.fjardlang-huvudskar.se
Tel: 073-595 53 03. Karta J5

Horsfjärdens vandrarhem, Årsta

www.horsfjarden.se
Tel: 070-497 12 67. Karta G3

Sadelmarkartorp B&B och gästhem

www.annaaktiv.se
Tel: 070-249 88 01. Karta F3

Östnora Camping

www.ostnoracamping.nu
070-494 94 36

Ekuddens vandrarhem, Gålö

www.ekuddensvandrarhem.se
Tel: 070-760 92 90 Karta H4

Vandrarhemmet Lotsen

www.vandrarhemmetlotsen.se
Tel: 08-501 509 20 Karta I3

Brunnsvikens B&B, Ornö

www.ornobatvarv.se
Tel: 08-501 581 00. Karta I4

HUDDINGE

Flottsbro

Flottsbro friluftsområde och camping ligger vid den vackra Albsjön. En modern, trestjärnig camping med tältplatser, stugor med självhushåll och husvagnsplatser att hyra och övernattningsstuga lämplig för skolklasser samt föreningar. Här finns även vårdshus/café, bad, kanotuthyrning, minigolf-bana och mycket annat.
www.flottsbro.se Tel: 08-535 327 00.

Scandic Hotel Kungens kurva

Konferens och restaurang. Nära både IKEA och E4:an. Tel: 08-517 346 00.
www.scandic-hotels.se/kungenskurva

Attendopark hotell

Hotellet finner du i Flemingsbergs centrum. Gångavstånd till pendeltågstation och bra kommunikationer till Stockholmsmässan i Älvsjö.
Tel: 08-556 40 700.

Hotel Månen

Erbjuder även konferens i nära anslutning till IKEA och E4:an i Kungens kurva.
www.hotelmanen.se Tel: 08-710 14 00.

Hotel Dialog

Prisvärt hotell i nära anslutning till IKEA och E4:an i Kungens kurva. www.hoteldialog.se
Tel: 08-710 16 74.

NYKVARN

Bommersvik Konferens

Bommersvik är vackert belägen vid sjön Yngern. På semestern kan du välja mellan att bo i stuga med självhushåll eller hyra hotellrum med frukost.
www.bommersvik.se
Tel: 08-552 410 00. Karta B3

Vidbynäs Gård & Konferens

Hotell- och konferensanläggning som ligger vackert vid sjön Turingen. Golfpaket tillsammans med grannen Vidbynäs Golf Club. www.vidbynasgard.se
Tel: 08-554 907 00. Karta B2

Turingestugan

I historisk miljö finner du detta charmiga pensionat i miniformat med övernattningsmöjligheter för upp till 6 personer. www.turingestugan.se
Tel: 076-435 35 01. Karta B2

NYNÄSHAMN

Nynäsgården Hotell och Konferens

Telegrafgatan 41. www.nynasgarden.se
Tel: 08-520 205 90. Karta F6

Utsikten Meetings

Utsiktsvägen 10. www.utsiktenmeetings.se
Tel: 08-546 291 00. Karta F6

Skärgårdshotellet

Kaptensgatan 2. www.skargardshotellet.se
Tel: 08-520 111 20. Karta F6

Körunda Golf- och Konferenshotell

Körunda 31, Ösmo. www.korunda.se
Tel: 08-520 390 30. Karta E5

Nynäs Havsbad

Strandgårdsvägen 9, Trehörningen, Nynäshamn
www.nynashavsbad.se
Tel: 08-520 604 00. Karta F6

Nicksta camping, vandrarhem & Stugor

Nickstabadsvägen 17. www.nickstabadet.se
Tel: 08-520 127 80. Karta F6

**Lövhagens Kaffeservering,
Vandrarhem & Stugor**

Lövhagens Friluftsområde. www.lovhagen.se
Tel: 08-520 138 31. Karta F7

Sorunda Vandrarhem

Kyrkgatan 2, Spångbro. www.sorundavandrarhem.se
Tel: 08-530 410 50. Karta E5

Landsorts Vandrarhem

Landsort. www.landsortsvandrarhem.se
Tel: 08-520 341 05. Karta E8

Sjöbloms Service

Stugor. Landsort. www.sjoblomsservice.se
Tel: 08-520 341 20, 070-956 25 61. Karta E8

Stora Vika Vandrarhem

Marstaplan 3, Stora Vika.
www.storavikavandrarhem.se
Tel: 08-501 091 20. Karta E6

Bedarö Barends Vandrarhem

Nynäsvägen 22, Nynäshamn. www.bedarobaren.se
Tel: 08-520 123 45, 070-848 88 88. Karta F6

