

St. Grundet Sundhedsskov

St. Grundet Sundhedsskov ligger i den sydlige del af Grejsdalen. Det er en lang, smal skov beliggende på skrænter, der er så stejle at bebyggelse er næsten umulig. Det har betydet, at denne kile af skov er bevaret helt ind til Vejles bymidte.

Det kuperede terræn, kilder og fugtige områder giver en skov med stor variation. Skoven har mange bevoksninger med unge træer og få store gamle træer. Nu drives skoven, så den udvikler sig mere naturligt.

Naturen
I Store Grundet Sundheds-skov er der flere områder med værdifuld natur.

Ro og nærvær for alle
En øget viden om naturens betydning for sundhed, samt nærhed til flere sundheds-institutioner, har inspireret til at udvikle den kommunalt ejede del af Store Grundet Skov til en sundhedsskov. I skoven etableres faciliteter, som fremmer oplevelse af naturen, nærvær i nuet og ro. Hermed supplerer faciliteterne i Store Grundet Sundhedsskov de øvrige bynære skove, som mere er indrettet til oplevelser i børnehøjde og kørsel med MTB.

Rundt i skoven
Ved Den Lille Rundtur og på Moster Karens Fold er etableret flere siddepladser og samlings-

steder, som inspirerer til ophold og nærvær. Stederne indbyder til at sidde ned, opleve naturen på netop dette sted – duften, farverne, vinden, store og små planter – og bare være tilstede.

Forløb for folk i svære livssituationer
Faciliteterne i skoven er også indrettet til at sundheds-personale kan afholde forløb og træningsaktiviteter for borgere ramt af sygdom eller andre svære livssituationer, så de kan bruge naturen til at styrke deres mentale sundhed. I perioder kan samlingssteder og mindre områder være reserverede af sundheds-personale til forløb for eksem-

pelvis personer ramt af stress. Når det sker vil vi bede dig vise hensyn og bruge andre områder af skoven. På forhånd tak.

Den Lille Rundtur
Den umarkerede sti inviterer til gå på opdagelse i skoven, træne balance og bruge forskellige sanser. Få mere inspiration på planchen ved P-pladsen ved Den Lille Rundtur.

Moster Karens Fold
Den åbne grønne plads omkring af skov er noget særligt. Her finder du et siddested udført af kunstneren Alfio Bonanno, bålhytte, toiletter og flere samlingssteder og san-serum med farver og dufte.

Historien om Moster Karens Fold
Navnet Karen refererer til en moster i tredje generation af Niels Skou familien, som har boet i huset syd for det åbne område på Moster Karen Fold. Området er tidligere blevet anvendt som hestefold.

Niels Skou, født i 1853, er første generation i Niels Skou familien. Han købte i starten af 1900-tallet Lille Grundet og Store Grundet og besad som godsejer med 1.200 hektar alle jorderne omkring Grundet. Niels Skou var i en periode den største hestehandler i Danmark.

Udsigtspunkter
På de to udsigtssteder:

Høje Knøs i nord og Trol-detoppen i syd får du flotte udsigter ud over Grejsdalen og Vejle By. De varierer over året, afhængig af om der er blade på træerne eller ej.

Grejdalstien
Grejdsdalstien går på Store Grundet Skovvej. Forsætter du ud af skoven mod nord kan du let følge den 16 km lange vandrute gennem Grejsdalen til Jelling.

En skov for alle
I Store Grundet Sundheds-skov er det målet, at alle får gode muligheder for at bruge skoven som et frirum. Derfor en opfordring til at tage hensyn til hinanden og til naturen.

OBS! Husk altid at tage dit affald med hjem, Har du hund med i skoven, skal den holdes i snor.



Se korte film med øvelser til ro og nærvær i naturen.



Sortspætte fodrer sin unge.



Bøgeløberen - skovbundens lille, blå juvel.



Et af skovens samlingssteder.



Bonannos Bænk.



Plateau ved Den Lille Rundtur.



Indgang til Den Lille Rundtur.



Ture i Sundhedsskoven

1 Gul tur:

Den Lille Rundtur

Du kan begynde, hvor Troldestien møder Store Grundet Skovvej. Stien er uden belægning. Længs stien findes sten, stubbe og træstammer, hvor det er muligt at styrke balance og motorik. Samlingssteder, bænke og et plateau rundt om et stort nåletræ indbyrder til at sidde ned.

