

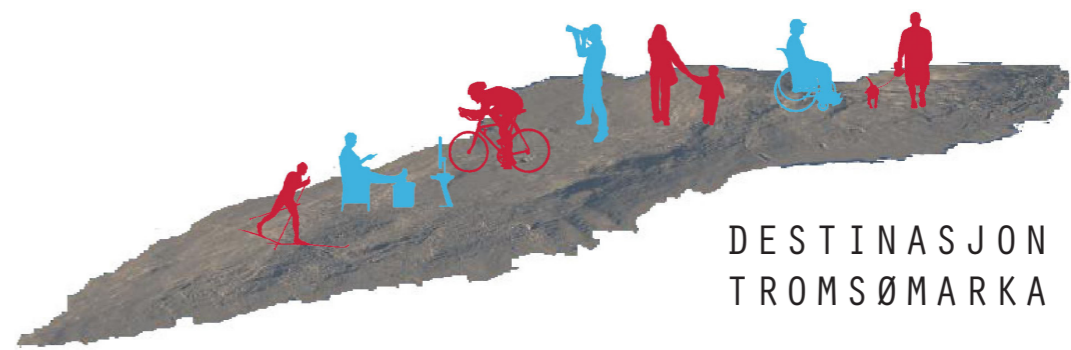
Norges miljø- og  
biovitenskapelige  
universitet

Masteroppgave 2016 - 30 stp  
Institutt for landskapsplanlegging

# **”Destinasjon Tromsømarka” - Utforming av tilrettelagte, tilgjengelige og tiltrekkende destinasjoner i marka**

”Destination Tromsømarka”  
- Design of facilitated, available, and attractive  
destinations in the ”marka” of Tromsø

Carol Wong  
Master / Landskapsarkitektur



DESTINASJON  
TROMSØMARKA

## BIBLIOTEKSSIDE

Tittel: "Destinasjon Tromsømarka"

- Design og utforming av tilrettelagte, tilgjengelig og tiltrekkende destinasjoner i marka

Title: "Destination Tromsømarka"

- Design of facilitated, available and attractive destinations in "marka" of Tromsø

Forfatter: Carol Wong

Veileder: Jenny B. Osuldsen

Sidetall: 141

Opplag: 6

Emneord: Tromsømarka, medvirkning, lysløypa, fysisk aktivitet, lavterskelaktivitet, destinasjon, tilgjengelighet.

Keywords: Tromsømarka, participation, light trail, physical activity, low-threshold activities, destination, availability.

*Bilder, diagrammer og illustrasjoner er produsert av studenten selv med mindre annet er oppgitt.*

## FORORD

Denne masteroppgaven markerer avslutningen av min utdanning innen landskapsarkitektur ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) i Ås. Oppgaven tilsvarer 30 studiepoeng.

Gjennom studiet har jeg stadig blitt mer oppmerksom på hvordan vi som landskapsarkitekter kan være med å danne grunnlag for hvordan mennesker bruker sine omgivelser. Det var derfor naturlig for meg å fordype meg i hvordan enkle grep og tiltak kan bidra til at flere i samfunnet føler seg invitert til å benytte seg av eksisterende grøntarealer i sin by.

Utgangspunktet for oppgaven er min familie og meg selv. Til tross for at vi har bodd i Tromsø med nærhet til Tromsømarka, har vi aldri oppsøkt marka. Dette ble jeg klar over gjennom min sommerjobb i Tromsø kommune sommeren 2014, da jeg benyttet Tromsømarka som transportåre for å utføre jobben.

Det slo meg at "marka" som erkenorskt begrep er dypt forankret i den norske kulturen. Den marka som vi kjenner har sine normer og tradisjonsbundne bruk, og er ikke for "alle". Dette til tross for idéen om marka som et allment tilgjengelig og verdifullt fristed.

Jeg har derfor i min masteroppgave valgt å fordype meg i hvordan Tromsømarka på Tromsøya bedre kan tilrettelegges for at flere skal

kunne bli invitert og motivert til å benytte seg av markaområdene for rekreasjon og friluftsliv.

Jeg vil takke min inspirerende veileder, Jenny B. Osuldsen, for god oppfølging gjennom hele oppgaven. En stor takk rettes også til Roy Fossum, Else Karlstrøm, Tone Hammer, Bo Eide, og Henrik Romsaas i Tromsø kommune som har bistått med gode diskusjoner og informasjon til oppgaven. Jeg vil også takke de tromsøværingene som har deltatt og bidratt til at idéseminar som la grunnlaget for oppgaven, ble gjennomført. Medstudenter, spesielt Kristine Holte og Kristian Årseth, takkes for både faglige og ufaglige diskusjoner.

Til sist vil jeg takke min samboer som har holdt ut med meg gjennom hele oppgaven, og familien min som støttet meg hele veien fra Tromsø.



Carol Wong  
Oslo, 2016

## SAMMENDRAG

Tromsø kommune står ovenfor et omfattende planarbeid i en tid hvor byen er i sterk vekst. Det er mye optimisme forbundet til veksten, og fornyede diskusjoner om fortetting og byutvikling er bragt på bane. På byplanleggingnivå er diskusjoner om hvor fortettingen og utviklingen skal foregå arealmessig med hensyn til byens grøntarealer, et dagsaktuelt tema.

Tromsømarka er byens viktigste grøntarealer. På Tromsøya strekker markaområdene seg i retning nord-sør på midten av øya, og er verdifulle områder for bynær rekreasjon og friluftsliv. Samtidig fungerer Tromsømarka som grønn transportåre i en ellers bilbasert og terrengmessig utfordrende by. Forholdene for fotgjengere og syklistene er ugunstige.

Viktigheten, bevaring og videre utvikling av Tromsømarka er i fokus i flere av Tromsø kommunes prosjekter, og som del av visjonen om bærekraftig og fremtidsrettet byutvikling. Kommunen har som mål å tilrettelegge marka for rekreasjon, friluftsliv, fysisk aktivitet og miljøvennlig transportåre. Det kommunale arbeidet har resultert i mange gode gjennomførte og planlagte tiltak i Tromsømarka, og ført til økt bruk og positiv omtale av marka. Dette særlig blant aktive markabrukere.

Mens pågående diskusjoner om hvorvidt verdifulle markaområder skal benyttes til fortetting og byutvikling, og hvordan bedre tilrettelegge for helsefremmende fysisk aktivitet og miljøvennlig transport i marka, tar oppgaven en annen vinkling som ikke er synlig i dagens debatt om Tromsømarka. Det er i dag lite fokus på de inaktive brukerne av Tromsømarka, i oppgaven omtalt som "lavfrekvensbrukere". Kategorien lavfrekvensbrukere består av de som ikke benytter marka, men som potensielt kan bli aktive markabrukere ved tilretteleggelse for lavterskelaktiviteter.

Problemstilling for oppgaven er:

*"Hvordan invitere til økt bruk av Tromsømarka ved å tilrettelegge for lavterskelaktiviteter som baseres på opplevelser av eksisterende naturkvaliteter i marka?"*

For å besvare oppgavens problemstilling er det foretatt vurderinger av prosjekter og tiltak som berører Tromsømarka og dagens bruk av den. Videre som del av kunnskapsinnhenting og grunnlag for løsningsforslaget, er det benyttet brukermedvirkning som metode. Brukermedvirkningen besto av idéseminarer med tromsøværingene. I tillegg har det blitt gjort stedlige vurderinger i form av befaringer og stedsanalyser.

Løsningsforslaget er todelt; 1) Å skape sammenheng i Tromsømarka, og 2) Å skape tilrettelagte, tilgjengelige og tiltrekkende destinasjoner for lavterskelaktivitet i marka. Et oppgradert og tydeligere gangnett med hovedfokus på eksisterende hovedlysløype, er foreslått for å gjøre det mer attraktivt å ferdes i marka, samt å skape sammenheng mellom destinasjoner. Tre nye destinasjoner utformes og tilrettelegges med utgangspunkt i hvert enkelt steds spesielle naturkvalitet, med tydelig program for tilrettelagt og spennende bruk. Det legges i løsningsforslaget vekt på å tilrettelegge for muligheter for bruk som ikke finnes i Tromsømarka i dag.

Med innspill fra tromsøværingene selv, i kombinasjon med funn fra analyser og vurderinger, er løsningsforslaget et innspill til det videre arbeidet med hvordan Tromsømarka kan bli et mer inkluderende og attraktivt sted for et bredere spekter av brukere.

## ABSTRACT

The municipality of Tromsø is facing a comprehensive process of planning as the city is rapidly growing. There is a lot of optimism associated with the growth, and renewed discussions concerning urban densification and development are in the heat. On governance level are discussions about whether densification and development should transpire on the account of the city's green structures, a prevailing topic.

The Norwegian term "marka" describes nature and forested areas that surround an urban city or town, and exist mostly for recreational purposes such as hiking, cross-country skiing, biking and camping. In Tromsø, Tromsømarka is the most important green areas in the city. On Tromsøya, the island where the city center and most of the population of Tromsø are, Tromsømarka stretches from north to south on the middle of the island. These green areas are valuable for recreational purposes and outdoors activities. Tromsømarka also functions as a green transport route in a city that is car-based and challenging topographically. The conditions for pedestrians and bicyclists are unfavorable.

The importance, conservation, and further development of Tromsømarka is a focus area for several municipal projects, and is incorporated in the vision of sustainable and forward-looking city planning. The municipality of Tromsø has the goal of facilitating Tromsømarka for recreation, physical outdoors activities, and as environmentally friendly way of transport. The work by the municipality has resulted in many successful initiatives, both completed and under planning. The initiatives have led to both increased use and positive feedback of Tromsømarka, especially amongst the active users of the "marka".

While the ongoing discussions about whether valuable areas of Tromsømarka should befall to urban development, and how to better facilitate for health promoting physical activities and environmentally friendly way of transport, this thesis highlights another issue that is less accounted for in the current debate about Tromsømarka. As of today, there is

minimal focus on the potential inactive users of the "marka", in this thesis referenced to as "low-frequent users". The category of low-frequent users consist of those who do not take use of Tromsømarka, but potentially can be active users by the facilitating of low-threshold activities.

The research question for the thesis is:

*"How to invite for increased use of Tromsømarka by facilitating for low-threshold activities that are based on experience of existing qualities in the nature of the "marka"?"*

In order to answer the research question, projects and initiatives that have an impact on Tromsømarka, and the present use of the "marka", have been evaluated. Furthermore, as part of gathering of knowledge, as well as to form a basis for the proposed suggestion for the thesis, participation as method has been used. Participation was implemented as workshops with locals in Tromsø. In addition, site evaluation by visits to and analyses of sites, have been carried out.

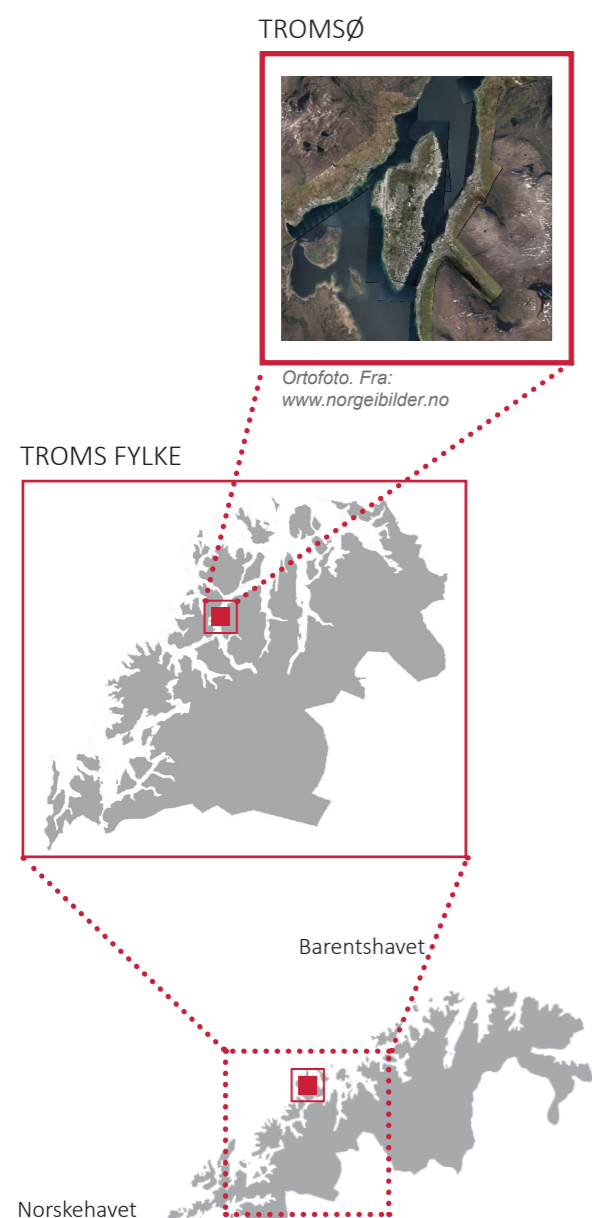
The proposed suggestion for the thesis is twofolded; 1) To better connect Tromsømarka, and 2) To implement facilitated, available and attractive destinations for low-threshold activities in Tromsømarka. An upgraded and clear network of walkways, with main focus on the existing main trail, is suggested to make traveling in the "marka" more favorable and to better connect destinations. Three new destinations, where design and facilitation are grounded in each site's specific quality of nature, are suggested. Each destination is facilitated with a clear program for activity and use that is not existing in Tromsømarka today.

With the inputs from the locals in Tromsø, in combination with findings of analyses, the proposed suggestion for the thesis is a proposal in the further work of how Tromsømarka can be a more inclusive and attractive place for a larger range of users.

# INNHOOLD

Biblioteksside	4		
Forord	5		
Sammendrag	6		
Abstract	7		
<b>INNLEDNING</b>			
Bakgrunn og utgangspunkt	10		
Problemstilling og mål	11		
Metode og oppbygging	12		
Avgrensing av oppgaven	13		
Begrepsavklaring	14		
<b>1. INTRODUKSJON</b>			
Tromsø - "Nordens Paris"	18-19		
Tromsømarka - byens viktigste grøntarealer	18-19		
Historisk tilbakeblikk	20		
Byen vokser inn i utmarka	21		
Markagrensen og eiendomsforhold	22-23		
<b>2. TROMSØMARKA I DAG</b>			
Bruken i dag	26-27		
Tilrettelagt for hvem?	28-29		
Nedprioritering av lavfrekvensbrukere	30		
Tilretteleggelse for lavfrekvensbrukere	31		
<b>3. IDÉSEMINAR</b>			
Bakgrunn for idéseminar	34-35		
Rekruttering	36-37		
Gjennomføring	38-39		
Resultater og funn	40-43		
Oppsummering av hovedmomenter	44-45		
Ønsker, utfordringer og muligheter	46-47		
Idéseminarenes begrensninger	48		
<b>4. OVERORDNET STEDSANALYSE</b>			
Landskapet, klima og topografi	53		
Stedsanalyse - Tromsøya	54-55		
Stedsanalyse - Tromsømarka	56-57		
Tre hovedområder i Tromsømarka	58		
Oppsummering av overordnet analyser	59		
<b>5. DELANALYSER OG LØSNINGSFORSLAG</b>			
Løsningsforslaget, parametere for design	62-63		
Øke aktivitet blant lavfrekvensbrukere	64		
Lavterskelaktivitet og skape steder som er TTT	65		
Todelt løsningsforslag	66		
Delområder og forbindelser	67		
Fem delområder - fem nye muligheter	68-69		
Valg av delområdene	69		
Referanseprosjekter	70-71		
Plangrep og utforming	72-73		
<b>OPPGRADERT LØYPESYSTEM</b>	75-83		
<b>TRE NYE DESTINASJONER</b>	85-131		
Nordspissen badstu	86-99		
Varden utkikkspunkt	100-113		
Prestvannet promenadebrygge	114-131		
Destinasjon Tromsømarka	132-133		
Oppsummering og konklusjon	134-135		
<b>AVSLUTNING</b>			
Oppgravens prosess	136		
Refleksjon	137		
Kilder	138-139		
Vedlegg	140-141		

## INNLEDNING



### BAKGRUNN OG UTGANGSPUNKT

Tromsø er i sterk vekst, og det bringer mye optimisme til byen og regionen. Fokus på fortetting og næringsutvikling er stort. Dette samtidig som at turisme har økt, noe som medfører at byen har mange besøkende året rundt. Men veksten bringer også med seg utfordringer for byen. Avveininger om om hvor utviklingen skal foregå arealmessig for å minske inngrep i byens verdifulle grøntarealer, er et dagsaktuelt tema.

Størstedelen av Tromsøs arbeidsplasser ligger på Tromsøya, hvor fortettingen har brakt med seg høyere og tettere bebyggelse i sentrumsområdene og langs øyas kystlinje. Det pågår i dag diskusjoner om hvorvidt det er nødvendig og/eller ønskelig å utbygge markaområdene, kjent som "Tromsømarka".

Tromsømarka er et grøntdrag som strekker seg i nord-sør retning på langs av Tromsøya. Grøntdraget er fokus i flere av kommunens prosjekter. Tromsømarka er en prioritet i kommunens visjon om bærekraftig, og fremtidsrettet byutvikling, der marka er del av strategien for miljøvennlig og helsefremmende transport. Samtidig inngår behandlingen av Tromsømarka i et bredere folkehelseperspektiv, hvor fokus er å bevare marka for rekreasjon, friluftsliv og idrett. Det er på dette feltet gjort mange tiltak og tilretteleggelser i marka, og bruken av markaområdene har økt, særlig blant de som allerede er fysisk aktive.

Mens diskusjoner om hvorvidt byutvikling skal gå på bekostning av Tromsømarka, og tilretteleggelse for fysisk aktive økes, er det lite fokus på de inaktive brukerne av marka. I oppgaven omtales denne gruppen som "lavfrekvensbrukere". Mitt ønske i denne oppgaven er å utforske hvordan Tromsømarka bedre kan tilrettelegges med lavterskelaktiviteter basert på naturopplevelser for de som ikke er dagens markabrukere. Oppgaven skal på den måten supplere til dagens diskusjon om marka som et verdifullt og attraktivt grøntdrag, som bør og kan bedre tilrettelegges for flere brukere.

### PROBLEMSTILLING OG MÅL

#### PROBLEMSTILLING:

"Hvordan invitere til økt bruk i Tromsømarka ved å tilrettelegge for lavterskelaktiviteter som fokuserer på opplevelser av naturkvaliteter i marka?"

Tromsømarka har i de senere årene blitt oppgradert betraktelig. Bruken av marka har økt i takt med gjennomførte tiltak for ulike aktiviteter, og oppmerksomheten rundt marka som et verdifullt grøntareal har også økt.

Marka benyttes i dag hovedsakelig til friluftsliv og idrett, samt som grønn hovedtransportåre i retning nord-sør. Det er pågående prosjekter innenfor markaområdene som er med på å øke idrettstilbudet i byen, mens mindre oppgraderinger og tiltak har gjort det mer attraktivt for bynært friluftsliv. Brukere som benytter seg av eksisterende tilrettelegging for å bedrive sin aktivitet, er videre i oppgaven betegnet som "høyfrekvensbruker". Det

#### MÅL:

- Øke bruken av Tromsømarka som attraktiv rekreasjonsområde for lavfrekvensbrukere.
- Styrke eksisterende hovedlysløype i retning nord-sør som viktig og attraktiv transportåre for flere brukere.
- Skape nye destinasjoner for lavterskelaktiviteter som er basert på stedsspesifikk naturopplevelse i tilknytning til hovedlysløypa.

later til at eksisterende tilretteleggelse og planlegging for potensielle markabrukere, videre referert til som "lavfrekvensbrukere", er relativt dårlig, eller i beste fall mangelfull.

I denne oppgaven er fokus å fremme tilretteleggelse for lavfrekvensbrukere. Dette fordi at det ligger et stort potensiale i det Tromsømarka har å tilby også for lavterskelaktiviteter med fokus på rekreasjon og naturopplevelser. Problemstillingen med tre undermål har som formål å komme med forslag til utforming og tilretteleggelse som vil gjøre det mer tilgjengelig, tilrettelagt og tiltrekkende for flere å benytte seg av Tromsømarka.

## METODE OG OPPBYGGING

### Metode:

Metodikken som ble brukt for å samle kunnskap om oppgaveområdet- og temaet, samt løsningen av oppgaven, er flerdelt. Det har blitt gjennomført stedsanalyser i tillegg til møter og dialog med fagfolk i Tromsø kommune. Dette samtidig som litteraturstudium ble gjort parallelt, og ulike offentlige dokumenter av relevans ble gjennomgått. Det ble også gjennomført idéseminar med tromsøværing som del av kunnskapsinnhentingen til oppgaven.

### Oppbygging:

Oppgaven er delt inn i seks deler; 1. Introduksjon, 2. Tromsømarka i dag, 3. Idéseminar, 4. Stedsanalyse, 5. Løsningsforslag, og til sist en oppsummering/refleksjon av oppgaven.

Del 1 av oppgaven tar for seg en introduksjon til oppgaveområdet, som er Tromsømarka i Tromsø. I denne delen beskrives kort Tromsø og dens sammenheng i regionen. Videre introduseres Tromsømarka med et historisk tilbakeblikk, markagrensens utvikling og dagens eiendomsforhold i markaområdene.

Del 2 er en beskrivelse av Tromsømarka i dag. Her beskrives dagens bruk, og de tiltak og prosjekter som omhandler Tromsømarka. Diskusjon om hvorvidt de tiltak og prosjekter som er planlagt vil øke bruken

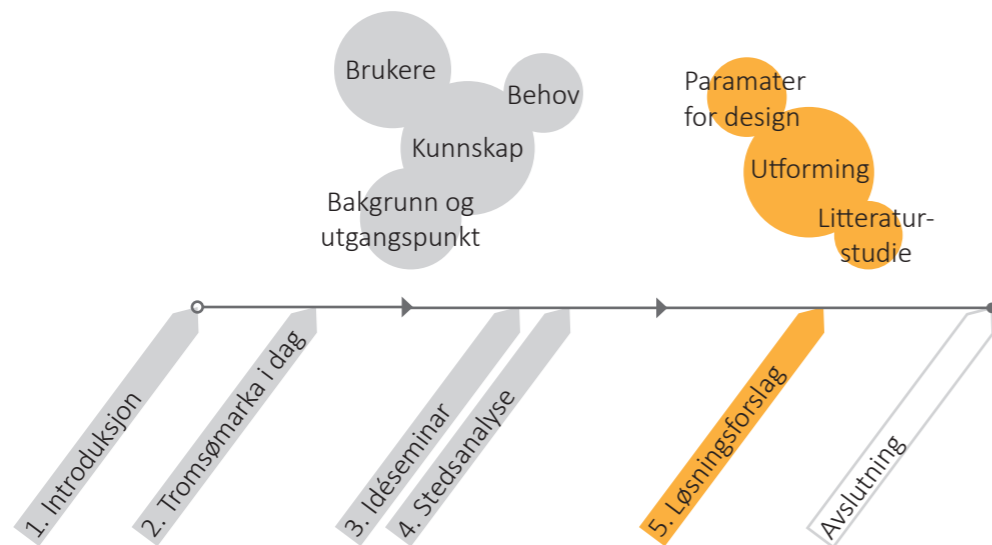
av marka blant lavfrekvensbrukere, vil også bli presentert her.

