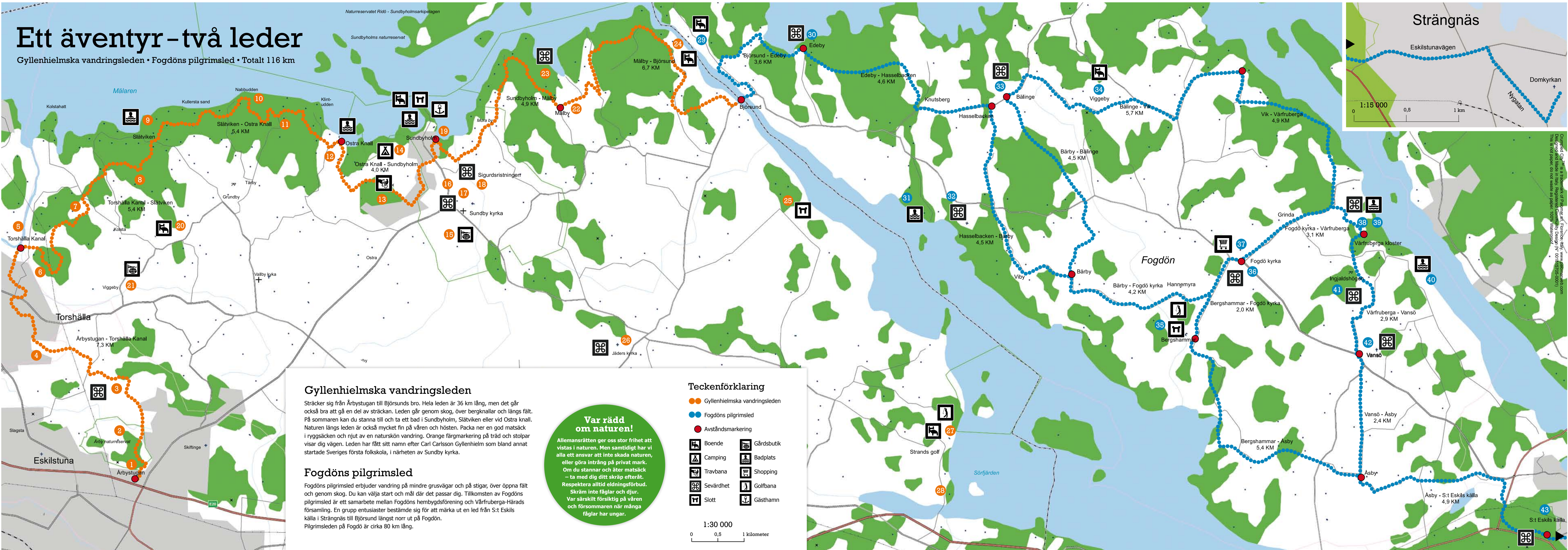


Ett äventyr – två leder

Gyllenhiemska vandringsleden • Fogdöns pilgrimsled • Totalt 116 km



Gyllenhiemska vandringsleden

Sträcker sig från Arbystugan till Björsunds bro. Hela leden är 36 km lång, men det går också bra att gå en del av sträckan. Leden går genom skog, över bergknallar och långa fält. På sommaren kan du stanna till och ta ett bad i Sundbyholm, Slätviken eller vid Ostra knäll. Naturen längs leden är också mycket fin på våren och hösten. Packa ner en god matsäck i ryggsäcken och njut av en naturskön vandring. Orange färgmarkering på träd och stolpar visar dig vägen. Leden har fått sitt namn efter Carl Carlsson Gyllenhielm som bland annat startade Sveriges första folkskola, i närheten av Sundby kyrka.

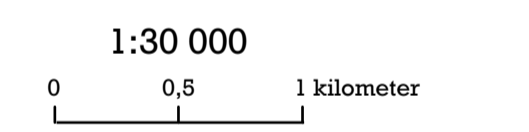
Fogdöns pilgrimsled

Fogdöns pilgrimsled erbjuder vandring på mindre grusvägar och på stigar, över öppna fält och genom skog. Du kan välja start och mål där det passar dig. Tillkomsten av Fogdöns pilgrimsled är ett samarbete mellan Fogdöns hembygdsförening och Vårfruberga-Härads församling. En grupp entusiaster bestämde sig för att märka ut en led från S:t Eskils källa i Strängnäs till Björsund längst norr ut på Fogdön. Pilgrimsleden på Fogdö är cirka 80 km lång.

