

EVENTYRSKOGENE RUNDT FRØNSVOLLEN

MARKA PÅ SITT BESTE



NATURVERNFORBUNDET
I OSLO OG AKERSHUS (NOA)

VELKOMMEN TIL EVENTYRSKOGENE

Denne brosjyren kan du bruke til å finne ut hva en eventyrskog er, og til å finne fram til eventyrskogene rundt Frønsvollen, det vil si fra markagrensen ved Båntjern, via Vettakollen og Frønsvollsåsen og inn til Skjennungsåsen. Du kan velge om du vil gå hele ruten, eller ta den i to etapper med Frønsvollen som start- og endepunkt, eller bare å oppsøke deler av ruta eller enkeltposter når det passer slik. Vi tror du vil få en flott opplevelse og en forståelse av hvor viktig det er å ta vare på Markas siste eventyrskoger.

Hva er en eventyrskog? Det Naturvernforbundet i Oslo og Akershus (NOA) kaller en eventyrskog er ganske enkelt en gammel skog med store opplevelsesverdier, med mangfold i trærnes alder og skogens struktur både i bredden og høyden.



Foto: Helen Svensson

Ved å presentere Oslomarkas siste eventyrskoger ønsker Naturvernforbundet i Oslo og Akershus (NOA) å få flest mulig av Markas brukere til å besøke en eller flere eventyrskoger, og ved selvsyn merke seg forskjellen mellom eventyrskogene og den plantede skogen som i stadig større grad preger Marka. Ved at mange blir glade i disse områdene får skogene en bedre beskyttelse. Det blir vanskeligere å foreta hogst eller andre inngrep når mange bruker et område og er glad i det.

“Det er blant Oslos beste kvaliteter at naturen ligger tett inn på byen og er tilgjengelig for alle. Det gir naturopplevelser for mange. Disse opplevelsene har også kommende generasjoner rett å oppleve, derfor er det viktig å lage gode rammer for hvordan marka skal forvaltes.”

Jens Stoltenberg,
Akers Avis Groruddalen, 2007

INNHold

Velkommen til eventyrskogene	2
Kom følg oss	3
Frønsvollen venter på deg	3
Eventyrskog - de beste markaopplevelsene	4
Kjennetegn for eventyrskog	5
Eventyrskogene rundt Frønsvollen	8
Tur- og postbeskrivelser	12
Oversikskart med tegnforklaring	16
Frønsvollen - Noas markasenter	17
Forvaltningen av Oslomarka	18

Eventyrskogene rundt Frønsvollen

Utgiver:
Naturvernforbundet i Oslo og Akershus (NOA)
Maridalsveien 120, 0461 Oslo
Telefon: 22 38 35 20 (man. – tor. 8–12)
E-post: noa@noa.no www.noa.no

Ansvarlig redaktør: Gjermund Andersen
Redaksjon: Helen Svensson
Trykk: Grefslie, august 2008
Opplag: 2000
ISBN 978-82-90895-29-2

Takk til Sparebankstiftelsen DnB NOR og spillemiddelordningen som har muliggjort denne brosjyren økonomisk.



NATURVERNFORBUNDET
I OSLO OG AKERSHUS (NOA)

KOM FØLG OSS...

...inn over dype, grønne mosematter, over koller med kronglefuru og tiurmøkk på stien, under skjørtegraner og eldgamle osper bærer det, innover – i eventyrriket. Skogen veksler, langs myrkanten står kraggskogen tett, avbrutt av noen malmfuruer som tålte å "bli våte på beina". Nede i ei frodig li møter vi storskogen, kjempegrener som har funnet sitt drømmested.

Vi trodde vi visste hva skog var, men det var før vi fikk øynene opp, før vi så at all "skog" ikke er skog, slik skogen framstår i vår bevissthet. Det er stor forskjell på skog, på skogen slik naturen stiller den, og slik vi mennesker gjør. Det er stor forskjell på skogen slik vi stelte den før, og slik vi stiller den nå. Og på hvor velegnet ulike skoger er til å vekke fantasien og gi gode stemninger og opplevelser.

Stort sett er skogene i ferd med å bli kjedeligere og mindre varierte som følge av mer industrielt skogbruk. Det blir mindre rom for fantasien. Kunne Asbjørnsen greid å gå seg bort en sommernatt på Krokskogen i vår tid? Ville Kittelsen funnet inspirasjon til sine eventyrtegninger? Hvor i Marka kan vi ennå søke skogmystikken og opplevelsen av eventyr? Hvor er de myke, grønne mosemattene, kronglefuruene og skjørtegrana, hvor er gammelskogen, ja hvor er i det hele tatt Markas siste eventyrskoger?

Det meste av de spennende skogene som var i Marka før krigen, er forvandlet fra å være lysåpne, lettgatte, varierte og spennende skoger, til å bli et "håndgripelig og beregnelig industrielt apparat, hvis produkter stadig forbedres og forøkes." Skogen er gjort tettere, alt dens rom er fylt opp med like gamle, like store trær, som hogges, plantes, ryddes, tynnes og hogges på nytt samtidig over større arealer. Resultatet etter 60 år med industriiskogbruk er at rundt 85% av skogen i Marka er omformet til ensaldrete, kjedelige og biologisk fattige ansamlinger av grantrær, av samme alder og med jevn innbyrdes avstand. Og utviklingen fortsetter: 95% av alle hogstene i Marka fører til enda mer industriskog.

NOAs registrering av eventyrskogene er ment som et hjelpemiddel for å finne fram til de gjenværende uberørte og naturlige områdene i Oslomarka, og for å bidra til en bevisstgjøring om naturkvalitetens betydning for friluftsliv og naturopplevelse. Vi ønsker å vise hvilke opplevelseskvaliteter skogen har og vekke lysten til å gå på oppdagerferd i Oslomarka. I Marka er det noe for enhver: Her er "nyheter" for de fleste, både den erfarne Markatraveren, og for de som tar sine første turer i Marka. Barnefamilien finner områder innen rimelig rekkevidde, mens milslukeren kan farte rundt i Markas indre.



Foto: Gjermond Andersen

OSLOMARKA



ADKOMST TIL FRØNSVOLLEN

Frønsvollen ligger mellom Frognerseteren og Skjennungstua i Nordmarka. Lettest adkomst med T-banen til Sognsvann, Vettakollen eller Frognerseteren. Det er også mulig å parkere på Frognerseteren eller Sognsvann. Se også www.traffikanten.no eller ring 177 for informasjon om rutetider.

