



# I

# Tintomaras

# Spår

*Den mätta dagen, den är aldrig störst.  
Den bästa dagen är en dag av törst.*

*Nog finns det mål och mening i vår färd -  
men det är vägen, som är mödan värd.*

*Det bästa målet är en nattlång rast,  
där elden tänds och brödet bryts i hast.*

*På ställen, där man sover blott en gång,  
blir sömnen trygg och drömmen full av sång.*

*Bryt upp, bryt upp! Den nya dagen gryr.  
Oändligt är vårt stora äventyr.*

Karin Boye



**Kontakt med  
naturen –  
enkel livsstil**

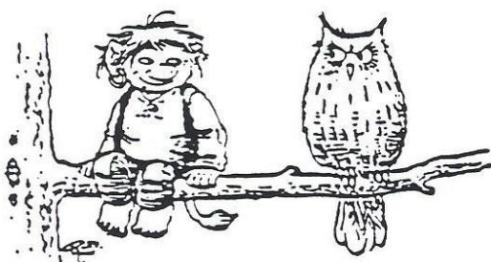
Kom med på vårens höjdpunkt för alla  
Naturälskare!

**NATURKÄNNAREN Bert Lindgren** tar oss  
med på vildmarksvandring i Tintomaras spår  
den 24-25 april 2010.

Start: **Lördag 24/4 kl 11:00** från  
Svenshöga vid Lövsjön

Åter: **Söndag före kl 16:00.** Varje  
dagsetapp är ca 1 mil.

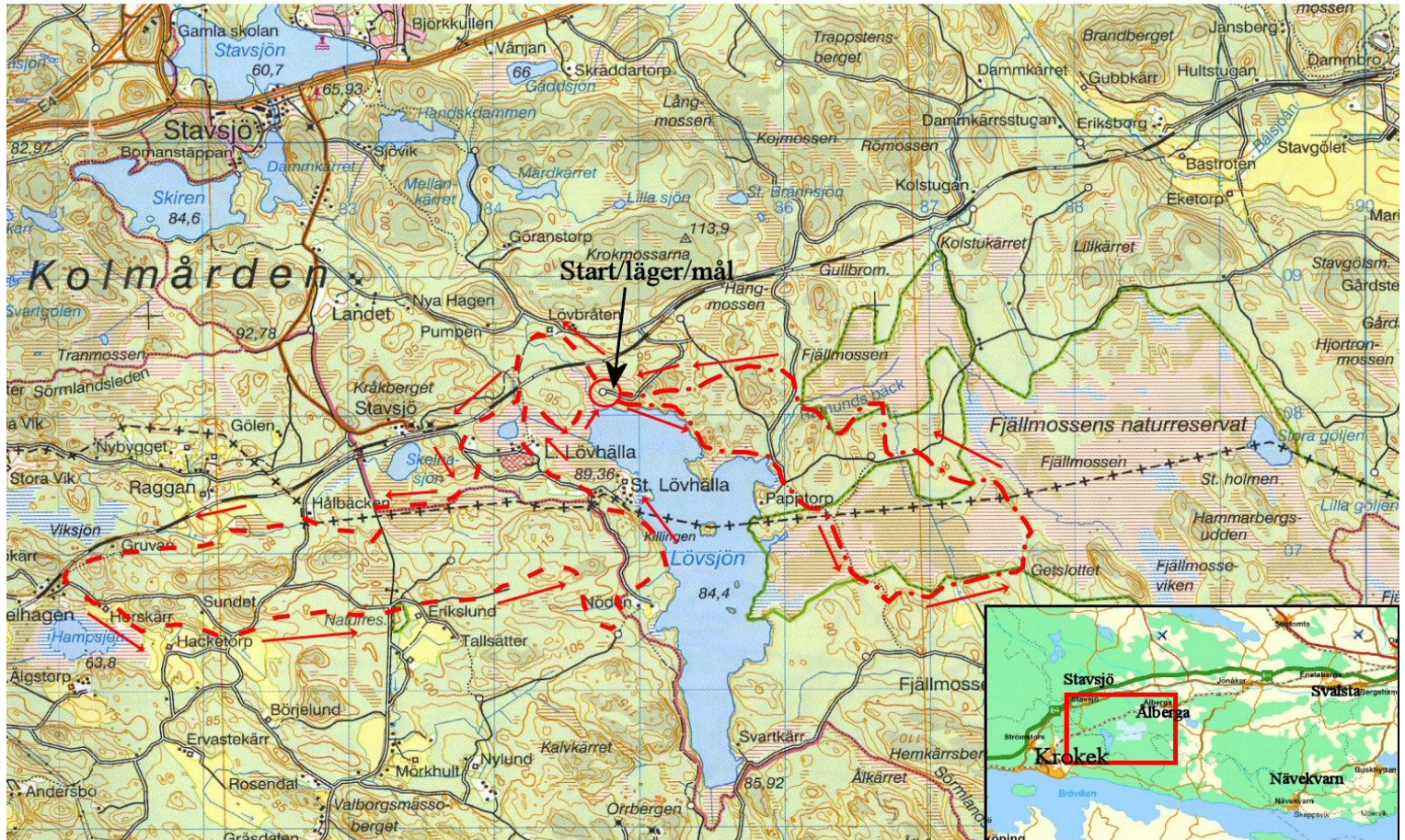
Anmälan: Bert Lindgren 0155-723 33  
Sven Jonsson 0155-22 74 11  
Nisse Nilsson 0708-977 537



**Alla deltagare får själva  
hjälpa till att ordna  
lägerplatsen för övernattnig**

# I Tintomaras spår

Kolmården, den gamla gränstrakten mellan Sörmland och Östergötland. En gång fruktad bland resenärerna för sina stigmän och rövare, är den en plats där dikt och verklighet, myter och naturskönhet vävs samman.



I år tar den hemlighetsfulla TINTOMARA och Bert Lindgren oss med djupt in i Kolmårdens tassemarker.

**Svenshög**a, som är en ödetorpsidyll vid Lövsjöns norra strand, utgör start och nattlägerplats för 2010 års Tintomaravandring.

Lördagens etapp går via Lövbråten och Sörmlandsleden väster ut till **Gruvan** och fågelrika **Hampsjön**.

Vi besöker **Erikslunds naturreservat** intill Nunnebanan och **Kokärrets** gammelskog vid Nöden.

Söndagsetappen går österut till **Fjällmossens naturreservat**.

Vi följer vandringsleden över **Munkdammarna** och mosskomplexets centrala delar.

**VÄL MÖTT TILL FIN GEMENSKAP I NATUREN!**



**FRISKSPORT**  
SÖRMLAND

Fågel föreningen Tärnan



Till Stafsjö Vandrarhem (011-39 33 84) är det 5 km.