Del 3 omhandler gjennomføring av idéseminaret som ble avholdt i startfasen av oppgaven. Funnene som fremkom av idéseminaret presenteres, og leses i sammenheng med del 4.

Del 4 er en overordnet stedsanalyse av Tromsøya og Tromsømarka. Hvordan landskapsbilde Tromsøya ligger i, landskapsanalyse, og klimatiske og topografiske forhold, beskrives. Dette blir etterfulgt av analyser av Tromsøyas infrastruktur og markas inndelinger i 3 hovedområder.

Del 5 inneholder løsningsforslaget som er basert på de to foregående delene. Overordnet planforslag der muligheter for nye desinasjoner og forbindelser i Tromsømarka blir beskrevet. Til sist presenteres delanalyser for tre valgte delområder, etterfulgt av tre konkrete løsningsforslag for hvert av delområdene. Kapitteles avsluttes med oppsummering og konklusjon av oppgavens foreslåtte løsningsforslag.

Som avsluttende del i oppgaven diskuteres oppgavens prosess og utvikling, og avrundes med en kort refleksjon.



## AVGRENSING AV OPPGAVEN

### Geografisk:

Oppgaven forholder seg til dagens markagrense på Tromsøya, og inkluderer ikke det som i dag er regulert som markaområder i kommuneplanens arealdel verken på fastlandet eller på Kvaløya. Diagrammet under viser markagrensen på Tromsøya (gul stiplet linje).

### Tematisk:

Hovedtema for oppgaven er å skape attraktive destinasjoner for lavfrekvensbrukere i Tromsømarka. Tiltretteleggelse for lavterskelaktiviteter som er tilrettelegte, tilgjengelige og tiltrekende i eksisterende områder med stedsspesifikk naturkvalitet for rekreasjon, er det gjennomgående temaet. Samtidig er forbindelsene mellom destinasjonene viktige for at destinasjonene skal kunne nås og være inviterende for bruk av flere.

Et hovedmål har også vært å foreslå muligheter for attraktiv tiltretteleggelse som løfter eksisterende naturkvaliteter, og ikke forringer den. Det har derfor vært viktig å fokusere på å minimere inngrep i eksisterende terreng, og å bevare mest mulig av

eksisterende vegetasjon på stedet. Samtidig som at utforming har fokus på at det skal være enkle grep som er gjennomførbare.

### Detaljeringsnivå:

Detaljeringsnivået i hele oppgaven strekker seg fra overordnet til detaljert; gjennom en idéutviklingsfase med analyser og idéseminar. Oppgaven starter med Tromsømarkas sammenheng i Tromsø; både fysisk, historisk, og som del av kommunens visjoner og satsninger i dag. Dette før det presenteres konkrete parametere for utforming og løsning basert på stedsanalysene og idéseminarene.

Løsningsforslagene går ikke ned i detaljeringsnivå, men idéer og innspill presenteres som mulige løsninger. Disse beskrives gjennom tekst, planer, snitt og illustrasjoner. Formålet er å inspirere til å se mulighetene som foreligger i videre utarbeidelse av eksisterende steder i Tromsømarka.



Markagrensen på Tromsøya. Diagram basert på ortofoto fra: [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)

## BEGREPSAVKLARING

**TROMSØMARKA/MARKA** - Markaområdene i Tromsø er definert som større sammenhengende naturområder for friluftsliv, turgåing, skiaktivitet med mer i områdene ovenfor bebyggelsen på Tromsøya, Kvaløya og fastlandet. Den fysiske markagrensen stedfester arealer som omfatter regulerte friområder, friluftsområder og LNFR-områder. I denne oppgaven begrenser begrepsbruken Tromsømarka/marka til å omhandle markaområdene på Tromsøya.

**UTMARK** - Utmark, ifølge friluftsloven av 28. juni 1957 § 1 er all dyrket mark som etter loven ikke regnes for innmark. Praktiske eksempler på utmark er skog, fjell og kystområder. Dagens begrep om utmark har etter hvert utviklet et annet innhold enn en alminnelig språklig forståelse av ordet. Grensen mellom innmark og utmark avgjøres konkret i hvert enkelt tilfelle.

**FRILUFTSLIV** - I Stortingsmelding nr.39 2000-2001 som er friluftsliv definert som "...opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse."

**REKREASJON** - Forbindes ofte til begrepet om friluftsliv. Omhandler de psykiske helsegevinstene ved å bedrive friluftsliv som form for avkopling og sosialt samvær med familie og venner.

**TRENING** - Systemtisk og regelmessig form for fysiske øvelser for å forbedre, utvikle eller opprettholde fysiske egenskaper, evner og ferdigheter. Gjerne fysisk anstrengende og har som hovedmål å bedre den fysiske formen.

**IDRETT** - Organisert fysisk aktivitet i form av trening eller konkurranse i den organiserte idretten. Idrett er som regel forbundet med fastsatt medlemsavgift, tidspunkt og idrettsarena for den organiserte aktiviteten.

**HØYFREKVENSBUKER** - Aktive brukere av Tromsømarka som benytter marka regelmessig. Se side 26 for mer utdypende forklaring.

**LAVFREKVENSBUKERE** - Inaktive brukere av Tromsømarka som har potensiale for økt bruk av marka. Se side 26-27 for mer utdypende forklaring.

**HØYTERSKELAKTIVITET** - Aktiviteter som er fysisk anstrengende, og som gjerne krever spesielt utstyr/kunnskap/planlegging for å gjennomføre.

**LAVTERSKELAKTIVITET** - Aktiviteter som er lite fysisk anstrengende, og som krever liten grad av spesielt utstyr/kunnskap/planlegging for å gjennomføre.

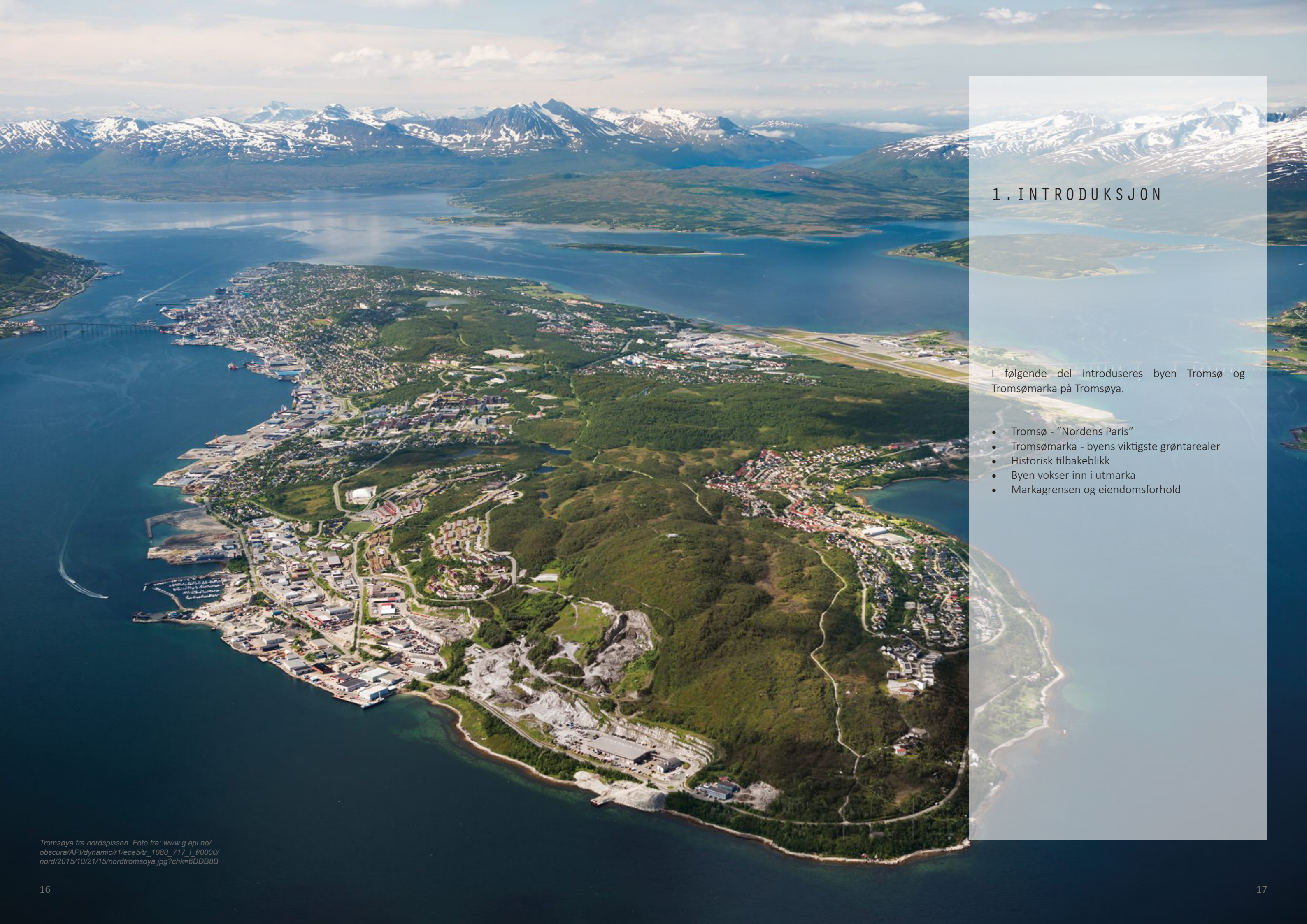
**MEDVIRKNING** - En prosess der brukere involveres i deler av eller hele utformingsprosessen. Brukere inviteres til å dele sine ønsker, innspill og kunnskap om endelig utforming.

**IDÉSEMINAR** - Et møte med flere individer som samles med formål om å utveksle idéer, tanker, kunnskap og meninger om et eller flere predefinerte tema. En form for kvalitativ undersøkelse av tema. Gjennomføres gjerne med tegning, tankekart eller annen form for sosial og kreativ dokumentasjon.

**TROMSØVÆRING** - En person som har stedlig eller personlig tilknytning til Tromsø. Er gjerne en person med inngående lokalkunnskap om, og selv er med på å forme Tromsø bys kultur, historie og identitet.

**DESTINASJON** - Et enhetlig sted med en stedegen karakter som formes ut fra stedets spesifikke bruk og omgivelser. Skiller seg gjerne ut fra omkringliggende omgivelser og kan være fysisk avgrenset, eller være et personlig minnebilde om et sted.





## 1. INTRODUKSJON

I følgende del introduseres byen Tromsø og Tromsømarka på Tromsøya.

- Tromsø - "Nordens Paris"
- Tromsømarka - byens viktigste grøntarealer
- Historisk tilbakeblikk
- Byen vokser inn i utmarka
- Markagrensen og eiendomsforhold



Tromsøya mellom Kvaløya og fastlandet. Foto fra: [www.nordnorskdebatt.no/sites/nordnorskdebatt.no/files/styles/1000/public/main/articles/havneutbygging1.jpg?itok=LjHd0Sja](http://www.nordnorskdebatt.no/sites/nordnorskdebatt.no/files/styles/1000/public/main/articles/havneutbygging1.jpg?itok=LjHd0Sja)

## TROMSØ - "NORDENS PARIS"

Byen og kommunen Tromsø ligger i Troms fylke og er innbyggermessig den største byen i Nord-Norge. Tromsø har hatt tilnavn som "Nordens Paris" siden 1800-tallet. I de senere årene har tilnavn som "Ishavsbyen" og "hovedstaden i Arktisk" festet seg på grunn av byens stadige voksende omdømme samt lokalisering i regionen. Byen fremstår i dag som en urban, og eksotisk by, med sine 73.556 innbyggere per 1. januar 2016. Med Universitetet i Tromsø - Norges arktiske universitet og studentene, har byen en befolkning på over 75.000 store deler av året. Tromsø by er i dag en yndet nordlys- og midnattsoldestinasjon for turister fra hele verden, og byen er i regionen kjent for sitt yrende kultur- og utelivstilbud.

Byen Tromsø inkluderer Tromsøya, fastlandet i øst og Kvaløya i vest. Disse er forbundet med gode bro- og tunnelforbindelser. Størsteparten av byens befolkning er bosatt på Tromsøya, hvor man finner byens sentrum. Byens to største arbeidsplasser; Universitetet i Tromsø (UiT) og Universitetssykehuset i Nord-Norge (UNN), er også lokalisert på øya.

## TROMSØMARKA - BYENS VIKTIGSTE GRØNTAREALER

Tromsøyas grønne silhuett dannes av Tromsømarka som ligger på midten som en sterk og grønn ryggrad på toppen av øya. Marka er et sentralt grøntdrag som forbinder de ulike funksjonene i byen; boligområder, arbeidsplasser, sentrumsfunksjoner, og utdanningsinstitusjoner som universitet, skole og barnehage. Tromsømarka er derfor ikke kun grøntarealer for friluftsliv og rekreasjon, men fungerer også som transportåre for mange tromsøværinger som velger å reise til fots, på sykkel eller på ski.

Bebyggelsen omkranser Tromsømarka på alle kanter, og likheten til New Yorks kjente Central Park har blitt nevnt i sammenheng med diskusjon om byutvikling i Tromsø. Selv om marka og dens sammenheng med den omkringliggende bebyggelsesstrukturen kan minne om Central Park, er dens bruk, karakter og utvikling en ganske annen historie.



Kartdiagram basert på ortofoto fra [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)

“En mengde landsteder utenfor byen oppført i vakker stil og omgitt av skyggefulle lunder og blomsterrike hager, i forening med den storartede utsikt over de omkringliggende fjorder og øygrupper, gjør dette sted til en av de behagligste spaserplasser, der minner om vår Djurgård eller Blekinge. Blant de vakreste landsteder inntar “Maristuen” en i alle henseender plass.”

- O. Von Kr. om “stykket” Maristuen

## HISTORISK TILBAKEBLIKK

### Byen:

Handel, jordbruk og fiske har historisk sett lagt grunnlaget for hvordan Tromsø by har utviklet seg. Sentrum ble etablert strategisk ved sjøen på grunn av den viktige pomorhandelen mot det nordvestlige Russland på 1700-tallet (Hagen 2015). Etterhvert ble også jordbruk mer og mer viktig, og jordlapper ble etablert på Tromsøya hvor jordsmonnet var gunstig. Borgerskapet vokste i løpet av 1800-tallet, og ønsket om å bygge landssteder i den uberørte utmarka utenfor den daværende bygrensa førte til at deler av prestegården ble solgt som “stykker”. Da etterspørselen av jord på øya økte ytterligere, ble flere og flere “stykker” enten solgt eller delt ut. Disse “stykkene” fikk som regel navn etter områdets egenskaper, familiemedlem eller eierens ønsker om stedet. Navn som Forhåbningen, Sommerlyst og Charlottenlund er i dag fremdeles i bruk som kjente stedsnavn (Stokke). “Stykkene” ligger til grunn for mye av den bystrukturen som vi ser på Tromsøya i dag. Sentrum har siden den gang vokst, og bebyggelse omkranser i dag nærmest hele øya langs kystlinjen.

### Friluftsliv i utmarka:

Tromsøya er blitt beskrevet som en vakker øy i historien, omkranset av snødekte fjell på vinterstid, og grønn og frodig på sommerstid. Friluftsliv, og skiaktiviteter på vinteren på Tromsøya er beskrevet inngående i historien, og står sterkt både historisk og i dag. Det er blitt dokumentert både skirenn og skihopp helt tilbake til 1800-tallet (Ytreberg 1946) i utmarka på øya. Utmarka er tradisjonelt arealer som ikke er dyrket innmark eller bebygde. Skog, fjell og kystområder regnes som utmark som er arealer som Tromsøya hovedsakelig besto av. Hovedprinsippet om retten til å ferdes fritt i utmarka er forankret i allemannsretten som er lovfestet gjennom Friluftslivloven av 1957 (Miljødirektoratet 2013) som fremdeles er gjeldende i dag, og viktig for friluftsliv.



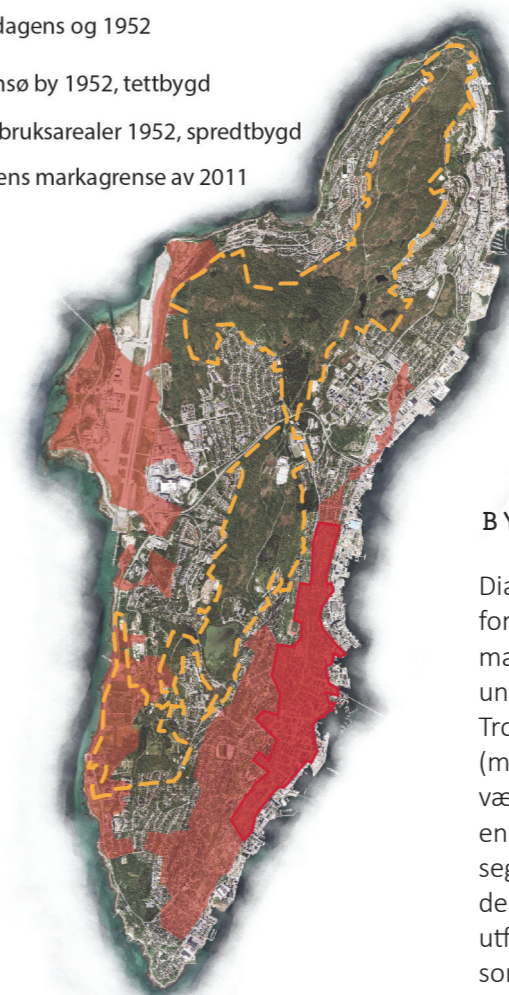
Gamle Tromsø. Bilde fra: [www.perspektivet.no/wp-content/gallery/hilsen-fra-tromso/05.jpg](http://www.perspektivet.no/wp-content/gallery/hilsen-fra-tromso/05.jpg)



Skihopp i Doktordalen. Bilde fra: <http://dms03.dimu.org/image/012uPXG7VnKm?dimension=1200x1200>

Bebyggelse: dagens og 1952

- Tromsø by 1952, tettbygd
- Jordbruksarealer 1952, spredtbygd
- - - Dagens markagrense av 2011



Kartdiagram basert på ortofoto fra: [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)

## BYEN VOKSER INN I UTMARKA

Diagrammet viser dagens flyfoto, kombinert med areal for bebyggelse i 1952 (fargede felt). Sammenligner man bebyggelsen i 1952 med dagens flyfoto som underlag, ser man at utbyggingen har vært ekstensiv. Tromsø by var i all hovedsak i sørøstlig del av Tromsøya (mørk rødt), der bysentrum gjennom historien har vært og fremdeles er i dag. Her var byen bygd etter en streng kvartalstruktur. Mens bebyggelsen strakk seg lenger vekk fra det opprinnelige sentrum, brytes denne kvartalstrukturen opp på grunn av terrengutfordringer og møte med det som var utmark. Det som før i 1952 var spredtbygd bebyggelse i form av jordbruk, gårder og landsteder (lys rødt) er i stor grad utbygde i dag. Områder som ikke er markert ut, var i 1952 udyrket og ubebygde utmark. Markaområdene (gul stiplede linje) på Tromsøya er i dag pressede områder, der utbygging truer på alle kanter.

## MARKAGRENSEN OG EIENDOMSFORHOLD

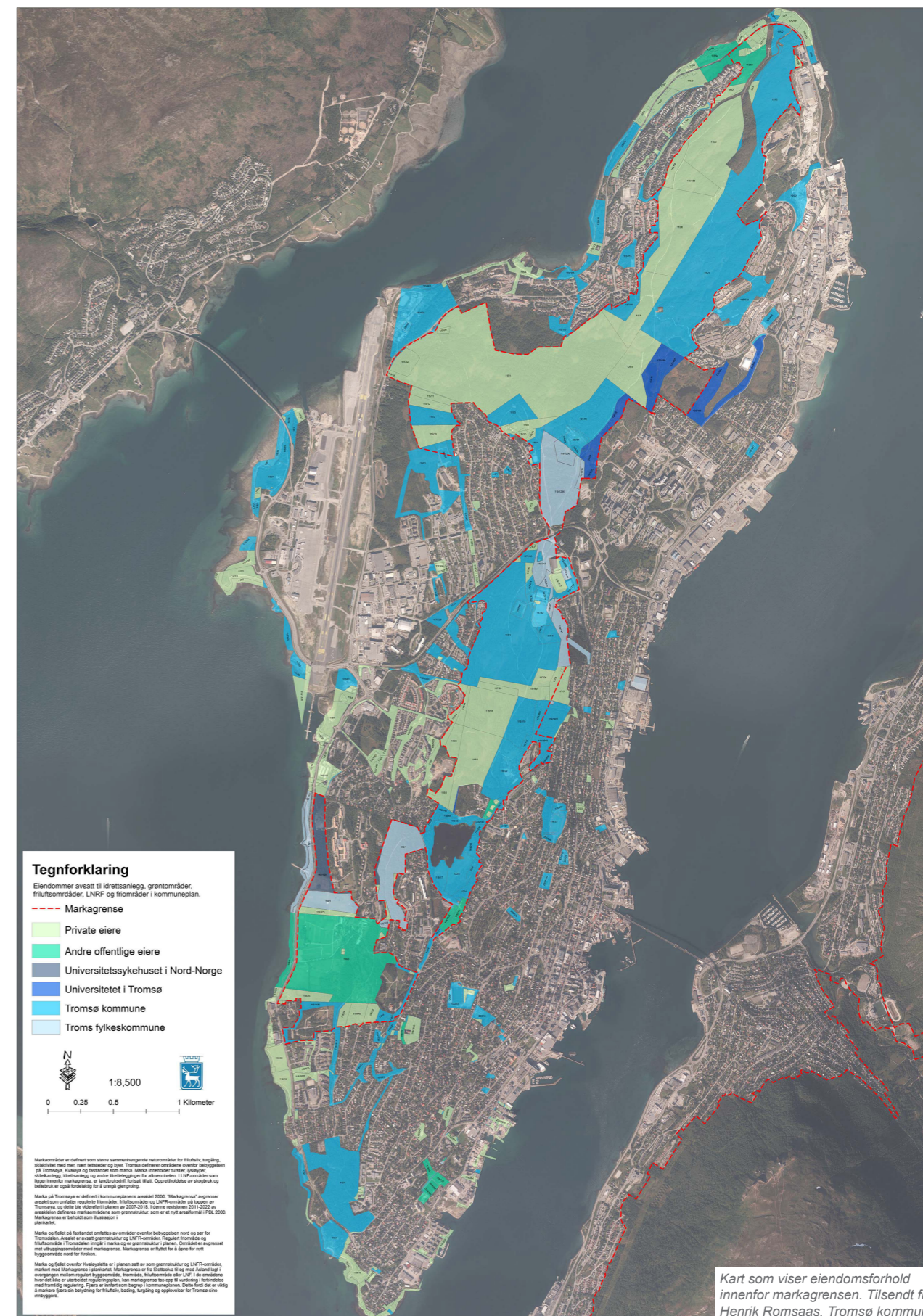
I dag er store deler av Tromsøya utbygd, noe som naturligvis har gått på bekostning av grøntarealene på øya. Det som før var utmark har i den senere tid fått planfaglig status gjennom regulering med bestemte formål. I følge Tone Hammer fra Byutvikling i Tromsø kommune, dukket markering av markaområdene opp på 1990-tallet, og var da angitt som en "rød strek" i datidens kommuneplan. Den første markagrensen ble satt i 2009 for å nedtegne viktigheten av de gjenværende grøntarealene på øya. Dagens markagrense som ble satt i 2011 er nesten identisk med den som ble satt to år før (e-post, 05.02.2016).