EVENTYRSKOG – DE BESTE MARKAOPPLEVELSENE

Det vi kaller en eventyrskog er et skogområde som har særlig høy opplevelsesverdi. Begrepet er subjektivt, avhengig av hvilke assosiasjoner vi har til ord som "skog", "opplevelse" og "eventyr". Skal vi registrere områder med verdi for friluftslivet, må vi godta at følelser og identitet er viktige elementer for kvalitetsvurderingen. Likevel tror vi det finnes elementer av felles forståelse, basert på den enkeltes opplevelser i Marka, og som en del av en felles kulturell oppfatning om friluftslivet og Marka. Vi tror at alle som oppsøker eventyrskogene vil være enige om at det er noe eget ved dem. De skiller seg gjerne tydelig ut fra omkringliggende områder fordi de har mye gammel skog og stor variasjon.

Når skogen blir gammel, blir den ofte mer åpen, og da slipper mer lys inn. Noen steder er det dannet åpninger uten trær, eller bare med små trær, andre steder står skogen stor og tykk. Sammen med variasjon i terrenget, som for eksempel søkk, små daler og kanskje en myr eller bekk, gir skogen et godt grunnlag for variasjon i den naturlige "romstørrelsen". Dette kan kanskje sees på som kjernen av kjennetegnene på en eventyrskog. Noen steder kan du se langt inn i skogen, andre steder vekkes nysgjerrigheten av ting du bare kan ane bak et kratt.



Foto: Gjermund Andersen

KJENNETEGN FOR EVENTYRSKOG

1. GAMMEL, LITE PÅVIRKET SKOG (Grove trær, "kjemper", "majesteter", "gammelskog")

Det første kjennetegnet på en eventyrskog er at den er gammel og har mange gamle trær.

Alderen på skogen er lettest å se på barken. Glatt bark betyr hurtig diametervekst (ungdom), mens grov, skorpete bark forteller om eldre trær. Størrelsen på et tre er ikke nødvendigvis i samsvar med alderen. Et undertrykket tre med 15 cm diameter kan være eldre enn et stort tre som har hatt fri bane og hurtig vekst.



LITE PÅVIRKET SKOG

Foto: Gjermund Andersen

2. UBERØRT OG NATURLIG (“naturskog”, “urskogpreget”, “opprinnelig”)

Friluftsfolk ønsker at landskapet skal være preget av natur. Uberørthet i skogen framstår som en dyp kontrast til byen og det menneskeformede landskapet. Elementene i et naturlig miljø opptrer gjerne som et harmonisk hele. Folks reaksjoner mot hogst og inngrep er et uttrykk for ønsket om å kunne få oppleve skognaturens mer uberørte eller naturlige preg.

Kjennetegn på naturlig skog er blant annet en variert alderssammensetning, en del døde trær (stående eller liggende, gadd eller læger), og rikt lyng- og busksjikt.



UBERØRT OG NATURLIG

Foto: Gjermund Andersen

3. VARIASJON OG MANGFOLD (Rikt/artsrikt, mangfoldighet av arter, sammensatt skog, flersjiktet og fleraldret skog)

Våre sanser tiltrekkes av kontraster i skogen og langs stien vi går på. Variasjon i treslag, tetthet og trestørrelse bidrar sterkt til hvordan skogen oppleves, og hvordan skogen former ulike “rom”. Mangfold i undervegetasjonen, topografi og landskap er også viktig. Slik sett kan en ren granskog være svært variert, dersom trærne er av ulik alder og størrelse.



VARIASJON OG MANGFOLD

Foto: Gjermund Andersen

Selv om den plantete ungsbogen virker grønn på avstand, har det foregått en enorm forvandling fra den opprinnelige skogen: Fra en skog med stor variasjon i størrelsen, avstanden mellom og utformingen av trærne, til en ensformig, ensaldret planteskog. Trærne er like gamle, står i omtrent lik innbyrdes avstand og hogges før skogen rekker å få et visuelt særpreg eller utvikle andre særlige opplevelsesverdier. Derfor leter vi etter eldre skoger, som ikke tidligere er behandlet med flatehogst.

4. VILT (“Bjørnelende”/“gaupelende”, brattlende, stupbratt, dramatisk, spennende, “vilt”; vide utsyn, rundskue)

Bratt og dramatisk terreng. Stup og rasmark. Ujevnt lende med dype søkk og bratte åser. Store spenn i berggrunnen som skaper spenning. På toppen av brattlende er det ofte fin utsikt.



VILT

Foto: Gjermund Andersen



Foto: Helen Svensson

ROMOPPLEVELSE

5. ROMOPPLEVELSE

(Lukkede skogrom, glenner, lysninger i skogen, tykninger, skogomkransede åpninger, (myrer og tjern) i skogen)

Følelsen av å gå inn i skogen, å gå mellom trærne gir en viktig innfallspport til opplevelsen. Når vi går på en sti, er vi inne i et "rom", med et gulv av jord og stein, barnåler, mose og lyng. Trær og busker utgjør vegger og tak. Rommet veksler tydelig etter hvert som vi beveger oss i skogen. Det åpner og lukker seg for oss, og spenning oppstår når vi bare kan ane hva som befinner seg bak neste sving. Noen stier går oppe på åser og rygger som gir oss utsikt over landskapsrommene. Myrer og sjøer gir mulighet for oversyn, i tillegg til at lysforholdene endres. Romfølelsen kan være i stor og liten skala, fra enorme landskapsrom til rommet mellom to steiner. Også menneskeskapte åpninger i skogen, som setervoller, Markaplasser og små glenner i skogen kan være flotte opplevelser av rom.

6. SÆRPREG

("Makeløst", enestående, sjeldent, stemningsskapende, drømmeaktig, avsides, bortgjemt)

Har stedet eller området egenart? Finnes det elementer eller et totalinntrykk som gjør at du med en gang kan se på et bilde, og uten snev av tvil si at det er nettopp det området? Det kan være bergknauser, storslagen utsikt, særegne trær, varder eller andre ting som bare finnes der.



SÆRPREG

Foto: Gjermund Andersen

7. VANN OG VÅTMARKSOMRÅDER

(Bekker, elver, vannsig, sjøer, vann, tjern, putter, fosser og stryk)

Lyden fra surklende myrer og klukkende bekker. Vannfallet strømmer, fosser og bruser. Lenger ned risler bekken roligere gjennom skogen og vannet samles i tjern. Tjernet er et mål, både for vannet og for oss. Vi kommer dit gjennom skogen og vet plutselig at vi er fremme. Vannet har lyder og skaper bilder. Vannet skaper rom og liv.



VANN OG VÅTMARKSOMRÅDER

8. MINNER OM TIDLIGERE TIDERS VIRKSOMHET

(Kulturspor, kulturminner, "historisk dybde", Markaplasser, setre, fløtningsanlegg, hustuffer, hesteveier, dyregraver, kølamiler ...)

