

Friluftsrøllingers favoritter i

Julie Pio Kragelund
Sophie Hastrup Christensen

DE DANSKE NATIONALPARKER



Julie Pio Kragelund & Sophie Hastrup Christensen

Friluftsrøllingers favoritter i

DE DANSKE NATIONALPARKER

INDHOLDSFORTEGNELSE

FORORD	4
INDLEDNING	6
INTRODUKTION	8
VORES FAMILIER	10
DANMARKS NATIONALPARKER	12
PAS GODT PÅ NATUREN	14
PÅ TUR I DET FRI MED SMÅ BØRN	15
AKTIVITETER I DET FRI MED SMÅ BØRN	21
Vandring	21
Orienteringsløb	23
Cykeltur og mountainbike	28
Strand og vandaktiviteter	31
Vandhulseventyr	36
Overnatning i det fri	38
Eventyr i det fri	42
NATIONALPARK THY	45
1. Klitplantagerne i Sydthy	50
2. Stenbjerg	60
3. Thaagaard Plantage og Bøgsted Rende	62
4. Tvorup Klitplantage	65
5. Vilsbøl Klitplantage	67
6. Området omkring Hanstholm	74
Strande i Nationalpark Thy	81
NATIONALPARK MOLS BJERGE	87
1. Kalø	91
2. Mols Bjerger	96
3. Ørnbjerg Mølle	107
4. Området omkring Ebeltoft	111
5. Jernhatten	120

NATIONALPARK VADEHAVET	122
1. Tøndermarsken	129
2. Rømø	136
3. Mandø	144
4. Fanø	149
5. Skallingen	159
6. Myrthuegård	160
NATIONALPARK SKJOLDUNGERNES LAND	163
1. Møllekrogen, Gershøj og Lyndby	167
2. Bolund Halvø	170
3. Herslev Strand	171
4. Boserup Skov	172
5. Sagnlandet Lejre, Herthadalen og Knapsø	180
6. Tadre Mølle og Taderød Bæk	182
7. Bidstrup Skovene	183
NATIONALPARK KONGERNES NORDSJÆLLAND	190
VEST: LYNÆS TIL OG MED ARRESØ	195
1. Tisvilde Hegn	196
2. Melby overdrev	203
3. Lynes	208
4. Arrenæs	210
MIDT: GRÆSTED-AGGEBØ, GRIBSKOV, ESRUM SØ OG STORE DYREHAVE	214
1. Græsted-Aggebo Hegn, Mårum og Esrum Møllegård	215
2. Mutter Gribs Hule og Strødam Engsø	221
3. Skovskolen i Nødebo	224
4. Eghjorten og omegn	228
5. Store Dyrehave	231
ØST: DANSTRUP HEGN, GURRE SØ, HORN BÆK OG HELLEBÆK PLANTAGER OG EGE BÆK SVANG	236
1. Danstrup Hegn	237
2. Gurre Sø	240
3. Hornbæk Plantage	244
4. Hellebæk Plantage	248
5. Egebæksvang, Kvistgård og Nyruphus	252
KORTKREDITERING	254
BILLEDEREFERENCER	255
OM FORFATTERNE	257
TAK	258

NATIONALPARK SKJOLDUNGERNES LAND



På Midsjælland, blot 30 kilometers kørsel fra København, finder I Nationalpark Skjoldungernes Land, som blev indviet i 2015. Den strækker sig over de tre kommuner Roskilde, Lejre og Frederikssund, og af dens samlede areal på 170 kvadratkilometer er en tredjedel fjord og to tredjedele jord.

