



# Förslag på saker att göra i Göteborg

Olika leder i Göteborg området att springa och vandra. Läs mer på <http://vastkuststiftelsen.se/>

## Naturreseptat i Mölndals stad

- Delsjön
- Gunnebo kulturreseptat
- Rådasjön
- Safjället
- Sandsjöbacka
- Änggårdsbergen
- Delsjön
- Mitt i det vidsträckta, underbara naturområdet Delsjöområdet ligger Stora Delsjön och lilla Delsjön. Här finns möjlighet till avkopplande promenader i naturreseptatet, kanotutflykter och såklart härliga bad på badstranden eller från de omgivande klipporna. Dessutom finns flertalet löpsår som utgår från Skatås motionscentrum.
- Sandsjöbacka – Sandsjöbackaleden

## Sandsjöbacka

Naturreseptatet Sandsjöbacka är ett stort naturområde som sträcker sig mellan Kungsbacka i söder och Göteborg i norr. Du kan komma till Sandsjöbacka på vandringsleder från Sisjön och från Torrekulla, eller från Spårhagavägen i Lindome.

## Gunnebo Slott

Finns kaffe och i slottsvisningar till utomhusvisningar

## STENSJÖN

## KANOTPADDLING I VACKER MILJÖ

Hyr kanot och paddla i Mölndals två sjöar, Stensjön och Rådasjön, vilka är förbundna av en kanal. Sjöarna är typiska svenska insjöar, med en härlig natur och lugnt vatten som bidrar till en härlig friluftsupplevelse. Stanna gärna till och gå iland och grilla, sola och bada. (OBS! förbokning av kanoten rekommenderas). Läs mer på Stensjö Center <http://www.stensjocenter.se/>

Stensjö Center har Mölndals enda äventyrsgolfbana. Banan har 12 hål som passar både vuxna och barn. Den härliga äventyrsgolfbana ligger precis intill Stensjön och kanotcentrat. En vacker inramning för en rolig runda golf! Läs mer på [Stensjö Center](#)

#### Skatås motionscentrum

Telefon 031-368 22 00

Besöksadress Skatåsvägen 25

Frisbeegolf är en kul och annorlunda idrott som även passar bra som motionsform. På Skatås motionscentrum finns två frisbeegolfbanor

Frisbeegolf	Pris
Årskort - medlem i förening	400 kronor
Årskort - övriga motionärer	450 kronor
Banavgift per tillfälle - vuxen	25 kronor (scorekort ingår)
Banavgift per tillfälle - under 16 år	Gratis
Hyra frisbeedisc	15 kronor

#### Beachvolleyboll

Övriga motionärer	Pris
Vardagar innan klockan 16	100 kronor per plan och timme
Vardagar efter klockan 16 och helger	200 kronor per plan och timme
Hyra volleyboll	25 kronor

#### HÖGHÖJDSBANA PARTILLE

<https://www.high-adventure.se/privat/>



## STORA AMUNDÖN

Adress: Stora Amundo

Hållplats: Ugglegården

Stora Amundön bjuder på härliga bad och mångskiftande landskap med allt från strandängar till ekskogar. På väg ut till klipporna kan du gå genom en hästhage. Här finns både klippor och underbara små stränder.

Vid Stora Amundön hittar du Göteborgs första snorklingsled – en naturstig under ytan där du kan lära mer om djur- och växtlivet i vattnet utanför ön. Leden har 13 stationer utmärkta med bojar, förbundna med en lina som kan följa eller hålla i. Ta med egen dykmask och snorkel. Med kollektivtrafiken tar det cirka 45 minuter från centrala Göteborg till närmsta hållplatsen, Ugglegården. Därifrån tar det cirka 10-15 minuter att promenera till havet. Vid entrén till Stora Amundön finns en kiosk där du kan köpa fika att ta med dig ut.

## VÄTTLEFJÄLL

Vättlefjälls naturreservat är ett av de största naturområdena i Göteborg. Här bjuder naturen på en rik variation av mossar, ljunghedar, löv- och barrskog. Kanotpaddla eller fiska i de många sjöarna, vandra längs Bohusleden, Pilgrimsleden och Vättlefjällsleden och njut av det vackra, kuperade landskapet.

hitata till Vättlefjäll

Med kollektivtrafik från centrala Göteborg tar du dig enklast till Vättlefjäll med spårvagn 4 eller 9 till Angered centrum. Ta sedan buss 75 från Angered centrum till hållplats Kryddnejlikegatan. Därifrån är det cirka 7 minuters promenad och du kommer in i naturområdet via Kanotpoolen - Vättlestugan.

Åker du bil från centrum kör du norrut på E45 mot Råvebergsvägen och Lövgärdesvägen. Vid Kanotpoolen vid Vättlestugan finns det gratis parkering.

Det finns även parkering vid Surtesjöns badplats i västra delen av Vättlefjäll. Från Göteborg kör du norr ut på E45 och tar avfart 81. Efter avfarten fortsätter du på Idrottsvägen, sedan höger på Granhäcksvägen. Därefter vänster in på fågeldammsvägen som du följer fram till badplatsen.

## HYRA KANOT & KAJAK

Delsjöns Kanotcentral

Vi hyr ut stabila canadensare för en eller flera personer till humana priser. Vi är en godkänd kanotcentral enligt Svenska Kanotförbundets föreskrifter och utgör en del av verksamheten i Nässets Paddlarklubb.

Kontakt

Tel: 031-403488 (under öppettider)

Mail: [uthyrningen@npk.nu](mailto:uthyrningen@npk.nu)

### Kanotpoolen i Vättlefjäll

Kanotpoolen i Vättlefjäll erbjuder aluminiumkanoter av kvalitetsmärket Linder-Inkas. Stabila och osänkbara men väger ändå bara 36 kilo. De flesta kanoter passar två vuxna och ett barn, men väljer du en XL-familjekanot får tre vuxna eller två vuxna och två barn plats. Det finns även möjlighet att hyra till smarta materialpaket för grillning och övernattnig. Kanotpoolen är helt kontantfri.

Adress: Kryddnejlikegatan

Hållplats: Angered Centrum

Telefonnummer: 0793-048020

E-post: [info@kanotpoolen.se](mailto:info@kanotpoolen.se)

Hemsida: <http://www.kanotpoolen.se/>

Point 65 Kajak Center

GÖTEBORG - LILLA BOMMENS HAMN

- <https://point65.se/pages/hyrkajakgoteborg>

### STÅPADDLA

Ståpaddlas surfbuss har komplett utrustning för små eller stora grupper och rör sig mellan Göteborgs absoluta centrum och dess fantastiska skärgård. Information om kurser och turer finns på hemsidan <http://stapaddla.se/>

Kontakt

Telefonnummer: +46730487014

E-post: [info@stapaddla.se](mailto:info@stapaddla.se)

Hemsida: <http://stapaddla.se/>

<https://www.botaniska.se/>

### Slottsskogen

<https://www.goteborg.com/dagsutflykter/>

### Göteborg är en svårslagen cykeldestination

<https://www.goteborg.com/cykla-i-goteborg/>

### VAMOUNTAINBIKE KRING GÖTEBORG

<https://www.goteborg.com/mountainbike-kring-goteborg/>

