

Så här tar du dig till Upplivsestråket

Du kan använda bil, cykel, tåg eller buss. Med SL:s reseplanerare på www.sl.se hittar du rätt. Information om angöringspunkter för rörelsehindrade finns på www.upplandsvasby.se/upplivsestraket

Väsbyån 2,9 km

Etappen utmed Väsbyån är den mest centrala, lättillgängliga och plana delen av Upplivsestråket. Här finns också många bänkar för vila. Hit tar du dig med buss, till busstorget vid Upplands Väsby station, alternativt med pendeltåg från Stockholm eller Uppsala. Från stationen kan du välja att gå längs Väsbyån söderut för att på plats uppleva dagvattendammarna. Alternativt promenerar du norrut från busstorget för att uppleva Järnvägsparken och sedan vidare mot Barockparken i Stora Wäsby.

Runby 3,2 km

Runby ligger på västra sidan av Upplands Väsby station. Till stationen tar du dig med buss eller pendeltåg från Stockholm eller Uppsala. Du kan även ta dig till Runby genom att promenera från Hammarby kyrka, via Stora Wäsby och Barockparken, vidare över bron mot Runby.

Ed 3,8 km

Från Upplands Väsby station promenerar du via Runby vidare mot Ed. Alternativt buss från Upplands Väsby station till Edsby slott.

Älvsunda 6,2 km

Från Väsbyåns södra del tar du dig till fots vidare på Upplivsestråket till Älvsunda, Antuna allé och vidare mot Sollentuna.

Smedby 2,2 km

Denna etapp ligger centralt mitt i Upplands Väsby. Hit åker du med buss till Norra berget.

Johannesdal 2,2 km

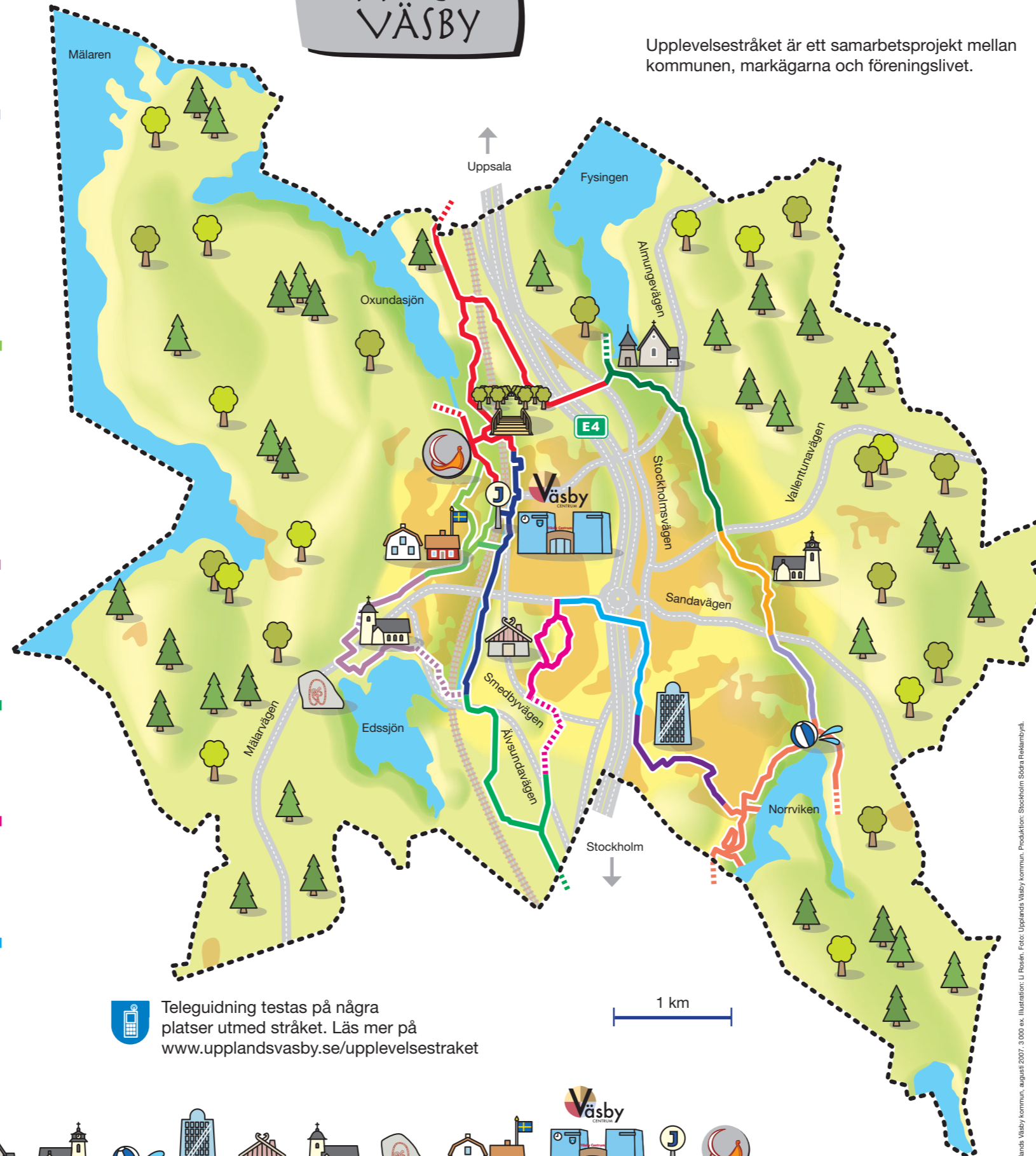
Du når Johannesdal med buss från Upplands Väsby station mot InfraCity. Stråket är relativt plant. Vill du gå sträckan åt andra hållet åker du buss från Upplands Väsby station till Ekebovägen.