Var rädd om naturen!
Allemansrätten ger oss stor frihet att vistas i naturen. Men samtidigt har vi alla ett ansvar att inte skada naturen, eller göra intrång på privat mark. Om du stannar och äter matsäck – ta med dig ditt skräp efteråt. Respektera alltid edningsförbud. Skräm inte fåglar och djur. Var särskilt försiktig på våren och försommaren när många fåglar har ungar.

Teckenförklaring

- Gyllenhiemska vandringsleden
- Fogdöns pilgrimsled
- Avståndsmarkering
- Boende
- Camping
- Travbana
- Sevärdhet
- Slott
- Gärdsbutik
- Badplats
- Shopping
- Golfbana
- Gästhamn



Gyllenhiemska vandringsleden

- 1** **ÅRBYSTUGAN**
Ursprungligen är Arbystugan en gammal bondgård från 1700-talet. Sydöst om gården finns en runsten, och intill stenen finns några järnåldersgravar.
- 2** **ÅRBY NATURRESERVAT**
Leden passerar Årby naturreservat som består av skog, åker och betesmarker. Framförallt i övergången mellan åkermark och skog finns många växter och djur som visar på ett långvarigt bruk av markerna. Naturreservatet är rikt på förlämnningar. Det finns flera gravfält från järnåldern.
- 3** **GRAVFÄLT**
Här finns en husgrundsterrass från järnåldern. Där har det stått ett långhus som var både böningshus och stall. Söder om terrassen finns en stensträng, som antagligen är resterna efter en inhägnad. I området finns gravfält från både yngre och äldre järnåldern.
- 4** **GLÖMSTAÅSEN**
Vid Glömstaåsen finns 100-åriga ekar, stora enbuskar, aspskog, granskog, öppen gräsmark, artrika bryn och hällmark. Markerna hålls öppna av betande nötdjur. Här finns även ett gravfält som består av cirka 85 järnåldersgravar.
- 5** **TORSHÄLLA KANAL**
I slutet av 1500-talet beslutade Karl IX att en kanal skulle byggas mellan Mälaren och Hjälmaren. I början av 1600-talet stod Sveriges första fullt fungerande kanal färdig på sträckan Mälaren – Eskilstuna, men redan efter 20 år började den förfalla. Under 1800-talet anlades en ny kanal som stod färdig 1860. 1999 renoverades slussarna. I dag trafikeras de av bland andra kanalbåten n/s S:t Olof.
- 6** **KRÅKETORP**
Här finns resterna efter ett gammalt soldattorp, som i folkmun kallas "Krokens" efter en av de soldater som bodde här i slutet av 1800-talet.
- 7** **UTSIKTSBERG**
Njut av den utmärkta utsikten. Härifrån ser du både Torshällån och Mälaren.
- 8** **OFFERKASTET VID BARNRÖSBERGET**
Sågen bakom platsens namn berättar om en bonde som för länge sedan färdades med släde från Eneby till Sjötorp vid Mälaren. Vid avfärden smög ett av hans barn in och gömde sig under slädfälten. Vid återfärden fann fadern sitt barn ihjälfruset på denna plats. Barnet hade ramlat ur släden utan att fadern märkte något, och frust ihjäl. Sedan dess har människor offerat stenar och pinnar på denna plats.