2 Blå tur:

Trolderuten, ca. 1,5 km

Rundtur via Beriderbakken, Troldestien og Store Grundet Skovvej på skovveje, hvor størstedelen er stier belagt med knust granit. Du kan starte med at gå op af Beriderbakken og fortsætte ligeud forbi den åbne plads Møster Karens Fold. Herefter følger du Troldestien, som har en afstikker til udsigtspunktet, Troldtoppen, med udsigt over Vejle By. Stien går derefter stejlt ned mod Store Grundet Skovvej, som kan følges tilbage til udgangspunktet.

3 Rød tur:

Bakkestien, ca. 1,5 km

Rundtur langs skråningen, over Møster Karens Fold og ned ad Hulvejsstien på stier med forskellig belægning.

Med start ved Sygehusets gamle P-hus fører nogle trin ind i skoven ad en sti uden belægning, langs skrånten af skoven op til den åbne plads; Møster Karens Fold. Kryds Møster Karens Fold og gå mod nord rundt om boligerne på stien med knust granit, og ned af den asfalterede Lille Grundet Hulvej.

4 Sort tur:

Skoven Rundt, ca. 5,5 km

Rundtur via Store Grundet Skovvej, Høje Knøs langs skovbrynet og Beriderbakken på skovveje og stier belagt med knust granit.

Med start ved Beriderbakken kan du følge Store Grundet Skovvej ud gennem skoven, som også er den første del af Grejdsdalstien. I nord drejer du af mod Høje Knøs, hvor en meget stejl sti langs vandløbet fører op til et flot udsigtspunkt. Herefter kan du følge vejen over til skovbrynet og tilbage til langs skovbrynet mod øst.

5 Orange tur:

Grejdsdalstien, ca. 16 km

Smuk vandrerute og mountainbike rute på 16 km til Jelling. Du kan tage toget retur til Vejle fra Jelling. Se mere i folderen om Grejdsdalstien.



Find oplevelserne
undervejs på
din mobil



1 Slå GPS til på mobilen

2 Scan QR-koden.

Så lander du på hjemmesiden:
<https://udeliv.vejle.dk/>

3 Vælg den rute du vil vandre.

Find P-pladser, toiletter og
seværdigheder i nærheden.



OBS: Klik på dette lille
navigationssikon øverst til
venstre på skærmen, og
følg ruten, mens du vandr.

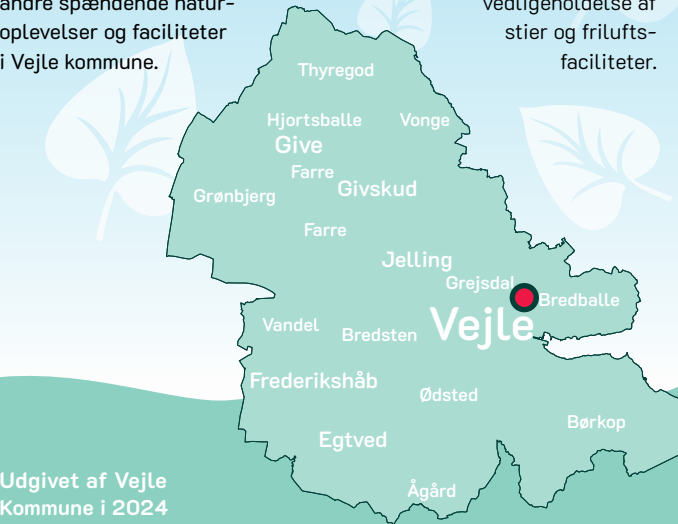
Udgivet af Vejle
Kommune i 2024



Inspiration til udelivet
Scan QR-koden og find alle
andre spændende natur-
oplevelser og faciliteter
i Vejle kommune.



Giv et præj
Vi arbejder løbende med
vedligeholdelse af
stier og frilufts-
faciliteter.



Skovene i Vejle

Omkring Vejle møder du et
dramatisk landskab og en
enestående natur. Kysterne og
ådalene beklædes af de fineste
skræntskove, gennemskåret af
smeltvandsslugter med rislende
bække og fugtige områder.

I løbet af årene er der etableret
stier, naturlegepladser, dyrehave,
MTB-spor, ridesti, motions-
bane, klatrepark, hundeskove og
bålhytter i de forskellige skove.

For at tilgodesee den øgede
efterspørgsel på muligheder
for udeliv i naturen købte
Vejle Kommune i 2017 den
sydlige del af Store Grundet
Skov, og udvikler her en
skov til ro og nærvær.

Vejle Kommune har siden år
1.327 ejet skov, og ejer i dag
mere end 1.000 hektar. Det er
blandt andet de bynære skove,
som Sønderskoven, Nørreskoven
og Store Grundet Sundhedsskov.
Det er centralt, at de kommunale
skove er attraktive natur- og
friluftsteder for byens borgere.

