



P-plads



Gul bøjemarkering



Rød bøjemarkering

Svømmeruten med afstandsmarkering

Triathlonstrækning 1500 m

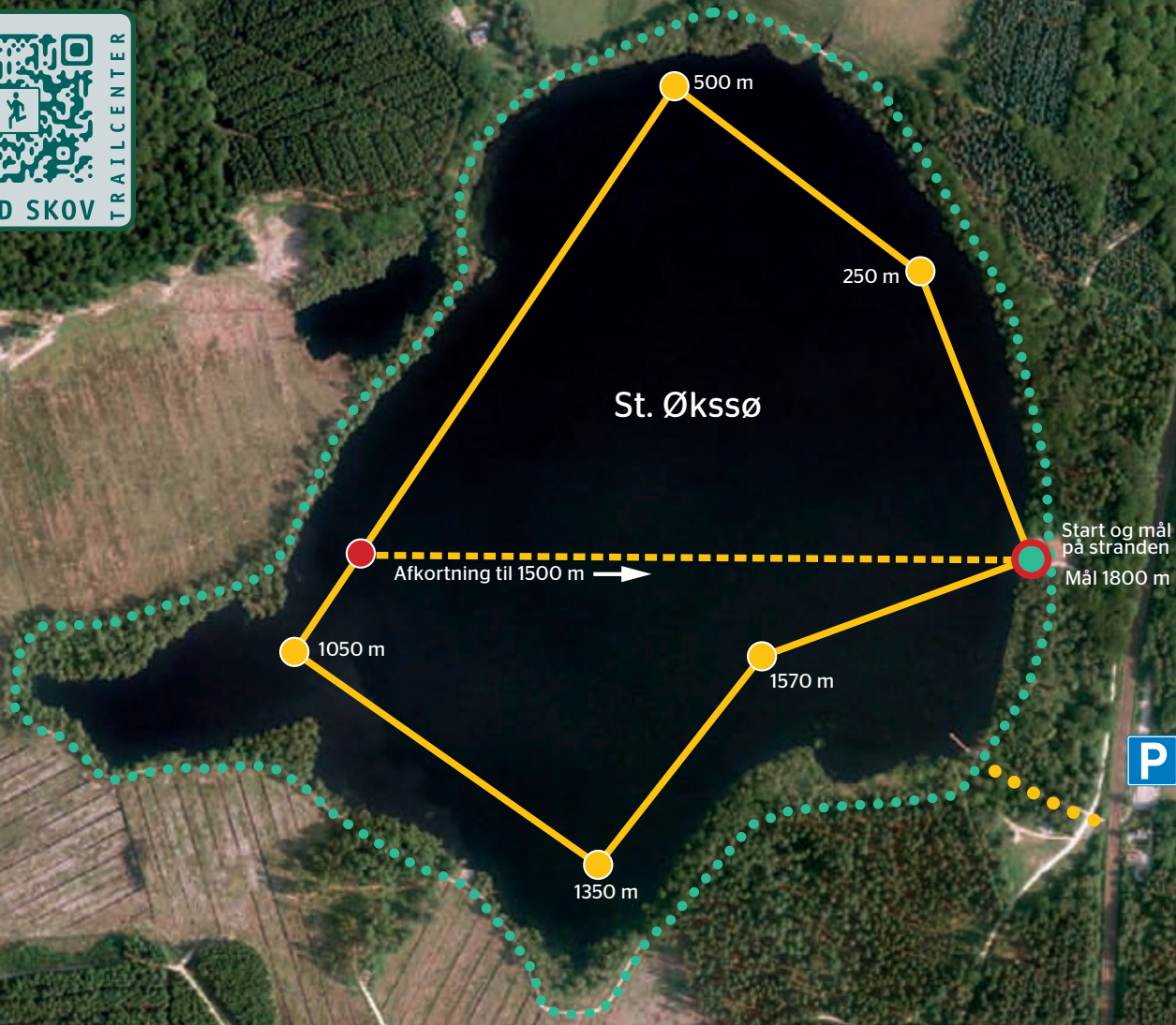
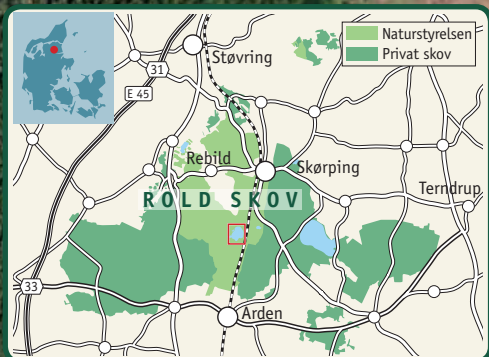
Søstien



ROLD SKOV  
TRAILCENTER

#### HUSK AT:

- Afpas distancen efter egne svømmeevner, vandtemperatur og evt. brug af våddragt.
- Svøm sammen med andre.  
Brug søstien retur, hvis du bliver træet.
- 1500 meter strækningen er kun for absolut erfarne langdistancesvømmere.



Rold Skov  
Svømning

St. Økssø svømmebanen er etableret i sommerhalvåret og er markeret med gule bøjemarkeringer i vandet, suppleret med "sømærker" i træerne. Banen er etableret i samarbejde med helårsbadeklubben "Søens Folk" og svømmeklubben "Pingvinen" som også står for det årlige arrangement "Rold Skov Open Water". Se mere på [www.RoldSkovSvømning.dk](http://www.RoldSkovSvømning.dk)

St. Økssø er en af de reneste i Nordjylland. Søens naturlige brune farve fra mosearealerne rundt om søen er ganske ufarlig, men det kan være svært at se igennem vandet.

Rold Skov Trailcenter som svømmebanen er en del af giver overblik over alle de mange muligheder for et aktivt friluftsliv i Rold Skov bl.a. løbe- og MTB-ruter. Se rutekort og andre informationer på [www.naturstyrelsen.dk/RoldSkovTrailcenter](http://www.naturstyrelsen.dk/RoldSkovTrailcenter)



Miljøministeriet  
Naturstyrelsen