

Din lommeguide til

Grønne sykkelruter i Trondheim

- stressfrie sykkelruter i byen



GRØNNE SYKKELRUTER

Syklistenes Landsforening



Trondheim er en by med god tilrettelegging for sykling med flere grønne ruter som gjør syklingen ekstra trivelig.

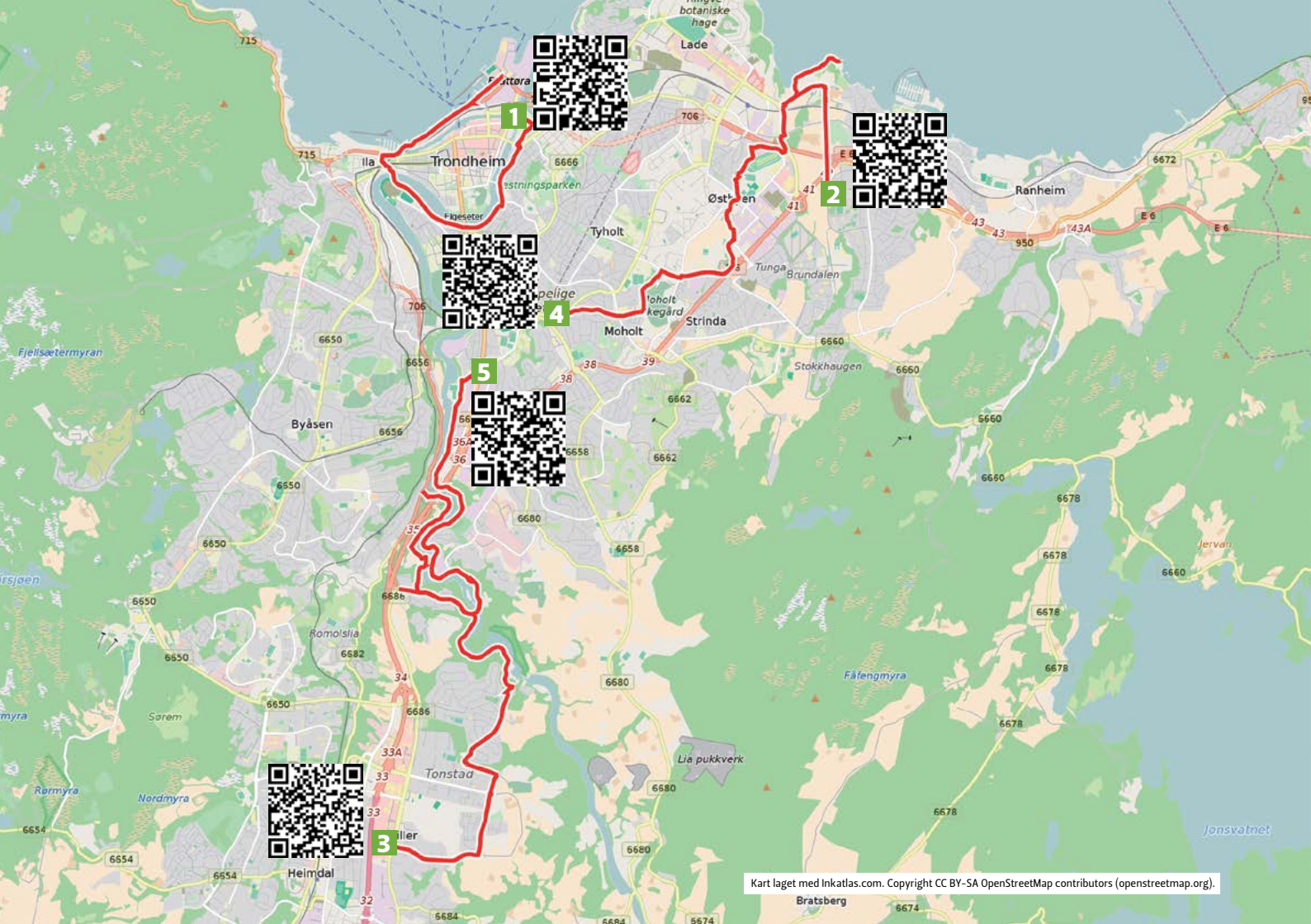
Blant de mest attraktive rutene finner vi strekninger langs Nidelva. Den sentrale «Hjerterunden» går en runde i sentrum på asfalt, brostein og grusvei fra Solsiden, gjennom Bakklandet, ut på Øya og langs den imponerende strandpromenaden østover til Brattøra. Denne er utpreget barnevennlig.

Prøver du noen av byens **5 Grønne sykkelruter**, tror vi du vil bli overrasket over hvor fine, fredelige og trygge sykkelmuligheter som finnes.

De Grønne sykkelrutene er i hovedsak veldig lette og kan sykles av barn fra 6–7 års alder.

Navigering på mobil

For sykkelruter rett på din mobil – skann QR-kodene på neste side. Du finner mer informasjon på grønnesykelruter.no og ut.no. Der kan du også laste ned gpx-filer til mobilen.



1

2

4

5

3



1 <<Hjerterunden>> i Trondheim sentrum

En svært lettskyklet rute sentralt i byen, i nærkontakt både med Nidelva og Trondheimsfjorden. Ta gjerne turen innom en av Bakklandets trivelige kafeer.

Distanse: **5,3 km**
Tid: **20–25 minutter**

Underlag: **Asfalt, brostein og grus**
Barn: **Fra 8–9 år**

2 Rotvoll – Charlottenlund

En bilfri, grønn og trygg trasé som tar deg raskt mellom arbeidsplassene ved Rotvoll og Charlottenlund. Du får oppleve den imponerende Schmettows allé.

Distanse: **1,8 km**
Tid: **10–12 minutter**

Underlag: **Grusvei**
Barn: **Fra 8–9 år**

3 Tiller – Sjetnemarka – Leirfoss – Kroppanbrua

En grønn og trygg trasé mellom Heimdal/Tiller og Trondheim. Langs Nidelva er det helt bilfritt, og du finner bord og benker under små tak.

Distanse: **8,2 km**
Tid: **30–35 minutter**

Underlag: **75 % asfalt, 25 % grus**
Barn: **Fra 8–9 år**

4 Berg – Moholt – Brøsetdalen – Leangen – Rotvollneset

En utpreget grønn rute gjennom store og til dels åpne parkområder i den østlige delen av Trondheim. Byr på både rasteplasser og bademuligheter.

Distanse: **6,6 km**
Tid: **Ca 30 minutter**


Underlag: **Asfalt, grusvei/tursti**
Barn: **Fra 8–9 år**

5 Nidelvstien: Tempe – Nedre Leirfoss

Trivelig og naturnær tursti som i flere kilometer følger tett på Nidelva. Underveis kan du ha glede av både badeplasser, kulturminner og rasteplasser.

Distanse: **5,5 km**
Tid: **30 minutter**

Underlag: **Asfalt og grus**
Barn: **Fra 5–6 år**



Grønne sykkelruter er utviklet av Syklistenes Landsforening, som har kartlagt i alt 22 naturpregede og trygge sykkeltraseer i Oslo, Bergen, Trondheim og Stavanger.

Dette er alternativer for alle syklende som ønsker å komme seg unna støyen og stresset fra bilveiene - pendlere, familier og eldre.

Prosjektet er finansiert av Miljødirektoratet og Kulturdepartementet.



SYKLISTENE
Syklistenes Landsforening

Storgata 8, 0155 OSLO | Tlf. +47 22 47 30 30
post@syklistene.no | www.syklistene.no