

# Hälsoslingan

## Fågelkullen och kanjonen

Längd:  
2,5 km (rundslinga)

Svårighetsgrad:  
Blå

**Här är en hälsoslinga där du passerar den djupa kanjonen och får njuta av en milsvid utsikt från Fågelkullens vindskydd. Stigen till fågelkullen är relativt lättvandrad men du måste kunna lyfta fötterna över rötter och stenar, och orka gå i några korta branta backar. Du blir belönad med vyer som du inte får ser någon annanstans i Sverige.**

Det finns olika vägar att ta sig till Fågelkullen. Ta gärna den ena vägen dit och den andra på vägen tillbaka så får du olika upplevelser.

Alternativ 1. Lättast att hitta är det om du följer Rallarstigen från naturum Abisko genom portalen för Kungsleden ner till kanjonen. Där den tillgänglighetsanpassade spången börjar och svänger åt höger, följer du i stället Rallarstigen rakt fram. Efter cirka 600 meter kommer du till en stigkorsning, där du viker av åt höger.

Alternativ 2. Vill du få en bättre utsikt över kanjonen kan du istället fortsätta på den tillgänglighetsanpassade spången tills den slutar. Där fortsätter du på stigen rakt fram tills du kommer till en stigkorsning. Här kan du gärna göra en liten kort avstickare genom att gå några meter åt höger ut på gångbron där du får en den bästa utsikten över kanjonen. Stigen mot fågelkullen fortsätter åt andra hållet, bort från bron. Efter knappt 200 meter kommer du fram till Rallarstigen, där du tar höger. Efter ytterligare drygt 300 meter svänger du in till höger på stigen mot Fågelkullen.

När du är nästan framme kommer en kort brant backe som är markerad med en röd trekant på kartan. När du väl tagit dig upp för backen är du framme och kan vila benen i vindskyddet med milsvid utsikt över Abiskojokks delta och Torneträsk. Medan du beundrar utsikten och stillheten kan du lyssna efter naturens ljud. Kanske hör du någon spännande fågel eller kanske bara tystnaden?





Koordinater till parkeringen vid Naturum: N 7587560, E 655730 (SWEREF 99 TM).

## Svårighetsgradsgradering av hälsoslingor:

- Grön hälsoslinga – fungerar för i stort sett alla**  
 Fungerar för rullstol, rollator, barnvagn och de som går med teknikkäpp. Har ett relativt hårt och slätt ytskikt utan hinder. Området är flackt med endast små höjdskillnader. Ej fysiskt krävande.
- Blå hälsoslinga – fungerar för gående**  
 Fungerar för gående som kan lyfta fötterna ordentligt vid till exempel rötter eller stenar, eventuellt med stöd av stavar eller kryckor. Det kan finnas vissa höjdskillnader. Kräver viss uthållighet.
- Röd hälsoslinga – fungerar för de som går utan problem**  
 Fungerar för personer som går utan hjälpmedel. Underlaget kan vara ojämnt och det kan förekomma större nivåskillnader och långa backar. Kräver viss uthållighet.
- Svart hälsoslinga – fungerar för spänstiga och naturvana**  
 Fungerar för spänstiga utan nedsatt rörlighet. Underlaget är ojämnt och det kan vara rejäla höjdskillnader. Kräver uthållighet.

## Mer information

På Länsstyrelsens webbplats kan du söka information om naturum Abisko och dess öppettider, [www.lansstyrelsen.se/norrboten](http://www.lansstyrelsen.se/norrboten).

För mer information om Abisko turiststation, besök [www.svenskaturistforeningen.se](http://www.svenskaturistforeningen.se). och sök på Abisko. Det finns även butik och restaurang.

Information om tågen till och från Abisko turiststation finns på Vy:s webbplats, [www.vy.se](http://www.vy.se).

Busstider finns på Länstrafikens webbplats, [www.ltnbd.se](http://www.ltnbd.se)

På Naturkartan finns mer att läsa om Abisko. Sök på [www.naturkartan.se/norrboten](http://www.naturkartan.se/norrboten).