

Aktiviteter för barn och unga

Sandvikens kommun

Vill du börja röra på dig mer? Här får du tips på aktiviteter utomhus i Sandvikens kommun som kan passa barn och unga. De flesta av aktiviteterna är gratis. De kan utföras på egen hand eller tillsammans med andra, men har ingen ledare eller instruktör. Listan är i bokstavsordning.

Basket

Om du vill spela basket men inte vill tillhöra en förening, finns det en basketplan i Stadsparken i Sandviken. Den är öppen för alla och gratis att spela på.



Cykling och mountainbike

Cykelkartor

Att cykla kan vara ett bra sätt att transportera sig till exempelvis skolan. En karta över cykelvägar i centrala Sandviken hittar du på:

<https://sandviken.se/trafikochinfrastruktur/trafikgatorochcykelbanor/cyklingochcykelvagar.34214.html>

Cykla i motionsspår och mountainbikespår

Om du hellre vill testa att cykla i skogen finns det bra slingor för det runtomkring Sandviken. Information om cykelleder i Sandvikens kommun med olika svårighetsgrad finns här:

<https://visitsandviken.se/se--gora/natur--aktiviteter/cykla-i-sandviken>



Discgolf

Discgolf fungerar ungefär som golf, men du kastar frisbee. Ibland kallas det för frisbeegolf. I Sandvikens kommun finns det flera banor:



- Skogsvallens Discgolfbana. Banan har 18 hål i skogsterräng. Mer information finns här: <https://visitsandviken.se/se--gora/detaljer?id=2672721>
- Stadsparken i Sandviken. Banan har nio hål. Mer information finns under rubrik "Stadsparkens Frisbeegolf" via denna länk: <https://sandviken.se/kulturochfritid/idrottochmotioin/idrottsplatserochinomhushallar.9405.html>
- I Storvik, på Hedängskolans område, finns en mindre bana med sex hål. Mer information finns här: <https://udisc.com/courses/hedaengskolan-dgb-HxPo>

"Hitta ut"

Hittaut är en aktivitet där du med hjälp av karta, på papper eller via en app, ska hitta checkpoints. Det finns checkpoints i olika svårighetsgrader. Du kan delta på egen hand eller tillsammans med någon. Hur du tar dig fram väljer du själv. Hittaut kan du göra under sommarhalvåret (april - oktober) och är gratis.



Mer information om Hittaut:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/>

Lättläst information, inklusive bildstöd:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/lattlast-om-hittaut/>

Information om Hittaut i Sandviken:

<https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/sandviken/>

Lekplatser

I Sandvikens kommun finns det många lekplatser. En lista över samtliga lekplatser som kommunen ansvarar för hittar du på denna sida:



<https://sandviken.se/kulturochfritid/idrottochmotion/lekplatser.21070.html>

Promenad, jogging och vandring

Om du tycker om att promenera eller vandra hittar du tips på promenadslingor, vandringsleder och naturstigar i Sandvikens kommun här:



<https://sandviken.se/kulturochfritid/naturochfriluftsliv/vandringsleder.9260.html>

Skateboard

Vill du åka skateboard? Då finns det möjlighet att göra det på Sandviken skatepark, som ligger intill Göransson Arena. Mer information om skateparken hittar du här:

<https://www.skateparksguiden.se/sandviken-skatepark>



Skidåkning

I Sandvikens kommun finns det möjlighet att åka både längdskidor och utförsåkning. Mer information om skidbackar och skidspår hittar du här:



<https://sandviken.se/kulturochfritid/naturochfriluftsliv/elljussparochskidakning.26553.html>

Skridskoåkning

När det är tillräckligt kallt spolar kommunen upp isar att åka skridskor på, på flera olika ställen i kommunen. Det finns också tider för allmänheten att åka skridskor i Göransson Arena och på Jernvallenområdet.



Mer information om ishallar, isbanor och skridskoåkning i Sandvikens kommun finns samlat här:

<https://sandviken.se/kulturochfritid/naturochfriluftsliv/ishallarisbanorochskridskoakning.26552.html>

Utegyms

I Sandvikens kommun finns det ett par utegym som är gratis för alla att använda. Det ena ligger i Högbo, alldeles intill Sportcentralen i Högbo bruk. Det andra ligger vid Hedåsen. Information om gymmen samt karta finns på denna sida:



<https://visitsandviken.se/se--gora/filter?&t=Utegyms&c=26951&g=86036>

Utrustning – låna

I Sandviken finns Fritidsbanken. Fritidsbanken fungerar som ett bibliotek, där du kan låna sportutrustning helt gratis. Fritidsbanken kan även ge stöd i att hitta aktiviteter i närområdet. Fritidsbankens lokal ligger i Kulturcentrums källarvåning, Köpmangatan 7. Mer information och öppettider finns samlat här:



<https://www.fritidsbanken.se/fritidsbank/sandviken/>

Hittade du inget som intresserar dig?

Aktiviteterna ovan är tänkta att vara tips på sådant som du kan göra på egen hand, vilket kan passa vissa. För andra kan det kännas bättre att delta i en aktivitet i organiserad form, till exempel i en idrottsförening.

Idrottsföreningar

I Sandvikens kommun finns det många idrottsföreningar som erbjuder en mängd olika idrotter. Föreningarna finns samlade i kommunens föreningskatalog som du hittar här: <https://sandviken.actorsmartbook.se/Associations.aspx>.

Katalogen innehåller olika typer av föreningar, men det går att välja att enbart se idrottsföreningar genom att välja det i listan under *Föreningstyp*. Om du vill se vilka föreningar som erbjuder en specifik idrott, väljer du den idrotten i listan under *Verksamhet*. För de föreningar som har en webbplats, hittar du länk till deras webbplats i katalogen.

– Fritidskortet

Att vara med i en förening innebär oftast en kostnad. I september 2025 lanserades Fritidskortet. Du som är mellan 7 och 16 år kan använda Fritidskortet som betalning till de föreningar som är anslutna till Fritidskortet. Grundbeloppet är 550 kronor per barn och år. För hushåll med bostadsbidrag är beloppet 2500 kronor per barn. Hur du gör för att använda Fritidskortet och annan viktig information hittar du på:

www.fritidskortet.se

FaR-aktivitetsarrangörer

Om du har fått Fysisk aktivitet på recept (FaR) och vill träna hos en FaR-aktivitetsarrangör, besök Region Gävleborgs aktivitetskatalog:

<https://far.regiongavleborg.se/Home/Locations>

FaR-aktivitetsarrangörerna erbjuder allt från träning på gym till dans och yoga. Även du som inte fått FaR kan använda katalogen som en inspiration, men observera att eventuella rabatter endast gäller för de personer som har ett giltigt FaR.

Har du synpunkter på innehållet eller förslag på fler aktiviteter?

Kontakta avdelning Strategi, finansiering och folkhälsa:

levnadsvanor@regiongavleborg.se