



## Hallormsstaða-skógur

Hallormsstaðaskógur er talinn stærsti skógur á Íslandi, þekur um 740 ha og í honum er að finna lítið þorp, það eina í skógi á Íslandi. Skógurinn er vinsælt útivistarsvæði í fjölbreyttu landslagi. Í honum eru um 40 km af göngu-slóðum og trjásafni með yfir 80 trjátegunum. Í skóginum eru vinsæl tjaldsvæði og Hótel Hallormsstaður. Þar er auk þess að finna leiktæki og góð grillsvæði.

**Alls eru nú í skóginum um 85 trjátegundir frá um 600 stöðum, víðs vegar um heiminn.**

### SAGAN

Friðun Hallormsstaðaskógar hófst 1905 og varð skógurinn þar með fyrsti þjóðskógur Íslands. Nú þekur birkiskógur um 350 ha lands innan sömu girðingar auk þess sem aðrar trjátegundir hafa verið gróðursettar í 200 ha. Stór svæði hafa bæst við Hallormsstaðaskóg á seinni árum; Hafursá/Mjóanes til norðurs, þar sem gróður-settir hafa verið miklir lerkiskógar og Ásar/Buðlungavellir til suðurs, þar sem sjálfgræðsla birkis er í algleymingi. Alls eru nú í skóginum um 85 trjátegundir frá um 600 stöðum, víðs vegar um heiminn.

### NYTJAR OG LÍFRÍKI

Skógurinn sér fuglum fyrir mat, hreiðurstæðum og vernd fyrir ránfuglum. Meðal algengra fugla í Hallormsstaðaskógi eru auðnuttlingur, músarrindill, glókollur, rjúpa og hrafn. Á sumrin eru þar einnig skógarþröstur og hrossagaukur og stundum sjást þar flækingar eins og svartþröstur, bókfinka og hringdúfa.

Margir leggja leið sína í Hallormsstaðaskóg til jurtaskoðunar, sveppa- og berjatínslu. Í skóginum má finna marga bragðgóða matsveppi, s.s. lerkisvepp, kúalubba og furusvepp. Hrutaber er að finna víða í skóginum og hindber finnast einnig á nokkrum stöðum. Úr berjunum má gera saft og sultur.

### FREKARI FRÓÐLEIKUR

Um verslunarmannahelgi árið 1984 sótti einn meðlima Bítlanna, Ringo Starr, hina árlegu Atlavíkurhátíð sem þar fór fram og steig á svið með hljómsveitinni Stuðmönnum.

Í tilefni af 100 ára afmæli friðunar Hallormsstaðaskógar árið 2005 kom út bókinn Hallormsstaður í skógu: Náttúra og saga höfuðbóls og þjóðskógar eftir þá Hjörleif Guttormsson og Sigurd Blöndal.

## Skógarböð

Japanar kalla „skógarböð“ shinrin-yoku. Þetta eru ekki böð í eiginlegum skilningi heldur íhugunarganga í faðmi skógarins sem ætlað er að endurnýja tengsl manns við náttúruna, bæla niður streitu, létta lund og jafnvel styrkja ónæmiskerfið. Slík hugleiðsla með hreyfingu hefur notið viðurkenningar yfirvalda í Japan frá árinu 1982 og japanska ríkisskógræktin hefur mælt með henni við fólk til að auka lífsgæði sín. Þetta er náttúrlæg leið til að vinna gegn áhrifum streitu og kvíða.

Ef þú vilt reyna skógarböð, veldu þá staðinn eftir líkamlegu atgervi þínu og hentugleikum. Gönguleiðin má ekki reyna of mikið á. Mælt er með því að ekki sé gengið lengra á fjórum klukkutímum en fimm kílómetra. Þetta á ekki að vera þolganga. Hvílið ykkur þegar þið þurfið og finnið notalegan stað til að setjast um stund, til dæmis við lestur eða einfaldlega til að horfa í trjáþykkið. Gott er að hafa með sér vatn eða grænt te. Þá er líka mælt með því, ef færi er á, að fylgja skógarbaðinu eftir með því að leggjast í heita laug.