Spor etter tidligere tiders virksomhet er viktige innslag i vår opplevelse og i vår identifisering i eventyrskogen. Miljøelementer som er bærere av historie på det personlige plan ("mitt tre" etc.) så vel som på det kollektive plan (kulturminner etc.) gjør at vi føler fortiden tilstede i nåtiden, at vi er forbundet med det forgangne gjennom noe ytre som forblir det samme gjennom alle forandringene.



MINNER OM TIDLIGERE TIDERS VIRKSOMHET

Foto: Bjørn Faafeng

9. FANTASIEGGENDE, SPENNENDE OG TROLSK

("Makeløst", enestående, sjeldent, overraskende, uventet, merkelig, forbauende, stemningsskapende, drømmeaktig, "Kittelsensk", fredelig, avsides, bortgjemt, hemmelighetsfullt)

Er det noe ved stedet som pirrer fantasien? Rare figurer, lukkede "rom", uoversiktlige kløfter osv. Særpregede trær og trolske silhuetter av skog – "kronglefuruer" og "skjørtegran". Inspirert av eventyrillustrasjonenes bildeverden; uorden, dunkelhet, veltede trær, naturkreftenes virkning og tidens tann, gir bilder fra Marka fra før flatehogstens tid.



Foto: Gjermund Andersen

TROLSK

EVENTYRSKOGENE RUNDT FRØNSVOLLEN

SLAGENE

Dette område er administrativt fredet av Oslo kommune og er et godt eksempel på skogutvikling uten vesentlige menneskelige inngrep.

I syd er det gammel granskog, med grove trær og stående og liggende døde trær i alle stadier. I midtre og nordre del er skogen variert med innslag av løvtrær og rikere undervegetasjon. Området i nord består av et platå med en langsgående skrent. Langs den gamle 50 kilometeren sår skogen seg selv og små trær vokser opp. Du kan finne flere maurtuer i området.

Dette er et stille område, med naturlig og variert vegetasjon, en uberørt "lomme" i en ellers hardt belastet del av Marka.

VETTAKOLLEN

Vettakollen ca 418 moh er en markert rygg i nord – syd retning mellom Ankerveien og Fuglemyra. Vestsiden er bratt med mange skrenter. "Ryggen" stiger kraftig fra syd til utsiktspunktet og flater deretter av innover til Fuglemyra. Det er noen markerte skrenter i øst mot åssiden. Mot syd og på tørre partier er furuskog dominerende, på den flate del av ryggen og mot vest er det til dels gammel og grov granskog. Laveste deler mot syd og vest har en god del varmekjære sorter som lønn, hassel og eik. "Ryggen" gir storartet utsikt mot øst, syd og vest.

Fuglemyra på ca 400 moh. Nord og vest for myra er et småkollet område som avsluttes i høye og lange skrenter og stup. Utenfor myra er granskog med blåbærlyng dominerende. Myra bærer preg av landskapsrom og åpne vannspeil.

Øst før Vettakollens markante rygg finner vi ett "lavland" som ligger på 200 – 250 moh. Dette er et variert område som veksler med gammel granskog og tørre furukoller, blåbærlyng og våte myrsøkk. Området grenser mot kraftledningen i øst, bebyggelse i sør og Måneskinnsløpa i nord.

Vegetasjonen er åpen furuskog med



SLAGENE

Foto: Gjermund Andersen



VETTAKOLLEN

Foto: Gjermund Andersen

gran i søkk og løvskog på de våteste partier. Undervegetasjonen er rik på høgstauder og liljekonvall. Her er det flere tegn på tidligere tiders virksomhet. I terrenget kan vi se at det er blitt lett etter malm blant annet i Gaustadgruven. Myr, bekker, vann og terrengformasjoner danner mange ulike landskapsrom. På tross av nærhet til bebyggelse er dette området preget av stillhet. Vinterstid er dette elgens sted.

Den østvendte åssiden har stor topografisk variasjon. Her er det mange spennende skrenter, kløfter, koller og myrer. Markert rad med store morenestein langs området østre grense. Vegetasjonen er overveiende gran med felter av gamle grove trær. Det er også innslag av furu og klynger av osp, bjerk og rogn. Undervegetasjonen er variert, fra tyttebærlyng til høgstauder. Mot nord-øst finnes det noen tidligere hogstfelter under gjengroing.

FRØNSVOLLMYRENE

Frønsvollmyrene ligger nord for

Frønsvollen på ca 450 moh. Myrplataet består av flere myrer som ligger etter hverandre opp mot blå sti som går til Skjennungen. Skogen består i hovedsak av blåbærgranskog, men med innslag av rikere vegetasjonstyper i liene i vest og syd. Vi finner mange myrer, skogsnar og små koller i en spennende og variert mosaikk. Vegetasjonen består av en blanding av gran, bjerk og furu, hvor grana er dominerende. Granskogen er stedvis meget variert både i alder og størrelse. Det er også stor variasjon i avstanden mellom trærne. I åpne glenner i skogen er det mye blåbærlyng. På myrene er det en del maleriske "kronglefuruer". Det finnes også en god del løvtrær rundt myrene. Det dannes derfor mange og varierte landskapsrom.

I nord fortsetter området inn i et mindre åsparti med eldre skog som strekker seg over til Skjennungen. Tidligere hogster går som kiler inn i eventyrskogen. I dette partiet er variasjonen noe mindre enn i myrområdet, men til dels stor skog gir områ-

det stedvis et katedralpreg. Randsonen mot Skjennungen og opplevelsen av vannspeilet bidrar til å heve opplevelsen.

Vestskråningen av Frønsvollsåsen har gammel, stor granskog med en del innslag av løvskog. Sørvest i området finner du en bekkedal med spennende terrengformasjoner som drenerer store deler av plataets myrer. Helt i syd er det spor etter den gamle veien til Frønsvollen, et viktig kulturminne. Her er undervegetasjonen spesielt rik, og trærne antar betydelige dimensjoner.

Mot øst strekker det seg en kile av gammelskog relativt bratt ned til Holmenkollrennets 50-kilometertrasé. Her er skogen tidligere plukkehogd, og trærne er stedvis av store dimensjoner.

Området er stille, variert og spennende. På tross av sentral beliggenhet i Marka og noen stier, har det et uberørt preg. I tillegg kommer spor etter tidligere tiders virksomhet og opplevelse av vann.



Foto: Bjørn Faafeng

FRØNSVOLLMYRENE

SKJENNUNGSÅSEN

Området ligger innenfor Oslos kommunale skoger og er administrativt fredet. Høyeste punkt 495 moh.