Markagrensen i Tromsø er ingen juridisk bindende grense, men angir et avgrenset areal med markaområder. Disse markaområdene beskrives av Tromsø kommune som "...større sammenhengende naturområder for friluftsliv, turgåing, skiaktivitet med mer, nært tettsteder og byer." (Kommuneplanens arealdel 2011-2022 - Planbeskrivelsen).

Arealplanlegger i Tromsø kommune Roy Fossum opplyser om at det som derimot er juridisk bindende, er de arealformålene fastsatt i

kommuneplanens arealdel og i reguleringsplaner, i de arealer som avgrenses gjennom markagrensen. Blant disse er LNRF-områder, grønnstruktur, turveg, og naturområder (epost, 04.02.2016).

Kartet på motstående side viser eiendomsforhold og markagrensen (rød stiplet linje) på Tromsøya. En del av markaområdene er under privat eie (lys grønne felter). Tromsø kommune har vist interesse i å på sikt sikre eierskap til deler av markaområder som er under privat eie for å utvide områdene som er under kommunal-, fylkes-, statlig, eller offentlig eie (blå felter). Dette, sammen med kommunens fastslåelse av markaområdene som allmenn friluftsområder, gjør at markaområdene bør og kan forvaltes slik at det best tjener offentlighetens interesser og retten til friluftsliv og rekreasjon.



Kart som viser eiendomsforhold innenfor markagrensen. Tilsendt fra Henrik Romsaas, Tromsø kommune



## 2. TROMSØMARKA I DAG

I dette kapitlet presenteres opplevelsen av Tromsømarka i dag, samt eksempler på kommunale prosjekter og tiltak som påvirker og former Tromsømarka. Det diskuteres videre i dette kapitlet hvem marka er tilrettelagt for.

- Bruken i dag
- Tilrettelagt for hvem?
- Nedprioritering av lavfrekvensbrukere
- Tilretteleggelse for lavfrekvensbrukere

Lysløypa på vintersid.  
Foto av: Henrik Romsaas

## BRUKEN I DAG

I oppgaven er brukerne av Tromsømarka inndelt i to hovedkategorier; høyfrekvensbrukere og lavfrekvensbrukere.

**Høyfrekvensbrukere:**

Høyfrekvensbrukere av marka består hovedsakelig av de som driver med trening og idrett, samt de som benytter seg av hovedlysløypa som transportåre i retning nord-sør. I tillegg inkluderer denne kategorien barn og barnefamilier som benytter seg av de områder som enten er opparbeidet for, eller topografisk sett egner seg for, lek og aktiviteter tilpasset denne gruppen. Lokalkjente beboere som bor i umiddelbar nærhet til marka er også flittige brukere av deler av marka. Disse inkluderes også i kategorien av høyfrekvensbrukere.

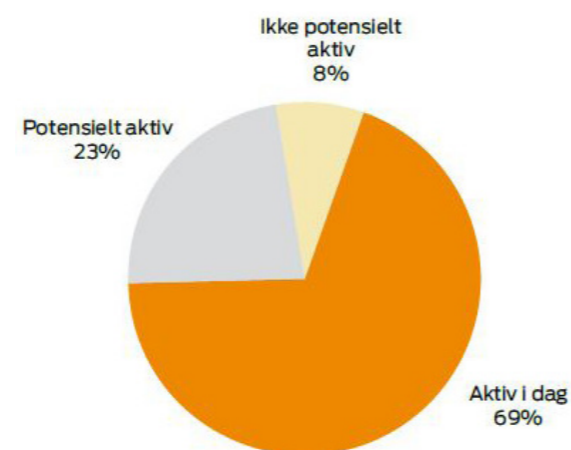
Kategorien høyfrekvensbrukere er laget med bakgrunn i en definisjon av "fysisk aktiv" utarbeidet av Fagbevegelsens senter for forskning (Fafo) i 1987. Definisjonen er basert på spørsmålet «Regelmessig fysisk aktivitet, mosjon eller trening i fritiden; minst en gang hver 14. dag» (Dølvik, Danielsen & Hernes 1988). De fysiske aktive er de som svarer "JA" på spørsmålet, mens de som svarer "NEI" til spørsmålet betegnes som "fysisk inaktive". De er videre delt inn i tre undergrupper i rapporten "Fysisk inaktive voksne i Norge" (Ommundsen & Aadland 2009). Se figur 1.

**Lavfrekvensbrukere:**

De "fysisk inaktive" faller inn under kategorien av lavfrekvensbrukere. Det vil i oppgaven være fokus på undergruppe 1: *Er ikke regelmessig fysisk aktiv minst 1 gang hver 14. dag, men ønsker å bli det.* Disse betegnes som "potensielt aktive", og vil være de som potensielt vil ha nytte av en økt tilretteleggelse for i Tromsømarka for å øke deres motivasjon for å benytte marka. En ser ut fra data innsamlet i rapporten



Figur 1: Fysisk inaktiv - tre undergrupper.  
Diagram fra: "Fysisk inaktive voksne i Norge" (2009).



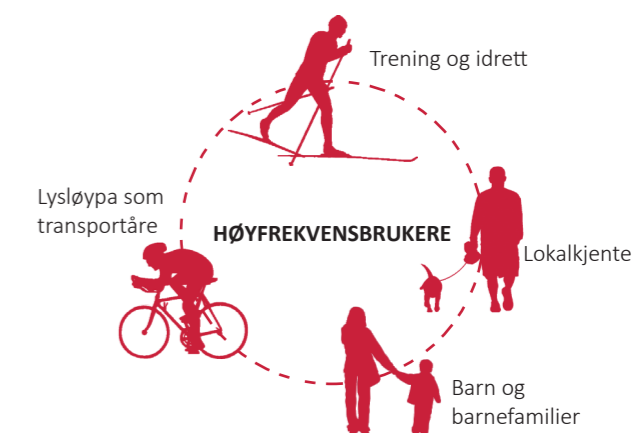
Figur 2: Aktivitetspotensialet blant fysisk inaktive.  
Diagram fra: "Fysisk inaktive voksne i Norge" (2009).

"Fysisk inaktive voksne i Norge" (Ommundsen & Aadland 2009) at potensielt aktive utgjør 23%, mens kun 8% uttrykker at de ikke ønsker å bli aktive. Se figur 2. Dette gir en indikasjon på at ved riktig tilretteleggelse vil flere kunne bli aktive og forflyttes fra "potensielt aktiv" til "aktiv". Ved å tilføre attraktive lavterskeltilbud, kan de som er "ikke potensielt aktiv" kunne minskes og forflyttes til "potensielt aktiv".

Innenfor kategorien av lavfrekvensbrukere er det andre grupper av potensielle brukere av marka som også vil være del av målgruppen i oppgaven. Dette inkluderer nyinnflyttede og turister som ikke er lokalkjent, andre beboere i Tromsø som ikke er lokalkjent i marka på Tromsøya, samt andre med lavere grad av bevegelsesevne.

Lavfrekvensbrukere bruker Tromsømarka i liten grad sammenlignet med høyfrekvensbrukere. Dette støttes opp av de funnene som fremkom av idéseminarene med frivillig påmeldte tromsøværingene. Idéseminarene ble holdt i Tromsø i forbindelse med oppgaven, og idéseminarenes bakgrunn, gjennomføring og funn presenteres i neste kapittel.

Det var blant idéseminarenes deltakere bred enighet om at marka slik den er i dag, hovedsakelig appellerer til høyfrekvensbrukere. Lavfrekvensbrukernes behov er mindre ivaretatt og tilrettelagt for, og gjør at marka i mindre grad appellerer til denne gruppen.



## TILRETTELAGT FOR HVEM?

**Tromsømarkaprosjektet:**

Blant de kommunale prosjektene som berører Tromsømarka, er Tromsømarkaprosjektet et prosjekt som spesifikt omhandler marka. Tromsømarkaprosjektet er hovedsakelig et kommunalt finansiert prosjekt, og er et av syv pilotprosjekter som inngår i "Friluftsliv der folk bor: Miljødirektoratets nærmiljøtsatsing" igangsatt av Miljødirektoratet i 2011. Det heter i nærmiljøtsatsingen at "...flere skal få tilgang til friluftslivsopplevelser der de bor – særlig de som er lite aktive i dag. Og Tromsømarkaprosjektet har som mål å "Få flere tromsøværingene til å bruke marka til daglig transport. Stimulere til økt fysisk aktivitet og mer friluftsliv i marka" (Miljødirektoratet 2015).

Siden 2012 har Tromsømarkaprosjektet gjennomført mange tiltak som har bidratt til at bruken av marka har økt. Skilting, klossing av våte partier, gruslegging av stier og snarveier som er mye brukt, baderampe for rullestolbrukere enkelte steder, og opparbeidelse av eksisterende lysløype, er blant de tiltak som er blitt gjennomført. Særlig opparbeidelse av områder for lek og aktivitet for barn har også vært realisert.

**Høyterskelaktivitet og lavterskelaktivitet:**

I 2012 var det ferdigstilt et vinterløypekart som viser de ulike hovedløypene i Tromsømarka, og tilhørende utfartsteder, vist nederst neste side (se vedlegg 1 for større vinterløypekart). Bruken i Tromsømarka i vintersesongen gjenspeiles i stor grad i dette kartet. Det finnes ikke et tilhørende sommerløypekart per dags dato.

Vinterløypekartet markerer og anviser blant annet skiaktiviteter med områder for skilek for barn, skistadion, skihoppbrett, skiløyper med og uten lys, konkurranseløype for ski, og løyper for gange. Utfartssteder for å komme seg inn i marka er angitt kun med parkeringsplasser; ingen bussforbindelser er markert på kartet. Det er videre på vinterløypekartet ikke fremhevet andre aktiviteter enn aktiviteter som i denne oppgaven anses som høyterskelaktiviteter.

Høyterskelaktivitet i denne oppgaven anses som aktiviteter som er fysisk anstrengende. Høyterskelaktiviteter inkluderer blant annet skigåing, sykling, løping og annen trening, samt organisert

idrett. Slike høyterskelaktiviteter krever ofte spesielt utstyr for å kunne gjennomføres; eksempelvis skiutstyr, kompass, kart/GPS, og lokalkunnskap om stedet.

Lavterskelaktivitet i denne sammenheng er således aktiviteter som er lite fysisk anstrengende. Aktivitetene krever liten grad av planlegging, lite lokalkunnskap for stedet, og ingen behov for utstyr for å kunne gjennomføres. Motivasjonen for å bedrive lavterskelaktiviteter er ofte ønske om å bli i bedre fysisk og psykisk form, sosialt samvær, og avslapning/rekreasjon. Ofte er lavterskelaktivitet forbundet med en destinasjon tilrettelagt for opphold eller naturopplevelse.

Vinterløypekartet gir i svært liten grad informasjon om steder for lavterskelaktiviteter i Tromsømarka. Ut i fra kartet er det ikke informasjon om steder som er tilrettelagt for naturopplevelser og sosiale møter. Kartet gir derfor i liten grad informasjon og invitasjon til bruk for fysisk inaktive og andre i kategorien av lavfrekvensbrukere.

Til tross for de mange gode tiltakene som er blitt gjort i Tromsømarka, er fokuset for tilrettelegging hovedsakelig rettet mot høyfrekvensbrukere og høyterskelaktiviteter. Uformelle samtaler med tilfeldige markabrukere bekrefter dette. Markabrukere nevner at bruken har økt, og tror at grunnen er at de som allerede var flittige brukere av markaområdene bruker områdene hyppigere ved økt tilretteleggelse. Slik tilretteleggelsen er i dag, er det grunn til å tro at det ikke vil invitere til økt bruk av lavfrekvensbrukere i særlig stor grad.



Pumtrack i aktivitetsområdet Charlottenlund i Tromsømarka.



Klossing av våte partier. Foto tatt av: Henrik Romsaas



Skilting i Tromsømarka etablert i 2012



Skilting og inndeling av gåsoner og skiløyper. Foto tatt av: Henrik Romsaas



Vinterløypekart for Tromsøya. Fra: [http://img8.custompublish.com/getfile.php/1875505.1308.pxuycxv-vyp/900x0/vinterloypekart\\_lett\[1\].jpg?return=www.tromso.kommune.no](http://img8.custompublish.com/getfile.php/1875505.1308.pxuycxv-vyp/900x0/vinterloypekart_lett[1].jpg?return=www.tromso.kommune.no)



Mulig skistadion, Barents arena, i Tromsømarka.  
Illustrasjon fra: [http://g.api.no/obscura/API/dynamic/r1/ece5/tr\\_1080\\_717\\_1\\_f0000/noly/2015/2/11/11/WebSkistadion.jpg?chk=A87BC8](http://g.api.no/obscura/API/dynamic/r1/ece5/tr_1080_717_1_f0000/noly/2015/2/11/11/WebSkistadion.jpg?chk=A87BC8)



Visualisering av Tromsøbadet.  
Illustrasjon fra: [www.itromso.no/nyheter/article11454325.ece/n7fm0/ALTERNATES/w980-default/20150824-185516-0.jpg](http://www.itromso.no/nyheter/article11454325.ece/n7fm0/ALTERNATES/w980-default/20150824-185516-0.jpg)



Opparbeidet lysløype med flerbruksutfordring. Foto av: Henrik Romsaas

## NEDPRIORITERING AV LAVFREKVENSBUKERE

Det er relativt godt tilrettelagt for høyterskelaktivitet slik som trening og organisert idrett i Tromsømarka. På byplanleggingsnivå i kommunen pågår det eksempelvis diskusjoner om badelandet Tromsøbadet og ny skistadion Barents arena. Disse er begge store prosjekter, som diskuteres om å bli realisert innenfor Tromsømarka.

Prosjektene vil være et stort løft for Tromsø by, da de er med på å forbedre det eksisterende idrettstilbudet i byen. Med dette sagt, vil prosjektene for det første gjøre store inngrep i landskapet på Tromsøya, samtidig som Tromsømarkas profil for høyterskelaktivitet vil bli ytterligere forsterket. Dette mens lavfrekvensgruppen ikke nødvendigvis vil bli oppfordret til å oppsøke og bruke marka.

Lavterskeltilbud som ikke fokuserer på trening og idrett i marka er relativt dårligere. Det finnes lite tilretteleggelse for, og informasjon om, lavterskelaktiviteter med tilhørende informasjon om hvordan disse nås. Det som finnes av lavterskeltilbud i form av for eksempel bålplasser, og kortere/mindre fysisk anstrengende turer, er i svært liten grad tilrettelagt med universell utforming eller tydeliggjort for opphold/bruk.

Nedprioritering av lavfrekvensbrukere til fordel for høyfrekvensbrukere vises også i form av nyere opparbeidelse og tiltak gjort for den mest trafikkerte strekningen av hovedtransportåren lysløypa i retning nord-sør. Brukskonflikt mellom gående og de på ski i lysløypa på vinteren er forsøkt løst med skilting og brøyting av gåsone, såkalt snøfortau. Gåsonen er smalere og mindre attraktivt for gående. Mange gående velger derfor å ferdes i skisporet.

Jeg tror ikke jeg kommer til i marka.

Imaginære utsang av lavfrekvensbrukere

Marka, der er det bare friskuser.

Where can I go to get the best shot of the northern lights?

## TILRETTELEGGELSE FOR LAVFREKVENSBUKERE

Som nevnt i foregående kapittel, sikrer Frilufsloven med Allemannsretten retten til å benytte seg fritt av all utmark. Allemannsretten som har formål å sikre at "Alle har lov til å ferdes og oppholde seg i utmarka i Norge. Allemannsretten er et gratis fellesgode og en del av den norske kulturarven. Den gir deg rett til å bruke utmarka, uavhengig av hvem som er grunneier." ([www.miljodirektoratet.no](http://www.miljodirektoratet.no)). I paragraf 1 i frilufsloven konkretiseres allemannsretten med "...å verne friluftslivets naturgrunnlag og sikre allmenhetens rett til ferdsel, opphold m.v. i naturen, slik at muligheten til å utøve friluftsliv som en helsefremmende, trivselskapende og miljøvennlig fritidsaktivitet bevares og fremmes." ([www.lovdatabank.no](http://www.lovdatabank.no)).

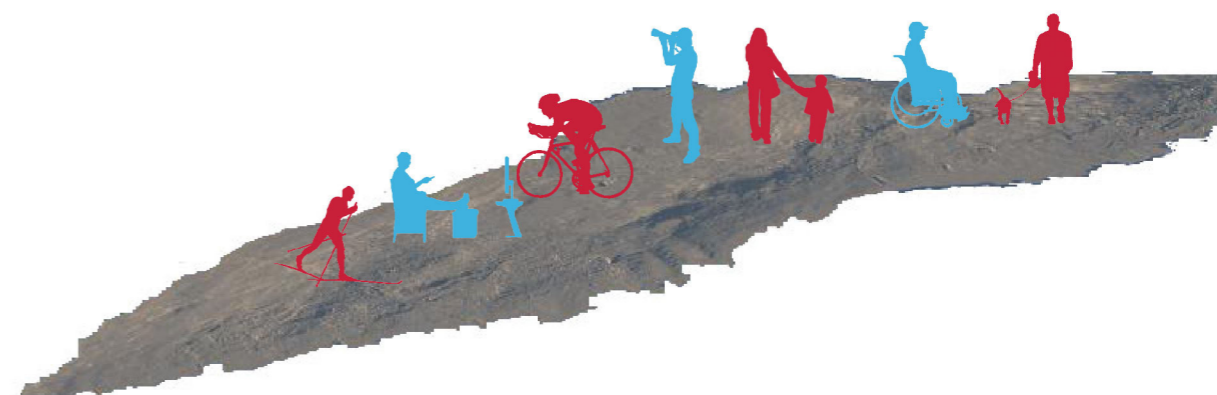
Det som en gang var betegnet som "utmark", er i dag i urbane byer og tettsteder pressede markaområder med høy bruk til både rekreasjon, friluftsliv, og i stor grad trening og idrett. En kan påstå at den bynære marka i dag er noe annet enn det som tradisjonelt var utmark på grunn av endring i bruk.

I Tromsømarkas tilfelle er bruken og tilretteleggelsen i dag i stor grad orientert mot høyfrekvensbrukere som allerede er fysisk aktive. Dette støttes opp av at regelmessig fysisk aktive oppgir i større grad enn de potensielt aktive å ha tilgang til aktivitetsanlegg i rapporten "Fysisk inaktive voksne i Norge" (Ommundsen & Aadland 2009, s. 8). Dette samtidig som at hele 76% av de fysisk inaktive ønsker å komme i gang med regelmessig fysisk aktivitet.

Hovedmotivasjonen for de potensielt aktive innenfor kategorien av fysisk inaktive er ønsket om å få fysisk og mentalt overskudd (Ommundsen & Aadland 2009, s. 7-8). Aktiviteter for rekreasjon og friluftsliv verdsettes altså høyere enn fysisk anstrengende aktiviteter som trening og idrett for de som er potensielt aktive.

Potensielt aktive oppgir at faktorer som kort reisetid hjemmefra, aktivitet som ikke er bundet av faste dager og tidspunkter, og at tilbudet har en lav terskel for deltakelse og gjennomføring, spiller inn i valget om å bli mer aktiv (Ommundsen & Aadland 2009, s. 7-8). Faktorer som også har betydning er lav deltakeravgift, innbydende fasiliteter, sosialt samvær med venner og bekjente, og at tilbudet gir utfordringer og spenning (Ommundsen & Aadland 2009, s. 32).

Det vil være hensiktsmessig å bedre inkorporere de faktorer som potensielt aktive vektlegger i den videre tilretteleggelsen i Tromsømarka. Størstparten av Tromsøyas befolkning bor innenfor 1 km avstand til Tromsømarka, men tilbudet i marka later ikke til å være tilstrekkelig for å tiltrekke seg de fysisk inaktive, og gjør at mange ikke benytter seg av fellesgodet som marka er. Fysisk inaktive og andre i gruppen av lavfrekvensbrukere krever mer attraktivt og inviterende tilretteleggelse og tilbud enn det som finnes i dag for å få motivasjon til å oppsøke Tromsømarka.



Marka for både høy- og lavfrekvensbrukere

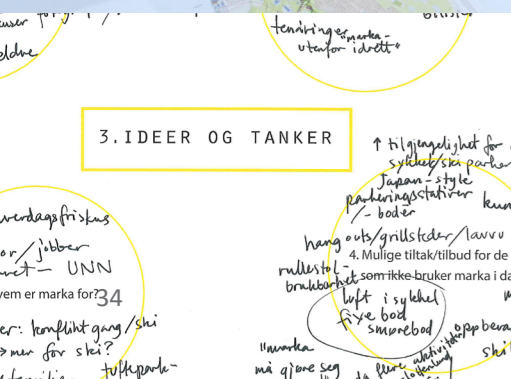
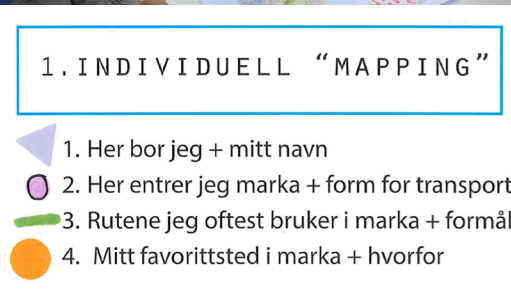




### 3. IDÉSEMINAR

I følgende del presenteres formål, beskrivelse, gjennomførelse og funn fra idéseminarene som ble avholdt med tromsøværinger i Tromsø.