Bed & Breakfast

Svedtiljas på Landsort, lotstornet Landsort
www.g-mo.se/Svedtiljas-p-Landsort/
Tel: 070-542 80 48. Karta E8

Blomsterhuset Bed & Breakfast

Oskarsgatan 12, Trehörningen
www.blomsterhuset.net/b&b.html
Tel: 070-787 74 78. Karta F6

Stugförmedling

Nynäshamn Turistbyrå

Fiskargränd 5, Fiskehamnen
www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Gästhamnar

Nynäshamns Gästhamn
www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 688 88. Karta F6

Landsorts Gästhamn

www.sjoblomsservice.se
Tel: 08-520 341 20, 070-956 25 61. Karta E8

SÖDERTÄLJE

Quality Hotel Park (Choice Hotels)

Saltsjötorget, Södertälje. www.nordicchoicehotels.se/quality/quality-hotel-park-sodertalje-city
Tel: 08-550 265 00. Karta C3

Scandic Skogshöjd

Täppgatan 15, Södertälje.
www.scandichotels.se/skogshojd
Tel: 08-517 391 00. Karta C3

Hotell Torpa Pensionat

Torpavägen, Nässets Udde Södertälje.
www.torpapensionat.se
Tel: 08-550 121 11. Karta D3

Scandic Södertälje

Verkstadsvägen 7, Södertälje
www.scandichotels.se/sodertalje
Tel: 08-517 356 00. Karta D3

Kallfors Hotell

Kallfors gård, Järna. www.kallfors.com
Tel: 08-551 700 00. Karta C4

Tvetagården (SVIF)

Tvetaberg, Södertälje. Året runt.
www.tvetagarden.nu
Tel: 08-550 980 25. Karta C3

Hagabergs Vandrarhem (SVIF)

Erik Dahlbergs Väg 60, Södertälje.
Öppet sommartid. www.hagaberg.fhsk.se
Tel: 08-550 910 45. Karta D3

Håknäs Vandrarhem (SVIF)

Järna. Öppet året runt. www.svif.se
Tel: 08-551 502 21. Karta C4

Backstugan

Enhörna. Öppet året runt. www.enhornaif.nu
Tel: 08-550 445 64. Karta B2

Täljegården

Rektorsvägen, Södertälje, www.sbbk.se
Tel: 073 687 01 91. Karta D2

Farstanäs Havsbad & Familjecamping

Farstanäs, Järna. www.farstanashf.se
Tel: 08-551 502 15. Karta D4

Eklundsnäs Camping

Måsnaren, Södertälje. Året runt.
www eklundsnas.se
Tel: 08-550 365 35. Karta C3

Skansholmens Camping

Skansholmen, Mörkö. www.skansholmen.com
Tel: 08-551 550 66. Karta D4

Telge vandrarhem

Centrala Södertälje
www.telgevandrarhem.se
Tel: 070-258 95 55. Karta C2

Vindeus Hotels

Klockarvägen 112, Södertälje
www.vindeushotels.se
Tel: 08-546 118 00. Karta C2

Tullgarns B & B

www.tullgarnsvardshus.com
Tel: 08-551 720 26. Karta C5

TYRESÖ

Lilla Tyresö

Vandrarhem/pensionat vid Tyresö slott i den vackra slottsparken intill havet. Tre byggnader finns på gården. Prinsvillan, Handelsboden och Lakevillan. Annexet Fiskarbostaden finns på Notholmen. Frukost, bastu, konferenser och fester. Bra bussförbindelser precis intill.
www.lillatyreso.se
Tel: 08-770 03 04. Karta H2

Notholmens gästhamn

www.cafenotholmen.se
Tel: 08-770 35 50. Karta H2

Åva Camping

Ett fåtal platser för uppställning av husvagn, samt några båtplatser för båtar under 5 meters längd.
Tel: 070-627 19 08. Karta I2

Det finns flera Bed & Breakfast i Tyresö.

www.tyreso.se/turism



Blomsterhuset bed och Breakfast.



Nynäs Havsbad.



Shopping

Det finns alla möjligheter till shopping söder om Stockholm. Från det breda utbudet på våra handelsplatser och i våra gallerior till pepparkakshus, hantverksbutiker, chokladhus, rökerier och handelsbodas.