Úr Los Angeles Times, [www.latimes.com](http://www.latimes.com)



## Þjóðsagan um Lagarfljótsorminn

Fyrst er minnst á Lagarfljótsorminn í annál frá árinu 1345. Þótti það boða mikil tíðindi á borð við náttúruhamfarir ef til ormsins sást. Í þjóðsögum Jóns Árnasonar er frásögnin um Lagarfljótsorminn á þessa leið:

Það bar til einu sinni í fornöld að kona nokkur bjó á bæ einum í Héraðinu við Lagarfljót. Hún átti dóttur eina vaxna. Henni gaf hún gullhring. Þá segir stúlkan: „Hvernig get ég haft mest gagn af gullinu því arna, móðir mín?“ „Leggðu það undir lyngorm,“ segir konan. Stúlkan tekur þá lyngorm og lætur gullið undir hann og leggur ofan í trafeskjur sínar. Liggur ormurinn þar nokkra daga. En þegar stúlkan fer að vitja um eskjurnar er ormurinn svo stór orðinn að eskjurnar eru farnar að glíðna í sundur. Verður stúlkan þá hrædd, þrífur eskjurnar og kastar þeim með öllu saman í fljótið.

**Líða svo langir tímar og fara menn nú að verða varir við orminn í fljótinu.**

För hann þá að granda mönnum og skepnum sem yfir fljótið fóru. Stundum teygðist hann upp á fljótsbakkana og gaus citri ógurlega.



## Um þjóðskógana

Þau lönd sem Skógræktin hefur umsjón með fyrir hönd þjóðarinnar ganga undir heitinu þjóðskógarnir. Skógarnir eru opnir öllum, allan ársins hring, um allt land. Í marga er auðvelt að komast og ýmiss konar aðstaða fyrir hendi. Annars staðar þarf að hrossast í öflugum jeppa eða ganga upp bratta hlíð í ósnortinn skóg.



Skógræktin sinnir ráðgjöf, rannsóknum, fræðslu, verndun og þróun á sviði skógræktar á Íslandi, einnig stuðningi við skógrækt á lögbýlum ásamt almennri umhirðu þjóðskóganna. Aðalskrifstofa Skógræktarinnar er á Egilsstöðum en stofnunin er með starfsemi í öllum landshlutum.

Á Mógilsá í Kollafirði er rekin rannsóknastöð skógræktar og skógarverðir eru staðsettir á Hallormsstað, Vöglum í Fnjóskadal, á Selfossi og í Hvammi í Skorradal.



## Sjöstjarna *Trientalis europaea*

Sjöstjarna er líka kölluð fagurbíóm. Hana er að finna með fram rauðu gönguleiðinni. Þetta er eitt einkennisblóma Austurlands og er algengt frá Óræfum til Vopnafjarðar en mjög sjaldséð annars staðar. Krónublöðin eru oft sjö talsins, 1-2 cm í þvermál, og springa út á miðju sumri. Laufin fá á sig koparleitán blá síðsumars.

Skógræktin



Göngum vel um  
viðkvæma náttúru  
Verið velkomin í  
Hallormsstaðaskóg!



## HALLORMSSTAÐA SKÓGUR



## HALLORMSSTAÐA SKÓGUR



[www.skogur.is](http://www.skogur.is)

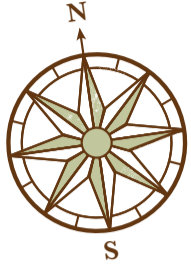
Abalskrifstofa  
Míðvangi 2-4,  
700 Egilsstaðir  
470 2000,  
skogur@skogur.is  
Rannsóknastöð  
Skógræktar á Mógilsá  
Kjálarnesi,  
116 Reykjavík  
470 2050,  
mogilsa@skogur.is  
Skógarvörður  
á Austurlandi  
Hallormsstað,  
701 Egilsstaðir  
Hvammi,  
311 Borgarnes  
470 2040,  
vesturland@skogur.is  
Skógarvörður  
á Vesturlandi  
Hvammi,  
601 Akureyri  
470 2060,  
vagllir@skogur.is  
Skógarvörður  
á Norðurlandi  
Vöglum,  
800 Selfoss  
470 2080,  
sudurland@skogur.is