- Bakgrunn for idéseminar
- Rekruttering
- Gjennomføring
- Resultater og funn
- Oppsummering av hovedmomenter
- Ønsker, utfordringer og muligheter
- Idéseminarenes begrensninger og oppsummering



### BAKGRUNN FOR IDÉSEMINAR

Medvirkning med Tromsømarkas brukere ble gjennomført i form av fire mindre idéseminarer med tromsøværingene. Det var to formål som lå til grunn for å benytte medvirkning som metode:

1. Å komme frem til behovene og problemene som Tromsømarka står ovenfor i dag i forhold til dagens bruk, og ønsket bruk, som grøntområde for rekreasjon og friluftsliv.
2. Å komme frem til oppgavens endelige problemstilling og mål.
3. Vekke interesse for nye former for bruk av Tromsømarka blant tromsøværingene.

Formål 1 ble delvis tydeliggjort ved å se på markas posisjon i sammenheng med overordnet kommunal planlegging og gjennomførte/pågående tiltak og prosjekter. Oppgavens problemstillingen og mål, formål 2, ble tydeligere ved at medvirkning bidro til et rikere bilde av hvorfor Tromsømarka er byens viktigste rekreasjonsområde. Tromsøværingenes egne synspunkter og opplevelser av marka ga svar på mange av spørsmålene om hvordan Tromsømarka kan appellere til flere enn dagens brukere, og hvilke tiltak og tilretteleggelser som mangler i dag. På den måten var medvirkning i form av idéseminarer et svært viktig ledd i egen bevisstgjøring og økning av kunnskapsnivå for videre prosjektering. Metoden ga mye nyttig informasjon som dannet grunnlag for den videre løsningen av oppgaven.

I følge Randolph T. Hester, amerikansk landskapsarkitekt og sosiolog, er brukermedvirkning i

planlegging- og utformingsprosessen en nøkkel til å forstå brukernes behov og ønsker som er forankret i deres sosiokulturelle bakgrunn og preferanser (Hester 1984). Anerkjennelse og forståelsen av ulike brukergrupper og deres behov er sentral i Hesters teorier om planlegging og utforming.

Et annet viktig aspekt ved medvirkning som metode var bevisstgjøring av deltakernes egen bruk av marka. Ved å etablere en dialog med de om hvilke muligheter for ny bruk som Tromsømarka kan være arena for, ble deltakerne selv gjennom medvirkningen bevisst på Tromsømarkas muligheter for ny bruk, og deres egne idéer vekket interessen for å bruke marka på nye måter.

I følge Hester er medvirkning også en prosess for å øke symbolsk eierskap til omgivelsene sine og dermed til økt bruk og relasjon til stedet (Hester 1984). Idéseminarene bidro forhåpentligvis til at deltakerne i nærmeste fremtid vil oppsøke Tromsømarka, se på den med nye øyne og være med på å påvirke den fremtidige tilretteleggelsen og bruken.

Hesters teorier og konseptuelle tilnærming om hvordan brukerinvolvering kan og burde ivaretaes av formgiveren, har ligget til grunn for å benytte medvirkning som metode i denne oppgaven.



## Dragøy AS frykter store konsekvenser for bedriften i Hulderveien

- **VI ER I UTGANGSPUNKTET** velvillige og forståelsesfulle til at hele området trenger ny og bedre infrastruktur. Slik rundkjøringen i Erling Kjeldsens vei nå er planlagt, vil dette med-

føre store konsekvenser for vår bedrift i Hulderveien 18.

Det skriver styreleder Nina Rød i A. Dragøy AS i en merknad til Statens vegvesen i forbindelse med planene for ny

tverrforbindelse og Kvaløyforbindelse. Dragøy mener beslaglagte arealer vil gjøre det umulig for inn- og uttransport fra bedriften.

- Dersom dette blir den

endelige plassering for rundkjøringen, må vi gjøre store bygningsmessige tilpasninger for å opprettholde driften. Den legger også beslag på byggbare arealer og vi mister p-areal.

■ Tromsøjenta Carol Wong skal studere grøntområdene på øya:

# Vil ha din mening om tromsømarka

**Carol Wong har bodd midt i sentrum i alle år. Nå skal hun skrive masteroppgave om tromsømarka. Da etterlyser hun personer med engasjement rundt emnet.**

**STORGATA:** 27-åringen er i ferd med å avslutte studiet i landskapsarkitektur ved universitetet på Ås. Etter den opphetede debatten rundt tromsømarka for høstens valg, fikk hun ideen. Tromsøjenta ønsker å studere og skrive om de grønne lommene rundt om på øya.

### Jakter synspunkt

- Jeg har skjont at tromsøfolk er veldig opptatt av grøntområdene. Det kom til syne da politikerne plutselig ønsket å frigi store areal nord på øya. Det skapte et enormt engasjement - meninger jeg ønsker å ta del i.

Carol Wong har fått innsmett i rådhuset til å holde møter hvor hun inviterer alle med gode synspunkt og ideer til å komme. Hun har allerede fått tilgang på en god del materiale - blant annet ting tromsømarkas største tilhenger, Henrik Romsaas, besitter. Men hun vil også vite hva du mener.

### Mange røster

27-åringen starter sitt masterarbeide over nyttår. I den forbindelse skal hun etablere en Facebook-side hvor hun beskriver planene og etterlyser personer som kan bidra.

- Jo flere røster, jo bedre. Og jeg ønsker begge sider - både dem som mener at tromsømarka skal bevares slik den er og dem som ønsker en utvikling som også innebærer boligbygging.

### Mange brukere

- Selv om jeg er tromsøjente, har jeg ikke vært den store brukeren av tromsømarka.



**MASTEROPPGAVE:** Tromsøjenta Carol Wong studerer landskapsarkitektur og skal skrive masteroppgave om tromsømarka. Nå etterlyser hun personer med alle typer meninger om temaet.  
Foto: John Strandmo

Men da jeg studerte ved universitetet, brukte jeg områdene oppå øya som transportåre til og fra. Jeg har også hatt sommerjobb i kommunen - det som i sin tid ble kalt parkvesenet. Derfor er jeg ikke helt ukjent med hva som finnes av friluftsområder.

### Mye skog og lysløypa

Carol Wong tror mange forbin-

der tromsømarka med skog og lysløypa.

- Dersom vi starter ved Tromsø Museum, skal du både gjennom boligområder og over trafikkerte veier på vei nordover. I en slik setting er det ikke utenkelig at de nordligste områdene av tromsømarka også kan utvikles til boligområder. Byen vår vokser stadig og etter hvert kan det bli nød-

vendig å gjøre inngrep der det i dag er grønt.

### Skånsomt

- Det betyr ikke at tromsømarka raseres. Ting kan gjøres skånsomt - integrere det ene i det andre. Det er bare å tenke nytt.

- Og jeg vet at mange sitter på ideer og synspunkt rundt marka vår. Disse vil jeg

komme i kontakt med. Jeg er klar, sier landskapsarkitektstudenten som også ønsker å komme inn på byutvikling generelt i sitt arbeid.



Avisartikkel i lokalavisen iTromsø, 23.12.2015

## REKRUTTERING

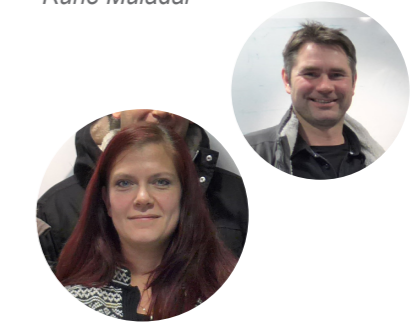
Idéseminaret ble markedsført som en "workshop" med tittel og tema "Fremtidens Tromsømarka". Idéseminaret ble gjennomført med frivillige påmeldte deltakere, og fant sted i Tromsøs Rådhus 18.-19. januar 2016. I forkant av idéseminaret var seminaret annonsert i lokalavisen iTromsø 23. desember 2016, der masteroppgaven om Tromsømarka var nyhetssak. Nettversjonen av artikkelen ble delt på sosiale medier. Samtidig ble det opprettet et Facebook-arrangement der en kunne klikke seg inn og orientere seg om temaet for oppgaven, samt få informasjon til hvordan en kunne melde seg på idéseminaret.

Interessen var tilstede, og avisartikkelen og Facebook-arrangementet ble delt på internett med en viss publisitet. Ulike interessegrupper og organisasjoner av relevans for oppgavens tema ble også invitert til å delta per epost og/eller privat meldingsforespørsel på Facebook.

En hovedforutsetning som lå til grunn for å holde idéseminaret var at det skulle være minimum 10 påmeldte deltakere. Idéseminaret ble gjennomført med 20 deltakere, med en jevn spredning mellom kjønn (50% kvinner, 50% menn) og alder (24-68 år). Dette er ikke et stort antall, men resultatene gir en god indikasjon på de behovene og problemene som tromsøværingene mener Tromsømarka står ovenfor.

*"Interessant prosjekt du har startet med. Er interessert i å bidra på workshop."*

- Rune Muladal



*"Vil gjerne være med på workshop! Bor på nordøya, er med i nordøya bydelsråd og er veldig engasjert i Tromsømarka!"* - Elin Solheim

## GJENNOMFØRING

De 20 påmeldte deltakerne var fordelt på fire mindre idéseminarer, hvert bestående av 3-6 deltakere. For å gjøre temaet mer håndgripelig for deltakerne ble de innledningsvis introdusert til oppgavens foreløpige problemstilling, som da var:

*“Hvordan konkretisere en masterplan for fremtidens bymark i Tromsø, kjent som “Tromsømarka”, som ivaretar dagens bruk, i tillegg til å tilby et bredere tilbud for de som ikke er dagens “høyfrekvensbrukere?”*

Oppgaven hadde allerede på dette tidspunktet fokus på “høyfrekvensbrukere” og “lavfrekvensbrukere”. Disse to kategoriene beskrev førstnevnte høyfrekvensbrukere som de aktive brukerne av marka, og lavfrekvensbrukere som inaktive brukere av marka.

Delmål for oppgaven på dette tidspunktet var:

- *Tilføre nye idéer til bruk av Tromsømarka, med klarere program i områder med potensiale*
- *Øke tilgjengelighet til Tromsømarka, ved å bedre inkorporere Tromsømarka i den øvrige infrastrukturen i Tromsø*
- *Gjøre tiltak som inviterer til bruk av “lavfrekvensbrukere”*

Det var også et delmål som forklarte idéseminarenes sammenheng med problemstillingen:

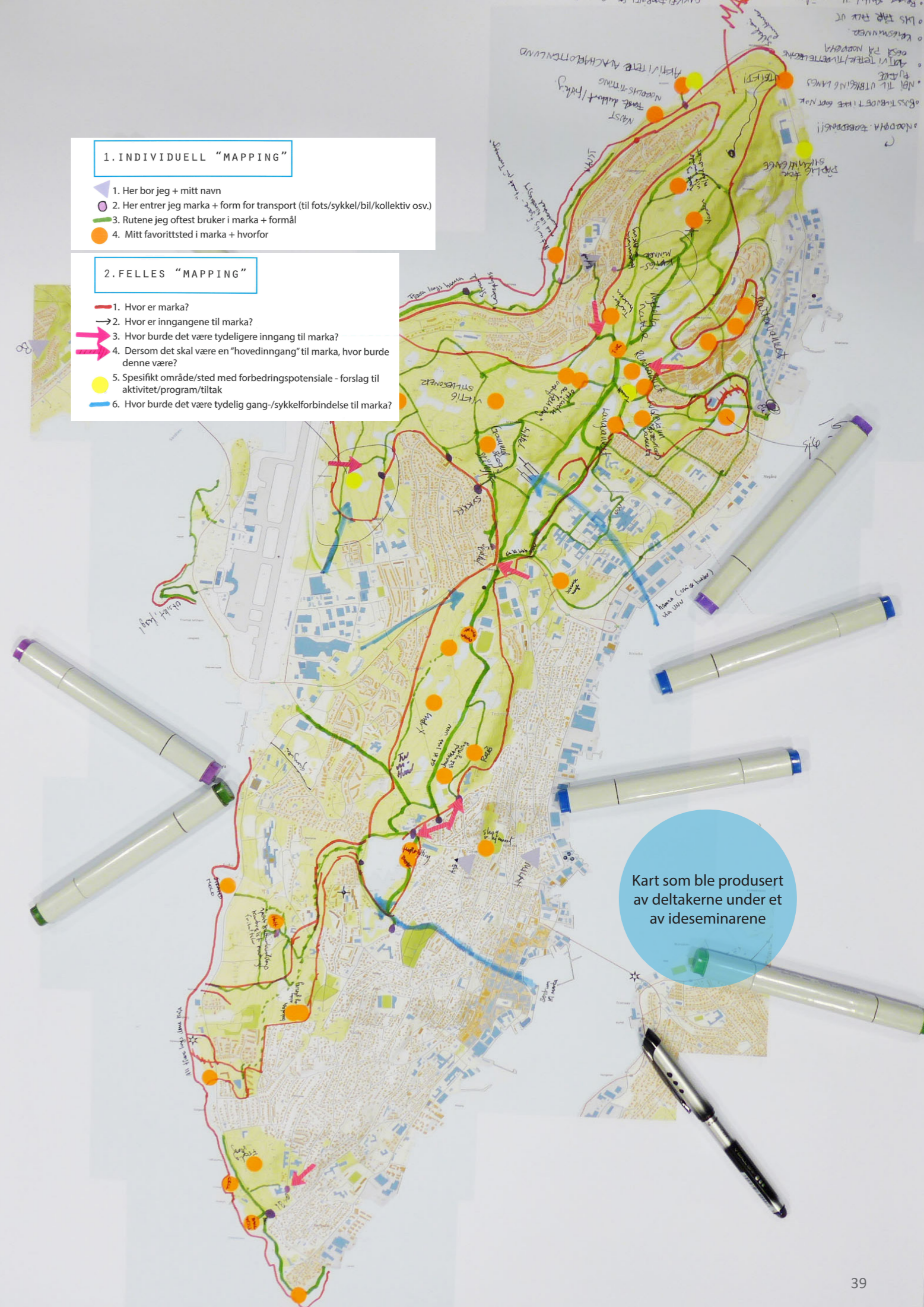
*“Hva er Tromsøværingenes meninger og visjoner for fremtidens Tromsømark, og hvordan inkorporere disse i løsningen av oppgaven?”*

Til sist ble deltakerne også introdusert til idéseminarenes tre hovedspørsmål, slik at deltakerne skulle være orientert om hva idéseminaret konkret skulle resultere i:

- *Få svar på hvordan marka brukes og ikke brukes i dag*
- *Innspill til hvordan tilgjengeligheten av Tromsømarka kan økes for “folk flest”*
- *Hva mer marka kan tilby Tromsøs befolkning og besøkende i fremtiden*

Deltakerne ble bedt om å gjennomføre kartøvelser på ett felles kart ved å besvare forhåndsplanlagte spørsmål. Spørsmålene ble svart delvis individuelt og delvis i felleskap. Svarene på spørsmålene ble nedtegnet og idéer skrevet ned/markert med klistremerker på kartet. Øvelsene var henholdsvis 1) Individuell mapping, 2) Felles mapping og 3) Tanker og idéer. Siste øvelse rundet av idéseminaret med ulike spørsmål som oppsummerte de idéene og tankene som ble lagt fram underveis av deltakerne selv. Hvert seminar varte i omtrent 1t30min - 1t50min.

Deltakere på et av fire idéseminar



Kart som ble produsert av deltakerne under et av idéseminarene

## RESULTATER OG FUNN

### Spørreundersøkelse:

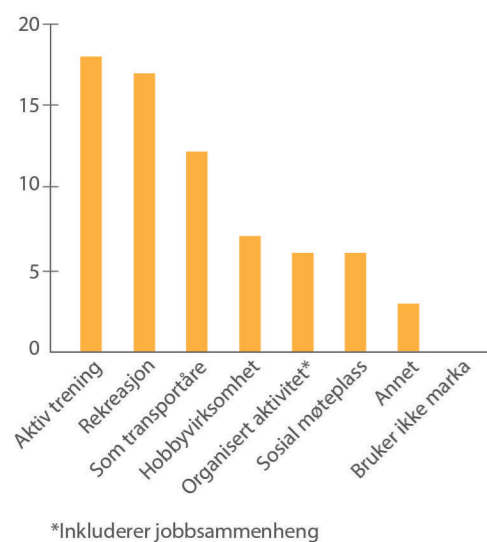
Før de praktiske kartøvelsene, ble deltakerne bedt om å besvare en enkel spørreundersøkelse med tre spørsmål:

1. Hva bruker du Tromsømarka til?
2. Hvor ofte bruker du Tromsømarka i løpet av sommerhalvåret?
3. Hvor ofte bruker du Tromsømarka i løpet av vinterhalvåret?

Svarene er presentert i graf 1 og 2 under.

Ut ifra svarene fra spørreundersøkelsen er det tydelig at deltakerne bruker Tromsømarka hovedsakelig til **aktiv trening** (18 stykker), **rekreasjonsformål** (17 stykker) og som **transportåre** (12 stykker), mens bruk til **hobbyvirksomhet** og som **sosial møteplass** er mindre vanlig. Samtlige deltakere bruker Tromsømarka på en eller annen måte, enten det er på fritiden eller i jobbsammenheng (4 av 20 deltakere er

1. Hva bruker du Tromsømarka til?



Graf 1: Svar på spørsmål 1

**"Æ bruke jo marka heile året!"**

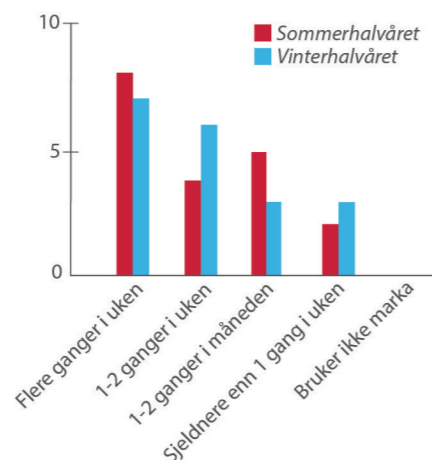
- Britt Elin Steinveg



lærere på enten barne-, ungdoms- eller videregående skole og bruker marka i undervisningssammenheng sammen med elever).

Spørreundersøkelsens svar indikerer også at bruken av Tromsømarka i sommerhalvåret er noe høyere enn i vinterhalvåret. Mens 7 av 20 bruker Tromsømarka opptil flere ganger i uken i sommerhalvåret, synker det til 4 av 20 om vinteren. Dette samtidig som tall for 1-2 ganger i uken går opp i vinterhalvåret.

1. og 2. Hvor ofte bruker du Tromsømarka?



Graf 2: Svar på spørsmål 2 og 3

### Kartøvelse:

Et kart over Tromsøya ble presentert for hvert idéseminar. I denne delen ble deltakerne bedt om å svare på forhåndsdefinerte spørsmål ved hjelp av kartet. Kartøvelsen var delt i to; 1) Individuell mapping og 2) Felles mapping.

I øvelse 1) Individuell mapping var formålet å la deltakerne orientere seg med kartet, samt få et bevisst forhold til hvor og hvordan de selv bruker Tromsømarka. Deltakerne ble bedt om å markere på kartet svarene for:

1. Her bor jeg + navn
2. Her entrer jeg marka + form for transport (til fot/sykkel/bil/kollektiv osv.)
3. Rutene jeg oftest bruker i marka + formål
4. Mitt favorittsted i marka + hvorfor

Deltakerne hadde ingen problemer med å orientere seg på kartet, og markerte villig ut sine ruter og favorittsteder i marka. Funnene var blant annet at det var en stor grad av sammenfallende oppfatning av ulike kvaliteter i Tromsømarka; flere markerte ut felles favorittsteder. Det var også tydelig at hovedlysløypa i retning nord-sør blir brukt hele



**"[Det hær] e et av mine favorittsteda! Her e det fin utsikt, og litt bortgjæmt."**

- Sigurd S. Ovesen

**"Æ har ikke ingen spesiell favorittsted. Æ bruke hele marka og overalt e det jo kvaliteta. Det e hele marka æ sætt pris på!"**

- Jon Kolsum



året; enten til fots, sykkel eller på ski. I tillegg ble det markert ut mange mindre strekninger i marka som i større grad er personlige snarveier som leder til, fra og gjennom marka basert på hvor en bor.

Til tross for at denne delen av kartøvelsen var kalt "Individuell mapping", samarbeidet samtlige idéseminarer med deltakere om denne delen, noe som var veldig positivt. Dette førte til en sømløs overgang til øvelse 2) Felles mapping.

Formålet med øvelsen 2) Felles mapping var at deltakerne sammen skulle besvare de forhåndsdefinerte spørsmålene og på den måten komme frem til felles idéer og konklusjoner. Deltakerne ble bedt om å sammen markere på kartet svarene for:

1. Hvor er marka? (Deltakernes felles imaginære og følte markagrense)
2. Hvor er inngangene til marka?
3. Hvor burde det være tydeligere inngang til marka?
4. Dersom det skulle være en "hovedinngang" til marka, hvor burde den være?
5. Spesifikke områder/steder med forbedringspotensiale + forslag til aktivitet/program/tiltak
6. Hvor burde det være tydelig gang-/sykkelforbindelse til marka?

"Det burde være flere møteplassa med benka og sånt, som va bedre kjent."  
- Marte Kolsum



"Æ bruke marka utrolig mye i undervisningssammenheng."  
- Arvid Steinveg

Graden av enighet varierte mellom de ulike idéseminarene om hvor den imaginære/følte markagrensen skulle settes. Her ble for eksempel politiske avveininger om kommunens fortettingsstrategier et diskusjonstema. Gruppene ble til slutt enige om hver sin markagrense, og samtlige idéseminarer konkluderte med å bevare tilnærmet alt av dagens grøntarealer som finnes på Tromsøya. Et av idéseminarene hadde et spesielt fokus på kystlinjen i sørvest, og innlemmelsen av den innenfor markagrensen.