I den søndre delen av topplataet på Skjennungsåsen brekker terrenget bratt og vilt ned, med flere spennende slukter og stup. Skogen kan by på et utall av ulike landskapsrom. Her er lange smale korridorer, små, mystiske skogsrom og større rom rundt myrene. Variasjonen mellom rommene gir spenning og variasjon. Er du heldig opplever du Skjennungsåsen i tåke, da er assosiasjonene til eventyrene ekstra sterke.

Skjennungsåsen består av gammel skog med et naturlig preg. Enkelte trær er meget gamle. Skogen består nesten utelukkende av gran, men er likevel meget variert på grunn av stor variasjon i trealder, høyde og størrelse. Bunnvegetasjonen består av; gress, mosematter, svaberg, lyng og myr. Høydeforskjellene er små, men tydelige i form av skrenter, stup og urer. Stadig nye gløtt gjør vandringen til en oppdagerferd. Og det bare 5 minutter fra ett av Markas mest populære serveringssteder – Skjennungsstua!

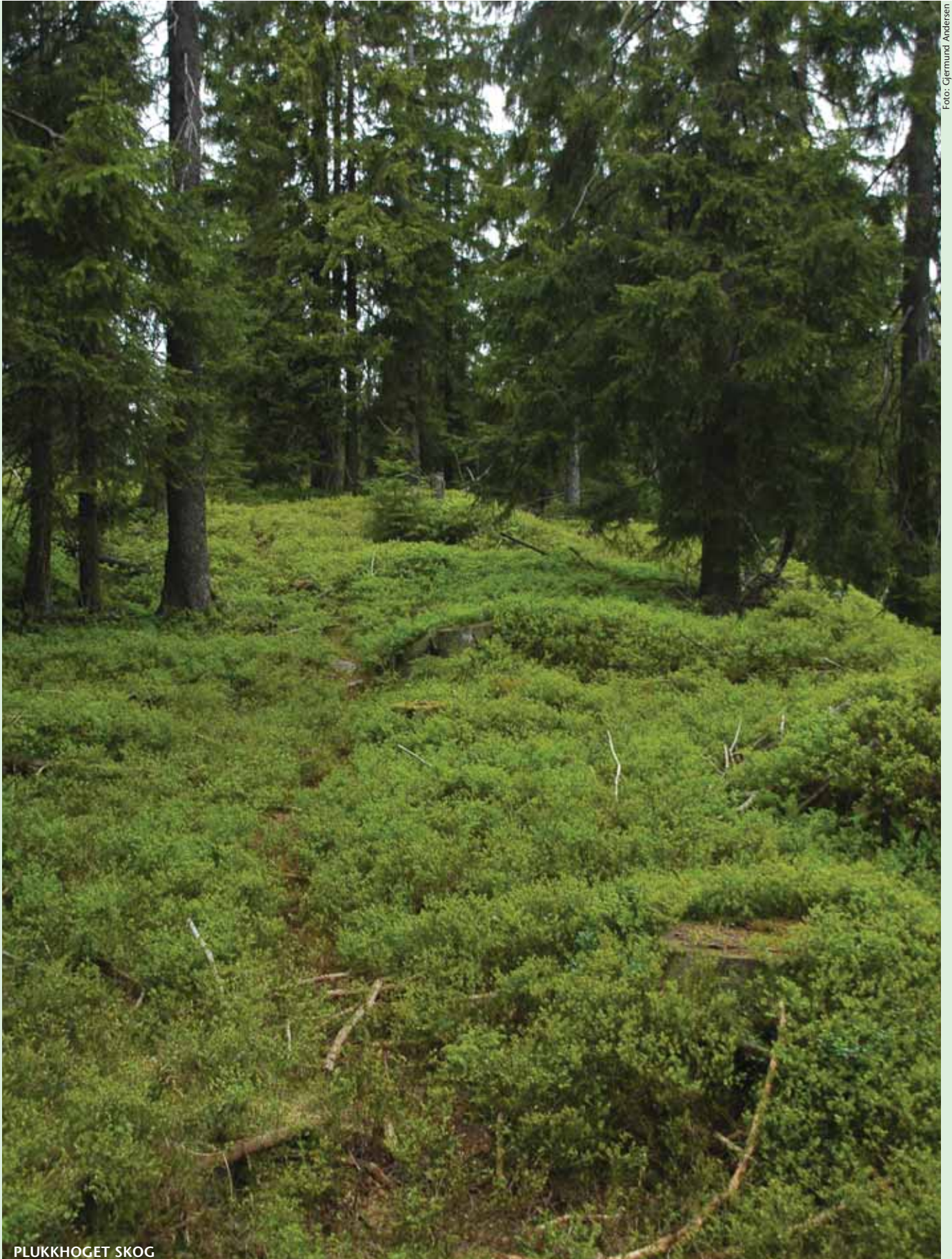
SKJENNUNGSTUA - FRØNSVOLLTRÅKKA

Delområdet ligger mellom Skjennungsåsen og Frønsvollsmyrene, adskilt med en bred stripe yngre skog i østhellinga på Frønsvollsåsen. Området består av en rygg 750 m lang og 180 m på det bredeste. Skogen på denne ryggen er plukkehogd for rundt 15 år siden og har beholdt det spennende skogpreget, men har fortsatt et lysåpent, vennlig preg. Trærne som står igjen etter hogsten har til dels kraftig greinsetting og etter hvert preg av "skjørtegran". Som følge av tidligere og ny foryngelse, er dette området i ferd med å få en flott variasjon.

Langs 50 kilometeren ned mot Frønsvolltråkka er ungsbogen tett og ufremkommelig. Ved Rakkesetra er det langs skrenten opp mot Frønsvollen stor gammelskog av gran.



SKJENNUNGSÅSEN



PLUKKHOGET SKOG

TUR- OG POSTBESKRIVELSER

Nedenfor får du beskrivelsen av 19 "poster" eller spesielle steder der vi mener eventyrskogen framstår ekstra tydelig. Lukk opp sinn og sanser, og la stedene tale til deg. Oppsøk dem gjerne i ulikt vær, tider på døgnet og forskjellige årstider. Selv om stedene er de samme, kan du få veldig forskjellige opplevelser fra gang til gang. Vi har også lagt inn et forslag til sti mellom postene slik at det er mulig å oppsøke flere "poster" i løpet av en tur. God tur!