- 9** **SLÄTVIKEN**
Vid Slätviken finns en liten naturskönt belägen badplats.
- 10** **UTSIKTSPLATS VID MÄLAREN**
Mälaren är Sveriges tredje största sjö. Här finns gös, ål, abborre, siklöja och signalkräfter. Mot Sundbyholmshälet syns en del av naturreservatet Ridö-Sundbyholms-arkipelagen. På öarna finns ett kulturlandskap rikt på ädellövskog, fiskgöuse och havsrör kan ses ibland.
- 11** **TÄRBY BORG**
Härifrån har du fin utsikt. Tärby borg är en av Mäljarbygdens många fornborgar. Borgarna var försvarssystem mot anfall och kom till cirka 300-600 e.Kr. Här finns också två domarringar som är gravplatser från järnåldern. De består av stenar uppställda i cirkel eller oval.
- 12** **OSTRA KNÄLL**
Vid Ostra knäll kan du bada vid en fin sandstrand. På den här platsen ägde ett skeppslag rum år 1229 mellan kung Erik Ericsson och riksrådsmedlemmen Knut Långe. Kung Erik förlorade kronan och flydde till Danmark. Knut utropade sig till kung. 1234 återkom Erik till Sverige och besegrade Knut Långe.
- 13** **TRAVBANAN**
På Sundbyholms travbana arrangeras förutom travlopp även konferenser, mässor, konserter och festivaler. Telefon: 016-42 82 00
www.sundbyholm.com
- 14** **SUNDBYHOLMS CAMPING**
Camping vid Mälaren med campingplatser och stuguthyrning. Telefon: 016-35 01 75 eller 0736-10 87 42
www.sundbyholmscamping.se
- 15** **SUNDBYHOLMS KÖTT OCH FISK**
Gärdsbutik där merparten av sortimentet är producerat på Hammantorps gård med eget rökeri för kött och fisk. Telefon: 016-35 30 70, www.sundbyholmskottofisk.se
- 16** **SUNDBYHOLMS OCH SUNDBYHOLMS-ÅSENS NATURRESERVAT**
Sundbyholms naturreservat är ett vackert och omväxlande odlingslandskap med historia tillbaka till bronsåldern. Åkermarken dominerar, men det finns också många olika skogstyper. Här finns både karga talkogar och skir grönska i en av Sveriges nordligaste bokskogar. Längs sjön, där slätter och bete har upphört, utvecklas nu strandskogar med al och breda vassbåtten. Mitt i naturreservatet Sundbyholm ligger naturreservatet Sundbyholmsåsen.
- 17** **GYLLENHIELMSKA SKOLAN**
Sveriges första folkskola grundades av Carl Carlsson Gyllenhielm år 1629. Idag är här ett museum. Visning efter 6.k.
- 18** **SIGURDSRISTNINGEN**
Ristningen är Södermanlands största och daterad till cirka år 1040. Bilderna illustrerar myten om Sigurd Fafnesbane och runskriften talar om vem som bekostade stenen, samt en bro. Den lyder: "Sigrid gjorde denna bro, Alriks moder, Orms dotter, för Holmgrens själ, fadern till Sigrod, sin make".