BOTKYRKA **Mångkulturellt Centrum**

I anslutning till Mångkulturellt Centrum i Fittja finns en butik som säljer böcker, smycken, lek-saker och annat från olika delar av världen.
www.mkc.botkyrka.se Tel 08-120 259 00. Karta E2

Hågelby konsthantverkare

I vackra Hågelbyparken huserar Hågelby konsthantverkare och har här en egen butik med försäljning. www.hagelbykonsthantverk.se
Karta E2

Hågelbyparkens Lantbod

I Hågelbyparken kan du uppleva en äkta gammaldags musei- och lanthandel med doft av tjära. I Hågelby Lantbod kan du handla karameller i strut, klippdockor, bonader, plåtleksaker, nostalgiburkar, tvålar, honung, vykort och den mytomspunna läskedrycken Tumba special.
www.hagelby.se/lantbod Karta E2

HANINGE **Handens museum och smedja**

Smideskonst och hantverk, Getportsvägen i Kolartorp. Tel: 08-745 48 69, 070-541 25 90.
Karta G3

"Handlaget" i Haninge

Visar och säljer konsthantverk i stationshuset intill Nynäsbanan. Gamla stationshuset, Tungalsta.
www.handlaget.se
Tel: 08-500 370 73. Karta F4

HUDDINGE

Kungens Kurva Skärholmen

Här hittar du världens största IKEA-varuhus, nöjesvaruhuset Heron City och flera hundra andra butiker i olika storlekar med kläder, heminredning, elektronik och andra kvalitetsprodukter. Det finns även ett stort utbud av restauranger, serveringar och caféer. Om du vill vila benen finns det bekväma fätöljer på nordens största biograf, Filmstaden Heron med 4200 sittplatser i 18 salonger.

NYKVARN

Mångfaldens Hus

Här hittar du en mångfald för alla smaker; inrednings- och presentartiklar, armaturer, gamla och nya möbler, konst och konfektyr. På gården finns ett mysigt matcafé. www.mangfaldenshus.com
Tel: 08-552 405 05. Karta B2

Larssons Lada

Larssons Lada ligger utmed vägen mot Taxinge Slott. Här hittar du ett varierat utbud av mode, jeans, inredning, betongdesign, lamm- och fårskinn. Här finns också ett mysigt café i lantlig stil.
Tel 070-529 85 29.

Taxinge Slott

I Taxinge Slotts flyglar och i det gamla stallet finns presentbutiker och hantverkare. Du kan shoppa inredning, textilier, hantverk, keramik, konst, kläder och smycken.
www.taxingestlott.se Karta A2

Many Things

Butik på landet strax utanför Nykvarn som erbjuder mode och design för alla. www.manythings.se
Tel: 08-552 410 20. Karta B3

NYNÄSHAMN

ChokladHuset

ChokladHuset har levererat till Nobel Night Cap sedan 2006. Här finns praliner, chokladkakor, marängar och tårtor. Allt tillverkas för hand av äkta råvaror. Även chokladprovning.
www.chokladhuset.com Tel: 08-520 210 80. Karta F6



Nynäs Rökeri

Butiken går i gammaldags stil med manuell betjäning och kunnig personal. Här finns färsk och rökt räkor, lax, makrill och rökeriets egna inläggningar av sill och strömming. Andra delikatesser är t ex Utölimpa, honung från Herrö bigårdar, ost, olivolja med mera. www.nynasrokeri.se
Tel: 08-520 100 23. Karta F6

Jane's Kryddbod

Välkommen in i kryddofte! Här finns allsköns kryddor som Nynäs fiskkrydda, Nynäs thaikrydda, Nynäs korvkrydda, Nynäs strömmingskrydda och Bedarömix. Men också gelé, senap och sist men inte minst, Jane's goda skärgårdssylt. www.janeskryddbod.se
Tel: 072-911 41 44. Karta F6

Hamnbodarna

Vid hamnbodarna finns det flera caféverksamheter och glassförsäljare att välja mellan, inne på bodtorget kan man slå sig ner och njuta av stämningen i hamnen. Öppet maj-aug. www.visitnynashamn.se
Tel: 08-520 737 00. Karta F6

Antikviteter & second hand

I Nynäshamn hittar du flera antikvitets- och second hand butiker. Kontakta turistbyrån så guidar vi dig rätt. www.visitnynashamn.se Tel: 08-520 737 00.

SALEM

Rönninge Delibutik

En mysig gammaldags butik och café i Rönninge centrum som säljer medelhavsdelikatesser såsom

ost, salami, olivolja, kaffe mm. Även catering, dagens lunch och vinprovning. www.delibutik.se Tel: 0734-22 86 15.