TUR 1

Fra Frognerseteren via Slagene til Frønsvollen

Fra p-plassen bak Sporten på Frognerseteren følger vi den blåmerkede stien langs Kong Olavs løype ca 200 meter til et stikryss. Til venstre nedover blåmerket sti ca 50 meter. En sti følges inn i skogen parallelt med grusvei i retning mot Heggehullet. Løypa fortsetter sør for kulle på gammel oppbygd vei igjennom gammel granskog. Se etter maurtuer som er første post. Utsikt nedover mellom trærne fra skrenten på høyre side. Her åpner og lukker det seg små rom i skogen. Hvis du er heldig får du kanskje se et ekorn. Gamle trær som har gått over ende bidrar til en trolsk stemning. Det bærer nedover en gammel hestevei mot Frønsvolltråkka. I bunnen av Frønsvolltråkka, etter Skådalsbekken, går vi snarveien rett inn i skogen istedenfor å følge grusveien til Frønsvollen. Se etter rødmerket sti til venstre med oppbygget vei som er post 2. Vi går igjennom en lysning med store bregner og videre opp langs bekken før vi skimter grusveien til Frønsvollen mellom trærne. Etter en avstikker inne i eventyrskogen fortsetter vi på den gamle grusveien til Frønsvollen. Her er det mulig å ta en pause før vi fortsetter mot Skjennungsåsen.

Post 1 Gammel skog

Überørt og naturlig gammelskog med grove trær og myk skogbunn. Her finner du en rik bærskog med blåbærlyng. Et annet kjennetegn på at skogen er uberørt, er døde trær i ulike stadier. Dette gir grobunn for den gamle skogens arts mangfold. Topografien er variert og spennende. Det finnes mange maurtuer her. Selv om det er flere stier i nærheten er dette et flott område.

Post 2 Hestevei

En gammel vei som minner om tidligere tiders virksomhet. Kanskje den ble brukt til tømmerkjøring vinterstid. En bratt skråning med moselagte steiner og små trær gir naturlig preg. Store grove trær skygger for solen og gir ly når det regner.

TUR 2

Langs Frønsvollmyrene

Fra Frønsvollen på nordsiden følges blåmerket sti vestover. Etter ca 400 meter fortsetter eventyrstien inn i skogen. Etter en bratt li rett etter en glenne hvor det vokser gress, er det ryddet en sti inn i skogen. Variert terreng med gamle trær. Glenner åpner seg som små åpne rom med trekroner som tak. Her inne finner du post nummer 3. Nærmere hovedløypa til Marimyr krysser "vår" sti den blåmerkede stien på nytt. Vi beveger oss mellom myrene. Etter et vått søkk finner vi post nummer 4 som er en spennende stamme. Ferden fortsetter nordover mellom myrene. Det er mange umerkede stier i området som kan være forvirrende. Derfor er post 5 lagt helt nord av Frønsvollmyrene. Ute på stien viser skilttestolpen vei til Skjennungen. Etter et parti med tett ungskog bærer det videre langs en umerket sti inn i den gamle skogen. (Et alternativ til å følge den blåmerkede stien ved stikrysset i bunnen av bakken). Etter å ha krysset bekken går vi langs et åsparti med vill topografi. Inn på den blåmerkede stien igjen som fører oss på klopper over en myr. Post 7 er bratta opp til Skjennungstua. Den bortgjemte stien finner du blant store steiner etter myra med kloppen.

Post 3 Spennende lysning i skogen

Her er det variasjon og mangfold i vegetasjonen fordi det vokser gamle og unge trær side om side. Denne glennen er ett eksempel på hvordan skogen sår seg selv, og unge trær erobrer åpne rom på nytt. Glennen skaper et lite "skogrom". Turen blir mer spennende når landskapet åpner seg. Hva er det som venter bak neste tre?



Foto: Gjermund Andersen



Foto: Gjermund Andersen



Foto: Gjermund Andersen

Post 4 Kadaverforyngelse

Grana som vokser her begynte å spire på en død stubbe en gang for lenge siden. Etter hvert som treet ble større fikk røttene kontakt med bakken langs sidene av det døde treet. Nå ser det ut som grana står på tå for ikke å trække på noen.

Post 5 Frønsvollmyrene

Dette er et uberørt og naturlig sted. Myra er et landskapsrom som gir oss mulighet for oversyn. Små krokete bjerker vokser her og gir rom for fantasien. Kanskje finner du spor etter elg? Lytt! Hva er det som knaker i buskene?

Post 6 Bratta opp til Skjennugsåsen

På vei opp den bratte bakken til Skjennungstua finnes det store steiner som det vokser mose på. Uberørt og naturlig sti med vill og spennende topografi. For å komme opp til målet går ferden opp, opp, opp, langs den bratte bergveggen med små hyller, under trestammer, forbi en stup-bratt skrent og så endelig inn i skogen. Tør du gå motsatt vei etter en velfortjent pause på Skjennungstua. Det anbefales ikke å gå her vinterstid!

TUR 3

Rundtur i Skjennugsåsen

Fra grusveien sør for Skjennungstua følger vi en løype forbi en myr, og videre inn i skogen til bekken som er post 7, så forsetter vi nordover mot neste post. Noen områder kan være våte, da stien går over myr og bekk. Vi går på myke gulv med trekroner til tak. Terrenget er ganske flatt, men noen mosekledde fjellknauser gir et uberørt og naturlig preg. Landskapsrommet som åpner seg foran oss er post 8. Videre sørover mot den bratte skrenten åpner skogen seg. Her finner du mange maurtuer (post 9). Det er god plass mellom trærne. Bakken er dekket av mose og gress. Over åsen igjennom lysåpen skog mot vest finner du post 10. Det er en naturlig kløft omkranset av eldre skog.

Skjennugsåsen adkomst: Lettest adkomster på grusvei fram til Skjennungstua fra Sognsvann via Ullevålseter, med videre forbindelse til Tryvann. Merkede stier og løyper i utkanten av området, en del umerkede stier inne i området.

Post 7 Bekk i gammel skog

Uberørt og naturlig gammel granskog med stedvis stor avstand mellom trærne. Små glenner danner små landskapsrom. Bekken beveger seg sakte mellom trærne. Når det er fuktig kan du høre at bekken risler og klukker ned mot større vann. Her trives myggen godt.

Post 8 Den bortgjemte myra i skogen

På vei ut av skogen åpner landskapet seg og gir oversikt og romfølelse. Myra ligger ved en fjellknaus og er også delvis skogomkranset. Den krokete bjerken på myra skaper variasjon og gir rom for fantasien. Her er det uberørt og naturlig.

Post 9 Åpent landskapsrom med maurtuer

Uberørt og naturlig skog med stor avstand mellom trærne. Spennende, vilt og åpent terreng. Liggende døde trær skaper rom for fantasien. Her er det mosekledde steiner og stor variasjon i vegetasjonen. Flott utsikt mot Maridalsvannet. Landskapet gir romfølelse med stor avstand mellom trærne, og bakken er dekket av blåbærlyng.

Post 10 Spennende og vilt område

Langstrakt naturlig kløft sørøst i Skjennugsåsen. Her er topografien vill og vakker. Området ligger bortgjemt mellom bratte bergvegger. Bakken er myk å gå på og er dekket av gress og mose. Denne kløften er særpreget. Se på bildet. Kjenner du deg igjen?



