

CHECKPOINTBESKRIVNING

CENTRUM

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
1	Gamla sandlådan	Grön	
2	Trädet	Grön	
3	Granhäcken	Grön	Ø
4	Lyktstolpe	Grön	Ø
5	Trädet	Grön	
6	Stolpe	Grön	
7	Skytit	Grön	Ø
8	Trappan	Grön	
9	Häckslutet	Grön	Ø
10	Lyktstolpe	Grön	Ø
11	Införsvila	Grön	Ø
12	Trädet	Grön	Ø
13	Brevlåda	Grön	Ø
14	Parkbänk	Grön	Ø
15	Häckslutet	Grön	Ø
16	Trädet	Grön	
17	Stigkorsning	Grön	Ø
18	Byggnad	Grön	
19	Vägrör	Grön	Ø
20	Häcken	Grön	

HÖGSLÄTTEN - VANGSTA

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
21	Stängselhörnet	Grön	
22	Sankmarken	Blå	
23	Dikeskröken	Blå	
24	Stenen	Blå	
25	Dikeskröken	Blå	
26	Stigförgreningen	Grön	
27	Stigkröken	Grön	
28	Stigkorsningen	Grön	
29	Branten	Röd	
30	Öppen mark, hörnet	Blå	
31	Stängselhörnet	Grön	Ø
32	Stigen	Grön	
33	Öppen mark, hörnet	Grön	
34	Höjden	Blå	
35	Stenen	Blå	
36	Höjden	Svart	
37	Stenen	Svart	
38	Höjden	Svart	
39	Höjden	Röd	
40	Branten	Röd	

GÅDEÅBERGET

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
41	Mellan punkthöjderna	Svart	
42	Punkthöjden	Svart	
43	Stenen	Blå	
44	Stigkröken	Grön	
45	Mellan stenarna	Blå	
46	Höjden	Röd	
47	Gropen	Röd	
48	Punkthöjden	Grön	
49	Punkthöjden	Grön	
50	Höjden	Röd	
51	Klapperstensfältet	Svart	
52	Stigförgreningen	Grön	
53	Stigförgreningen	Grön	
54	Stenen	Blå	
55	Kojan	Svart	
56	Punkthöjden	Blå	
57	Stigslutet	Grön	
58	Stigförgreningen	Grön	
59	Stigkorsningen	Grön	
60	Stigförgreningen	Grön	

MURBERGET

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
61	Hushörnet	Grön	Ø
62	Sten	Blå	
63	Höjden	Blå	
64	Sänkan	Röd	
65	Höjden	Blå	
66	Höjden	Blå	
67	Sänkan	Röd	
68	Punkthöjden	Blå	
69	Branten	Blå	
70	Sänkan	Blå	
71	Sänkan	Grön	
72	Vindskyddet	Grön	
73	Sänkan	Blå	
74	Punkthöjden	Blå	
75	Höjden	Grön	
76	Höjden	Blå	
77	Sänkan	Blå	
78	Stigkorsningen	Grön	
79	Punkthöjden	Röd	
80	Sankmarken	Blå	

VÄRDKASEN

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
81	Punkthöjden	Röd	
82	Brant, sydvästra delen	Röd	
83	Stenen	Blå	
84	Sankmarken	Röd	
85	Branten	Svart	
86	Sankmarken	Svart	
87	Punkthöjden	Svart	
88	Klapperstensfältet	Svart	
89	Spetsen på branten	Svart	
90	Sankmarken	Svart	
91	Höjden	Röd	
92	Punkthöjden	Grön	
93	Östra branten	Blå	
94	Branten	Grön	
95	Norra punkthöjden	Grön	
96	Mellan branterna	Röd	
97	Vindskyddet	Blå	
98	Branten	Blå	
99	Punkthöjden	Blå	
100	Klapperstensfältet	Blå	