Videre var det veldig bostedavhengig hvor inngangene til Tromsømarka var. På grunn av at de aller fleste har utferdssted fra hjemmene sine, og i stor grad ankom marka til fots/med sykkel/på ski ved nærmeste punkt fra sitt hjem, var det klart at marka har mange innganger. Disse er ofte ikke merkede stier eller snarveier. Til tross for at mange hadde sin "personlige" og hjemnære inngang til marka, var det enighet om at det hadde vært hensiktsmessig med en eller flere "hovedinnganger" til Tromsømarka. Dette for å tydeliggjøre og invitere til bruk av marka for de som er mindre lokalkjente. Samtlige idéseminarer satte disse hovedinngangene med hensyn til hovedgangveinettet og lett adkomst til hovedprogrammene- og attraksjonene som finnes i marka i dag.

Det ble markert ut mange området og steder med forbedringspotensiale. Disse var ofte på steder som deltakerne fra før hadde markert som sine favorittsteder i marka. Det ble også foreslått enkelte steder som ikke tidligere var nevnt, med forslag til nytt program/ny tilretteleggelse. Et hovedfokus for forbedringstiltak var det hyppig nevnt bedre skilting fra ulike punkter til Tromsømarka, dette med tanke

"Da jeg flyttet til Tromsø, visste jeg ikke helt hvor jeg skulle dra for å komme til marka."  
- Jon Hauge



på turisme og nye innflyttere.

Til sist i kartøvelsen ble deltakerne enige om ulike ruter som egner seg for gode gang-/sykkelforbindelser som burde tydeliggjøres til Tromsømarka. Sammenlignet mellom idéseminarene, var de foreslåtte forbindelsene de samme.

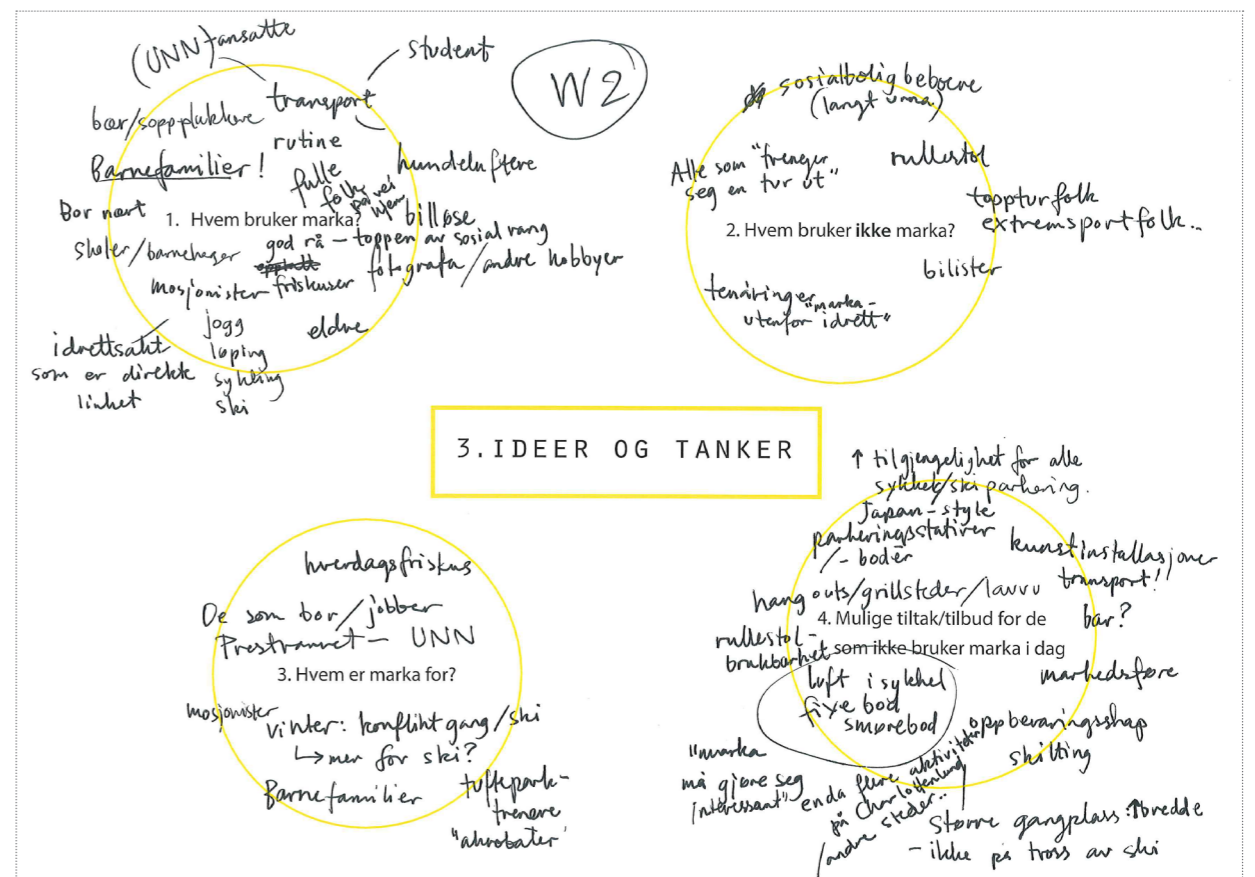
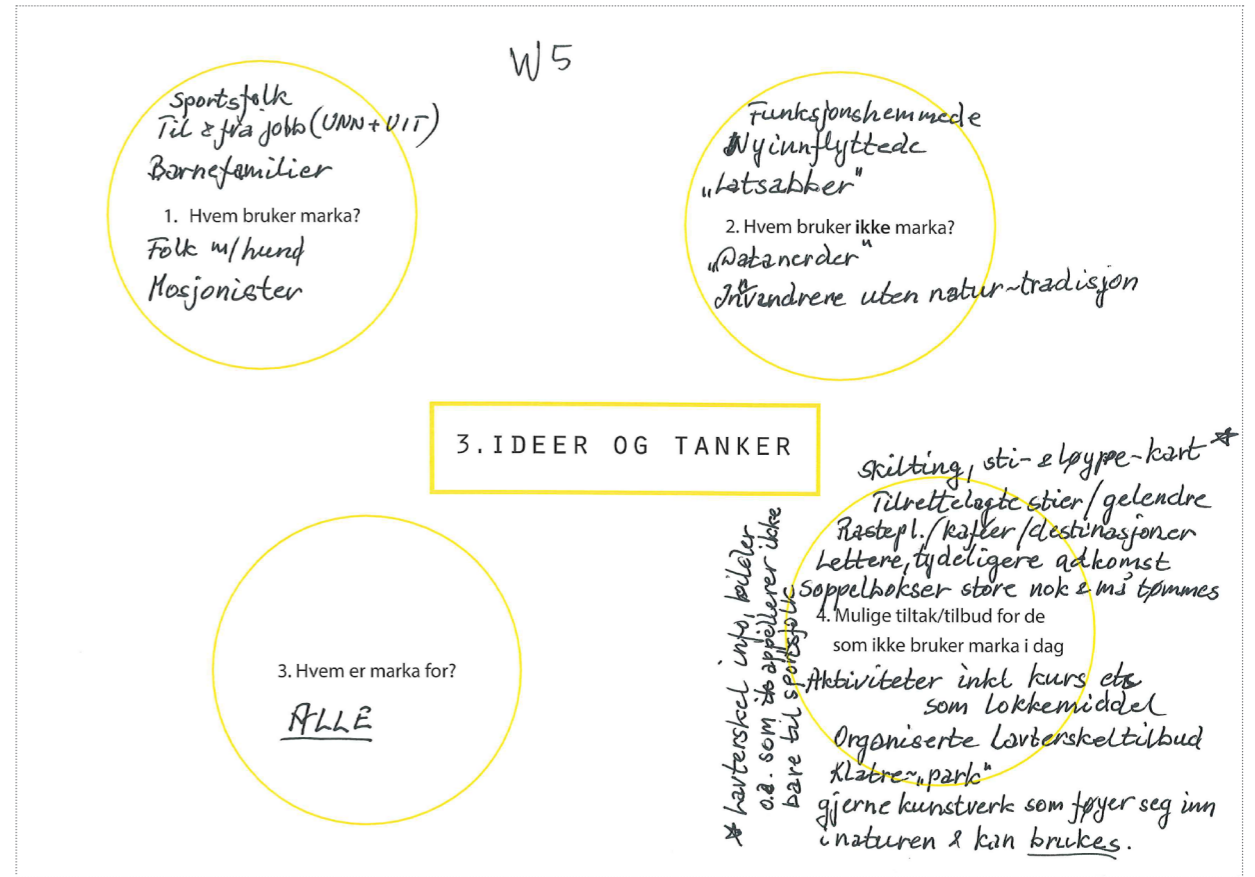
**Idéer og tanker:**

Idéseminarene ble rundet av med å lage tankekart, der deltakerne ble bedt om å notere ned i stikkordsform hvem de tror bruker og ikke bruker marka, hvem marka er for, og mulige tiltak for å få de som ikke bruker marka til å benytte seg av Tromsømarka. Det ble foreslått mange gode og konkrete forslag. Deriblant var det aktiviteter som "geocatching" og fugletitting, lansering av app med informasjon om ruter og lavterskeltilbud i marka, installering av kunst og innføring av kafetilbud. Neste side viser to av de fire tankekartene som ble laget.

"Kystsona burde også være en del av Tromsømarka. Vi har nesten ingenting igjen av'an!" - Jens-Morten Øvervoll



"[Hær] kan man drive med vainnsport!"  
- Kristine Andreassen



## OPPSUMMERING AV HOVEDMOMENTER

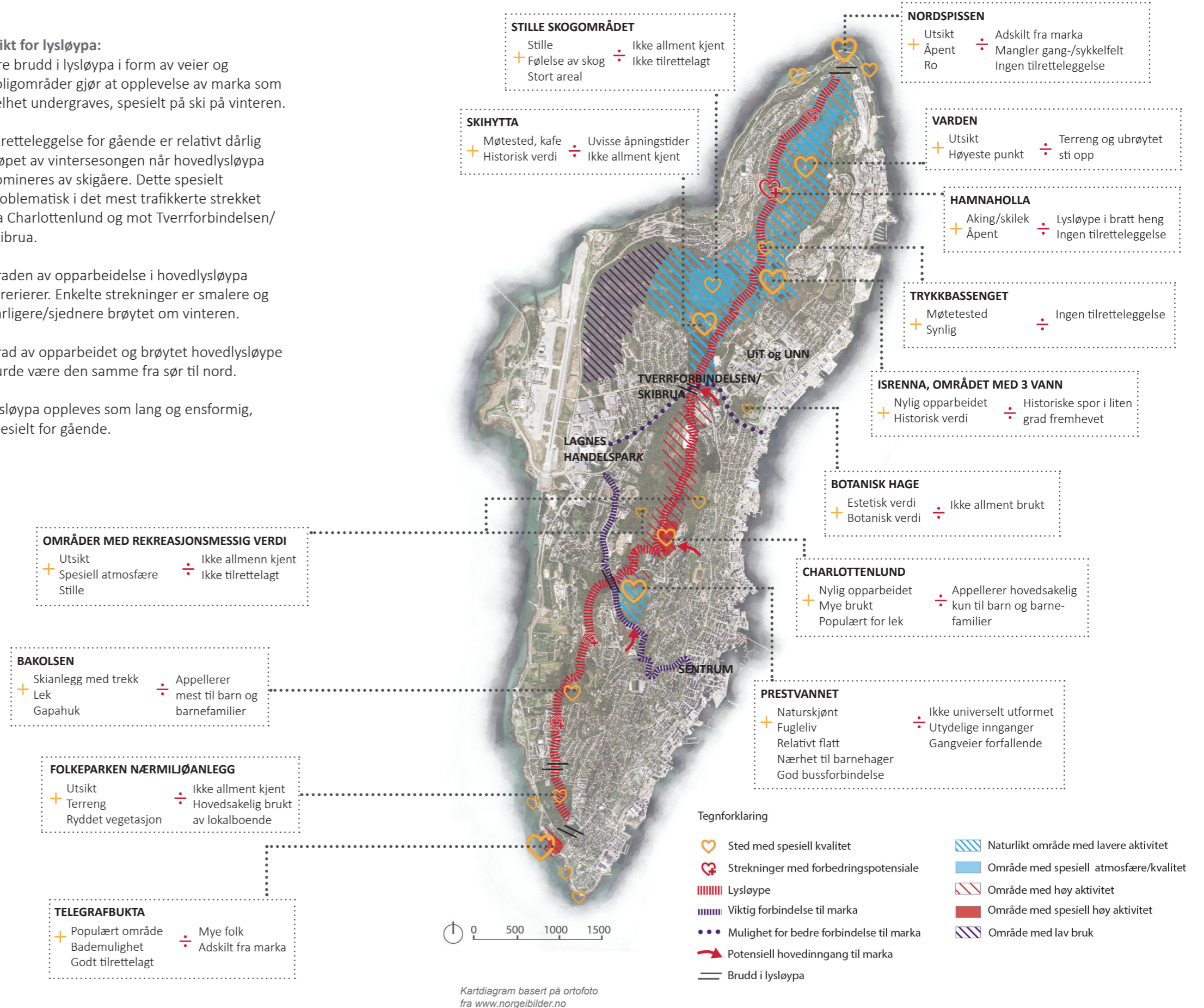
Idéseminarene ga et rikt bilde av hvordan tromsøværingene bruker og oppfatter Tromsømarka. Oppsummert er det flere hovedmomenter som det var bred enighet om. På neste side følger et digitalisert kart som sammenfatter informasjonen av de fire kartene som ble produsert av deltakerne under de ulike idéseminarene.

## Generelt:

- Klar endring av karakter og bruk av marka mellom nord- og sørdelen. Skillet går ved Tverrforbindelsen (Erling Kjeldsens veg)/Skibrua.
- Ny opparbeidelse av Charlottenlund appellerer hovedsakelig kun til barn og barnefamilier. Gjelder også aktivitetsområdet Bakolsen.
- Relativ god tilretteleggelse for gange/sykkel/ski langs hovedlysløypa og andre løyper.
- Området rundt Prestvannet og Isrenna egner seg for lavterskelaktiviteter, men krever klarere program og bedre tilretteleggelse med universell utforming som mulighet.
- Tre foreslåtte hovedinnganger til Tromsømarka; 1. Sjørenden av Prestvannet, 2. Østsiden av Charlottenlund og/eller 3. Ved idrettsanlegg ved Tverrforbindelsen.
- Det finnes mange mindre områder i marka som har store rekreasjonsmessige kvaliteter, som i dag ikke er tilrettelagt/utnyttet/kjent for allmennheten.
- Generelt vanskelig å orientere seg/vite hvor man skal gå i marka hvis man ikke er lokalkjent eller befinner seg langs hovedlysløypa.
- Det mangler tydelige utfartssteder og attraktive møteplasser for opphold.
- Tverrforbindelsen (Erling Kjeldsens veg) burde legges i tunnel, og forbindelsen bør opparbeides som en bedre gang- og sykkelforbindelse på tvers av øya som forbindelse øst-vest.
- Forbindelse fra sentrum og Lagnes handelspark til marka burde styrkes som en bedre tilrettelagt gang- og sykkelforbindelse.

## Spesifikt for lysløypa:

- Fire brudd i lysløypa i form av veier og boligområder gjør at opplevelse av marka som helhet undergraves, spesielt på ski på vinteren.
- Tilretteleggelse for gående er relativt dårlig i løpet av vintersesongen når hovedlysløypa domineres av skigåere. Dette spesielt problematisk i det mest trafikkerte strekket fra Charlottenlund og mot Tverrforbindelsen/Skibrua.
- Graden av opparbeidelse i hovedlysløypa varierer. Enkelte strekninger er smalere og dårligere/sjednere brøytet om vinteren.
- Grad av opparbeidet og brøytet hovedlysløype burde være den samme fra sør til nord.
- Lysløypa oppleves som lang og ensformig, spesielt for gående.



**ØNSKER, UTFORDRINGER OG MULIGHETER**

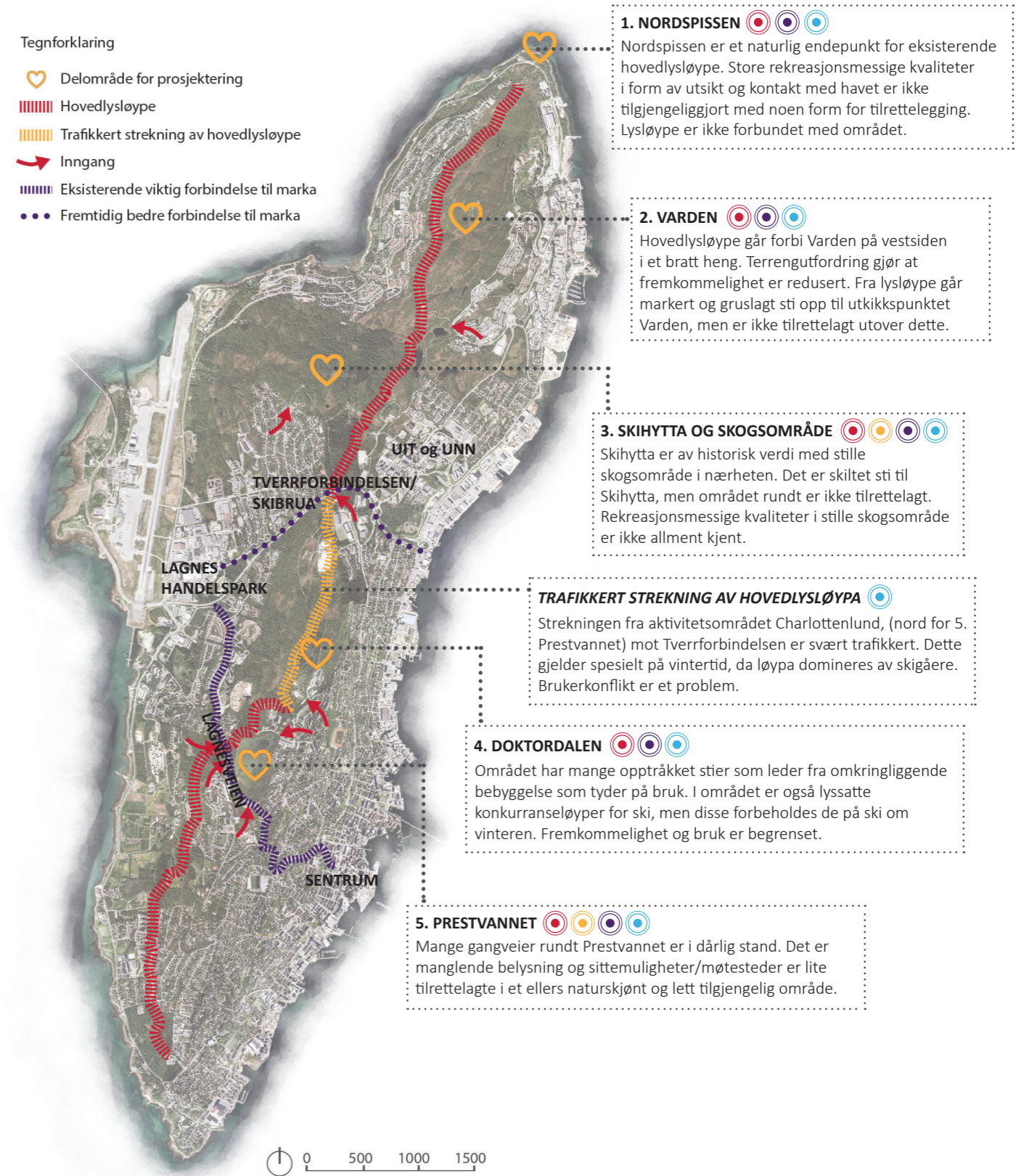
Sammenfattet gir hovedmomentene fire konkrete ønsker for Tromsømarka som tas videre for bearbeiding i løsningsforslaget. Matrisen under viser de fire ønskene; flere aktiviteter, tydeligere møtesteder, å fremheve kvaliteter i landskapet for rekreasjonsformål og å øke tilgjengelighet og fremkommelighet. Videre viser matrisen utfordringene og mulighetene for hvert av ønskene, og hvordan ønskene kan realiseres i ulike delområder i Tromsømarka.

Delområdene for videre prosjektering er alle innenfor oppgaveområdet fra Prestvannet og nordover mot Nordspissen. Delområdene er valgt på bakgrunn av informasjon som fremkom av idéseminarene, og stedlig vurdering med bakgrunn i befaringer og stedsanalyse av Tromsømarka som presenteres i neste kapittel.

ØNSKER	Flere aktiviteter	Tydeligere møteplasser	Fremheve kvaliteter for rekreasjonsformål	Øke tilgjengelighet og fremkommelighet
UTFORDRINGER	Bruken og aktiviteten i Tromsømarka er i stor grad ensformig. Det er stort fokus på ski og friluftsliv, men lite fokus og tilrettelegging for opplevelser av naturkvaliteter og lavterskelaktiviteter.	Det er få tydelige, tilrettelagte og attraktive møteplasser.	Skjulte kvaliteter i marka med rekreasjonsmessig verdi, der tilgjengeligheten til disse ikke er allment kjente, og tilrettelegging for å komme til disse stedene varierer.	Enkelte strekninger av hovedlysløypa preges av brukerkonflikt mellom skigåere og andre brukere ved høy trafikk på vinteren. Innganger til marka er i dag utydelige. Mange steder med stor rekreasjonsmessig kvalitet er dårlig eller ikke tilrettelagt.
MULIGHETER	Det søkes derfor til å tilrettelegge for ulike aktiviteter for ulike aktivitetsnivå, med fokus på å fremheve kvaliteter i landskapet for rekreasjonsformål og naturopplevelser.	Det vil være hensiktsmessig å tilrettelegge for gode og tydelige møteplasser for opphold og sosialt samvær.	Skjulte steder med stor rekreasjonsmessig kvalitet bør med fordel fremheves og gjøres tilgjengelig.	Hovedlysløypa kan utbedres for å minske brukerkonflikt. Etablering av nye gangveier fra eksisterende lysløype som gjør steder med rekreasjonsmessig verdi tilgjengelig. Viktigste innganger kan tydeliggjøres.
AKTUELT STED	1 Nordspissen 2 Varden 3 Skihytta og skogsområde 4 Doktordalen 5 Prestvannet	3 Skihytta og skogsområde 6 Prestvannet	1 Nordspissen 2 Varden 3 Skihytta og skogsområde 4 Doktordalen 5 Prestvannet	Trafikkert strekning av hovedlysløypa Gangveier Innganger

Tegnforklaring

- Delområde for prosjektering
- Hovedlysløype
- Trafikkert strekning av hovedlysløype
- Inngang
- Eksisterende viktig forbindelse til marka
- Fremtidig bedre forbindelse til marka



**1. NORDSPISSEN** (Red, Purple, Blue icons)  
 Nordspissen er et naturlig endepunkt for eksisterende hovedlysløype. Store rekreasjonsmessige kvaliteter i form av utsikt og kontakt med havet er ikke tilgjengeliggjort med noen form for tilrettelegging. Lysløype er ikke forbundet med området.

