

Kan man kombinera motion – natur - historia i Norsborg?

Ja, det kan man när man ger sig ut på "Mälarpromenaden", som sträcker sig från Norsborgsparken till Slagstabadet. Många intygar att denna stig är Stockholmsrådets allra vackraste, kanske Sveriges vackraste stig. Det finns nog inte en stig som i 3,5 km aldrig är mer än högst 15 m från Mälarstrandkanten, som har en gudomlig inramning och efter vägen har massor av historia och också på vissa ställen en speciell natur. Det finns bland annat trolsk barrskog, idegranar, lärkträd, alvon-bokar samt yviga kandelaber-björkar. En annan "egenhet" med denna stig är att det är skön svalka när det är värmebölja i vårt boendeområde och en ljuvlig värme på höstkanten när det är kyligt i övrigt. Det finns några "oskrivna regler" på stigen. Det är högertrafik när man går, springer och cyklar. Hundägare med "dresserade" hundar tillåts gå med dem utmed stigen utan koppel. Hälsa gärna på dem som du möter, det gör att det blir en trevlig vistelse på stigen.

Vad väntar Du på? Pricka in dina dagar i veckan, minst 3 gånger, som även Du finns utefter stigen.

Den slinga som här beskrivits är ca 7 km lång, med kan naturligtvis bli längre eller kortare med de många sidostigar som erbjuds i detta område.

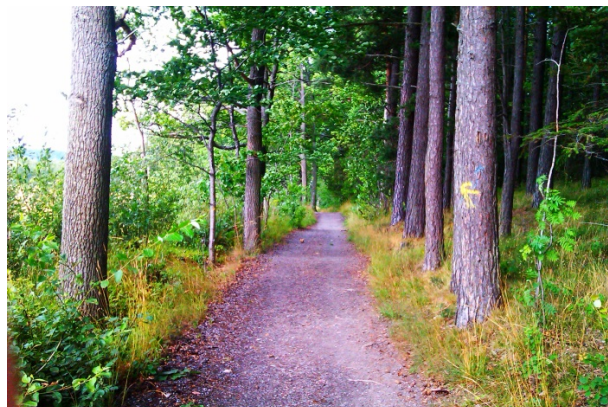
Denna informationsskylt finns vid stigen början i Norsborgsparken



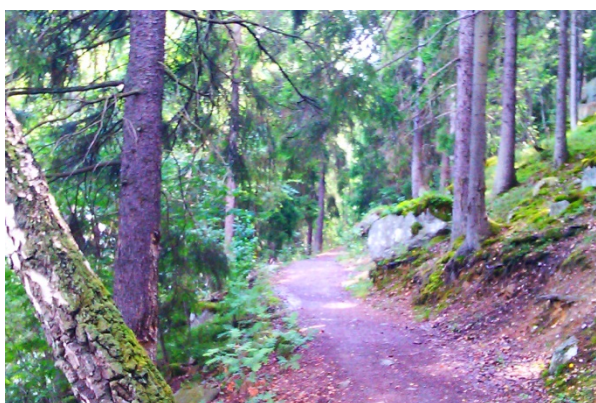
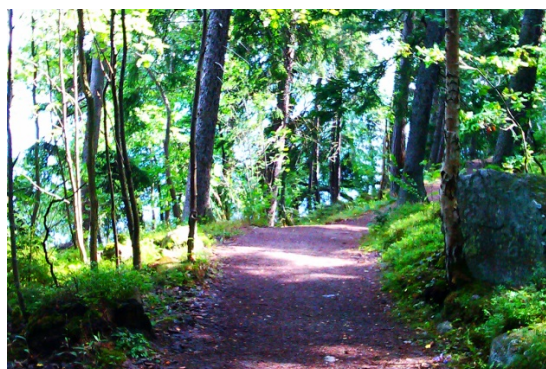
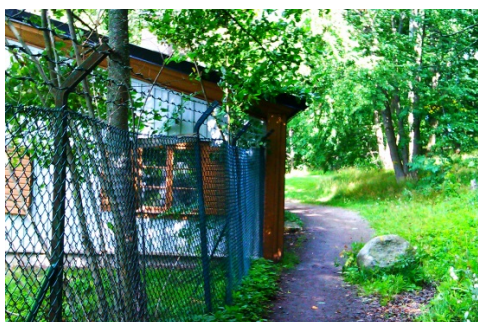
Start och stopp vid vår fotbollsplan



Nu bär det av mot Norsborgsparken



Här passeras Orangeriet och snart ser du informationsskylten. Du tar till höger när du skall ut på stigen.