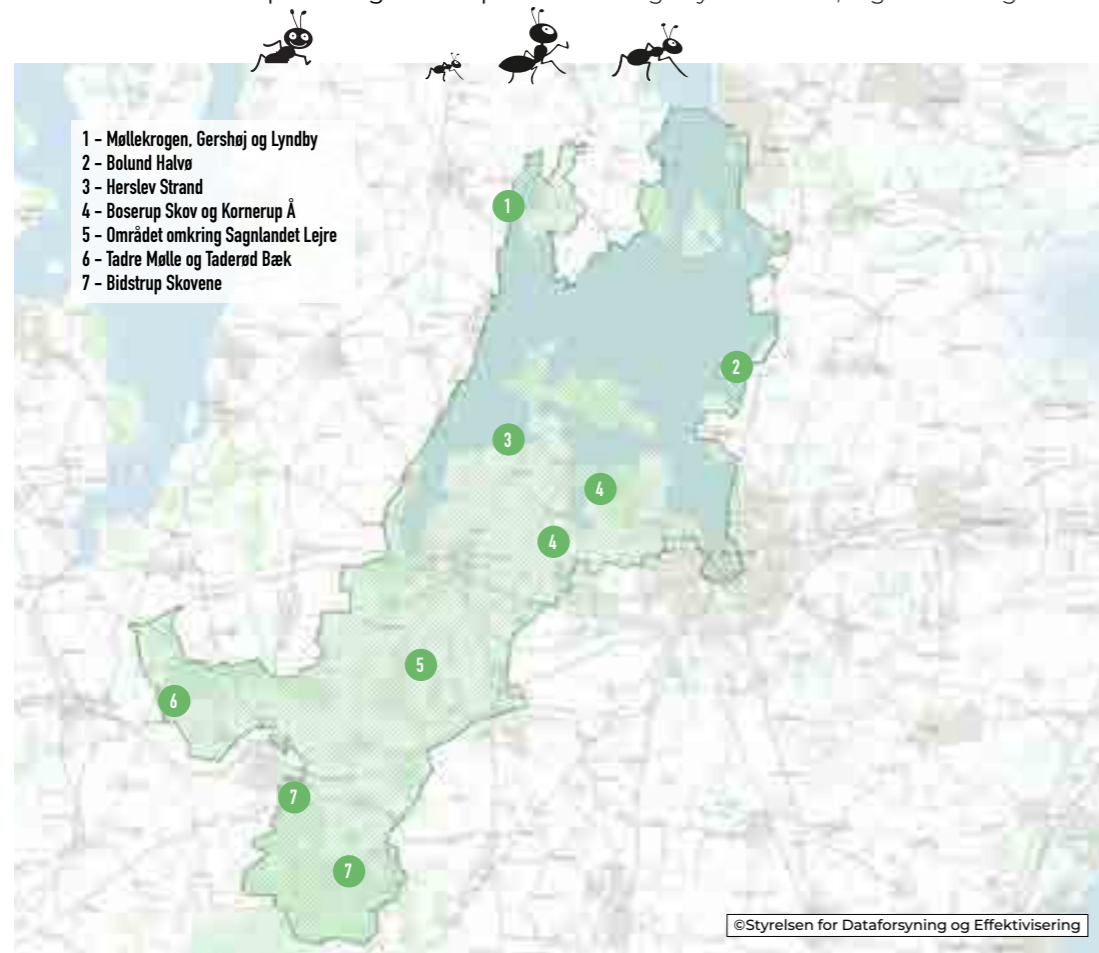
Parken er rammet ind af Jyllinge i nord, Roskilde i midt-øst, Lejre i sydøst, Hvalsø i sydvest og Skibby i nordvest. Roskilde Fjord udgør den største del af parkens nordlige del, mens særligt de to store skovområder Boserup Skov og Bidstrup

Skovene og det kulturhistoriske landskab omkring Gl. Lejre kendetegner midten og den sydlige del af parken.

I dette kapitel bliver parken gennemgået fra nord til syd.

Løvskov, fjord og en midgårdorm

I Skjoldungernes Land venter der jer skønne oplevelser både i det grønne og i det blå. I kan vandre på små sprøde stier, padle kano på fjorden, betvinge Midgårdormen, cykle under løvet blandt gravmonumenter, bestige kystskrænter, tage trækfærgen over



Kornerup Å og gå på vandhulseventyr i de mange moser og søer. Vågne op i et shelter med fjordkig og høre og se et enestående fugleliv.

Parken rummer skøn og varieret natur, fra overdrev, strandenge og vilde kystskrænter til store løvskov og lavlandet fjord, og den emmer af kulturhistorie, bl.a. fra stenalderen, vikingetiden og middelalderen.

Skjoldungernes Land er særligt kendt for den ikoniske vandrerute Skjoldungestien, der med sine 40 kilometer snor sig ud og ind gennem det historiske landskab og forbi en række af de vigtigste udflugtsmål i nationalparken. Men 40 kilometer kan være en stor mundfuld for de fleste voksne og ikke mindst de små poter. Heldigvis er der også en masse kortere skønne ruter, som kan føre jer rundt i Skjoldungernes Land.

Badestrande, vandhulseventyr og dyreliv

Nationalpark Skjoldungernes land er til de vand- og talglade. Parken rummer 527 søer, 338 moser, 143 ferske enge, 66 kilometer beskyttede vandløb og 99 kilometer kystlinje,

så der er basis for en masse skønne vandaktiviteter.

Fjorden er lavlandet mange steder og ideel til tryk leg i vandet. Badestrandene er også oplagte til at tage ud på SUP. Det lave vand gør det sjovt at soppe rundt og fange små dyr med nettet.