HÄLLEDAL

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
101	Höjden	Blå	
102	Höjden	Grön	
103	Stenen	Blå	
104	Punkthöjden	Blå	
105	Stenen	Blå	
106	Stenen	Blå	
107	Höjden	Blå	
108	Stenen	Blå	
109	Stupet	Röd	
110	Punkthöjden	Röd	

GRÖTSJÖN

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
111	Branten	Röd	
112	Höjden	Röd	
113	Stenen	Svart	
114	Branten	Svart	
115	Höjden	Svart	
116	Höjden	Svart	
117	Branten	Svart	
118	Höjden	Svart	
119	Höjden	Grön	
120	Myrslutet	Blå	

SMITINGEN

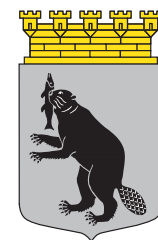
NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
121	Punkthöjden	Grön	
122	Höjden	Blå	
123	Höjden	Grön	
124	Udden	Blå	
125	Höjden	Röd	
126	Sankmarken	Röd	
127	Höjden	Blå	
128	Branten	Svart	
129	Branten	Svart	
130	Punkthöjden	Svart	
131	Höjden	Blå	
132	Stenen	Blå	
133	Höjden	Blå	
134	Stenen	Blå	
135	Sankmarken	Svart	
136	Branten	Blå	
137	Dikesslutet	Röd	
138	Höjden	Röd	
139	Sankmarken	Svart	
140	Sankmarken	Blå	

BONDSJÖ-HÄLLETORP

NR	BESKRIVNING	SVÄRIGHET	KOD
141	Trappa, övre delen	Grön	Ø
142	Lekplats, östra delen	Grön	Ø
143	Vägslut	Grön	Ø
144	Branten	Grön	Ø
145	Huset, östra sidan	Grön	Ø
146	Vattentornet, norda sidan	Grön	Ø
147	Tunneln, västra öppningen	Grön	Ø
148	Stig/Vägsörning	Grön	Ø
149	Staketdör	Grön	Ø
150	Muséet, utanför entrén	Grön	Ø