TUR 4 Fra Skjennungstua mot Frønsvolltråkka

På denne turen vil du se forskjellen på lysåpen, lettgått skog og ung ufremkommelig skog. Vi følger den blåmerkede stien fra Skjennungstua sørover. I stolpekrysset følges sti mot Frønsvollen. Før et lite holt med ung skog og bringebærkratt går stien opp under noen store graner. Videre igjennom et spennende søkk som er post 11. I andre enden av søkket går stien over en bevokst myr. (Det er også mulig å gå rundt hvis det er for vått). Etter å ha krysset myra krysses rød løype, og vi følger en plukkhogget rygg (post 12) som leder oss til post 13 som er 50 kilometeren. Vi følger 50 kilometeren ned til Frønsvolltråkka. Her har du mulighet til å gå opp til Frønsvollen, videre ned til Vettakollen eller tilbake til Frognerseteren.

Post 11 Spennende topografi i gammel lysåpen skog

Et uberørt og naturlig, særpreget sted. Vi går på myke gulv. Her forbinder det skogomkransede søkket forsiktig plukkhogget skog med en bevokst myr. Dette er et spennende område. Bratte mosekledde skrenter gir rom for fantasien. Glennen mellom trærne skaper romfølelse. Se på bildet. Kjenner du deg igjen?

Post 12 Plukkhogd rygg

Skogen du har rundt deg nå, er plukkhogd. Ser du nøye etter finner du en rekke stubber etter kjemper som er tatt ut. Likevel befinner du deg i stor skog, skog som virker gammel, til tross for at den nylig er hogd. Se deg rundt, se på variasjonen: Stort sett bare et treslag (gran) men med et utall av former, og alle størrelser fra frøspire til mektige kjemper. Flott turskog, ikke sant?

Prøv å tenke deg hvordan det hadde sett ut her, dersom det var flatehogd i stedet: Etter 10 år er skogen vokst deg over hodet. Etter 20 år er den tett og uframkommelig inntil den blir tynnet. Når skogbruket har vært der med sin ordinære tynning står granene igjen som stramme soldater. Like store, like gamle og like langt fra hverandre. Spennende som en kornåker sett innenfra. I stedet har du nå frodig blåbærlyng og spennende skog. Om du ikke følger stien, finner du lett en annen trasé gjennom skogen. Slik er plukkhogstskogen: Åpen og vennlig, spennende og variert.

Post 13 Ungskogen langs 50-kilometeren

Et stykke lenger sør kommer vi inn på løypa til Holmenkollens 50-kilometer. Her forlater vi plukkhogsten og eventyrskogen for en stund. Området vi nå skal gjennom ble snauhogget på 80-tallet. Skogen er i ferd med å vokse til, og sett fra løypa er det slett ikke verst. Som du ser, står det både lauvtrær og furu her, og granskogen er variert og spennende. Men prøv å gå utenom løypa! Da får du en liten smak av industriskogens ufremkommelighet. I dette området vil NOA utfordre Friluftsetaten til å drive en ungsopleie som har som mål å legge grunnlaget for ny eventyrskog. Så får vi se, om 20 – 30 års tid.

TUR 5 Fra Frønsvolltråkka til Sognsvann/Vettakollen stasjon

Letteste adkomst til denne eventyrskogen er via Sognsvann, Midstuen st., Vettakollen st. eller Frognerseteren via Frønsvolltråkka.

Sti fra Frønsvolltråkka til Vettakollen stasjon. Ved broen i bunnen av Frønsvolltråkka følges Skådalsbekken sørover. Krysser 50 kilometeren og fortsetter videre langs bekken. Før neste bro går vi opp smal sti til post 14. Vi forsetter videre østover på nordsiden av Fuglemyra. Videre snor stien seg rundt og over koller. Vi holder mot øst. Vi aner utsikt mellom trærne. Krysser blåmerket sti og finner en umerket sti mellom den blåmerkede stien og stup. Vi følger denne flotte plukkhoggede ryggen mens vi nyter utsikten. På denne strekningen går stien gjennom et nydelig plukkhogd parti, med frodig blåbærlyng i lysåpen skog med mange rom. Skogen er gammel, og er i ferd med å utvikle variasjon i trestørrelse og – høyde som følge av hogsten. Vi følger stien/løypa 200 meter til et løypekryss, der vi tar stien som går ned til venstre, retning Båntjern og Gaustad. Her er skogen enda åpnere et lite stykke, før vi kommer inn i skikkelig gammelskog igjen. Her tar stien vår av til høyre, og holder høyden sørover noen hundre meter, før den styrter seg utfor en bratt li med



Post 11

Foto: Helen Svensson



Post 12

Foto: Gjerleif Andersen



Post 13

Foto: Gjerleif Andersen

skikkelig storskog. I bunnen møter vi ungsog på høyre hånd, stien følger denne, men vi har tatt ut en annen trasé som bringer deg ned til nye eventyrskoger. Etter 200 meter krysser vi nok en rødmerket løype, og fortsetter i østlig retning ytterligere 200 meter. Da er vi der: Inne i en ny eventyrskog med store og små trær om hverandre. En plukkhogst for 15 -20 år siden har gitt godt grunnlag for et stabilt skogbilde, et sted du kan komme tilbake og oppleve, på nytt og på nytt. Vi har to muligheter ved de store steinene. Vi kan forstette turen mot Vettakollen eller Sognsvann.

Post 14 Skogtjern

Putten gir oversikt og romfølelse og er et lite skogomkranset landskapsrom rett ved siden av stien. Det er et uberørt og naturlig sted. Her er det stille selv om vi befinner oss i nærheten av Bomveien. Vannet samler seg her i bekker fra åsene omkring.

Post 15 Plukkhogd rygg

Skogen du har rundt deg nå er plukkhogd. Ser du nøye etter finner du en rekke stubber etter kjemper som er tatt ut. Likevel befinner du deg i stor skog, skog som virker gammel, til tross for at den nylig er hogd. Se deg rundt, se på variasjonen: Her er det både bartrær og lautrær med stor variasjon i alder. Flott turskog ikke sant?

Post 16 Store steiner

Langs stien ved en liten myr ligger store steiner på rekke og rad. Steinene ligger som et belte helt opp til Måneskinnsløypa. Noen av steinene er store som hus. Hvordan har de kommet hit? Se på bildet, kjenner du deg igjen? De store steinene gir stedet særpreg.

Post 17 Vettakollen skjerp

For flere hundre år siden ble det lett etter kobbermalm her. Lenger bort langs stien finnes det flere dagsskjerp som er små groper. Vettakollen skjerp består av et stort hull i fjellet med nesten vertikale vegger omgitt av et gammelt ståltrådgjerde. Ved siden av sjakten er bakken flat. Da det var gruvedrift gikk kanskje hester i en ring her for å frakte malm og vann fra gruva.