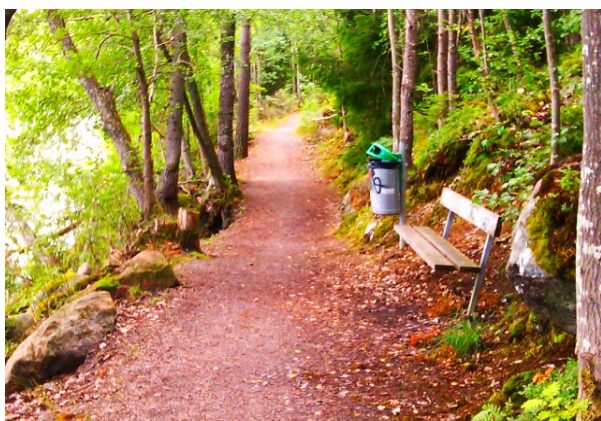
Till vänster är det "djävulsbacken" som mången ondgjort sig över om man skall uppför. Till höger stigen



Här passeras vår inofficiella badplats "Stenarna". Känner du för ett dopp så gå efter vasskanten där är det skaplig botten.



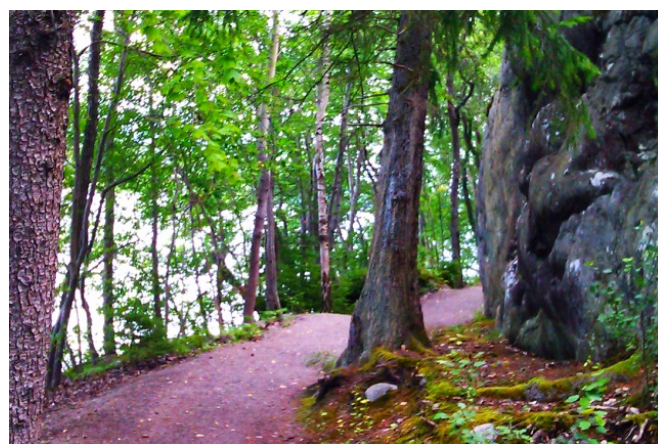
Sätt dig en stund om du kört för hårt



Här passeras Hallunda brygga



Kolla vilket stenparti



Nu är du framme vid Slagstabadet, vik av till höger efter skogskanten.



Så här ser bladen ut på Alvonbokarna. Lite asfalt ett tag, spring eller gå i gräskanten.

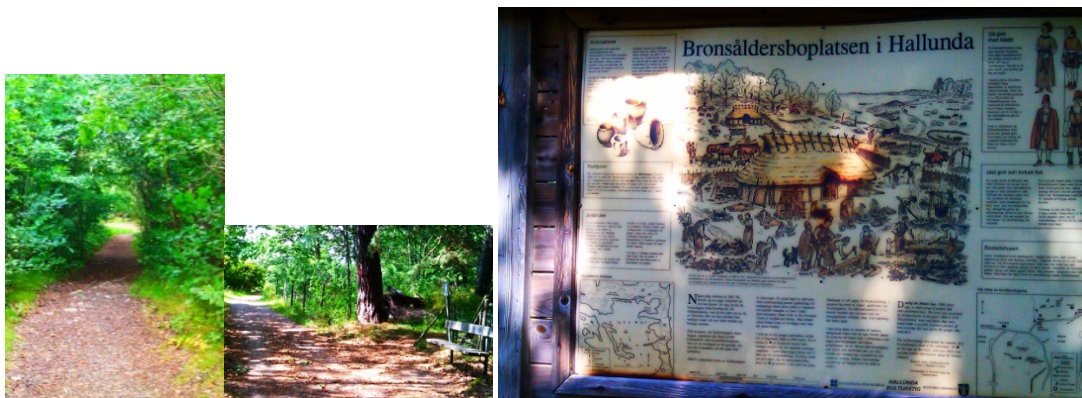


Nu passeras "Gula husen" på höger sida. Tag upp vägen där det står en "cykelskylt"



När du kommit så här långt har du passerat en område med många gravar från historisk tid.

Till vänster om stigen en av Sörmlands största hövdinggravar. Till höger många små gravar.



Torpet Lugnet. Skylt som minner om historisk plats. "Spurtsträckan" sedan är du i mål vid fotbollsplanen efter ca 7 km:s löpning, gång eller cykling.