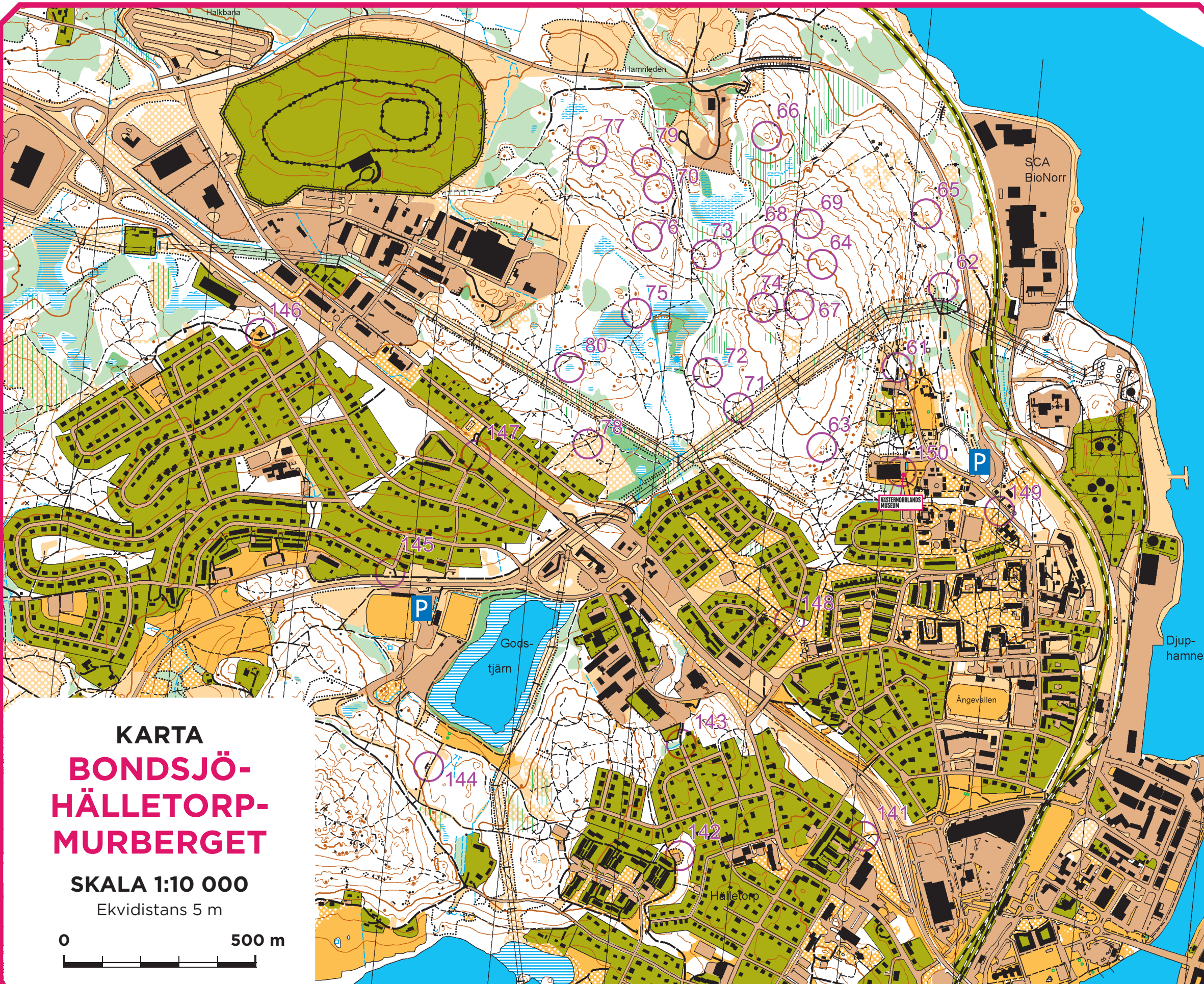
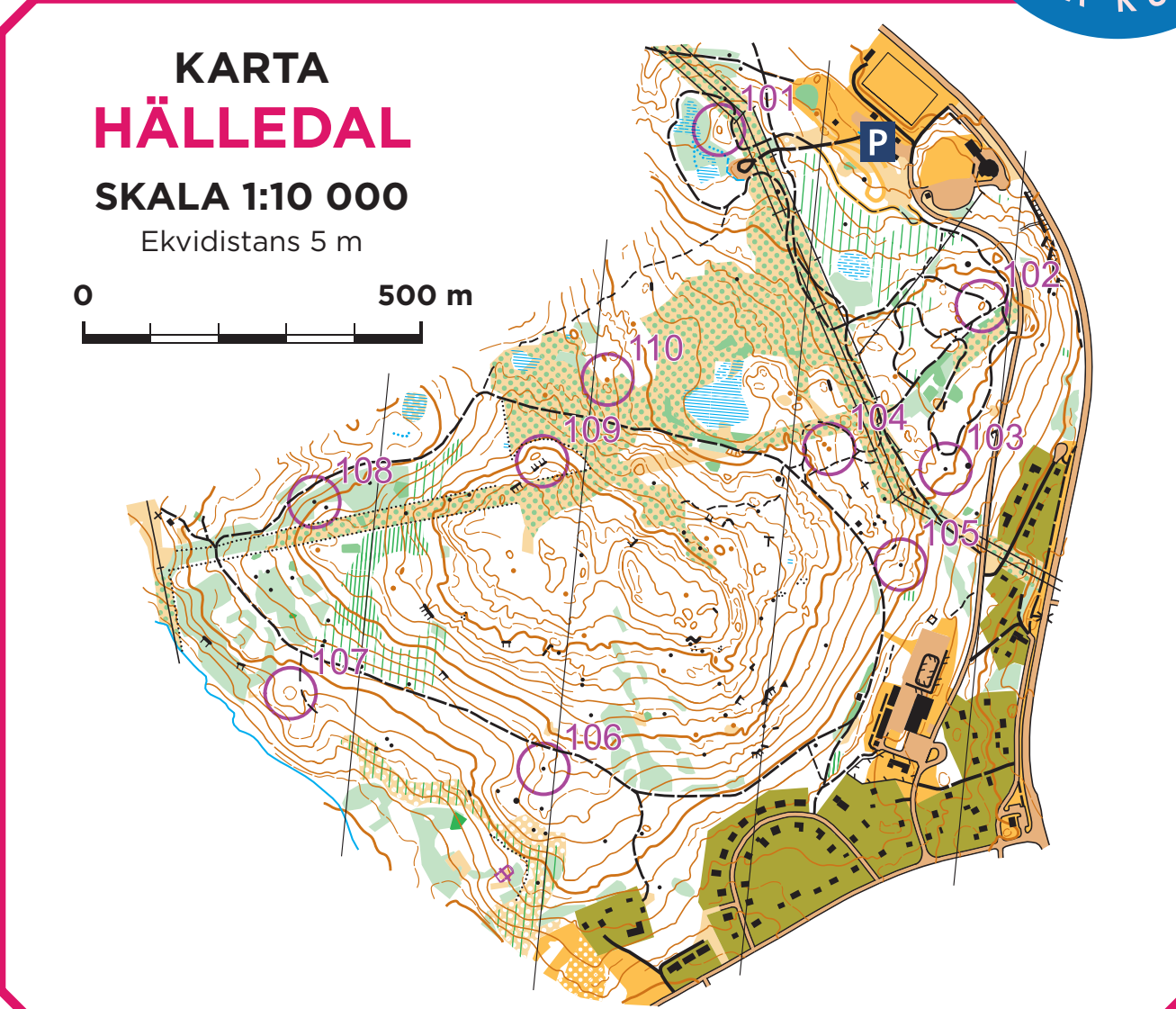
SVÄRIGHETSNIVÅER