Post 18 Gaustad gruva

For femhundre år siden var det full aktivitet her med gruvedrift. For et halvt århundre siden var det et vågestykke for små barn å ta seg frem fra åpningen på stollen med lommelykt. I dag er forbindelsen brutt da sjakten er fylt igjen. På flata ved sjakten vokser det i dag trær der hesten gikk rundt og rundt for å frakte malm og vann opp og ned fra gruva. I deler av året er det flaggermusreservat i Gaustad gruva.

Post 19 Båntjern ved Ankerveien

For omlag 200 år siden ble Ankerveien anlagt av Godseier Peder Anker for at det skulle være lettere å frakte malm mellom Bærum, Fossum jernverker og Hammeren i Maridalen. Veien var også transportmiddel for folk flest som vandret til fots med vandringsstav og skreppa på ryggen, mens finere folk kjørte med hest og vogn. Langs Ankerveien mellom Båntjern og Sognsvann finner vi spor etter tidligere tiders virksomhet. Det ligger flere dagsskjerp og to større gruver i den kalkrike bergrunnen. Skogen er forholdsvis ung, men allikevel variert. Gran og furu med innslag av blant annet bjørk og rogn. Langs den anlagte turveien mellom den bratte fjellveggen og Båntjern renner en foss på vannrike tider av året.



Foto: Gjermund Andersen



Foto: Gjermund Andersen



Foto: Helen Svensson



Foto: Helen Svensson

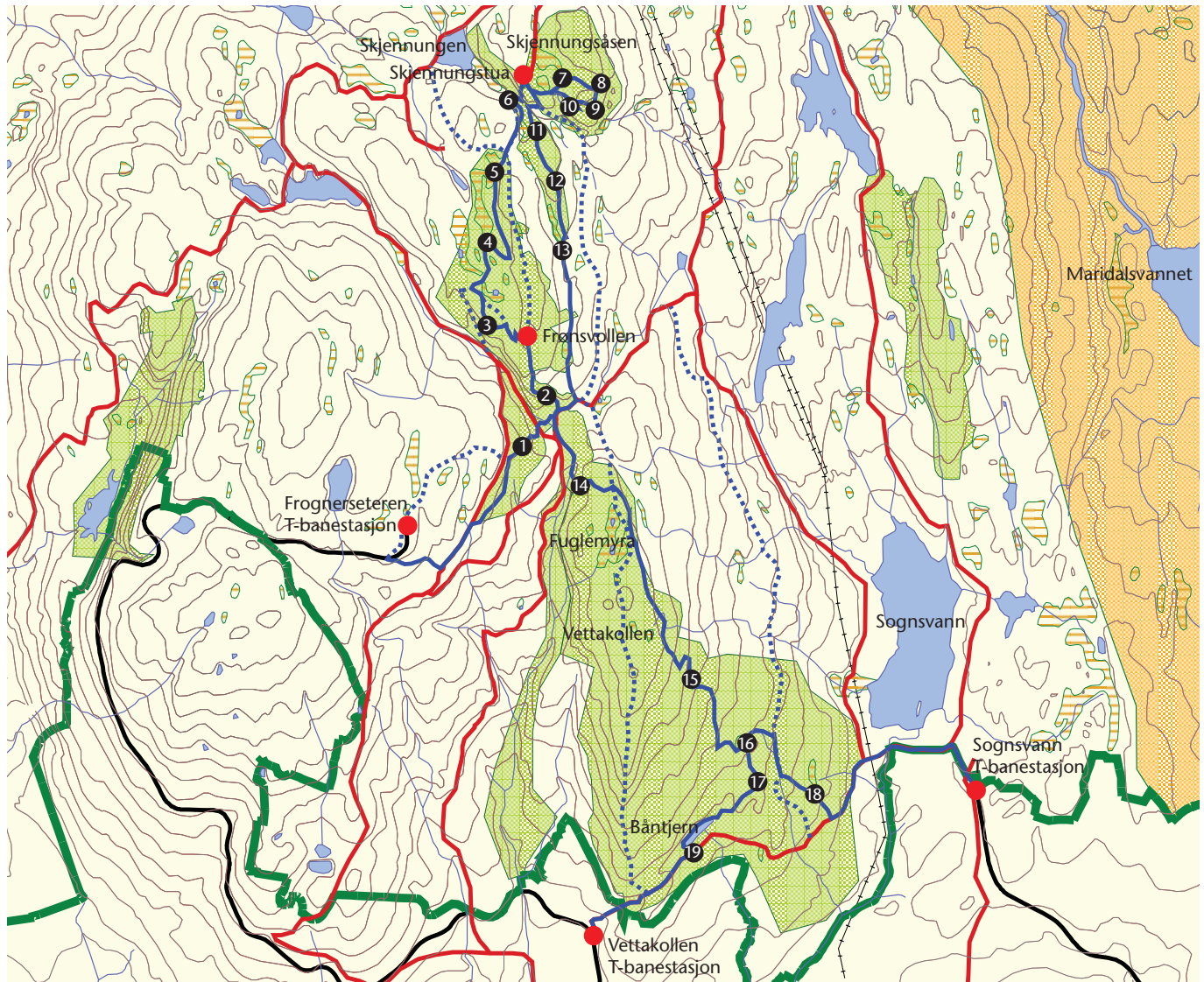


Foto: Helen Svensson



Foto: Gjermund Andersen

FRØNSVOLLEN



- Poster
- Steder
- Eventyrskog-stien
- Viktige stier
- Vernede områder
- NOAs eventyrskoger
- Vann
- Bekker
- Myr
- Markagrensa 2008
- T-bane/jernbane
- Kraftlinjer
- Viktige veier

ADKOMST TIL FRØNSVOLLEN

Frønsvollen ligger mellom Frognerseieren og Skjennungstua i Nordmarka. Lettest adkomst med T.banen til Sognsvann, Vettakollen eller Frognerseieren. Det er også mulig å parkere på Frognerseieren eller Sognsvann. Se også www.traffikanten.no eller ring 177 for informasjon om rutetider.

Vi oppfordrer deg til å se nøyer på skogene du passerer på dine turer. Hva liker du? Ser du mye av det vi presenterer for deg i denne brosjyren, eller er det ensaldret ungskog eller kratt som møter deg? Det kan være lurt å ta med seg et kompass for å finne riktig retning. Dugelig niste gjør at du ikke behøver å dra hjem så kjapt hvis du blir bergtatt! Husk at skogen er sårbar og ta med deg alt søppel hjem igjen. Vi anbefaler godt skotøy da det kan være fuktige partier på turen.

