Paddla på Båven

Båven är som gjord för paddling, perfekt för turer på en halvdag upp till fjorton dagar. Här finns gott om öar att stanna vid, öppna vattenytor och milslånga stränder att följa. Nedan finns två tips på kanotleder.

Lake Båven is perfect for paddling, for tours of half a day up to a fortnight. There are plenty of islands to stop at, open water and miles of beaches to follow. Below you can find two suggestions for routes.

SKEBOKVARN – SPARREHOLM, 2 dagar, 25 km

START: Vid Kanotcenter i Skebokvarn.

STRÄCKNING: För en 2-dagarstur, så paddlar man närmaste vägen längs Båvens nordvästra och norra vikar.

KATEGORI: Sjöpaddling.

BESKRIVNING: Båven är fantastisk med sina underbara öar, vildmarksnatur och rika djurliv.

SKEBOKVARN – SPARREHOLM, 2 DAYS, 25 KM
Start: By Kanotcenter in Skebokvarn. **Route:** If you do this as a 2-day trip, paddle the shortest route along the northwestern and northern bays of Lake Båven. **Category:** Lake paddling **Description:** Lake Båven is fantastic with its wonderful islands, wilderness nature and rich animal life.

SKEBOKVARN – STJÄRNHOV, 3 dagar, 35 km

START: Vid Kanotcenter i Skebokvarn.

STRÄCKNING: Båven-Natån-Naten. Turen kan förlängas via Kyrksjön, Misteln, Dunkern.

KATEGORI: Omväxlande till största delen sjöpaddling med ett antal åar. Bl a den "trollska" Natån som slingrar fram genom tät skogsvegetation.

BESKRIVNING: Båven är fantastisk med sina underbara öar, vildmarksnatur och rika djurliv. Lika vackert är det längs sjöarna norr om Stjärnhov som omges av ett gammalt jordbrukslandskap med stora ekhagar.

SKEBOKVARN – STJÄRNHOV, 3 DAYS, 35 KM
Start: By Kanotcenter in Skebokvarn. Route: Båven-Natån-Naten. The tour can be extended via Kyrksjön, Misteln, Dunkern. **Category:** Varied, mostly lake paddling with some rivers, including the 'magical' Natån, which winds its way through dense forest vegetation. **Description:** Wonderful islands, wilderness nature and rich animal life. It is just as beautiful along the lakes north of Stjärnhov, which is surrounded by old agricultural land with large oak pastures.

KANOTCENTER I SKEBOKVARN

Information om fler kanotleder, utrustning, allemansrätten, fiskekort med mera kan du få hos oss. Här kan du också hyra all utrustning du behöver för en paddeltur.
skebocanoe.se

You can get more information about canoe routes, equipment, public access, fishing licenses from us. At the center you can also rent all the equipment you need for a paddle trip.

Kom ihåg att delar av Båven är naturskyddad och landstigningsförbud råder på vissa öar under perioder på året. Vissa fåglar, bland annat fiskgjusen, är mycket störningskänsliga. Fågelskyddsområdena är skyltade med gul-röda skyltar och gäller 1/4 - 31/7.

Upplev naturskönа Båven

VÄLKOMMEN TILL SÖRMLANDS HJÄRTA!

COLLANDER GRAFISKA AB | TRYCKT 2024

Missa inte Naturkartan

I Flens kommun finns det alla möjligheter till fina naturupplevelser, vare sig det är till fots, på vatten, cykel eller varför inte på hästryggen.

UTFLYKTSMÅL

Tips på övernattnings- och konferensmöjligheter, restauranger, upplevelser och evenemang i Båvenområdet finner du på **visitflen.se**

Suggestions on accommodation and conference opportunities, restaurants and events in the Båven area can be found at **visitflen.se**

Fabriken
8 000 kvm shopping. Mode, inredning och matbutik. Öppet året om.
fabriken.se

Fabriken. 8 000 sqm shopping. Fashion, interior design and grocery store. Open all year round.

Båvens Spinnhus
Här lagerhålls och säljs eget sortiment av ullprodukter från sörmländska får. Visningar och kurser.
bavensspinnhus.se

Båvens Spinnhus. Our own range of wool products from Sörmland sheep is stored and sold here. Shows and courses.

Alla tiders Skebo
En unik byggnadsvårdsbutik med färg, tapeter, verktyg, kläder & inredning i en härlig miljö. Bryggeriet Bar & Bistro.
allatidersskebo.se

Alla tiders Skebo. A unique building care store with paint, wallpaper, tools, clothes and interior design in a lovely setting. Brewery Bar & Bistro.

Sigridslunds Café & Handelsbod
Hembakat, hantverk och godsaker i unik miljö! Café som även serverar lunch samt en handelsbod, allt i en av landets äldsta folkskolor.
sigridslund.se

Sigridslunds Café & Handelsbod. Home baked goods, crafts and goodies all in a unique setting in one of the country's oldest primary schools.

