



Ved Fiskhøysvatnet mellom Malså og Mikk. Foto: Gunnar Nordseth

TUR SY3 4 dager

Sykkeltur fra Sør-til Nord-Trøndelag

Trondheim - Grong

Turen går gjennom det indre av Trøndelag, delvis i skogsterreng, delvis gjennom trivelig kulturlandskap. Det er mange muligheter for bading og fiske (husk fiskekort). Det er lagt opp til overnatting i campinghytter eller privat losji. Det anbefales å bestille plass, helst noen dager i forveien. Andre overnattingsmuligheter er hytter som tilhører de lokale fjellstyrene eller Statskog. Det er mange muligheter for teltning i utmark, men det anbefales å begrense bagasjevekta da det er tre korte etapper hvor syklene må trilles på sti eller i terrenget.

1.dag: Trondheim – Hegra ca 60 km

Første etappe går til Øvre Jervan ved Jonsvatnet. Fra Trondheim sentrum/øst er det

enklest å dra på østsida av Jonsvatnet, men fra sørlige bydeler anbefales turen over Bratsberg og på sørsida av vatnet. Fra Jervan over til Mostadmark. Her kan du først ta turen ned til Storfossen i Homla (Trøndelags nest største uberørte foss). Det er merket veg/sti ca 700 m nord for Nyhus. Det anbefales også å ta en avstikker oppom Mostadmark Jernverk like nord for Foldsjøen. Det er bademuligheter i Foldsjøen.

Fra Mostadmark følges bomveg et stykke langs Nævra og videre over til rv 705 i Leksdalen. Herfra videre på lokalveger over til Hegra. Overnatting på Hembre gård eller Hembre Camping. For de som fortsatt har krefter igjen anbefales en kveldstur til Hegra festning, 7 km t/r.

2. dag: Hegra – Vuku ca 70 km

Fra Hegra opp til Okkelberg, langs Ausetvatnet og Bulandsvatnet (fiske) og over til Markabygd. Herfra østover forbi Tomtvatnet, ned til Kolberg og videre østover til Buran og inn i Tromsdalen. Ta til venstre like etter Kaldvassmyra. Har du god tid

bør du se deg litt omkring i Tromsdalen. Området er kalkrikt og har en spesiell flora. Det er også mulig å besøke kalksteinsgrotter her. I tillegg er det mange kulturminner (gravhauger, offerplasser, jernvinneanlegg, jernalderboplass mm). Det er skiltet til flere av disse. Fra Tromsdalen videre ned til rv 72. Besøk bygdeborgen på Stene fra folkevandringstida (400 – 600 e kr) og Stene skanse, bygget på 1600-tallet. Videre ned til Vuku. Overnatting i campinghytte på Østnes camping.

3. dag: Vuku – Snåsa ca 90 km

Fra Vuku opp Helgådalen til Vollen. Ta en

stopp ved den tidligere Hærfossen. Her tok elva nytt løp i 1893 og senket terrenget inntil ca 30 m over 5 km oppover i Helgådalen. Fra Vollen nordover til Malså gruver, kobbergruver som var i drift fram til 1917. Finn stien videre mot Fiskløyningen og Mikk. Her må syklene trilles ca 4 km. Følg vegen videre forbi Lustadvatnet og nordover så langt vegen går. Herfra er det ca 2,5 km gjennom skog og myr ned til Rokta ved Holsengsetra. Finn brua over Rokta litt sørvest for Holsengsetra. Alternativt ca 3 km nordøstover til skogsbilveg som starter ved Storbekken ca 500 m nordøst for Langfjelltjønnna. Følg vegen videre ned Roktdalen. Både Statsskog og Snåsa fjell-



styre har hytter til leie ved Roktsjøen. Videre ned til Jørstad ved rv 763, og til Snåsa sentrum. Overnatting på Snåsa hotell, vandre-hjem eller i campinghytter tilhørende Snåsa hotell.

4. dag: Snåsa – Grong ca 40 km

Fra Snåsa følges vegen til Agle og Myrset. Bruk gjerne noen timer i Bergsåsen naturreservat, kjent for sin spesielle flora. Fra Myrset følges vegen langs jernbanen, Nord-Trøndelags svar på Rallarvegen, anlagt ca 1920 i forbindelse med bygging av Nordlandsbanen. Over en strekning på et par kilometer må sykkelen tidvis trilles, på et lite stykke er vegen delvis hugget inn i fjellsida. All ferdsel på eget ansvar. Vegen følges videre ned til E6. Kryss E6 og følg en veg parallelt med denne nedover langs Sandøla. Fra Homo følges lokalveg til Fossem, og videre sti ned til elva som krysses på gangbru. En tur nedom Tømmeråsfossen i Grong anbefales.



Smelteovnen ved Malså gruver. Foto: Gunnar Nordseth

I Tømmeråshøla eller nedenfor fossen er det fine bademuligheter. Overnatting i Grong på Langnes Familiecamping eller Grong Gård og gjestegård.

Fakta:

Turens totale lengde: ca 280 km
Veger: Hovedsakelig grusveger med varierende standard, for det meste lite biltrafikk. Ca 6 km på sti og ca 3 km i terrenget.

Kart:

Cappelens bilkart 3 – 4, 1:325.000 dekker hele ruta, eller 1:50 000 Trondheim, Stjørdal, Frosta, Vuku, Levanger, Stiklestad, Snåsavatnet, Snåsa og Grong.

Trond Gilde



Den gamle rallarvegen gjennom Lurudalen. Foto: Gunnar Nordseth

Malså Kobberverk

Kobberverket var i drift i 2 perioder, først fra 1866 med forsøksdrift av et engelsk selskap. Smelteovnen som vi ser rester av i dag er bygget i 1875. Det var inntil 100 mann sysselsatt ved verket, men utbyttet ble for lite så drifta stoppet ca 1880. I 1915 tok Sulitjelma Gruber opp ny forsøksdrift, og det ble ført fram veg, strøm og telefon. Transport av malmen foregikk med hest, med koks som retur-last. Men drifta var fortsatt ikke lønnsom og stoppet for godt i 1917.

Hærfossens gjennombrudd

Før 1893 gikk Helgåa over en fjellterskel ved den 29 m høye Hærfossen. Men 12. september 1893 tok elva nytt løp til side for fjellterskelen. Her var det bare leire, og elva grov seg raskt ned i leira. Erosjonen forplantet seg raskt i leirmassene videre oppover i dalen, og i løpet av få måneder var det blitt ei dyp kløft i løsmassene ca 5,5 km videre oppover i dalen, helt til Granfossen. Erosjonsområdet kan sees fra riksvegen før du tar av mot Malså gruver. Det er laget en natur- og kultursti inn under den gamle Hærfossen.