



Padleruter i Indre Oslofjord

1 Området innenfor Killingen

Lengde: ca. 2-3 km.

Tid: ca 1 time om du er uerfare

Fint område å øve i, godt skjermet og omtrent fritt for bølger. Langs Bygdøylandet er det en padle- og robane. Mellom Bygdøy og Killingen er det småbåthavn med flere husbåter, du padler under en idyllisk gangbro og i sundet finner du også Bygdøy sjøbad med en vakker strand.

2 Bestumkilen rundt Killingen

Lengde: ca. 3 km. Tid: ca 1 time

Om du ønsker en litt lengre tur, kan du padle rundt Killingen. På vei ut av sundet får du et fint utsyn mot Nesodden og utover Oslofjorden. I vest ser du Statoilbygget på Fornebu. Følg rundt øya tilbake til Bestumkilen. Dette er en fin rute for å bli vant til vind og bølger når det blåser litt.



Foto: Liz Palm

3 Bestumkilen - Killingen - Paradisbukta

Lengde: ca. 4 km. Tid: 1-1,5 timer

Padling ut sundet fra Killingen langs Bygdøylandet er den mest populære ruta fra Bestumkilen. På varme dager kan du se folk more seg med å hoppe fra de høye fjellskrentene, eller både nakne i de lune vikene. Lenger ute blir landskapet mindre bratt med fine viker. I Paradisbukta kan du gå i land og bade. Det kan være litt skvalpete (reflekssjø) inne ved fjellskrentene når det er vestlig vind, 30-50 meter fra land er bølgene litt roligere.

4 Bestumkilen - Killingen - Paradisbukta - Huk

Lengde: ca. 6 km. Tid: 1,5-2 timer

Fortsett fra Paradisbukta videre sørover. Du passerer naturiststranda med yrende badeliv og ved Hukodden ser du helt inn til Oslo. Ved bris/frisk bris fra syd kan det bli litt krevende sjø da kryssende bølger fra Bunnefjorden og Oslofjorden møtes omtrent ved Huk.

5 Bestumkilen - Killingen - Huk - Sjøfartsmuseet

Lengde: ca. 10 km. Tid: 2,5-3 timer

Fortsett tur 4 videre forbi Dyna fyr. Fjorden blir her smalere med mer båttrafikk, men hvis du holder deg nært til land er det ikke noe problem. Du kan også padle innenfor Herberen hvor det er så grunt at kajakk er eneste framkomstmiddel. På Lille Herberen er det båthavn, lett å gå i land og også en hyggelig restaurant. Ved Sjøfartsmuseet er det en fin bukt på nordøstsiden nedenfor museet.

Padlevettregler

1. Bruk padlevest
2. Velg passende kajakk og utstyr
3. Sjekk værmelding
4. Vær bevisst egne ferdigheter
5. Kle deg etter vanntemperaturen
6. Si i fra hvor du padler
7. Vær synlig på vannet
8. Husk vikeplikt og avstand til andre båter
9. Øv på redningsteknikker
10. Vær miljøbevisst – praktiser spørlos ferdsel

Gradering kajakpadling



Svært lett Kompetanse: Grunnkurs hav anbefalt

Må beherske 2-stjerners farvann og begynnernivå vedr. observering av vær, vind og annen båttrafikk. Turen er grønn ved: Windstyrke mindre enn 3,5 m/s (svak vind). Bølgehøyder mindre enn 0,5 m.



Lett/middels Kompetanse: Teknikkurs/aktivitetslederkurs

Må beherske 3-stjerners farvann og grunnleggende tolking av vær, vind, strømforhold og annen båttrafikk. Turen er blå ved: Windstyrke mindre enn 8 m/s (labil bris). Bølgehøyder mindre enn 1,25 m.



Tung/vanskelig Kompetanse: Videregående kurs/veilederkurs

Må beherske 4-stjerners farvann og ha gode ferdigheter i tolking av vær, vind, strømforhold og annen båttrafikk. Turen er rød ved: Windstyrke opp til 11 m/s (frisk bris). Bølgehøyder opp til 2,5 m.



Tung/vanskelig Kompetanse: Svært rutinert og videregående kurs/veilederkurs

Må beherske 5-stjerners farvann og ha gode ferdigheter i tolking av vær, vind, strømforhold og annen båttrafikk. Turen er sort ved: Windstyrke opp til 14 m/s (liten kuling). Bølgehøyder opp til 4 m.

Mer informasjon finner du på www.okk.org

Sikker padling krever øvelse! Se detaljer: www.padling.no

Området innenfor Killingen

Lengde: ca. 2-3 km.
Tid: ca 1 time om du er uferfare

Bestumkilen rundt Killingen

Lengde: ca. 3 km. Tid: ca 1 time

Bestumkilen - Killingen - Paradisbukta

Lengde: ca. 4 km. Tid: 1-1,5 timer

Bestumkilen - Killingen - Paradisbukta - Huk

Lengde: ca. 6 km. Tid: 1,5-2 timer

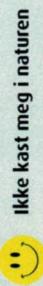
Bestumkilen - Killingen - Huk - Sjøfartsmuseet

Lengde: ca. 10 km. Tid: 2,5-3 timer

Tegnforklaring



NB! Badesoner
Hold deg godt utenfor gule bøyer



Gradering
padling
svært lett
Må behøves
2° farvann