- Grön Mycket lätt
- Blå Lätt
- Röd Medelsvår
- Svart Svår
- Tillgänglighetsanpassad



Härnösands
kommun

HÄRNÖSAND
MAXI
ICA STORMARKNAD



SKRIVA UT EGNA KARTOR

Kartorna går även att ladda ner som PDF-dokument från hittaut.nu/harnosand

VILL DU ANNONSERA PÅ HITTAUTKARTAN 2026?

Kontakta oss på harnosand@hittaut.nu

STÖD OSS VIA SWISH

Är du en av många Hittaut-entusiaster i Härnösand?

Hittaut är kostnadsfritt för alla som med hjälp av karta och app vill komma ut och leta checkpoints och uppleva fantastiska platser i Härnösand med omnejd.

Men du får mer än gärna bidra med valfritt belopp via Swish, så stödjer du det till 100 % ideella arbete som Härnösands OK gör för att kunna arrangera Hittaut i vår vackra natur.

Skanna QR-koden!



123 082 11 16



VAD ÄR HITTAUT?

Hittaut är en gratis friskvårdsaktivitet där du med hjälp av karta (på papper eller i appen) ska hitta checkpoints. Det finns checkpoints i fyra olika svårighetsnivåer och de är placerade i stadsmiljö, parker, bostadsområden och tätortsnära skogar.

Hittaut är tillgängligt dygnet runt under sommarhalvåret så du kan ge dig ut när det passar dig. Du kan delta på egen hand eller tillsammans med andra. Välj om du vill gå, springa, cykla eller ta dig fram på annat sätt.

Hittaut ägs av Svenska Orienteringsförbundet och drivs ideellt av orienteringsklubbar på närmare 100 platser runt om i Sverige. Hittaut har funnits sen 2008 och lockar årligen över 100 000 deltagare.



Stöd gärna det ideella arbetet med ett Swish-bidrag!



hittaut
härnösand

16 MAJ - 30 SEPTEMBER

**LETA CHECKPOINTS OCH
UPPTÄCK NYA PLATSER!**

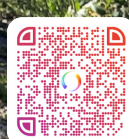
Ta med karten och ge dig ut på checkpointjakt!