SÖDERTÄLJE

Handelsboden Torekällberget

I stadsmuseet finns handelsboden inredd som en affär från 1920-talet. Här finns leksaker från för, godis, äkta Södertäljekringlor och mycket mer! www.sodertalje.se/torekallberget
Tel: 08-523 018 87. Karta C3

Torekällbergets hantverksaffär

Här kan du köpa hemvävda mattor, löpare, tygtryck med mera. www.sodertalje.se/torekallberget
Tel: 08-523 061 68. Karta C3

Robygge, Kulturhuset Ytterjärna

En antroposofisk inspirerad butik med ekologiska kroppsvårdande produkter, kläder och leksaker i naturmaterial m m. www.robogge.se
Tel: 08-551 506 90. Karta C4

Saltå Kvarn, Järna

Här finns produkter från biodynamiska och ekologiska jordbruk världen över. Här kan man köpa bröd, pasta, ris, nötter och mycket mer. www.saltakvarn.se
Tel: 08-551 508 00. Karta C4

Idala handelshus

Söder om Södertälje, mitt på Mörkö, ligger Idala handelshus. Här hittar du basvaror och presentartiklar, grönsaker och blommor. www.idala.nu
Tel: 08-554 606 10. Karta D5

TYRESÖ

Hantverksskammaren vid Tyresö Slott

Hantverksskammaren ligger i det gamla slottsstallet intill Tyresö slott vilket ger en speciell atmosfär åt butiken. Här hittar du glassmycken, inredning och må-bra saker som väldoftande tvålar och avslappande skivor. Ibland anordnas glasaktiviteter då besökarna får tillverka egna smycken. www.hantverksskammaren.se
Tel: 08-770 33 60. Karta H2

Pepparkaksboden vid Annas Pepparkakor

Grunden till Annas Pepparkakor lades av systrarna Emma och Anna Karlsson redan 1929. Nu transporteras varje år tusentals ton kakor till stora delar av världen – pepparkaksreceptet är en väl bevarad hemlighet. I Pepparkaksboden intill bageriet kan du köpa alla produkter, storpack och presentförpackningar. Radiövägen 23. www.annas.se
Tel: 08-448 70 89. Karta H2

Köttboden i Trollbäcken

Köttboden är KRAV-certifierad. Det innebär att de får stycka, hängmöra och paketera KRAV-märkt kött. De köper in hela nötdjur och lamm från KRAV-anslutna slakterier och leverantörer. Vendelsövägen 19 i Trollbäcken. www.kottboden-trollbacken.se
Tel: 08-500 490 77. Karta G2





Östersjön

Turistinformation

BOTKYRKA

Botkyrka kommun

www.botkyrka.se, www.visitbotkyrka.se

Tel: 08-530 610 00

HANINGE

Dalarö turistbyrå

www.dalarno.se

Tel: 08-501 508 00. Karta I3

Utö turistbyrå

www.uto.se

Tel: 08-501 574 10. Karta H5

Fjärdlång

www.fjardlang-huvudskar.se

Tel: 08-501 560 92. Karta J4

Gålö, Gålö havsbad

www.galohavsbad.se

Tel: 08-500 338 80. Karta H4

Gålö, Stegsholms gård

www.stegsholmsgard.se

Tel: 070-328 65 93. Karta H4

Ornö

www.haninge.se/turism

Tel: 08-606 81 09. Karta I4

Haninge

www.haninge.se/turism

Tel: 08-606 81 09. Karta G3

Kymmendö

www.kymendo.se

Tel: 08-501 542 65. Karta J3

Muskö, Muskö sjökrog

www.musko.nu

Tel: 08-500 450 80. Karta G5

Rånö

www.rano.se

Tel: 08-501 570 85. Karta H6

Tyresta

www.tyresta.se

Tel: 08-745 33 94. Karta H3

HUDDINGE

Huddinge servicecenter

Kommunalvägen 28

Tel: 08-535 300 00.

www.huddinge.se

NYKVARN

Kundcenter, Nykvarns kommun

Centrumvägen 26, Nykvarns centrum

Postadress: 155 80 Nykvarn

Tel: 08-555 010 00.

www.upplevnykvarn.se

NYNÄSHAMN

Nynäshamns Gästhamn och Turistbyrå

Besöksadress: Fiskargränd 5, Fiskehamnen

Postadress: 149 81 Nynäshamn

www.visitnynashamn.se

Tel: 08-520 737 00. Karta F6

SALEM

Salems kommun

Tel: 08-532 598 00, Säby torg 8

Alt Salems bibliotek, Säby torg 2

www.salem.se

SÖDERTÄLJE

Södertälje Turistbyrå

Saltsjögatan 1, 151 71 Södertälje

www.sodertalje.nu

Tel: 08-523 060 30.

www.destinationsodertalje.se

Informationspunkt Södertälje

Södertälje gästhamn

Saltsjögatan 21, 151 71 Södertälje

www.gasthamn.se

Tel: 08-550 647 12.

TYRESÖ

Tyresö Servicecenter ligger i kommunhuset i

Tyresö centrum, Marknadsgränd 2

www.tyreso.se/servicecenter

Tel: 08-5782 98 00.

STOCKHOLM

Stockholm Tourist Center

Vasagatan 14, Stockholm

www.visitstockholm.com

Tel: 08-508 285 08.