Frilufsarna 15 promenader under vårsäsongen 2027

Säsongsstart. Torsdagen 14 januari, start klockan 10:00 från Vilsta Raststuga. Om vinterväglag råder går vi på vägar, inte genom skogen, och då blir sträckan cirka 5 kilometer. Målet för promenaden är Skjulsta där grillen är tänd när Frilufsarna anländer. Vår förening, SPF Seniorerna Eskilstuna, bjuder på grillad vildsvinschorizo, korvbröd, senap och ketchup. Dryck får var och en själv hålla med.
Leif Korsman, telefon 070 283 2020 vet mera om promenaden.
Roger Stark, 070 514 63 06 vet mera om korvgrillningen.

Torsdagen 21 januari, start klockan 10:00, promenad i Kronskogen. Samling och startplats är Tuna Parks stora avgiftsfria parkering nära Rondellen vid Västerleden. Vi rundar varuhuset och ser Parken Zoos vilda djur innan vi kommer in i terrängen och inledningsvis möter några backar. Den totala sträckan är cirka 5 kilometer.
LufaAndersson vet mera, telefon 070 545 1688.

Torsdagen 4 februari, start klockan 10:00, promenad på Hälsans stig i Torshälla.
Samling vid det så kallade Kofältet i Torshälla. Buss når platsen.
Den som åker egen bil svänger mot Mälarbaden vid de nya hyreshusen. Strax därefter ligger Kofältet. Matsäcken äter vi nära QR-redskapen vid Krusgårdsparken. Sträckan är mellan 5 och 6 kilometer.
Irma Enesved vet mera, telefon 070 580 6140.

Torsdagen 11 februari, Sundbyholm, samåkning klockan 10:00 från Biltema. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören. Vi ställer bilarna vid badets parkering och går på stigar där det tidigare var en campingplats.
En kort bana på bara cirka 4 kilometer med en enda besvärlig passage, där vi kanske behöver hjälpa varandra om det är besvärligt halt på marken.
Leif Korsman, telefon 070 283 2020 vet mera om promenaden.

Torsdagen 25 februari, promenad startar klockan 10:00 från Hällbybruns idrottsplats.
Vi går i området nära idrottsplatsen och rundar den stora grusgrop, som blivit en stor sjö. Bussförbindelserna är mycket bra. Sträckan är mellan 5 och 6 kilometer.
Irma Enesved vet mera, telefon 070 580 6140.

Torsdagen 4 mars klockan 10:00 en stadsrunda, dels i den nya stadsdelen, dels utmed ån**.**
Start vid Västerbron bakom Willys Kungsgatan. Obs! parkeringen har två timmars parkering om du har P-skiva.
Västerbron leder oss inledningsvis till Munktellområdet. Vi väljer en sträcka på cirka 4 kilometer och klarar oss inom två timmar.
Eva Wallin vet mera, telefon 070 953 5671.

Torsdagen 18 mars startar vi klockan 10:00 från Mesta IP. Vi trampar historisk mark på Åsbymon. Inga svåra backar och sträckan är cirka 5 kilometer. Vi hittar bra stenar att sitta på när vi äter vår matsäck.
Irma Enesved vet mera, telefon 070 580 6140.

Torsdagen 1 april klockan 10:00 från parkeringen vid Tuna Park. Vi ska samåka till Jägaråsen i Kungsör. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören.
Jägaråsen är en långsträckt grusås med ett helt system av gångvägar och stigar, där det ingår några pulshöjande backar och några av stigarna är branta. Den totala sträckan är cirka 6 kilometer och vi har förslag på en bra plats att äta matsäcken vid.
Leif Korsman vet mera, telefon 070 283 2020.

Torsdagen 15 april avresa från Biltema från klockan 10:00. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören. Vi ska traditionsenligt till backsipporna på Sofiebergsåsen. Eftersom parkeringsutrymmet vid kyrkan på åsen är begränsat är samåkning mycket önskvärt. När vi äter matsäcken sitter vi bland sipporna och ser ut över fältet med de miljöanpassade vindkraftsverken.
Roger Stark vet mera, telefon 070 514 6308.

Torsdagen 22 april avresa från Tuna Park klockan 10:00. Vi ska till Åholmen på andra sidan Kvicksundsbron när förhoppningsvis blåsippor och andra tidiga vårblommor är som allra finast. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören.
Eva Wallin vet mera, telefon 070 953 5671.

Torsdagen 29 april klockan 10:00 från parkeringen vid Tuna Park. Vi ska traditionsenligt till Ekeby kyrkoruin. Vi går troligen förbi ett fält med ridhästar. Just nu borde blomsterprakten vara som störst. Platsen ger historisk klang och där finns många fina stenar att sitta på när vi intar matsäcken. Dock är kyrkorummet i minsta laget fastän där hålls ett och annat bröllop även i vår tid.
Irma Enesved vet mera, telefon 070 580 6140.

Torsdagen 13 maj klockan 10:00 från parkeringen vid Tuna Park. Vi ska samåka till en plats nära Strömsholm, men vi åker inte fram till slottet utan till en alternativ parkeringsplats. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören. Vi går fram till slottet via Sveriges hästcentrum. Matsäcken intar vi vid den kungliga läktaren. Sträckan är 7 kilometer, men utan ansträngande backar.
Eva Wallin vet mera, telefon 070 953 5671.

Torsdagen 20 maj avfärd från Skogsängens IP klockan 10:00. Vi ska samåka till Åsborgen i Ärla för att genomföra en promenad upp på Ärlaåsen. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören.

Vi går en härlig skogsrunda. Sträckan blir cirka 5 kilometer och inleds av en lång något ”sugande” backe, men i övrigt inga svårigheter. På vägen upp till toppen stannar vi någpn gång för att hämta andan, o, det behövs. Kanske äter vi matsäcken vid den konstgjorda sjön, där det simmar många småfiskar.
Leif Korsman vet mera, telefon 070 283 2020.

Torsdagen 3 juni, glöm inte grillkorven. Vi ska till Mälarbaden. Samåkning från Tuna Park klockan 10:00. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören.
Ryggsäckarna kan vi lämna i bilarna eftersom matsäcken med egna korvar (eller annat för grillen) äts vid Mälarbadens strand. Vi följer Stina på 6 kilometers promenad och Lufa har grillen tänd när vi kommer tillbaka.
Stina Andersson vet mera om promenaden, telefon 070 981 5378,
Lufa Andersson vet mera om grillningen, telefon 070 545 1688.

Traditionsenlig säsongsavslutning. Torsdagen 10 juni klockan 10:00 samåkning från parkeringen vid Tuna Park. Passagerare betalar 30 kronor till chauffören. Vi ska till Stora Sundby slott och göra en härlig vandring i parken.
Entréavgift. Dagens ledare erlägger vår gemensamma entréavgift på 20 kronor per person, men som vår förening SPF Seniorerna Eskilstuna bjuder oss på. Matsäcken äter vi med utsikt över Hjälmaren.
Roger Stark vet mera, telefon 070 514 6308.