Skjoldungernes Land har desuden stor betydning som yngle- og rasteområde for svømme- og vadefugle, og her er særligt de omkring 30 små øer og holme i Roskilde Fjord vigtige. Skjoldungernes Land rummer desuden en rig mangfoldighed af arter og naturtyper som overdrev og kystskove.

Primitiv overnatning

Parken rummer mange dejlige telt- og shelterpladser, men flere af dem ligger smukt og dybt inde i skovene og er svære at komme til med små børn og en masse habengut til overnatning. Vi har udvalgt dejlige shelter- og teltpladser, som ligger i tæt afstand fra parkeringsforhold. Skal I fritelte er der kun en enkelt plads i Hyrdehøj Skov ved Roskilde.

Besøgssteder

Nationalparken har et stort antal formidlings- og besøgssteder klar til at hjælpe jer ud på oplevelser. Parken har endvidere informationsporte på foreløbig fire af besøgsstederne, og flere er på vej. Ved informationsportene finder I udstillinger om stedet og nationalparken, og der er grejkasser fulde af ideer til aktiviteter i naturen og i det kulturhistoriske landskab lige uden for.

De fire nationalparkporte finder I her:

Tadre Mølle, Tadre Møllevej 23, 4330 Hvalsø
Selsø Slot, Selsøvej 30A, 4050 Skibby
Roskilde Oplevelseshavn, Strandgade 2, 4000 Roskilde
Fjordglimt Café og Kulturhus, Bygaden 28, 4040 Jyllinge

Mere information: Nationalparkskjoldungernesland.dk/oplev-nationalparken/besogsteder



1. MØLLEKROGEN, GERSHØJ OG LYNDBY

Adresse: Møllekrogen, Selsøvej, 4050 Skibby.

Faciliteter: Bålplads på vandrerruten. Badebro, gratis kanoer, bord-bænkesæt og grillplads ved start.

Parkering: Lige ved rutestart.

I det nordvestlige hjørne af Skjoldungernes Land ved Skibby ligger Møllekrogen. Her kan I nyde dejlige timer ved at vandre på klinten, hygge ved bålpladsen på Skriversnæbbet, springe på sten langs kysten, gå på eventyr med fiskenettet og padle i de gratis nationalparkkanoer. Alle aktiviteterne har udgangspunkt her.



VANDRING TIL SKRIVERNÆBBET (KONGERUTE)

Parker bilen og følg den lille sti fra parkeringspladsen langs Selsøvej i sydøstgående retning. Efter få hundrede meter kommer I til trampestien, der løber sydover mellem fjorden og de skønne stejle klinger mod Skriversnæbbet. Der er et rigt fugle- og dyreliv her.

I kan enten følge stien ned i fjordniveau – her kan I medbringe klap- eller barnevogn – eller vælge at gå oppe på de stejle klinger. Det giver sus i maven på små og store at se ud over det vilde terræn. Hvis det blæser – og det gør det tit – kan I finde læ på turen imellem klinterne.

Efter knap 700 meter når I ud til Skriversnæbbet og bålpladsen, der ligger i fjordniveau. Her kan ungerne få mange timers leg til at gå på de store sten og stierne på klinterne,



MERE INFORMATION

På Nationalparkskjoldungernesland.dk og med appen *Nationalpark Skjoldungelandet* kan I finde masser af inspiration, information og hjælp til turen. Begge steder finder I bl.a. et interaktivt kort, hvor I specifikt kan søge på forskellige aktiviteter og udflugtsmål. Husk at downloade den gratis app til offline brug.

Naturstyrelsens turguider, Naturstyrelsen.dk/natuoplevelser/naturguider, er et glimrende, visuelt og overskueligt værktøj til mere viden og planlægning af jeres ture, ligesom søgefunktionen på Udinaturen.dk er en god hjælp.

Sagnet om Kong Skjold

Nationalparken er opkaldt efter sagnkongeslægten Skjoldungerne. Sagnet fortæller om en lille dreng, der ankom alene på et skib, sejlede ind i Roskilde Fjord. Han lå på et skjold med strå, guld, sølv og andre herligheder omkring sig. Danerne så med det samme, at dette ikke var en almindelig dreng, men en gudesøn. Han var sendt af guden Odin, gudernes konge og kongernes gud, for at give danerne deres første konge. Folket bar ham i land og op til deres kongehal og gav ham navnet Skjold. Han blev konge af danerne og var den første af slægten Skjoldungerne.



imens I hygger jer med ristede skumfiduser eller madpakker. Tag fiskenet og spand med til at stikke i den lille sø inden bålpladsen eller i fjorden.