GRATIS

SA HÄR SER KARTAN UT!



Foto: Andreas Davidsson



Stöd gärna det ideella arbetet med ett Swish-bidrag!



Ladda Hittaut-appen från App Store eller Google Play



LÄS MER PÅ hittaut.nu

@hittaut.nu

@hittaut_orientering

EKSJÖHUS

bagheara

Folksam

HÄRNÖSAND
MAXI
ICA STORMARKNAD

Härnösands
kommun

2025

hittaut härnösand



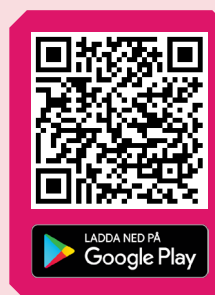
REGISTRERA CHECKPOINTS OCH VINN PRISER

- › Registrera ett Hittautkonto på hittaut.nu eller i appen **Hittaut**.
- › Registrera bokstavskoden på de checkpoints du besökt och du är automatiskt med i utlottningen av fina priser.
- › Utmana grannen, kompis eller kollegan och följ ställningen i topplistorna.



LADDA NER HITTAUT-APPEN

Ladda ner Hittaut-appen från App Store eller Google Play
Skanna koden med mobilkameran:



Paneler och golv format av naturen och förädlad för dig

Norrlands trä



OM HÄRNÖSANDS ORIENTERINGSKLUBB

Orientering ger både naturupplevelser och motion. Det är utmanande, spännande och roligt. Du bestämmer själv om det ska vara trivsamt "skattjakt" i lugnt tempo, eller en rejäl fysisk och mental prövning i tävlingsfart.

Härnösands orienteringsklubb (HOK) vill erbjuda alla möjlighet att utöva denna härliga sport - ung som gammal, elitlöpare som motionär.

Under större delen av barmarkssäsongen tränar vi tisdagar och torsdagar vid klubbstugan på Vårdkasen. Dessutom erbjuder vi maj-september möjligheten att springa orienteringsbanor på olika kartor runt Härnösand - något vi kallar "Veckans bana". All information om våra träningar och Veckans bana hittar du på vår hemsida.

Vi genomför även uppskattade orienteringskurser för vuxna. I vår verksamhet ingår även skidororientering och mountainbike-orientering.

HOK är arrangör för både klubbträningar samt större tävlingar under hela året. Vi är också en av arrangörsklubbarna bakom den tuffa, vackra och uppskattade öpartsvägen Härnö Trail som äger rum i månadskitet september-oktober varje år.

Vill du också orientera med oss? Ta kontakt med oss!

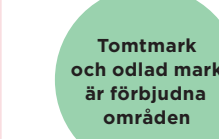
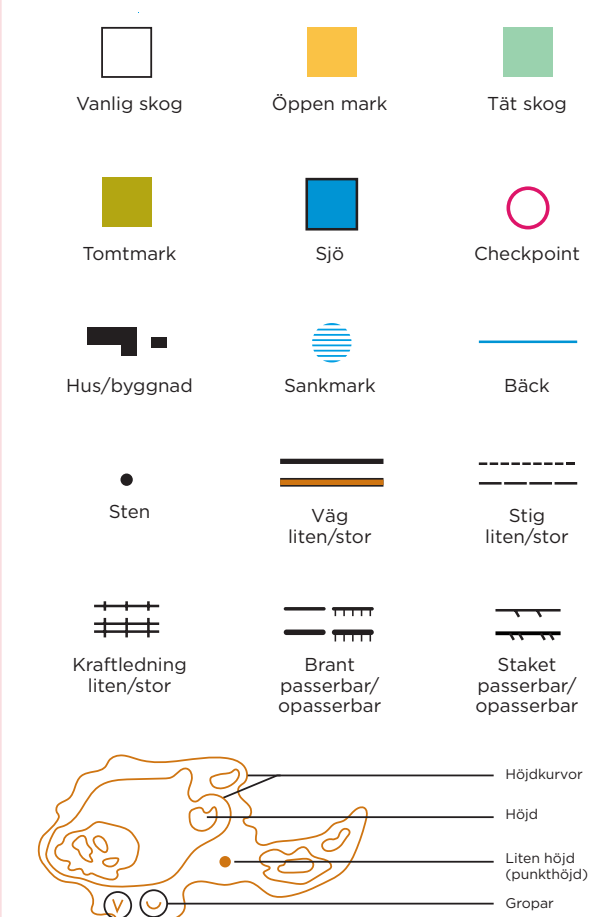
Härnösands OK
E-post: info@harnosandsok.se
Hemsida: www.harnosandsok.se
Instagram: <https://www.instagram.com/harnosandsok/>
Facebook: <https://www.facebook.com/harnosandsok/>



