

START TUREN PÅ BUSSEN

Bussholdeplassene er avmerket på kartet. De mange kontaktpunktene mellom kyststiene og offentlig vei gir mange muligheter for valg av dagens løype.

Sjekk busstidene på www.vkt.no

There is easy access to the North Sea Trail by bus (www.vkt.no). Bus stop is marked on the map.

MERKING AV STIENE

Kyststiene er merket med blå maling på lave stolper, trær eller steiner. Langs offentlig vei finner du blåmerket på lysmaster eller telefonstolper.

The paths are usually marked with blue paint and the "Kyststien" logo.

FREMKOMMELIGHET

Kyststiene følger ferdselsveier som har vært i bruk over tid. Ta hensyn til at du kan møte både sykler, hester og motorkjøretøy på noen strekninger. Standarden på stien varierer med terrenget og underlag, og kan enkelte steder være ulendt for den som er dårlig til beins. De deler av stien der det er vanskelig å komme fram med rullestol og barnevogn, er merket på kartet.

Accessibility varies with the terrain. Parts of the path accessible for pushchairs/prams are marked on the map.

HOLD NATUREN REN!

Alle har glede av at kyststiene er rene og ryddige. Forlat rasteplassen i lik stand som du selv ønsker å finne den. Kast ikke fra deg papir og annet avfall, men ta søpla med hjem eller bruk søppeldunkene i friområdene.

Take care of the environment! If you cannot find a bin please take your rubbish home.

HUNDEEIERE

Det er svært stor tetthet av rådyr og annen fauna. Det drives husdyrbruk med sau, storfe og hest. Ha alltid kontroll på din firbeinte venn, for å unngå unødig lidelse og konflikter. Følg båndtvangbestemmelsene!

Dog owners please consider other walkers and wild animals.

As a general rule dogs should always be on a lead.

KYSTSTIENE

Kyststiene på Østerøya og Vesterøya byr på 45 km merket løype for turgåere. Store deler av kyststiene har sin hovedfunksjon som privat vei, hytte-adkomst eller driftsvei i landbruksnæringa. Merking av kyststiene er kommet i stand gjennom frivillige avtaler med grunneierne, og skal være en hjelp for turgåere for å komme fram til fots langs kysten. Stiene er en del av Nordsjøløypa – North Sea Trail

There are 45 kilometres of paths on Østerøya and Vesterøya signposted as the coastal path – a part of the North Sea Trail.

NATUR

Østerøya huser et mangfoldig dyre- og planteliv med flere sjeldne og trua arter. Ved Strandvika på Yxney er det et naturreservat. Kyststien slynger seg langs åkerkanter, gjennom skogholt, over nakne svaberg, forblåste knauser og langs grunne vikar. Underveis er det merket avstikkere til flotte utsiktspunkt. Hold sansene oppe, og du vil få fine opplevelser.

Pay attention to the manifold of animal and plant life.

There are several side paths leading to excellent view points.



Nordre Trubervika



Gammel gårdsbebyggelse

KULTURLANDSKAPET

Menneskenes virksomhet setter spor i landskapet slik at vi får et kulturlandskap. Kulturlandskapet endres over tid som følge av hva folk og fe foretar seg. Tidligere tiders levemåte satte få varige spor etter generasjonene, mens vi i dag har maskiner og utstyr som gjør det mulig å settes dype spor etter oss. Funn viser hvordan folk har levd fra yngre steinalder (år 3000 – 2500 f.Kr.) og fram til i dag. Gamle ferdselsårer, steingjerder, gårdstun, kullmiler og andre kulturminner langs kysten forteller om bruken av kystområdene.

The cultural landscape and heritages are evidence of settlements dating from the early stone age.

LANDBRUK

De første beboerne levde av jakt og fiske, senere av jordbruk og husdyrhold. I dag er landbruket preget av korn-, frukt- og grønnsakproduksjon. Østerøya og Vesterøya nyter godt av et svært gunstig lokalklima. Husk at jord- og hagebruk er viktige næringer i området. Ta hensyn til dette når du går langs åkerkanter og gårdsbebyggelse

Farming has a long tradition in this area and is still an important way of life. Be considerate and don't walk on cultivated fields.