KANOTUR PÅ FJORDEN

Ved Møllekrogen finder I bord-bænkesæt, grillpladser og en dejlig bådebro, som I kan stikke fiskenettet i fjorden fra. Her finder I også tre nationalparkkanoer inklusive padler og redningsveste, som I ganske gratis må låne. De ligger ude mellem maj og september. Kanoerne er ikke til at tage fejl af med Nationalparkens logo og farver malet stort hen over siderne.



I kan låne kanoerne til en tur på fjorden, når I har lyst, men de kan ikke bookes på forhånd. Husk kun at tage på kanotur, når det er vindstille.

Ved Gershøj Havn, blot 3 kilometer væk, ligger der også tre gratis nationalparkkanoer.

Mere information: [Nationalparkskjoldungernesland.dk/nyheder-skjoldungernes-land/2020/oplevel-roskilde-fjord-i-en-nationalpark-kano](https://nationalparkskjoldungernesland.dk/nyheder-skjoldungernes-land/2020/oplevel-roskilde-fjord-i-en-nationalpark-kano)

SHELTERE VED GERSHØJ OG LYNDBY

Ved Gershøj og det 5 kilometer sydligere beliggende Lyndby, finder I to skønne og superbørnevenlige shelterpladser. I kan parkere lige ved, og der er gode faciliteter.

Gershøj shelter- og teltplads

Adresse: Gershøjvej 84, 4070 Kirke Hyllinge.

Faciliteter: Shelter med plads til 6 personer, bålplads og bord-bænkesæt. Toilet, vand og lille badestrand. Teltpladser ved vandet.

Parkering: Ca. 100 meter fra shelteret.

Shelteret kan ikke bookes, men der er god plads til telte, hvis det er optaget.

Mere information: [Udinaturen.dk/shelter/2863](https://udinaturen.dk/shelter/2863)



Lyndby shelter- og teltplads

Adresse: Hornsherredvej 226, 4070 Kirke Hyllinge.

Faciliteter: To nyere sheltere af fuldtømmer med plads til 6 i hver, teltplads, bord-bænkesæt, toilet og vand. Toilet og vand er åbent fra 1. april til 30. november. Badebro og isætning af og landgang fra kano og kajak.

Parkering: På parkeringspladsen ved vejen. Herfra kan I gå 100 meter ned til shelterne.

Shelterne ligger helt fantastisk med udsigt direkte over fjorden. De tilhører Lejre Havkajakklub og skal bookes hos Bjørn Thomsen på tlf. 23240433.

Mere information: [Lejrehavkajak.dk/434543405](https://lejrehavkajak.dk/434543405)



Friluftsrøllingers favoritter i DE DANSKE NATIONALPARKER
Af Julie Pio Kragelund og Sophie Hastrup Christensen

© 2021 Muusmann Forlag, København
Omslag og design: Muusmann Forlag
Bogen er sat med fonten Montserrat og trykt på papiret
130 gr. G-Print .

Trykt hos TrykNet
1. udgave, 1. oplag, 2021
ISBN: 978-87-93951-87-7

Kopiering fra denne bog må kun finde sted på institutioner,
der har indgået aftale med COPY-DAN, og kun inden for de
i aftalen nævnte rammer. Det er tilladt at citere med kilde-
angivelse i anmeldelser.

Muusmann Forlag
Bredgade 4
1260 København K
Tlf. 33 16 16 72
www.muusmann-forlag.dk



Nationalparkerne i Danmark har ikoniske vandreruter, betagende cykelruter, nogle af landets smukkeste kystlinjer og et rigt dyreliv. Men med børn på små korte ben, i klapvogn eller i bærestol kan det være en udfordring at planlægge gode ture. Vi hjælper jer med at skabe skønne oplevelser i nationalparkerne i småbørnshøjde.

Denne bog giver jer konkrete råd til, hvad I kan lave med jeres små børn i Danmarks fem dejlige nationalparker. I får inspiration og vejledning til forskellige aktiviteter som vandring, orienteringsløb, cykling, mountainbike, surfing, vandhulseventyr, naturleg og overnatning i det fri. Vi giver jer også konkrete råd til, hvilke aktiviteter der passer til jeres børns alder. Hvad kan I med de små marcipangrise på 0-1 år? Hvad med tumlingerne på 1-3 år? Og hvad passer godt til de store rollinger på 4-6 år?

Bogen er skrevet, så I kan hygge jer på dagsudflugter eller ture med overnatning. I kan sammensætte dem til en ferieuge i sommerhus eller bare bruge dem til en hyggelig dagstur med ungerne. Med bogen følger også to naturpas. Børn elsker opgaver, eventyr og leg, og naturpasset er fyldt med netop det. Passet er børnenes helt personlige bog med opgaver og bedrifter.



**Inkl. to
naturpas
med sjove
opgaver!**