GEFID ÚT AF SKÓGRÆKTinni | APRIL 2017 // GRAFÍSK HÖNNUN: HRÚÐUR ÓSKARSDÓTTIR // PRENTUN: HÉRAÐSPRENT



# Hallormsstaða skógur

· Gönguleiðakort ·



1 cm á kortinu samsvarar um 130 m



**GUTTORMSLUNDUR**  
Gróðurset var í Guttormslundi árið 1938. Upphaflega voru settar þar niður um fimm þúsund lerkjaplöntur en þær hæstu eru nú orðnar riflega tuttugu metra háar.

**HALLORMSSTAÐABÆR**  
Gamall kirkjustaður. Bærinn var byggður árið 1884 en Skógrektin eignaðist hann og jörðina árið 1905. Hér býr skógarvörðurinn á Austurlandi.

**STEEKJARVÍK**  
Um kílómetra norðan við bæinn Hafursá er Stekkjarvík. Þar er að finna góða grillaðstöðu og leiksvæði fyrir börn.

- Skógarvörður, starfsmannahús, skrifstofa
- Útsýnisstaður
- Trjásafrn
- Bílastæði
- Tjaldstæði
- Húsbílar, tjaldvagnar
- Gisting
- Þjónustustöð
- Veitingastaður
- Vegir, gönguleiðir
- Skógarlóði

## Gönguleiðir í skóginum



### PARTUR

Gul leið – 3 km  
Gangan hefst á bílastæði ofan vegar við Hafursá. Gengið er upp malarborinn skógarveg, undir rafliðu og inn með henni. Beygt er til vinstri í lerkilundi, aftur til vinstri á vegamótum og komið að áningarstöðum með útsýni niður í Hafursárgil, yfir Hafursárskóg og Lagarfjót. Þaðan liggur leið niður undir þjóðveg en gengið er ofan þjóðveginn inn á skógarveginn þar sem gangan hófst.



### HÓLAR

Blá leið – 5 km  
Gengið er upp frá Hússtjórnarskólanum, fram hjá steindrangnum Kerlingu og út Hóla. Komið er í Flataskóg með háum birkitrjám og gengið út á Fálkaklett þar sem er fagurt útsýni. Þá inn og niður í gegnum greniskóg að opnu svæði þaðan sem sér niður á Ormsstaðahól neðan vegar. Gengið er í gegnum Hólasvæðið og sem leið liggur til baka að Hússtjórnarskólanum.



### HALLORMSSTAÐAHÁLS

Appelsínugul leið – 7 km  
Audrötuð og semilega greiðfær gönguleið á milli Hallormsstaðar og Geirólfsstaða í Skriðdal. Gengið er upp frá Hússtjórnarskólanum, fram hjá steindrangnum Kerlingu, út og upp Hóla, gömlu reiðgöturnar neðan við Hallormsstaðabjarg og upp á Bjargið ofan við skóginn. Þaðan er fagurt útsýni inn til Snæfells, yfir skóginn og Lagarfjót. Haldið er áfram yfir hálsinn stikada leið að veginum utan við Geirólfsstaði.



### GATNASKÓGUR

Brún leið – 2 km  
Leiðin hefst á ysta tjaldstaðatúninu utan við söluskálann, gengið neðan þjóðveg, með fram Lagarfjóti, um Gatnaskóg með hávöxnum og beinum birkitrjám. Farið er yfir þjóðveginn við Klifjörn, þaðan um greniskóg ofan við tjörnina og áfram um birkiskóg. Úr honum má komast inn á gönguleið merкта bláum lit.