Skeppet på milstolparna utmed Upplivsestråket symboliserar de forna vattenlederna i trakten.



Tänk på att Allemansrätten ger rättigheter men också innebär skyldigheter. Gå inte över odlad mark, använd istället det markerade Upplivsestråket. Lagg ditt skräp och dina hundpåsar i de skräpkorgar som finns utmed stråket.

Upplivsestråket är ett samarbetsprojekt mellan kommunen, markägarna och föreningslivet.



Teleguidning testas på några platser utmed stråket. Läs mer på www.upplandsvasby.se/upplivsestraket

Stora Wäsby 7,2 km

Från busstorget tar du dig till fots norrut från Upplands Väsby station genom Järnvägsparken för att på så sätt nå Barockparken. Bänkar finns utplacerade utmed stråket. Sträckan är relativt plan. Alternativt är buss till Hammarby kyrka och vidare promenad via den något mer kuperade vägen mot Barockparken.

Hammarby 2,7 km

Till Hammarby kyrka promenerar du på stråket via Barockparken vidare mot Hammarby. Alternativt via Hasselgatan och Stora Wäsby allé. Eller så tar du buss till Hammarby kyrka och går därifrån västerut på stråket mot Barockparken och vidare mot busstorget vid Upplands Väsby station.

Frestadalen 1,7 km

Till Vallentunavägen tar du dig med buss. Med start vid Söderviksskolan går du sedan vidare via viadukten under Vallentunavägen – söderut på Frestadalens plana stråk. Alternativt tar du buss till Sandavägen och går genom viadukten under Sandavägen norrut mot Vallentunavägen.

Sanda Ängar 1,1 km

Sanda Ängar når du med buss från Upplands Väsby station, avstigning vid Bollstanässkolan. Alternativt tar du buss till Sandavägen och går under viadukten söderut mot Norrviken.

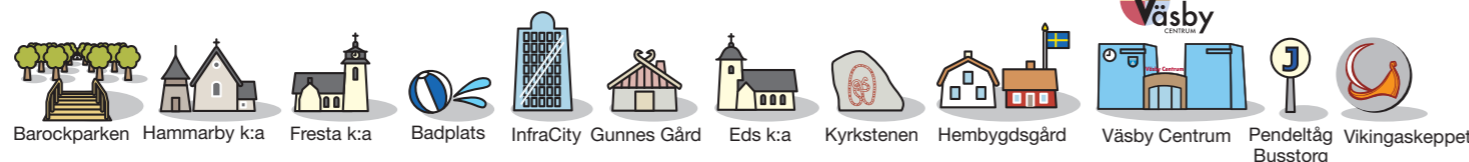
Bollstanäs Strand 4,0 km

Stråket är här plant och lättillgängligt. Badstrand finns nedanför Bollstanässkolan, dit du tar dig med buss från Upplands Väsby station. Upplev även rastplatserna vid Älgränd och Fiskarvägen. Det fortsatta stråket mot Sollentuna är delvis kuperat.

Grimsta 2,3 km

Grimsta når du genom att ta buss till InfraCity från Upplands Väsby station. Därifrån kan du promenera vidare till Bollstanäs Strand. Alternativt tar du buss till Bollstanäs och promenerar mot InfraCity. Denna etapp är en ganska plan del av stråket.

Sträckor under planering.



