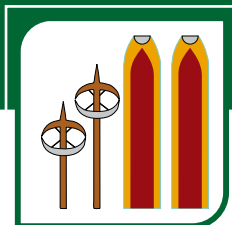


# Skid- & motionsspår i Umeå



2013/14

## TECKENFÖRKLARING

- Dagspår
- Elljusspår
- Hundspår
- Omklädningsbyggnad, uppvärmd
- Parkering

## INFORMATION

090 – 16 54 10

SMS-tjänst:  
se hemsidan  
[www.umea.se/skidspar](http://www.umea.se/skidspar)



### 1 Gammlia/Stadsliden.

Elljusspår 1,9; 3,2; 3,7 och 10 km. Elbelysta anslutningar från Berghem, Mariehemsdalen och Mariedal. Anslutningar även från Skogsbrynet och Sporthallen.

**P vid Sporthallen.**

### 2 Nydala.

Elbelyst konstsnöspår 1,8 och 5 km. Dagspår 6,4 och 10 km. Hundspår 8,6 km. Hundkörning måndag och onsdag 19.30-23.00, samt fredag och söndag 18.30-23.00. Hundspåret endast skating.

**P vid Umelagun/Nydalabadet.**

### 4 Gimonäs.

Elljusspår 2,2 och 3,5 km. Dagspår 9 km.

**P vid Carlshöjds skola eller P-ficka efter Holmsundsvägen.**

### 5 Teg.

Elljusspår 1,4 km. Endast klassiskt. **P vid Ishallen.**

### 6 Röbbäck.

Elljusspår 1,3 och 2,4 km. Dagspår 5,3. Endast klassiskt. **RYSSVÄRNSRUNDAN** – 8,8 km motionsspår på barmark.

**P vid Röbbäcks IP.**

### 7 Umåker.

Hund-elljusspår 3 km. Eltävlingsspår 5 km. Hundar: Alla spår dagtid månd. – fred.; eltävlingsspåret 5 km även onsdagskvällar. Skidstadion för tävlingar.

**P vid Travbanan.**

### 8 Backen.

Elljusspår 2 km. **P vid Kullavägen.**

### 9 Olles spår.

Dagspår 9,6 och 12,0 km. Endast klassiskt.

**P vid Kullavägen.**

## REGLER

Under barmarkperioden får du gärna springa, gå eller motionera din hund i skidspåren. **OBS att din hund skall vara kopplad** (lokala ordningsstadgan)!

Skating och klassiskt på samtliga spår om inte annat anges!

Cykling och ridning är **EJ TILLÅTET** annat än på särskilt uppskyttade sträckor.

Vintertid är preparerade spår **ENDAST avsedda för skidåkning**. Hund- & pulkaspår (2 och 7) har särskilda regler.

### 10 Rödberget.

Elljusspår 1,7 km. Anslutningsspår till Hamptjärnsstugan/Tavelsjöleden. Endast klassiskt.

**P vid Gitarrvägen på Rödäng.**

### 11 Regementet.

Dagspår 3; 5 och 10,6 km. Endast klassiskt.

**P vid regementets idrottsplats.**

### 12 Hamptjärnsstugan.

Dagspår 2,5 och 5 km. Endast klassiskt. Anslutningsspår från Rödäng och P-plats vid skjutbanan/regementet.

### 13 Ersboda.

Elljusspår 1,5; 2,4 och 4,1 km.

**P vid Östra Ersbodaskolan.**