**2. VARDEN** (Red, Purple, Blue icons)  
 Hovedlysløype går forbi Varden på vestsiden i et bratt heng. Terrengutfordring gjør at fremkommelighet er redusert. Fra lysløype går markert og gruslagt sti opp til utkikspunktet Varden, men er ikke tilrettelagt utover dette.

**3. SKIHYTTA OG SKOGSOMRÅDE** (Red, Orange, Purple, Blue icons)  
 Skihytta er av historisk verdi med stille skogsområde i nærheten. Det er skiltet sti til Skihytta, men området rundt er ikke tilrettelagt. Rekreasjonsmessige kvaliteter i stille skogsområde er ikke allment kjent.

**TRAFIKKERT STREKNING AV HOVEDLYSLØYPA** (Blue icon)  
 Strekingen fra aktivitetsområdet Charlottenlund, (nord for 5. Prestvannet) mot Tverrforbindelsen er svært trafikkert. Dette gjelder spesielt på vintertid, da løypa domineres av skigåere. Brukerkonflikt er et problem.

**4. DOKTORDALEN** (Red, Purple, Blue icons)  
 Området har mange opptråkket stier som leder fra omkringliggende bebyggelse som tyder på bruk. I området er også lyssatte konkurranseløyper for ski, men disse forbeholdes de på ski om vinteren. Fremkommelighet og bruk er begrenset.

**5. PRESTVANNET** (Red, Orange, Purple, Blue icons)  
 Mange gangveier rundt Prestvannet er i dårlig stand. Det er manglende belysning og sittemuligheter/møtesteder er lite tilrettelagte i et ellers naturskjønt og lett tilgjengelig område.

Kartdiagram basert på ortofoto fra [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)



## IDÉSEMINARENES BEGRENSNINGER

Hovedforutsetningen for gjennomføring av idéseminar var at det skulle være minimum 10 påmeldte deltakere, der det ideelt sett var gjennomføring med ca. 30 deltakere. Dette ble ikke oppnådd, da det kun var 20 deltakere som gjennomførte. Dette kan på en måte være en begrensning, da 20 stykker ikke er et stort antall.

En annen faktor som kan sies å være en begrensning, er at de 20 deltakerne som gjennomførte seminarene var en svært homogen gruppe, selv om kjønns- og aldersfordeling blant deltakerne var god. Deltakerne falt verken inn under de predefinerte kategoriene av høyfrekvensbrukere eller lavfrekvensbrukere, og det viste seg at de var "mediumfrekvensbrukere". Det leses tydelig ut i fra hvordan de bruker marka og hyppigheten av bruk. De hadde også påfallende like oppfatninger, idéer og synspunkter i løsningene av kartøvelsene.

Det er uvisst hvorfor det ikke lyktes i å rekruttere høyfrekvensbrukere og lavfrekvensbrukere til deltakelse. Det ble tatt kontakt med flere ulike interessegrupper, men tilbakemeldingen fra disse var liten. Kun én representant fra en av disse gruppene som ble kontaktet, deltok.

Til tross for begrenset deltakelse med homogen gruppe, ga idéseminarene god indikasjon på spørsmålene som ble presentert for deltakerne:

- *Få svar på hvordan marka brukes og ikke brukes i dag*
- *Innspill til hvordan tilgjengeligheten av Tromsømarka kan økes for "folk flest"*
- *Hva mer marka kan tilby Tromsøs befolkning og besøkende i fremtiden*

Deltakerne hadde sterke meninger om hvem som er de mest aktive brukerne av Tromsømarka, og hvem som ikke bruker marka. De bekreftet og var enige i at de mest aktive brukerne kan betegnes som høyfrekvensbrukere. Deltakerne var også enige i at

ytterligere tilretteleggelse og nye tiltak må til for at lavfrekvensbrukere skal benytte seg av Tromsømarka. Mange ulike innspill til hvordan tilgjengelighet og tilbud gi større variasjon i bruk av marka ble diskutert.

Generelt var universell utforming til ulike steder med stor rekreasjonsmessig kvalitet et tema som ble diskutert. Deltakerne var alle enige om at større grad av tilrettelagte steder der tilgang for de med bevegelsehemming ville være både inkluderende og hensiktsmessig. Flere steder ble pekt ut som egnede steder for universell utforming og bedre tilretteleggelse for opphold.

Videre var tydeligere og attraktive sosiale møteplasser som har en høyere grad av designmessig utforming enn eksisterende møteplasser noe deltakerne verdsatte, og mente ville være hensiktsmessig. Deltakerne uttrykte at eksisterende møte- og rasteplasser i form av oppsatte benker, gapahuker og bålplasser ikke var tilstrekkelig for å invitere lavfrekvensbrukere. Etablering av andre typer sosiale møteplasser vil ikke kun gagne lavfrekvensbrukere, men vil være til fordel alle som bruker Tromsømarka.

Det ble også hyppig nevnt at informasjon til og om stedene i marka ikke er tilstrekkelig, til tross for nyere skilting. Deltakerne foreslo oppgradering av lys, skilting, og etablering av app for å bedre informasjon og tilgjengelighet til destinasjoner i Tromsømarka.

An aerial photograph showing a residential area with several houses of various colors (red, white, grey) and dark roofs. The houses are surrounded by lush green trees and a well-maintained road. In the background, a dense forest covers a hillside. The overall scene is bright and clear, suggesting a sunny day.

## 4. OVERORDNET STEDSANALYSE

Overordnet stedsanalyse av Tromsøya, og de sammenhenger som Tromsømarka inngår i på øya, blir presentert i denne delen.

- Landskapet, klima og topografi
- Stedsanalyse av Tromsøya
- Stedsanalyse av Tromsømarka

“...den brede innseiling til Tromsø. Snefjellstort på begge sider, med nedentil flatt og fint utskytende i sundet, står landskapet med gårder og grønne enger; byen ligger under en stor høy, kledd med bjørkeskog, hvorutav innvånerne mange sommerhus hvitner, og flagg vifter. Står man oppi en av disse sommerboliger, blir synet enda større, men byen nedenunder liten i den store natur; alt som gir liv; føles vennlig.”

- Bjørnstjerne Bjørnson (1869)

## LANDSKAPET, KLIMA OG TOPOGRAFI

### Landskapsbildet:

Tromsø ligger i et for mange eksotisk landskap, typisk for Nord-Norge. Kvasse og skulpturelle kystfjell er tilstedeværende fra alle kanter av byen. Fjellene som omkranser byen er om vinteren snørike, men forvandles til grønne beiter for reinen om sommeren. Geologien og topografien med stort spenn i høydedrag, i kombinasjon med arktisk klima og Golfstrømmen gjør at landskapet er enestående.

Det som også gjør landskapet ekstra spesielt er vintermånedene med mørketid, og sommermånedene med midnattsol. Medio november til medio januar er solen totalt fraværende, og befolkningen teller minutter og timer med dagslys i tiden før og etter når sola titter fram over de høye fjellene. I løpet av denne tiden er nordlyset et fenomen som preger landskapet på klare og kalde vinterdager. Sommermånedene mai - juli derimot, gir tilbake den tapte tiden med dagslys i form av midnattsol.

### Klima:

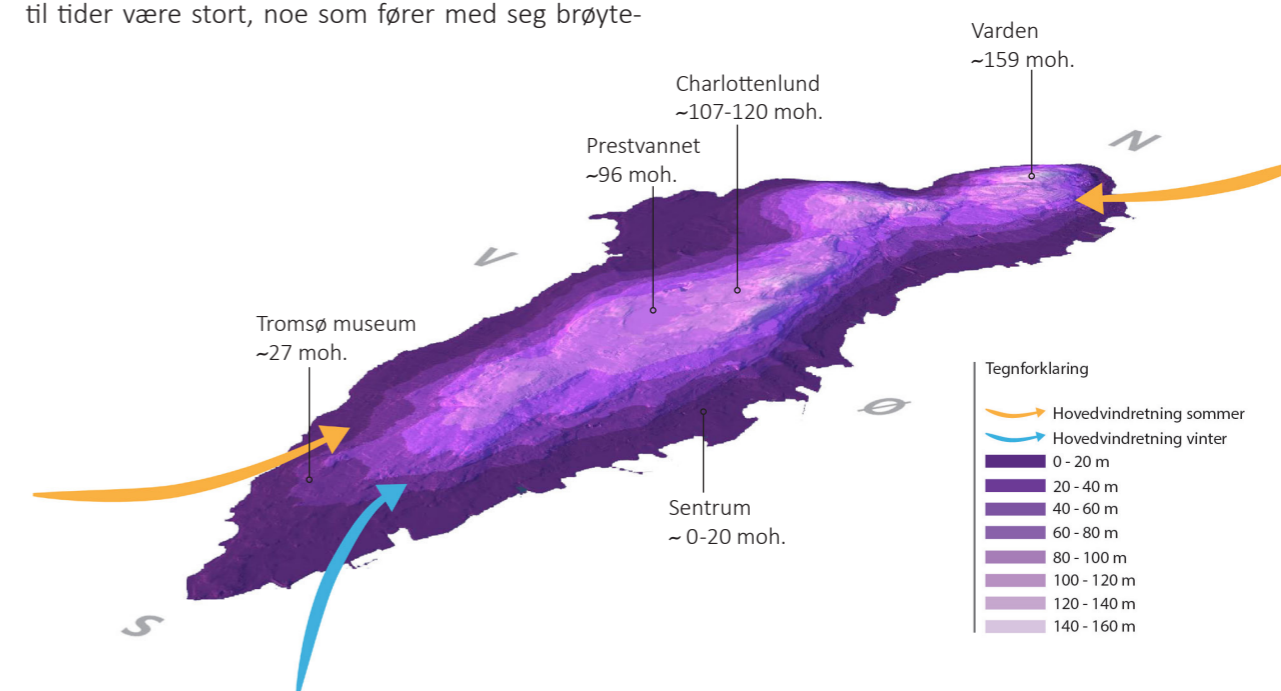
Klimaet i Tromsø kan sies å være mildt arktisk med sine lange vintre, og korte og kjølige somrer. Vinteren er relativ lang, men mild på grunn av Golfstrømmen som har en moderat innflytelse ([www.botanisk-hage-tromso.net](http://www.botanisk-hage-tromso.net)). Generelt i Troms fylke er klimaet preget av komplisert topografi som påvirker både nedbør, snøfall, vind og vegetasjonen. Snøfallet i Tromsø kan til tider være stort, noe som fører med seg brøyte-

og snøryddingutfordringer, men til glede for de som driver med vinteraktiviteter.

Hovedvindretningen om vinteren kommer inn fra sør-sørøst, og om sommeren med delvis vind fra nord-nordøst og sør-sørvest. Vær og vind gjør kystlinjen på Tromsøya vegetasjonsfattig, mens det lenger opp på øya der jordsmonnet er rikere, tillater frodigere vegetasjon som skjermer mot vær og vind. Markaområdene består av naturlig bjørkeskog med høysstauder/blåbær som bunnvegetasjon. Granskog er plantet i enkelte partier som danner tettere og mørkere skogsområder (Tromsø kommune 2010).

### Topografi:

Den langstrakte Tromsøya på 21 km<sup>2</sup> strekker seg over en mil fra nordspiss til sørspiss. Øya er grønn og relativt lav i forhold til omkringliggende fjell. Hovedandelen av bebyggelsen ligger 0-80 moh, mens Tromsømarka dominerer høydedragene. Markaområdene er forbundet med lysløypa som starter ved Tromsø museum på ~27 moh. Herifra stiger terrenget mot den mest brukte delen av Tromsømarka; Prestvannet/Charlottenlund som ligger mellom ~96-120 moh. Nordover herifra blir terrenget mer kupert og høyere mot Varden som er det høyeste punktet på Tromsøya på ~159 moh.



Høydeanalyse med hovedvindretninger. Terrengmodell generert ut fra kartdata fra [www.norgedigitalt.no](http://www.norgedigitalt.no)

Utsikt sørover fra Varden

## STEDSANALYSE - TROMSØYA

Kartdiagrammet på motstående side er et forenklet analysekart av Tromsøya, hvor Tromsømarka (grønt) ses i sammenheng med overordnet bebyggelsesstruktur og ulike områder på øya med de viktigste forbindelsene.

**Overordnet bebyggelsesstruktur:**

Ikke merkede områder på kartdiagrammet er hovedsakelig boligbebyggelse. Boligbebyggelsen i Tromsø domineres generelt av enebolig-, tomannsbolig-, og rekkehusbebyggelse (72%), med noe blokk- og leilighetsbebyggelse (28%). Prosentfordelingen er annerledes på Tromsøya isolert sett, da det her er mer urban og tett bebyggelse enn på Kvaløya og fastlandet. Boligbebyggelsen på øya er mest konsentrert på sørøstsiden av Tromsøya mot Sydspissen som domineres av eneboligbebyggelse, mens det mot Nordspissen på østsiden, og nordøst for Langnes handelspark, har større andel av blokkbebyggelse.

Mye av boligbebyggelsen ligger helt inntil markagrensen, og mange har derfor god tilgang til den store grønstrukturen på Tromsøya fra hjemmet sitt.

**Viktige områder:**

Tromsøya har to handelssentere; det historiske og dagens sentrum på sørøstsiden, og Langnes handelspark på vestsiden. I tillegg er området med UiT og UNN et viktig område da disse er byens største arbeidsgivere. Disse tre områdene, gjør at Tromsømarkas midtre del er den mest brukte og trafikkerte delen av marka.

**Viktigste forbindelser på Tromsøya:**

Bilder motstående side er hentet fra Google Streetview og viser utvalgte situasjoner langs

hovedforbindelsene på Tromsøya.

De viktigste forbindelser på Tromsøya går rundt øya langs kystlinjen og forbinder boligbebyggelsen og de viktigste områdene på Tromsøya. Broene til Kvaløya og fastlandet, sammen med tunnelsystem (kun for biltrafikk) på og ut av øya er også viktige forbindelser i retningen øst-vest. To hovedforbindelser går i retning øst-vest; Tverrforbindelsen (Erling Kjeldsens veg) og Lagnesvegen. Disse to går på tvers av Tromsømarka, og definerer den fysiske inndelingen av nordre, midtre og søndre del av marka.

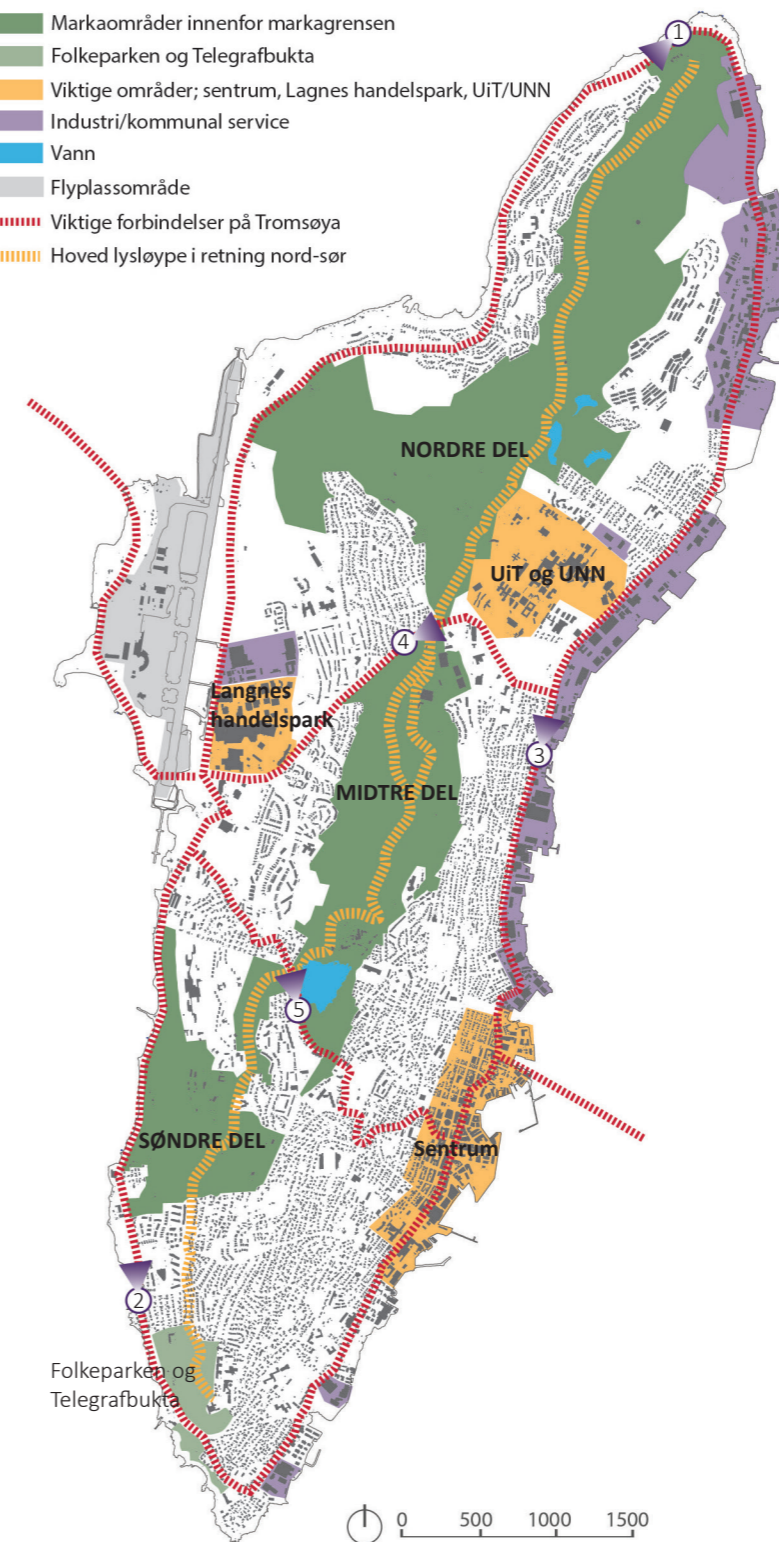
Forbindelsene på Tromsøya er svært bilbaserte og domineres av kjøretøy med høy fart og smale fortau for gående og syklister. Tilretteleggelsen for gående og syklende er generelt dårlig i Tromsø. Dette samtidig som at topografi gjør fremkommelighet i østvestgående retning utfordrende.

**Grønstruktur og offentlige arealer:**

Tromsøya har sparsomt med parkarealer. Det finnes mindre grønne arealer i sentrumsområdet med parkpreg. Foruten Tromsømarka, er de viktigste rekreasjonsområdene Folkeparken og Telegrafbukta på sørøya. Disse områdene inngår ikke i markagrensen. Folkeparken er et skogsområde mye brukt av beboerne på sørøya, og Telegrafbukta - "Bukta", er et populært og godt opparbeidet rekreasjonsområde som brukes av tromsøvæinger generelt.

**Tegnforklaring**

- Markaområder innenfor markagrensen
- Folkeparken og Telegrafbukta
- Viktige områder; sentrum, Lagnes handelspark, UiT/UNN
- Industri/kommunal service
- Vann
- Flyplassområde
- Viktige forbindelser på Tromsøya
- Hoved lysløype i retning nord-sør



Kartdiagram basert på ortofoto fra [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)

1. Ringveien, Norspissen. Mangler fortau. Fartsgrense opptil 60 km/t.



2. Kvaløyveien, vestsiden av Tromsøya. Gang- og sykkelfelt. Fartsgrense opptil 60 km/t. Vær- og vindutsatt for gående og syklende.



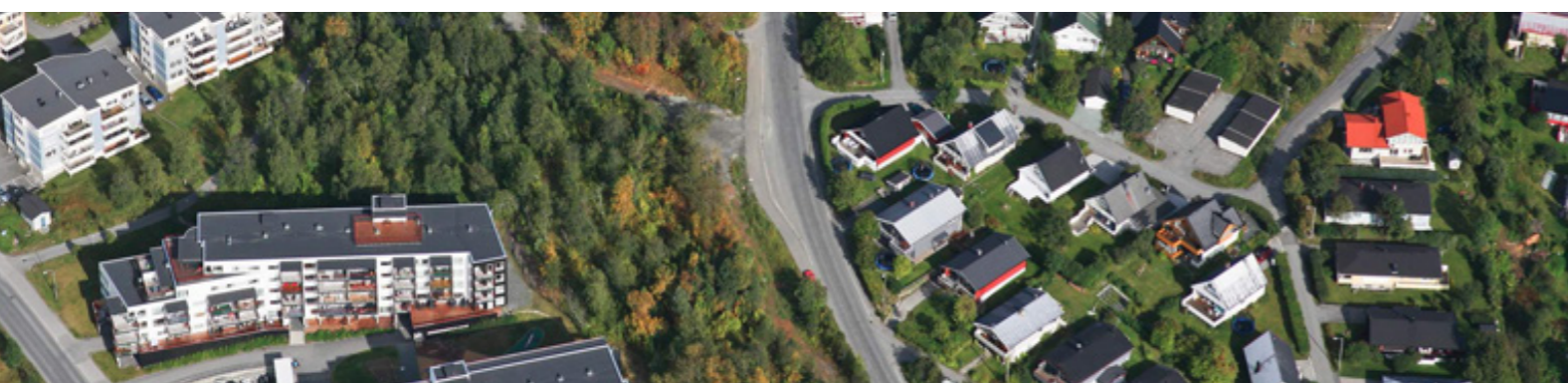
3. Stakkevollanveien, østsiden av Tromsøya. Fartsgrense opptil 60 km/t. Smale fortau. En del tungtrafikk.



4. Tverrforbindelsen (Erling Kjeldsens veg). Fartsgrense opptil 60 km/t. Adskilt gang- og sykkelfelt. Få krysningspunkt i form av broer.



5. Lagnesvegen. Fartsgrense opptil 50 km/t. Fortau på sørsiden. En del buss- og biltrafikk.



Bebyggelse på Tromsøya. Skråfoto fra: [www.gulesider.no](http://www.gulesider.no)

## STEDSANALYSE - TROMSØMARKA

Kartdiagrammet på motstående side viser Tromsømarka grovt inndelt i tre hovedområder av de tverrgående forbindelsene Tverrforbindelsen og Langnesvegen og hovedinngangene til Tromsømarka. Områder tilrettelagt for lek og idrett er også vist.