I Upplands Väsby har du nära till många slags upplevelser – sommar som vinter. Med Upplevelsestråket kommer du nära naturen på ett enkelt sätt. Genom att promenera eller cykla mellan de fyra sjöarna i kommunen kan du uppleva – och lära dig mer om – natur, kulturhistoria och kretsloppsteknik.

Upplevelsestråket sträcker sig utmed de gamla vattenlederna mellan Saltsjön och Mälaren, som användes för transporter redan på vikingatiden. Stråket är uppdelat i tolv etapper och har en total längd av drygt 40 km.

Läs mer här i kartguiden och på webben: www.upplandsvasby.se/upplevelsestraket

Du kan också besöka Informationscentrum på Dragonvägen 86, eller biblioteket, för att få mer information.

Välkommen ut och Upplev Väsby du med!



Välkommen till Upplevelsestråket



08-590 970 00 www.upplandsvasby.se



Väsbyån 2,9 km

Utmed den norra delen av Väsbyån ligger Järnvägsparken med sevärda träd- och blomsterplanteringar. Längre ned utmed ån – ett av de få vattendrag i Sverige som rinner mot norr – trivs ett flertal fiskarter, till exempel Upplands landskapsfisk aspen. Utmed den södra delen av ån ligger en rad reningsdammar för dagvatten från Njursta och Smedby.



Stora Wäsby 7,2 km

Här kan du vandra i en barockpark från sent 1600-tal, anlagd av dåtidens stora arkitekter efter franskt mönster. Parken, med lindar av holländskt ursprung, är en del av byggnadsminnet Stora Wäsby. Barockparken restaureras för att dess säregna karaktär ska bevaras för framtiden.



Hammarby 2,7 km

Stråket slingrar sig här genom ett fagert ängslandskap. Vid Stockholmsvägen ligger Hammarby kyrka som härstammar från 1200-talet. Hammarby är en av de tre ursprungliga socknar som idag utgör Upplands Väsby kommun. Ett flertal runstenar finns här samt en serie dammar för rening av dagvatten i kretslopp med naturen.



Frestadalen 1,7 km

I Frestadalen bedrivs slätter för att öka antalet växter och djur i dalen. Årlig slätter ger även vinterfoder till korna i hagen intill. Fresta är en av Upplands Väsby's ursprungliga socknar. Kyrkan är från 1200-talet och ett stort antal runstenar finns att uppleva på nära håll.



Sanda Ängar 1,1 km

Vid Sanda Ängar låg en vikingaby 500–1050 e.Kr. Idag byggs småhus i närheten. Här finns även dammar för rening av dagvatten från Frestadalen. En traditionell grusväg tar dig mellan skogsbrynet och den inhägnade betesmarken.



Bollstanäs Strand 4,0 km

Området längs sjön Norrviken har en karaktär av lummig trädgårdsstad. Här fanns tidigare ett antal handelsträdgårdar, på bekvämt avstånd till Stockholms saluhallar. Idag erbjuder denna del av stråket möjligheter till bad sommartid och skridskoåkning på naturis vintertid.



Grimsta 2,3 km

Grimstaby, byggd under 1970-talet, har uppmärksammats för sin okonventionella planering och utformning – med stor variation av byggnader, färger och former. Utmed E4:an ligger InfraCity med butiker, restauranger, mäss- och konferenscenter.



Johannesdal 2,2 km

Stråket går längs villaområdet Johannesdal, via en gångbro över E4:an. Med stråket når du även Vilundaparken – kommunens idrottsanläggning. Skulpturgruppen "Forntid föder framtid" är placerad i parkens södra del och utgör entré till centrala Väsby.



Smedby 2,2 km

Smedby ligger mitt i Upplands Väsby. På Gunnes Gård kan du uppleva genuin vikingamiljö. Sommartid finns här djur, odlingar och en rad aktiviteter. Du kan vandra bland rösen, runstenar och gravfält i en levande miljö.



Älvsunda 6,2 km

Här är sikten fri och himlen nära. En del av upplevelsen är att följa jordbrukets årstidsväxlingar, eller vandra genom de alléer som ger området sin speciella karaktär.



Ed 3,8 km

Eds kyrka som härstammar från 1100-talet är den äldsta byggnaden i kommunen. Här finns bland annat målningar av Albertus Pictor. Ed är en av de tre socknar som är ursprunget till Upplands Väsby kommun. I de frodiga buskagen runt Edssjön trivs näktergalen som kan höras i maj. Utmed sjöns västra sida ligger Kyrkstenen, en runristning värd ett eget besök.



Runby 3,2 km

Under vikingatiden bestod Runby av två större och två mindre gårdar. Där Hembygdsgården med sitt café ligger idag, bodde fru Ingrid som lät rista den berömda Ladbrostenen.