God tur!

FRØNSVOLLEN NOAs MARKASENTER

Frønsvollen er Markasenteret for Naturvernforbundet i Oslo og Akershus som leier stedet av Oslo kommune. Frønsvollen drives av et eget driftsstyre, som forestår restaurering av bygningene, skjøtsel av kulturlandskapet og informasjonsvirksomhet overfor publikum.

FRØNSVOLLEN – FØR

Frønsvollen var i gammel tid seter for gården Sten i Christiania. Seterretten ble etter hvert overtatt av gården Frøen, Frogner, Sogn og Grefsen, da Sten og en rekke andre gårder i Aker ble lagt ut til bymark.

Thomas Heftye eide Frønsvollen i 1880 årene, og på den tid sto et lite våningshus og en låve på vollen. Heftye ga Christiania Skiklub rett til å bygge skihytte på stedet i 1884. Skihytten ble innviet i 1885.

Christiania Skiklub er verdens eldste skiklubb, ble stiftet i 1877. Ut av denne klubben har både Skiforeningen (stiftet i 1883), Holmenkollrennene (Husebyrennene 1879), Norges Skiforbund og det internasjonale Skiforbundet (FIS) sprunget ut.

Fra 1880 og fram til høsten 2006 har det bodd folk på Frønsvollen, først skogsarbeidere, dernest folk som hadde oppsyn med skihytta, og til slutt private. Bystyret vedtok i 2005 at kommunens hus primært skulle leies ut til foreninger, og fra høsten 2006 gikk leiekontrakten over til Naturvernforbundet i Oslo og Akershus.



De hengende hager på Frønsvollen.

Foto: Gjermond Andersen



Frønsvollenkuer

Foto: Gjermond Andersen

NOAS VISJONER FOR FRØNSVOLLEN:

- Frønsvollen skal være NOAs samlingspunkt i Marka.
- Stedets kjerneverdier skal være Markakultur, eventyrskoger, kulturlandskapet, enkelt friluftsliv og naturopplevelser.
- NOA skal arbeide for å øke fokus på disse verdiene og vår innsats for natur og miljø ved å knytte til oss flere medlemmer og grupperinger.
- Samtidig ønsker vi at nye aktiviteter med Frønsvollen som base, skal bidra til økt medlemsmasse og at NOA kan få større slagkraft i samfunnsdebatten.



Foto: Laila Holmen

I GJENÅPNING AV KULTURLANDSKAPET

Kulturlandskapet på Frønsvollen er ryddet. Trær er hugget og sommeren 2007 var det for første gang på mange år igjen dyr på beite på den gamle setervollen. En Raudkolle med kalv og en Hereford kvige var til seters fra juni til august. På dugnad har medlemmer og driftsstyret vært oppe og hatt ettersyn med dyrene.

2008 fortsetter dugnadsarbeidet i form av hagebruk, oppdyrking av "de hengende hager", fullføring av rehabilitering av låvens østvegg, oppføring av pipe med ildsted i låven og videre rydding av beitemark.

FORVALTNINGEN AV OSLOMARKA - MARKALOVEN

Forvaltningen av Osloomarka omfatter to hovedspørsmål som skal inngå i den nye Markaloven: Bevaring av Markas grenser, og bevaring av Markas kvalitet for friluftsliv.

Gjennom den nye Markaloven vil markagrensene gis en vesentlig bedre beskyttelse og tilgrensende utbygging gjøres vanskeligere enn tidligere. Loven skal omfatte de områdene som tradisjonelt omfattes av Marka-begrepet. Naturvernforbundet og de andre Markaorganisasjonene har i tillegg fremmet krav om at en rekke områder med bymark-funksjon tas inn under lovens bestemmelser.

NOA har også fremmet krav om at skogbruket i Osloomarka underlegges den nye Markaloven. Det er i hovedsak skogbruket som former omgivelsene og gir rammer for opplevelse i Marka. NOA har gjentatte ganger påvist at Osloomarka drives utelukkende industrielt og dermed sterkt forringer opplevelseskvaliteten av skogen. Til tross for 30 år med egne forskrifter for skogbruket i Osloomarka, greier ikke forskerne å påvise forskjeller mellom skogtilstanden i Marka og skogtilstanden i landet for øvrig. Så mange som 95 av 100 hogster som gjennomføres i Marka gir industriskog i framtiden.

Skogbruksloven med forskrift har spilt fallitt og må etter Markaorganisasjonenes mening erstattes med egne regler i den nye Markaloven. Hensynet til friluftsliv og naturopplevelse må ha forrang framfor maksimalt økonomisk overskudd av skogsdriften. En Markaforskrift som er hjemlet i skogbruksloven, som er en ren næringslov, vil kun gi næringsdrift første prioritet.



Foto: Helen Svensson

I tillegg til at skogbruket må underlegges en egen Markalovgivning, mener NOA at det er svært viktig å lovfeste et varig vern av områder av hensyn til friluftsliv. En slik hjemmel har vi ikke i dag. Videre ønsker vi en betydelig begrensning av fritidskjøringen med bil i Marka og klare forbud mot unødvendig motorferdsel i terrenget. Dette gjelder både rekreasjonskjøring og nytte-/ næringskjøring.

MARKAORGANISASJONENE HAR PRESENTERT FIRE KRAV TIL MARKALOVEN

Vi krever en Markalov som:

- gir varige, sikre grenser mot utbygging
- sikrer Markas kvalitet for friluftsliv og naturopplevelse
- gir adgang til å frede områder for friluftsliv
- samler alle sider av forvaltningen i ett regime, også skogbruk o.a. næringsvirksomhet

NOAs MARKAARBEID

I tillegg til å registrere og sikre Markas siste Eventyrskog, jobber Markagrappa i NOA særlig med Markas opplevelsesverdier, skogbruket og bevaring av natur- og kulturverdier i Marka. NOA har framfor noen stått på barrikadene for å få vernet områder i Marka etter naturvernloven, og for å få en lovhjemmel for områdevern av hensyn til friluftsliv.

NOAs AKTIVITETSGRUPPER

**MARKAGRUPPA
SAMFERDSEL
SKOGVOKTERNE
TREGRUPPA
FRØNSVOLLEN
(NOAs MARKASENTER)**

Lokallag i Oslo-området er Oslo Nord, Oslo Vest og Østkanten Naturvernforbund.

For mer informasjon se:
www.noa.no
www.osloomarka.no



NATURVERNFORBUNDET
I OSLO OG AKERSHUS (NOA)

FRØNSVOLLEN

Frønsvollan drives av et eget driftsstyre, som forestår restaurering av bygningene, skjøtsel av kulturlandskapet og informasjonsvirksomhet overfor publikum.