VIKTIGT NÄR DU HITTAR UT

- › Allemansrätten innebär: inte stora, inte förstöra.
- › Ta det lugnt om du stöter på vilda djur, särskilt på försommaren när de har nyfödda ungar.
- › Håll avstånd till boningshus och ta alltid vägen runt tomtmark.
- › Håll djur kopplade och kom ihåg att stänga grinden efter dig om du passerar genom en beteshage.
- › Om du tar bilen: parkera på anvisad plats eller på ett sätt som inte stör boende och markägare. Se till att inte blockera vägen för utryckningsfordon. Var observant på förbudsskyltar mot motortrafik.
- › Det är tillåtet att gå på gården och ängar, men inte om marken är odlad. Är du osäker - gå runt!
- › Ta med ditt skräp hem.
- › Det är inte tillåtet att köra motorfordon i terrängen.
- › Läs mer på: www.naturvardsverket.se/allemansratten

TECKENFÖRKLARING



LÄR DIG MER PÅ
[KONCEPT.ORIENTERING.SE/SA-FUNKAR-ORIENTERING](http://koncept.orientering.se/sa-funkar-orientering)

SÅ HÄR SER EN CHECKPOINT UT!

LÄS MER PÅ
hittaut.nu/harnosand
facebook.com/hittaharnosand

FRISKVÅRDSUTMANINGEN/ SKOLUTMANINGEN

Kontakta arrangören om du vill använda Hittaut som friskvårdsaktivitet på din arbetsplats eller skola!



Tävla mot eller tillsammans med dina kollegor eller klasskompisar

LÄS MER PÅ HITTAUT.NU
ELLER KONTAKTA ARRANGÖREN

DIN FÖRSTA CHECKPOINT

Nr: 132
Kod: IY

För att du lättare ska komma igång bjuder vi på bokstavskoden till din första checkpoint!

- › Skapa ett Hittautkonto i appen eller på hemsidan och välj Härnösand
- › Registrera checkpoint **132** med bokstavskoden **IY**
Nu är det bara att ge sig ut med kartan och leta checkpoints!

REGISTRERA CHECKPOINTS
I APPEN HITTAUT ELLER PÅ
[HITTAUT.NU/HARNOSAND](https://hittaut.nu/harnosand)