- 19** **SUNDBYHOLMS SLOTT OCH SUNDBYHOLMS GÄSTHAMN**
Vid slottet finns sandstrand, lekplats, grillplatser, promenadvägar och vandringsleder, restaurang och kiosk, hotell, camping, båtthamn, gästhamn, café och bryggfotuthyrning. På Sundbyholm kan du övermatta, äta gott, ha konferens eller fest. Under medeltiden tillhörde slottet Eskilstuna Johanner-kloster. Under Gustav Vasas tid drogs det in till kronan, och i slutet av 1500-talet gav Karl IX godset till sin utomäktenskapliga son Carl Carlsson Gyllenhielm. Det var han som 1639 påbörjade bygget av det nuvarande slottet. Sedan 1939 ägs slottet av Eskilstuna kommun som arrenderar ut det.
Slottet
Telefon: 016-42 84 00
www.sundbyholms-slott.se
Gästhamnen
Telefon: 016-965 71
www.sundbyholmsgasthamn.se
- 20** **MARYS CAFÉ & BUTIK OCH MARYS DÖTTAR B&B**
I härlig miljö i Åkerby, ligger Marys Café & Butik som bjuder på en skön blandning av mat, konst och inredning. Här finns även ett Bed and Breakfast.
Telefon: 016-35 01 05, www.maryscafe.se
- 21** **SOLBY GÅRD**
Gärdsbutik med egenodlat samt självplock av jorgubbar. Telefon: 016-35 36 41, 0708-78 95 23, www.solbygard.se
- 22** **MÄLBY TRAKTOR- OCH JORDBRUKSMUSEUM**
Samling av traktorer och redskap. I dag finns på museet runt 60 traktorer och ett antal olika redskap och föremål. Telefon: 016-962 94, www.malbytraktormuseum.se
- 23** **MÄLBY FORNBORG**
En imponerande byggnation från järnåldern. Muren är som mest 12 meter bred och upp till 3 meter hög. 1929 gjordes en liten arkeologisk undersökning, då framkom inga fynd.
- 24** **NORRBY GÅRD**
Mysigt boende med sjöutsikt och egen brygga. Telefon: 016-965 67, www.norrbygard.blogg.se
- 25** **FIHOLMS SLOTT**
Fiholms slott består av två ståtliga flygelbyggnader som uppfördes av rikskanslern Axel Oxenstierna under 1640-talet och är ett bra exempel på den tidens europeiska byggnadsideal. www.fiholm.se
- 26** **JÄDERS KYRKA**
Kyrka med en rik historia. Här ligger rikets väikände rikskansler Axel Oxenstierna begravd.
- 27** **STRAND**
Hotell, restaurang, golf, konferens, bröllop, jakt, fiske, aktiviteter, kurser och event. Telefon: 016-39 51 60, www.strandgolf.se
- 28** **FÄLTSTATIONEN RÖRDROMMEN**
Fältstationen Rördrommen med handikapppassat fågelorn och informationstavla ligger vid foten av Strandåsen med vackra utsiktsplatser.

Fogdöns pilgrimsled

- 29** **BJÖRSUND SÖDERGÅRDEN, B&B**
Kontakt: Karin Lönnqvist Holm, telefon: 0708-320 431
- 30** **EDEBY SÄTERI**
Vi vet genom ett skydds brev för Fogdö kloster från år 1233 att Edeby då var klosteregendom. Efter Gustav Vasas indragning av klosteregendomarna i slutet av 1520-talet kom byn i enskild ägo 1546. Frälsegård blev det med säkerhet år 1574, då släkten Crusus förvärvade egendomen och här bygdes sin sätesgård. Släkten Crusus av Edeby ägde sedan gården fram till år 1732. Nuvarande ägare är familjen Stiernstedt.
- 31** **HELGARÖ KLÄPP BADPLATS**
En liten sandstrand sydväst om Helgarö kyrka.
- 32** **HELGARÖ KYRKA**
I en församling med namnet Vår Fru passar det väl in att vi med säkerhet vet, att det vid sidan av klostret, är en av kyrkorna som är helgad åt Jungfru Maria. Ett dokument från 1233 beskriver kyrkan som S:t Maria. Ett fanns sedan slutet av 1100-talet en tornlös stenkyrka. Av denna stenkyrka finns mycket lite kvar. På 1400-talet var kyrkans romanska kor rivet och kyrkans långd fördubblad. En sakristia och ett vapenhus hade tillkommit. En brand 1681 förstörde mycket av kyrkan invändigt och den blev återuppbyggd 1689. Vid 1800-talets slut blev det nuvarande tornet färdigt och 1898 restaurerades interiören till det vi ser idag.
- 33** **RÄLLINGEBORG**
Rällingeborg är Fogdöns kanske mest mytomspunna förläggning. Foga vetenskapliga utredningar under 1800-talet gjorde gällande att den grymme småkungsen Ingjald Illråde skulle ha haft borgen som sitt fäste, detta med hänvisning till namnet Rällingde, det vill säga byn cirka en kilometer söder om borgen. Något samband med Ingjald Illråde finns således inte men borgen är inte mindre intressant för det.
- 34** **OPPÅRDEN VIGGEBY**
Gäststuga, Antal bäddar: 4
Kontakt: Evy Lejdestad, telefon: 070-843 00 72
- 35** **BERGSHAMMAR**
Bergshammars gods är känt sen 1400-talet. Herrgården uppfördes på 1720-talet åt Johan Gabriel Sack. Arkitekten JG Destain, fransk fortifikationsofficer, har också ritat Tullgarns slott. Huvudbyggnaden är en av den svenska arkitekturhistoriens pärlor. Stilen är karolinisk men i fönstrens svagt rundade form anses den annalkande rokokon. Bergshammars koster hörde till cisterciensordern. Under sina nära 400 år var Vårfruberga kloster ett av Sveriges rikaste och mäktigaste. Dess verksamhet finansierades genom avkastning från de många stora gårdar som klostret ägde runt om i Mellansverige. Läget vid Mälaren var strategiskt viktigt för kommunikationerna, sommar som vinter. På nunnonnas tid var vattennivån cirka 3 meter högre än idag.