**Hovedlysløypa:**

Hovedlysløypa som går i nord-sør retning forbinder de tre hoveddelene i Tromsømarka. Hovedlysløypa er for mange som bor på Tromsøya den mest effektive og attraktive transportåren på øya, dette til tross for stort spenn i høydevariasjon. Diagrammet nederst på motstående side viser høydelagene langs løypa. Mange etablerte veier, gangveier og stier i sammenheng med lysløype i Tromsømarka gjør at marka inngår som del av det overordnet veinettet på Tromsøya.

**Innganger:**

Bilder motstående side viser situasjoner av utvalgte innganger til Tromsømarka. Bildene er hentet fra Google Streetview.

Viktigste innganger til Tromsømarka er definert ut i fra tilgjengelighet til nærliggende bussforbindelse, grad av opparbeidelse og synlighet fra hovedvei.

Fra de viktigste inngangene er det som regel godt opparbeidet grusveier som leder inn til marka. Flere innganger er tilknyttet en parkeringsplass (bilde 1 og 2). Enkelte innganger er utfordrende terrengmessig. Dette gjelder spesielt mindre innganger som leder ut fra nærliggende boligstrøk (bilde 3).

I tillegg til viste innganger, er det mange andre innganger fra boligområder som ligger nær marka. Disse munner ut i mindre optråkket stier som leder inn til marka, og brukes av nabolaget i nærheten.

**Aktivitets- og idrettsområder:**

Det er langs hovedlysløypa flere områder tilrettelagt for, eller planlagt tilrettelagt for, lek og idrett. Lilla områder er eksisterende og tilrettelagte områder for lek, aktiviteter og opphold. Røde områder er områder der det er eksisterende eller planlagt idrettsanlegg.

1. Langnesvegen inn til Prestvannet og midtre del. Inngang med mindre parkeringsareal.



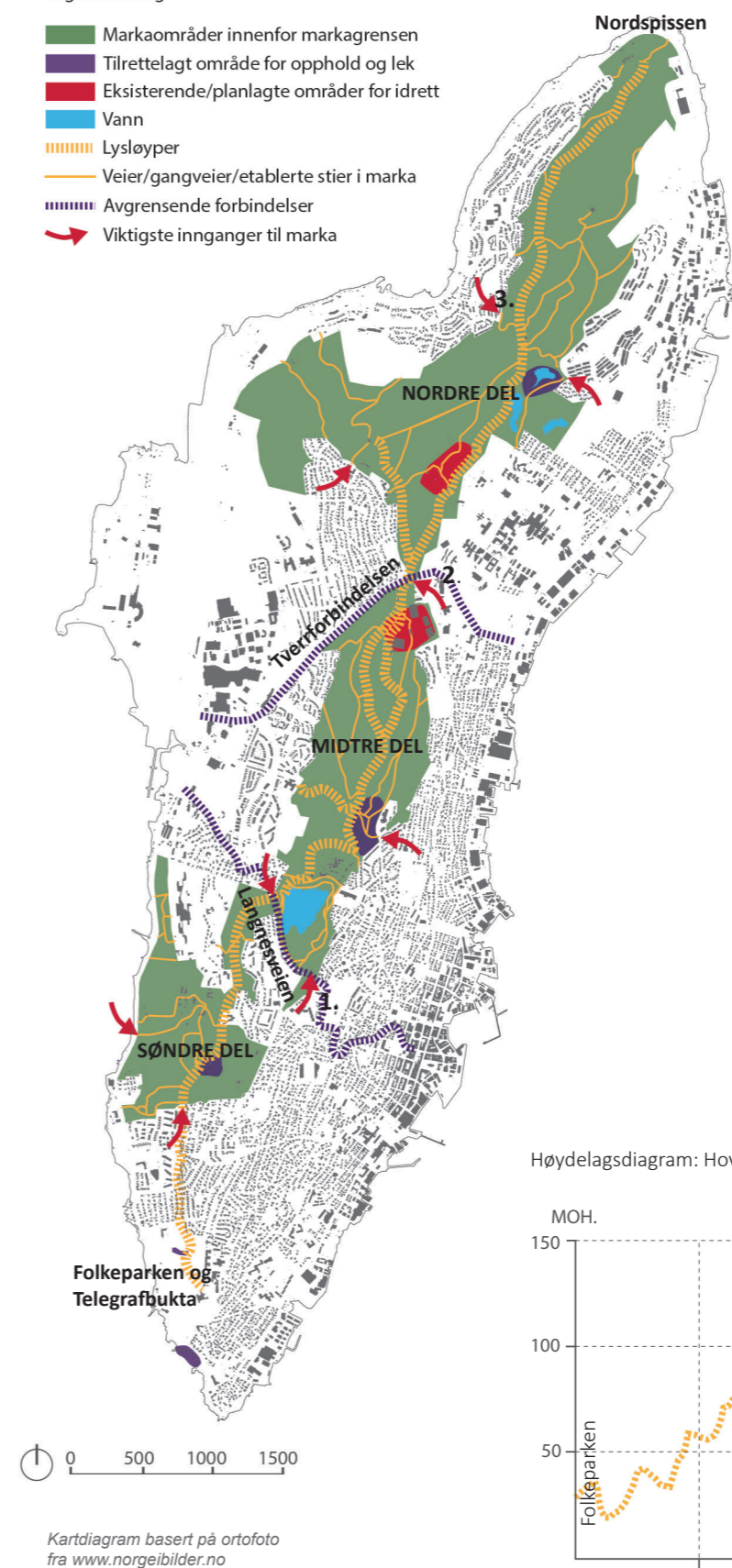
2. Fra Tverrforbindelsen mot midtre del. Inngang i forbindelse med lysløypa.



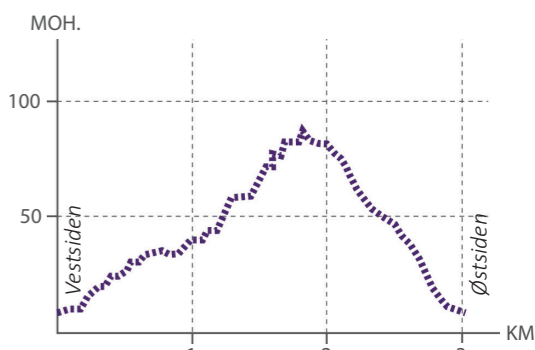
3. Fra boligområde inn til nordre del. Terrengmessig utfordrende.

**Tegnforklaring**

- Markaområder innenfor markagrensen
- Tilrettelagt område for opphold og lek
- Eksisterende/planlagte områder for idrett
- Vann
- Lysløyper
- Veier/gangveier/etablerte stier i marka
- Avgrensende forbindelser
- Viktigste innganger til marka

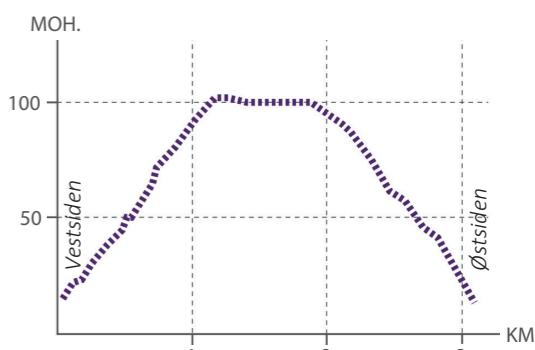


Høydelagsdiagram: Tverrforbindelsen



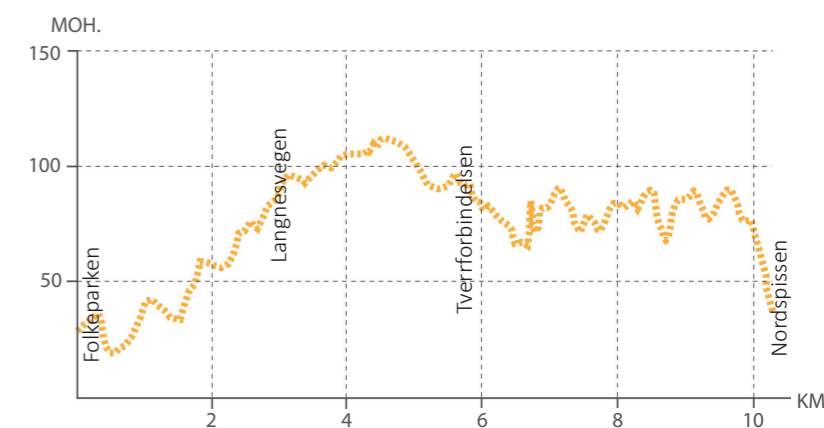
Høydelagsdiagram basert på høydeinfo fra: [www.kartverket.no](http://www.kartverket.no)

Høydelagsdiagram: Langnesveien



Høydelagsdiagram basert på høydeinfo fra: [www.kartverket.no](http://www.kartverket.no)

Høydelagsdiagram: Hovedlysløypa retning nord-sør



Høydelagsdiagram basert på høydeinfo fra: [www.kartverket.no](http://www.kartverket.no)

## TRE HOVEDOMRÅDER I TROMSØMARKA



Oversiktsbilde over nordre del. Fra: www.maps.google.com

### NORDRE DEL:

- Fra Nordspissen til Tverrforbindelsen

Område mye brukt til rekreasjon og friluftliv. Brukes mye i undervisningssammenheng av skoler og barnehager på nordøya. Godt etablerte turstisystemer utenom hovedlysløypa i hele området.

Viktige målpunkter og destinasjoner: Varden, Grønnåsen hoppanlegg, Skihytta.



Oversiktsbilde over midtre del. Fra: www.maps.google.com

### MIDTRE DEL

- Fra Tverrforbindelsen til Lagnesveien

Det mest brukte og trafikkerte området i Tromsømarka. Også her brukes marka mye i undervisningssammenheng av nærliggende skoler og barnehager. Området i Tromsømarka med flest etablerte og tråkket skiløyper på vinteren.

Viktige målpunkter og destinasjoner: Idrettshallen, Charlottenlund lek- og aktivitetsområde, Prestvannet.



Oversiktsbilde over søndre del. Fra: www.maps.google.com

### SØNDRE DEL

- Fra Langesveien til boligområde i sør.

Større allment grøntområde i området vest for hovedlysløypa. Arealet er hovedsakelig disponert av Bioforsk Nord. Området har stor rekreasjonsverdi for allmennheten i tillegg til å bli brukt til forskning og utvikling av landsbruk. UiT, Skog og Landskap, Reindriftsforvaltningen, Nordlandsforskning, Ayanda AS, Troms Landbruksrådgiving, Landbruk Nord og Natur-tjenester i Nord AS holder også til her (www.bioforsk.no)

Viktige målpunkter og destinasjoner: Bioforsk Nord, gravplass, Bakolsen lek- og aktivitetsområde, Elverhøy kirke- og gravlund.

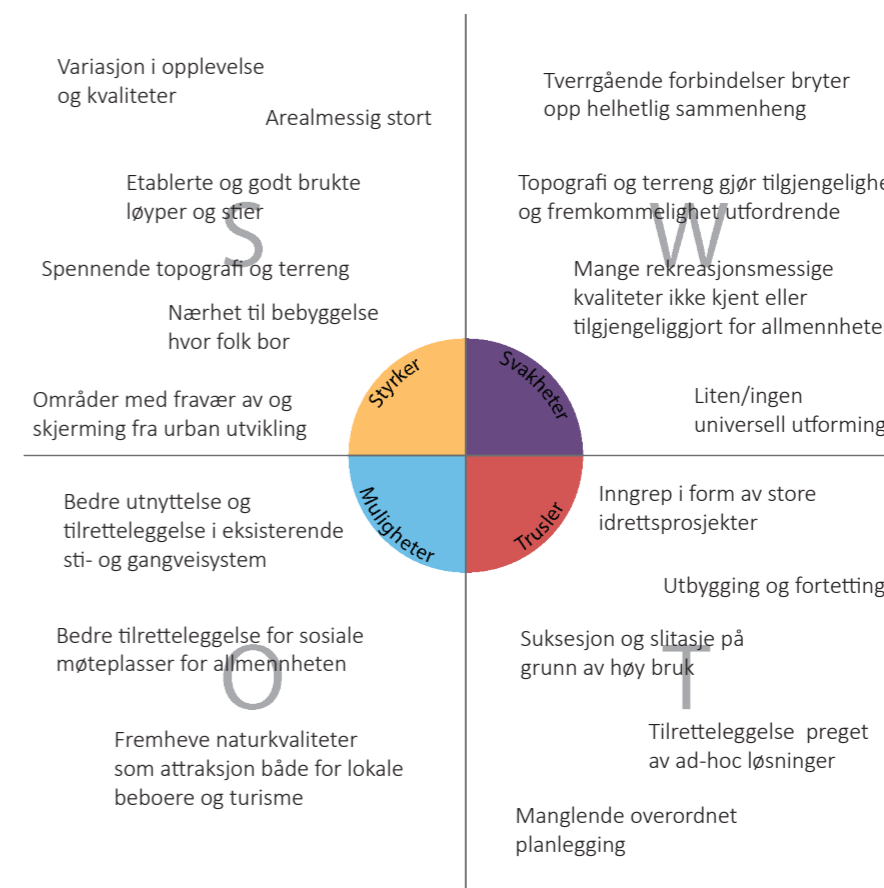
## OPPSUMMERING AV OVERORDNET ANALYSER

Bebyggelse og byens viktigste funksjoner omkranser Tromsømarka og er forbundet med forbindelser rundt og på tvers av øya i øst-vest retning. Mens disse forbindelsene er svært bilbaserte og grå, er hovedforbindelsen i form av godt etablert lysløype i retning nord-sør gjennom marka grønn og bilfri. Hovedlysløypa sammen med øvrig system av løyper, stier og gangveier inngår i Tromsøyas grønne veinett. Samtidig som at Tromsømarka en viktig del av veinettet, er marka den viktigste grønnstrukturen på Tromsøya da andre parkarealer og offentlige rekreasjonsområder i byen er begrenset.

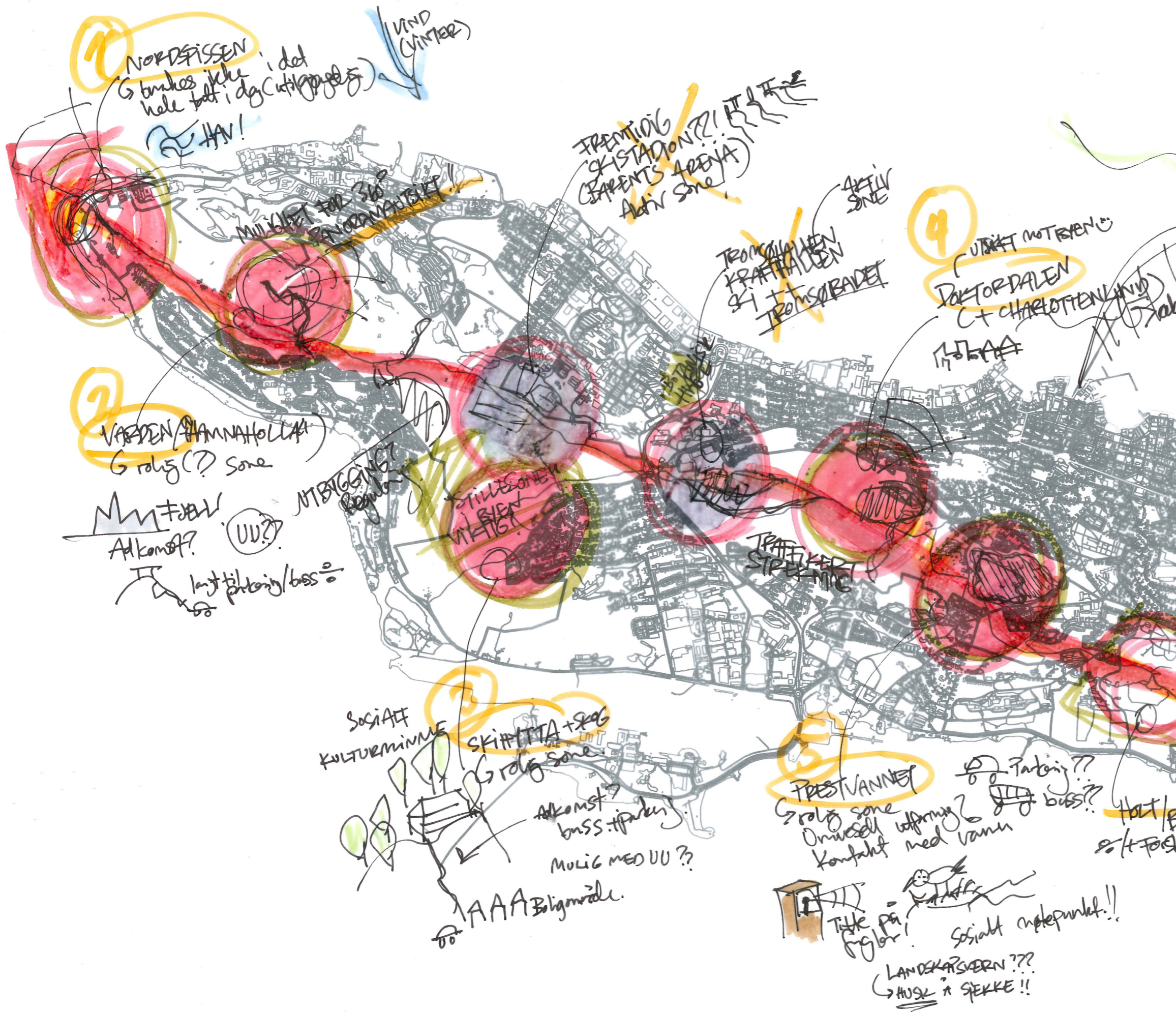
Tromsømarka er delt inn i tre hoveddeler. De tverrgående forbindelsene Lagnesveien og Tverrforbindelsen (Erling Kjeldsens veg) deler marka inn fysisk, og bruken og atmosfæren er ulik i de tre hoveddelene. Innad i de tre hoveddelene

finnes flere delområder med ulik bruk. Det er flere områder opparbeidet og tilrettelagt for lek og aktiviteter for barn og unge, mens andre områder domineres av idrettsanlegg og løyper for skiaktiviteter. Områder for rekreasjon finnes overalt i marka, men er mindre tydelige til tross for store rekreasjonsmessige kvaliteter. Tilrettelegging for disse er liten eller fraværende.

Diagrammet under er en SWOT-analyse; S for *strengths*, W for *weaknesses*, O for *opportunities*, og T for *threats*. SWOT-analysen oppsummerer Tromsømarkas styrker, svakheter, muligheter og trusler.



Oppsummering av analyser i form av SWOT-analyse



## 5. DELANALYSER OG LØSNINGSFORSLAG

I denne delen presenteres overordnet løsningsforslag med muligheter for dem nye delområder i Tromsømarka, med oppgraderte forbindelser.

- Løsningsforslaget
- Parametere for design
- Øke aktivitet blant lavfrekvensbrukere
- Lavterskelaktivitet
- Skape steder som er "TTT"
- Referanseprosjekter
- Plangrep og utforming
- Todelt løsningsforslag - forbindelser og destinasjoner

ikke i marked!

## LØSNINGSFORSLAGET

I løsningsforslaget fokuseres det på tilretteleggelse for lavterskelaktiviteter for lavfrekvensbrukere i Tromsømarka. Fem nye mulige destinasjoner skal supplere eksisterende opparbeidede og planlagte områder for rekreasjon, lek, aktivitet og idrett i marka. Løsningsforslagene skal være med på å gjøre Tromsømarka til et mer inkluderende, attraktivt og allment tilgjengelig grøntområde for både fastboende tromsøværinger, nyinnflyttede og besøkende.

## PARAMETERE FOR DESIGN

Seks parametere for design legger føring for prosjektering av de utvalgte delområdene. Sammen skal parameterne være en verktøykasse for utforming av gode og attraktive rekreasjonsområder med spesielt fokus på lavterskelaktiviteter for lavfrekvensbrukere i Tromsømarka.



## OPPGAVENS MÅL

### OPPGAVENS PROBLEMSTILLING

“Hvordan invitere til økt bruk i Tromsømarka ved å tilrettelegge for lavterskelaktiviteter som fokuserer på opplevelser av naturkvaliteter i marka?”

- Øke bruken av Tromsømarka som attraktivt rekreasjonsområde blant lavfrekvensbrukere.
- Styrke eksisterende hovedlysløype i retning nord-sør som viktig og attraktiv transportåre for flere brukere.
- Skape nye destinasjoner for lavterskelaktiviteter som er basert på stedsspesifikk naturopplevelse i tilknytning til hovedlysløypa.

### 1 SAMMENHENG

Hovedlysløypa skal skape sammenheng mellom de ulike destinasjonene. Destinasjonene utformes og tilrettelegges frittstående og uavhengig av hverandre, men formspråk og utforming skal være med på å skape gjenkjennelse fra destinasjon til destinasjon.

### 2 FREMHEVE STEDSKVALITET

Utforming skal på best mulig måte fremheve den stedsspesifikke naturkvaliteten. Utformingen, sammen med stedets spesielle kvalitet, skaper en destinasjon som tiltrekker brukere. Stedets karakter skal ikke endres eller forringes, men fremheves. Inngrep i eksisterende terreng og vegetasjon skal minimeres.

### 3 TILGJENGELIGHET

Destinasjonene skal kunne nås fra eksisterende løype- og stinett i form av etablerte stier og gangveier, bussforbindelser, eller mulighet for parkering i nærheten. Det legges opp til universell utforming der det er hensiktsmessig og terrenget tillater det uten for store inngrep. Det legges vekt på gratis og offentlige tilbud som alle kan benytte seg av, sommer som vinter.

### 4 KVALITET

Det skal i utformingen brukes materialer som er varige og av robust kvalitet for å minimere slitasje og senere skjøtsel. Materialene skal være også enkle å vedlikeholde og lett å erstatte.