KARTA GRÖTSJÖN

SKALA 1:10 000
Ekvidistans 5 m

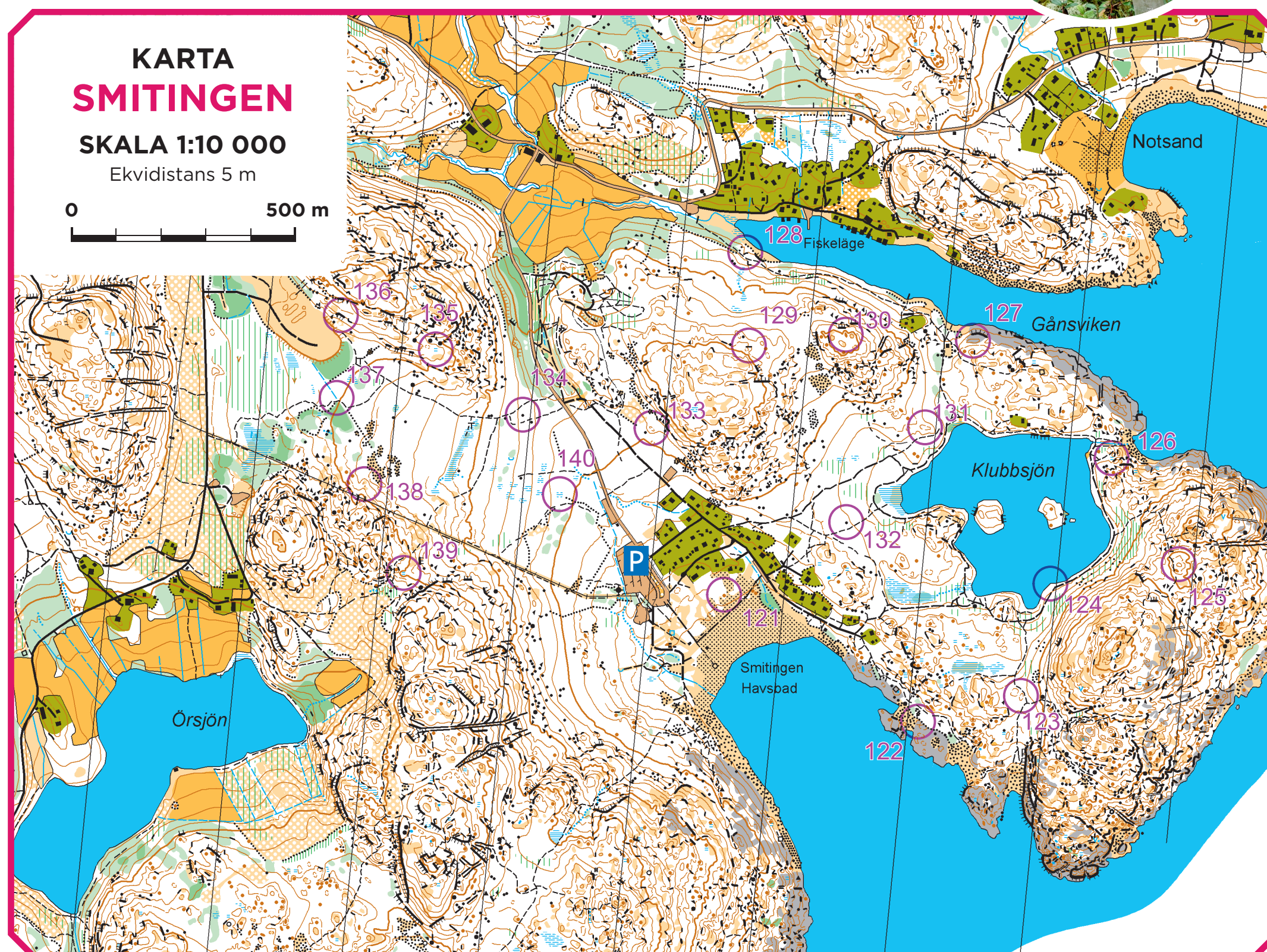


HÄRNÖSAND HÖGA KUSTEN

VÄSTER NORRLANDS MUSEUM

KARTA SMITINGEN

SKALA 1:10 000
Ekvidistans 5 m



UTLÄMNINGSSTÄLLEN

Här kan du hämta en ny karta:

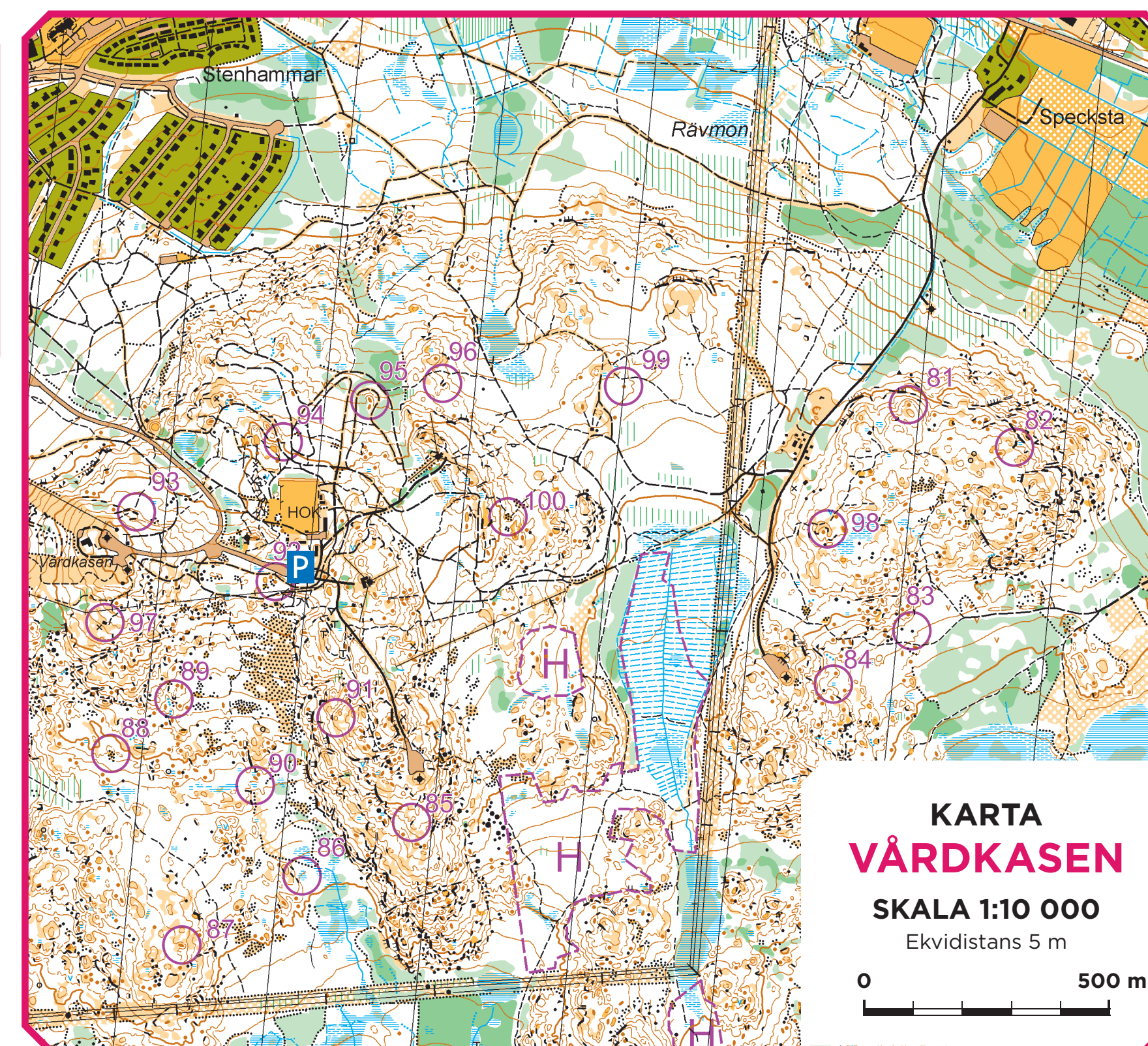
- › Ica Maxi Härnösand, Kaptensgatan 8
- › Västernorrlands museum, Murbergsvägen 31
- › Sambiblioteket, Universitetsbacken 3
- › Technichus, Storgatan 11
- › HOKs klubbstuga, Vårdkasen



HÄRNÖ TRAIL

4 OKT 2025

Läs mer om årets lopp och skaffa din startplats på harnotrail.se



KARTA VÅRDKASEN

SKALA 1:10 000
Ekvidistans 5 m



arconi
DESIGN & PROJEKTERING

Norrlands trä