Twister 53
Våffelcafé och vandrarhem.
johannisdalscafe.se

Twister 53. Waffle café and hostel.

Rockelstad slott
Ett nationalromantiskt renässansslott vid Båvens strand med en mycket intressant historia. Slott och flyglar används för events som bröllop, fest och konferens. Här finner du en genuin och historisk miljö som även har hästverksamhet och möjlighet att hyra eget hus i parken.
rockelstad.se

Rockelstad slott. A romantic renaissance castle on the shoreline of Båven with a very interesting history. Today the castle and wings are used for events such as weddings, parties and conferences. Here you will find a genuine and historic environment with the possibility to rent a house in the park.

Sparreholms café – B&B
Intill Båven i den mysiga gamla Gästgivargården från 1800-talets mitt.
sparreholmbnb.se

Sparreholms café – B&B. Next to Båven in the cozy old Gästgivargården from the middle of the 19th century.

Sparreholms slott
På Sparreholms slott finns ett magnifikt bilmuseum som innehåller en av Europas finaste bilsamlingar med bilar från seklets början och framåt. Här finns även ett hästcenter, och gästboende.
sparreholmsslott.com

Sparreholms slott. At Sparreholms Slott there is a magnificent car museum that contains one of Europe's finest car collections with cars from the beginning of the century onwards. There is also a horse center and accommodation.

Sparreholms hembygdsgård
Hembygdsgården i Sparreholm ligger vackert belägen i en ekbacke, på en udde i Båven.
hembygd.se/hyltinge

Hembygdsgården in Sparreholm is beautifully located on a headland in Båven, on a hill surrounded by oak trees.

Årdala hembygdsgård
Hembygdsgården i Årdala naturskönt beläget, med museum i anslutning till gården.
hembygd.se/ardala

Årdala hembygdsgård. Beautifully located in a wonderful birch garden with an impressive collection of agricultural tools.

Skebokvarnsgården
En välkommande öppen plats för boende och besökande i alla åldrar. Söndagscafé och utställningar.
skebokvarn.se

Skebokvarnsgården. A welcoming open space for residents and visitors of all ages. Café on Sundays and exhibitions.

Helgesta kyrka
Byggd på 1100-talet och restaurerad invändigt kring 1950.

Helgesta kyrka. Built in the 12th century and restored inside around 1950.

Hyltinge kyrka
Troligen från 1300-talet. Ett dopfunt från 1100-talet tyder på att en föregångare har funnits, troligen en träkyrka.

Hyltinge kyrka. Probably from the 14th century. A baptismal font from the 12th century indicates that a predecessor has existed, probably a wooden church.

Årdala kyrka
Ovanligt lång med ett smäckert torn. Troligen 1100-tal.

Årdala kyrka. Unusually long with a slender tower. Probably built in the 12th century.

På cykel kan du susa fram på krokiga vägar med gles trafik. Båvenområdet med sin fagra och omväxlande natur upplevs gärna i sadeln. Cyklar finns att hyra på Kanotcenter i Skebokvarn.

With a bicycle you can ride along on winding roads with sparse traffic. The Båven area with its beautiful varied nature is best experienced on a bicycle. Bicycles are available for rent at Kanotcenter in Skebokvarn.

Naturreservat

Det finns gott om vacker natur och kulturhistoria runt Båven som inbjuder till promenader året om. Här är två härliga tips:

There's plenty of beautiful nature and cultural history around Båven that invites you to walk all year around. Here's two wonderful suggestions:

Sparreholms ekhagar
Ekhagarna vid Sparreholms slott är en utmärkt plats om du vill ha en picknick eller bara strosa omkring. Det är sagolikt att gå här intill Båven och njuta av de stora lövträdens skira grönska, se vårblommorna och lyssna till fåglarnas sång.

Sparreholms ekhagar. The oak groves at Sparreholm castle are an excellent place if you want to have a picnic or just stroll around. A fairy tale walk where you can enjoy the sheer greenery of the big trees, look at the spring flowers and listen to the birds.

Jaktstuguskogen
Ännu ett sevärt naturreservat i omgivningarna är Jaktstuguskogen, som bildades redan år 1919 och är därmed Södermanlands äldsta naturreservat. I reservatet hittar du en barrskog som är ungefär 150 år gammal. Ta med dig svampkorgen om du kommer hit på hösten.

Jaktstuguskogen. Another noteworthy nature reserve in the surrounding area is Jaktstuguskogen, which was established as early as 1919 and is Södermanland's oldest nature reserve. In the reserve you will find a coniferous forest that is approximately 150 years old. If you are coming during the autumn, don't forget to bring a mushroom basket.

FLENS TURISTINFORMATION
+ 46 (0) 157-43 09 96 | turism@flen.se | **visitflen.se**