- 36** **FOGDÖ KYRKA**
Församlingens största kyrka är utan tvekan Fogdö kyrka som ligger likt en katedral på en liten kulle. Redan på 1100-talet stod en 12x7,5 meter stor kyrka med västtorn på platsen. Det var nu som de första nunnonna kom hit. Sockenkyrkan och klosterkyrkan var ett och nunnonna hade en egen port på sydsidan som troligtvis ledde från deras hus direkt in i kyrkan. Hundra år senare flyttar nunnonna och nunnonnas kyrka för-läggs ner till vattnet och blir Vårfruberga kloster. Fogdö kyrka blir sockenkyrka.
- 37** **ICA GRANBECKS**
Telefon: 0152-300 01
- 38** **VÅRFRUBERGA KLOSTER**
Nunneklostret, som grundades vid Fogdö kyrka cirka 1150, flyttade 1289, troligen på initiativ av kung Magnus Laduås, till platsen nere vid Mälarens vatten med namnet Vårfruberga kloster. Klostret drogs in till kronan 1527 i och med reformationen och upphörde helt tio år senare. Vårfruberga kloster hörde till cisterciensordern. Under sina nära 400 år var Vårfruberga kloster ett av Sveriges rikaste och mäktigaste. Dess verksamhet finansierades genom avkastning från de många stora gårdar som klostret ägde runt om i Mellansverige. Läget vid Mälaren var strategiskt viktigt för kommunikationerna, sommar som vinter. På nunnonnas tid var vattennivån cirka 3 meter högre än idag.
- 39** **KUNGBERGSBADET**
Naturskönt bad vid Vårfruberga klosterruin.
- 40** **HUSBYBADET**
Lite enkel badplats, tillfrat från Vansö.
- 41** **INGJALDSHÖGEN**
Invid det nästan helt igenvuxna sundet mellan socknarna Vansö och Fogdö ordnades för cirka 1000 år sedan en broförbindelse över den dåtida vatterleden ännu markerad av en runsten på sundets västra sida. Öster om sundet ligger gravfältet med den välbekanta Ingjaldshögen, en så kallad kungshög, 30 m i diameter och 3-5 m hög. Vid en utgrävning av högen i början av 1900-talet påträffades de kremerade resterna av en stormannagrav med rika fynd. Högens namn, Ingjaldshögen, syftar på att en mytomspunnen småkung, Ingjald Illråde, skulle begravats här. Detta är dock endast en skönna sprungen ur äldre tiders romantiska forskardrömmar.
- 42** **VANSÖ KYRKA**
Den lilla medeltida kyrkan i Vansö by saknar idag annat namn än bynamnet Vansö. När kyrkan började byggas på 1100-talet fick den antagligen namn efter ett helgon. Två sidoskärp inne i kyrkan med Maria som himmelens drötning och det andra med Norges kung Olav, ger oss en aning om detta.
- 43** **S:T ESKILS KÄLLA**
Legenden säger att en källa sprang fram här då helgonet Eskils svårt sargade kropp, efter att han stenats till döds i ett försök att hindra ett hednablot i Strängnäs, blev så tung för bärrarna på väg mot Tuna (Eskilstuna) att de var tvungna att sätta ner kroppen. Detta skedde i slutet av 1000-talet. På grund av legenden är platsen av kulturhistoriskt intresse.