### ATLAVÍK - TRJÁSAFRN - SÖLUSKÁLI

Ljósblá leið – 1,5 km  
Utarlega í Atlavík er gengið upp allbratta brekku eftir stig sem liggur í trjásafrni. Þaðan liggur stígur út Lambaból, upp með Staðará að söluskála. Hægt er að ganga yfir brú á Staðará, gegnum tjaldsvæðin inn á gönguleið um Gatnaskóg.



### HALLORMSSTAÐABJARG

Ljósgræn leið – 4 km  
Gengið er upp frá Hússtjórnarskólanum, fram hjá háa steindrangnum Kerlingu, út Hóla og upp í Bjargelsbotna. Stígurinn sveigir inn eftir, undir Hallormsstaðabjarginu, að Þverbjargi. Þar í kriknum hefur Illaskriða fallið og er gengið út og niður af skriðunni, niður hrygginn þar sem gott útsýni er yfir byggðina á Hallormsstað. Þaðan liggur leiðin svo niður skógarstíg, aftur að Hússtjórnarskólanum.



### ÁLEIÐIS UPP REMBU

Hvít leið – 1,8 km  
Gengið er af stað frá íþróttahúsinu og er fyrri hluti leiðarinnar dálítið á fótinn. Haldið er upp á Kistukletta og að Lambafossi sem er 21 m há og fellur í Staðarargil. Lengja má gönguna upp með ánni að gamalli stíflu 27 kW virkjunar sem sá Hallormsstað fyrir rafmagn á árunum 1936-1955. Frá fossinum er gengið niður með gilinu en gæta þarf varúðar á gilbarminum. Af Rembu er fagurt útsýni yfir Hallormsstað. Farið er sömu leið til baka.



### ALTAVÍKURSTEEKKUR

Rauð leið – 1,5 km  
Gengið er inn í lerkilund frá 1937 þar sem hæstu tré eru yfir 20 m og að Altavíkurstekki. Þá liggur leiðin gegnum trjáreit frá 1940 með ýmsum tegundum, m.a. dögglingsvið, og því næst um lerkireit frá 1957 þar sem sjóstjarnan sést í breiðum á blómatíma. Útsýnisstaður er á klettinum á vinstri hönd. Gengið er áfram upp, út yfir Króklæk og komið að fyrstu lerkigróðursetningu eftir Guttormslund, loks út Selveg, yfir Kerlingará og til vinstri niður á þjóðveg.



### JÖKULLÆKUR

Fjölublá leið – 200 m  
Gengið er frá þjóðvegi rétt innan Atlavíkur upp með Jökullæknum. Þar má finna safn ýmissa tegunda frá 1963, s.s. fjallapín, blá-greni, marþöll, hvítgreni, dögglingsvið, stafafuru og risalífvið. Áningarstaður er í rjóðri. Sama leið er gengin til baka niður á þjóðveg.



### LJÓSÁRKINN

Gul leið – 850 m  
Gengið er upp að hinum 16 m háa Ljósárfossi. Á leiðinni upp má sjá ýmsar trjátegundir gróðursettar á árunum 1965-1967, s.s. lindifuru frá Siberíu og stafafuru frá Alaska. Í brekkunni á vinstri hönd er eitt beinvaxnasta rússalerki á Hallormsstað. Sama leið er gengin til baka niður á þjóðveg.



### FOSSARNIR Í SELLÆK

Appelsínugul leið – 2 km  
Bílastæði er ofan Guttormslundar, upphaf gönguleiðar um 200 m innar. Gengið er frá þjóðvegi upp með Sellæk. Þar eru margir fállegir fossar. Efst á leiðinni er komið á opið svæði sem nefnist Tittlingslsgel. Þar voru fyrrum beitarhús. Gengið er út eftir og niður í gegnum lerkiskóga að þjóðvegi og bílastæðinu.