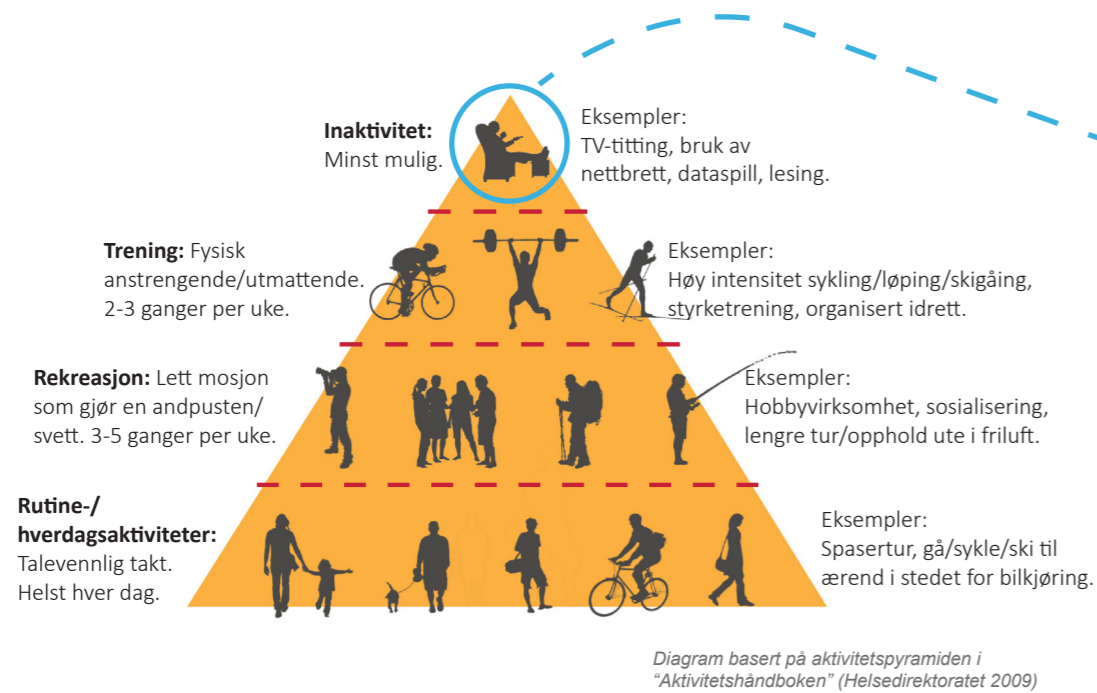
### 5 SOSIAL MØTEPlass

Det skal være en tydelig sosial møteplass på hver destinasjon. På den måten skapes et nettverk av tydelige møteplasser i Tromsømarka.

### 6 INNSPILL FRA IDÉSEMINAR

Valg av tilretteleggelse skal baseres på ønsker og innspill som ble foreslått av deltakerne på idéseminar.





## ØKE AKTIVITET BLANT LAVFREKVENSBUKERE

Målet er å tilrettelegge for mer lavterskelaktiviteter i Tromsømarka. Ved å etablere et større tilbud i marka kan det stimuleres til mer bruk og aktivitet blant de som er inaktive brukere i dag. Diagrammet over viser en modifisert versjon av aktivitetspyramiden i Aktivitetshåndboken - Fysisk aktivitet i forebygging og behandling (Helsedirektoratet 2009). Aktivitetspyramiden angir anbefalt aktivitet for voksne i løpet av en uke, og deler aktiviteter i ulike nivåer av fysisk anstrengelse. Det er i oppgaven et mål om å bedre tilrettelegge for de grunnleggende fysiske aktivitetsnivåene som befinner seg nederst på aktivitetspyramiden; *rutine-/hverdagsaktiviteter* og *rekreasjon*. Gjennom ideseminar, stedsanalyser og observasjoner er det tydelig at høyfrekvensbrukere som er fysisk aktive allerede benytter Tromsømarka både til rutine-/hverdagsaktiviteter, rekreasjon og trening. Mens fysisk inaktive og andre lavfrekvensbrukere mangler enten motivasjon og/eller invitasjon for bruk av marka for å bedre sin fysiske og mentale helse.

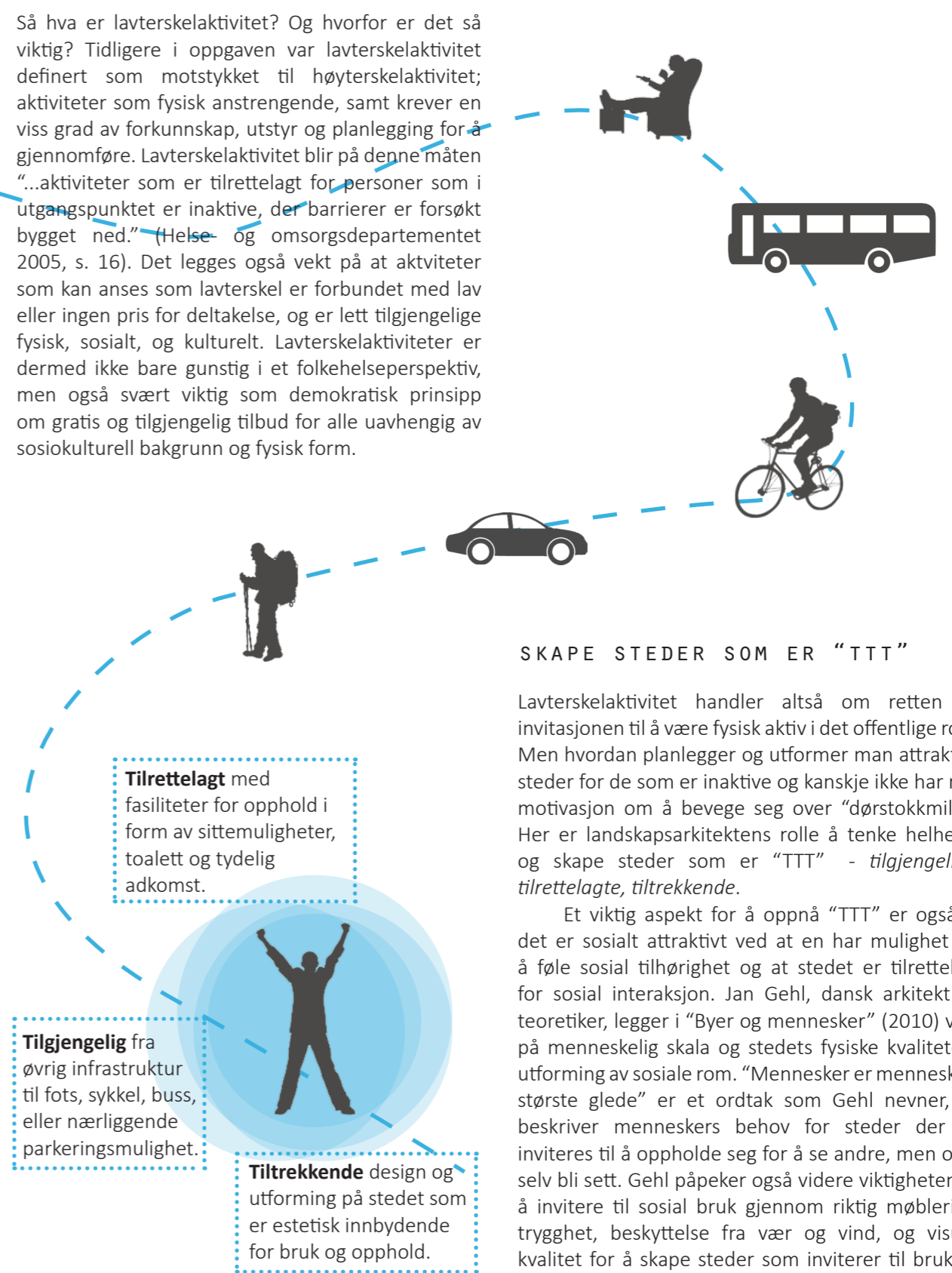
Det velkjente faktum om at regelmessig fysisk aktivitet gir positive virkninger både fysisk og mentalt er ofte ikke nok motivasjon for mange som

er fysisk inaktive. I Aktivitetshåndboken nevnes adferdsendring som en av de største utfordringene i forbindelse med fysisk inaktivitet. Dette i tillegg til ytre faktorer som det fysiske miljøet, infrastrukturen og samfunnets normer som strukturerer og legger til rette for den fysiske aktiviteten. Andre strukturelle og demografiske faktorer som alder, kjønn, sosiokulturell bakgrunn, og personlighet spiller også inn, og er vanskelige å påvirke (Helsedirektoratet 2009, s. 86-87).

Det er viktig å planlegge for offentlige og ikke-ekskluderende tilbud for å nå ut til potensielle brukere som selv ikke motiveres. Individets mestringsforventning nevnes i Aktivitetshåndboken som en viktig faktor for å bli fysisk aktiv, og kan utvikles på flere måter. Design og utforming kan være med på å fremme enkeltindividets mestringsforventning ved å tilrettelegge for aktiviteter i det offentlige rom som gir positive erfaringer fysisk, mentalt eller sosialt. Her er planlegging for lavterskeltilbud en måte å invitere til økt fysisk aktivitet blant dagens inaktive, som er potensielle fremtidige, brukere av Tromsømarka.

## LAVTERSKELOKTIVITET

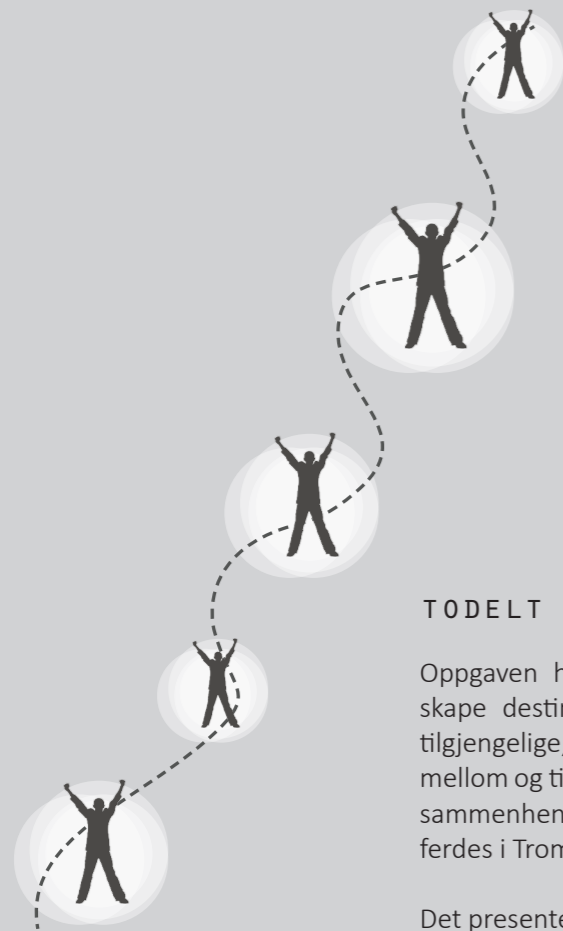
Så hva er lavterskelaktivitet? Og hvorfor er det så viktig? Tidligere i oppgaven var lavterskelaktivitet definert som motstykket til høyterskelaktivitet; aktiviteter som fysisk anstrengende, samt krever en viss grad av forkunnskap, utstyr og planlegging for å gjennomføre. Lavterskelaktivitet blir på denne måten "...aktiviteter som er tilrettelagt for personer som i utgangspunktet er inaktive, der barrierer er forsøkt bygget ned." (Helse- og omsorgsdepartementet 2005, s. 16). Det legges også vekt på at aktiviteter som kan anses som lavterskel er forbundet med lav eller ingen pris for deltakelse, og er lett tilgjengelige fysisk, sosialt, og kulturelt. Lavterskelaktiviteter er dermed ikke bare gunstig i et folkehelseperspektiv, men også svært viktig som demokratisk prinsipp om gratis og tilgjengelig tilbud for alle uavhengig av sosiokulturell bakgrunn og fysisk form.



## SKAPE STEDER SOM ER "TTT"

Lavterskelaktivitet handler altså om retten og invitasjonen til å være fysisk aktiv i det offentlige rom. Men hvordan planlegger og utformer man attraktive steder for de som er inaktive og kanskje ikke har noe motivasjon om å bevege seg over "dørstokkmila"? Her er landskapsarkitektens rolle å tenke helhetlig og skape steder som er "TTT" - *tilgjengelige, tilrettede, tiltrekkende*.

Et viktig aspekt for å oppnå "TTT" er også at det er sosialt attraktivt ved at en har mulighet for å føle sosial tilhørighet og at stedet er tilrettelagt for sosial interaksjon. Jan Gehl, dansk arkitekt og teoretiker, legger i "Byer og mennesker" (2010) vekt på menneskelig skala og stedets fysiske kvaliteter i utforming av sosiale rom. "Mennesker er menneskers største glede" er et ordtak som Gehl nevner, og beskriver menneskers behov for steder der en inviteres til å oppholde seg for å se andre, men også selv bli sett. Gehl påpeker også videre viktigheten av å invitere til sosial bruk gjennom riktig møblering, trygghet, beskyttelse fra vær og vind, og visuell kvalitet for å skape steder som inviterer til bruk og aktivitet.



### TODELT LØSNINGSFORSLAG

Oppgaven har som hovedformål å synliggjøre og skape destinasjoner for lavterskelaktivitet som er tilgjengelige, tilrettelagte og tiltrekkende, men veien mellom og til disse stedene er også viktige for å skape sammenheng og gjøre det enkelt og mer attraktivt å ferdes i Tromsømarka generelt.

Det presenteres derfor videre en overordnet strategi for tilrettelegging og opparbeidelse av gangnettet i Tromsømarka, sett i sammenheng med muligheten for nye destinasjoner i Tromsømarka.



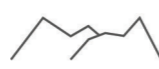









### DELOMRÅDER OG FORBINDELSER

I det overordnede forslaget presenteres mulighetene for fem demområder; Nordspissen, Varden, Skihytta, Doktordalen og Prestvannet. Disse forbindes med et oppgradert løpesystem der dagens hovedlysløype er hovedferdselsåren. Videre presenteres det tre konkrete løsningsforslag for tre av delområdene. Disse er henholdsvis; Nordspissen, Varden og Prestvannet.

Kartdiagram basert på ortofoto  
fra [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no)

## FEM DELOMRÅDER - FEM NYE MULIGHETER

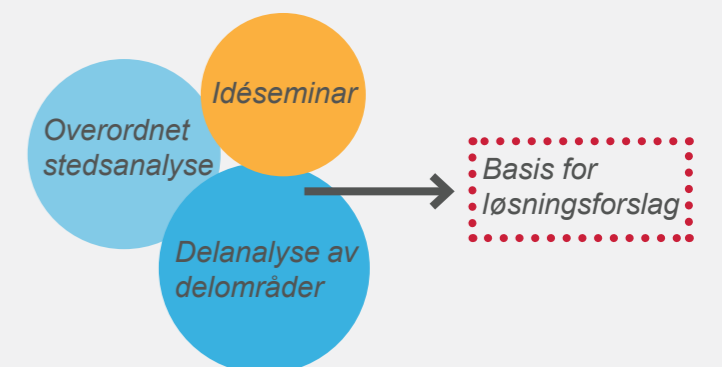
	KVALITETER	UTFORDRING	POTENSIALE	ATTRAKSJON/ AKTIVITET/PROGRAM
1. NORDSPISSEN	Nærhet til hav med utsyn mot omkringliggende landskap i nord. På grunn av lite bebyggelse og utvikling i området preges stedet av at atmosfæren er stille og uberørt. 	Adskilt fra Tromsømarka, og dårlig bussforbindelse. Gang- og sykkelvei mangler. Stor avstand fra omkringliggende boligbebyggelse og sentrumsområder.	Bruk av kommunal eid tomt for å tilgjengeliggjøre kystlinjen før fremtidig utvikling i området. Destinasjon for rekreasjon og opphold i omgivelser som er lite påvirket av urban utvikling.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utsikt</li> <li>• Opphold</li> <li>• Opplevelse av midnattsol på sommerhalvåret, og nordlys på vinterhalvåret i område med lite lysforurensing</li> <li>• Badstu, grilling og bading</li> </ul> <p><i>"Det fins en badstu hær en plass, men man får ikkje bruke den hvis man ikkje e finsk..."</i></p> <p>- Kristine Andreassen, deltaker på idéseminar </p>
2. VARDEN	Høyeste punkt på Tromsøya. Populært turmål. Utsyn mot omkringliggende fjellandskap og Tromsøya. Radaranlegg som distinkt gjenkjennelsesmoment.	Store terrengutfordringer og dårlig tilgjengelighet fra parkeringsmuligheter og bussforbindelser. Radaranlegg som er i bruk legger føringer for inngrep i umiddelbar nærhet av anlegget.	Mer tilrettelagt og tiltrekkende utkikkspunkt med mulighet for opphold for flere. 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utsikt</li> <li>• Opphold</li> <li>• Nordlystitting</li> </ul> <p><i>"Graden av tilretteleggelse e mye mindre på nordøya enn på sørøya, vi føle at vi ofte blir litt glemt her."</i></p> <p>- Elin Solheim, deltaker på idéseminar </p>
3. SKIHYTTA	Større skogsområde som viktig stillesone på Tromsøya. Etablert løype- og stisystem i området. Historisk skihytte med gjenåpnet og populær kafedrift. Parkering og bussforbindelser i nærheten.	Terrengutfordringer i området begrenser fremkommelighet og tilgjengelighet til og rundt Skihytta og skogsområdet rundt.	Universelt utformet sti opp til, og i skogsområdet rundt Skihytta kan øke tilgjengeligheten. 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skihytta som sosial møteplass</li> <li>• Skogstur og rekreasjon</li> <li>• Serveringssted</li> </ul> <p><i>"Det store skogsområdet rundt Skihytta og Grønnåsen er utrolig viktige stillesoner i marka."</i></p> <p>- Bo Eide, deltaker på idéseminar </p>
4. DOKTORDALEN	Skjermet område i ellers mye brukt turområde. Historisk område for skirenn- og hopp. Utsyn mot byen. Nærhet til Charlottenlund aktivitetsområde med gode parkerings- og bussforbindelser.	Terrengutfordring. Høy aktivitet i omkringliggende konkurranseløyper for ski på vinterhalvåret.	Bedre opparbeidet gangveier for skogstur med rasteplass og utkikkspunkt, som er bedre tilknyttet til hovedlysløype. 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utsikt</li> <li>• Opphold</li> <li>• Skogstur</li> </ul> <p><i>"Det hær e et av mine favorittsteda! Hær e det fin utsikt, og litt bortgjæmt."</i></p> <p>- Sigurd S. Ovesen, deltaker på idéseminar </p>
5. PRESTVANNET	Skjermet, rolig og frodig naturområde i ellers tettbygd område. Stort vann som er mye brukt med etablerte gangveier rundt. Biologisk og historisk verdifullt naturområde. God tilgang til parkeringsmuligheter og bussforbindelser. 	Landskapsvern gir strenge restriksjoner for inngrep og opparbeidelse.	Tilretteleggelse med universell utforming for å øke tilgjengelighet til og rundt vannet. Bedre tilretteleggelse for kontakt med vann. Etablering av bedre parkeringsplass og fasiliteter i form av toalett og mulighet for serveringssted.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lettere tur</li> <li>• Fugletitting</li> <li>• Sosialt møtested</li> <li>• Mulighet for servering</li> </ul> <p><i>"Funksjonshemmede og andre med nedsatt bevegelsesfunksjon burde ha et større tilbud i marka! Tilrettelagte rasteplasser, kafeetilbud og destinasjoner ville vært fint!"</i></p> <p>- Torunn Ovanger og Kjerstin Haukland, deltakere på idéseminar </p>

## VALG AV DELOMRÅDENE

De utvalgte delområdene varierer i bruk, og er svært ulike i karakter. Gjennomgående er lav eller ingen grad av tilretteleggelse til tross for store rekreasjonsmessige kvaliteter. Utvalgte delområder varierer også i avstand fra hovedlysløype og potensielle utfartssteder i form av parkeringsmulighet og bussforbindelse.

Mens Nordspissen er ubrukt på grunn av dårlig tilgjengelig og ingen tilretteleggelse, er Prestvannet et veletablert og populært rekreasjonsområde. Disse er også de to delområdene som er minst utfordrende terrengmessig med tanke på mulighet for universell utformet adkomst. Varden, Skihytta og Doktordalen er mindre egnet for universell utforming. Dette gjelder spesielt Varden som også har svært dårlig tilgjengelighet fra eksisterende utfartssteder på grunn av stor avstand fra bussforbindelser, parkeringsmuligheter og øvrig veinett.

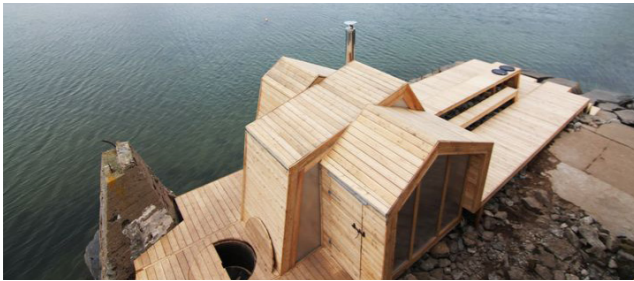
Terreng og topografi kompliserer tilretteleggelse og adkomst i Tromsømarka. Tilretteleggelse kan potensielt føre til store inngrep i naturen. Samtidig gir terreng og topografi muligheter for spennende løsninger og opplevelser av stedsspesifikk naturkvaliteter i marka. Matrisen viser oppsummering av kvaliteter, potensialer, utfordringer og forslag til attraksjon/aktivitet/program for hvert enkelt delområde. Alternativ attraksjon/aktivitet/program rettet mot lavfrekvensbrukere for delområdene er med grunnlag i de funnene og forslagene som fremkom av idéseminarene med tromsøværing. Dette satt i sammenheng med stedlig vurdering av hvert enkelt delområde ved overordnet- og delområdeanalyse.



## REFERANSEPROSJEKTER

For inspirasjon er det valgt ut bygde prosjekter som forbilder for hvert av de fem delområdene. Referanseprosjektene er valgt på bakgrunn av likhet i stedets karakter og program, samtidig som estetisk forgivning og materialbruk har vært til inspirasjon.

## 1. Nordspissen badstu



"The Bands", Lofoten - *Studenter ved AHO*. For mer info og bilder: [www.designdiffusion.com/en/architecture-eng/the-bands-wooden-sauna-lofoten-norway/](http://www.designdiffusion.com/en/architecture-eng/the-bands-wooden-sauna-lofoten-norway/)



"Fogo Island", Newfoundland, Canada - *Todd Saunders, med flere*. For mer info og bilder: [www.saunders.no/work/fogo-island-squish-studio/](http://www.saunders.no/work/fogo-island-squish-studio/)

## 2. Varden utkikkspunkt



"Vedahaugane", Aurlandsfjellet - *L J B*. For mer info og bilder: [www.archdaily.com/193230/vedahaugane-l-j-b](http://www.archdaily.com/193230/vedahaugane-l-j-b)



"Ørnesvingen", Geiranger - *3RW Arkitekter AS + Smedsvig Landskap AS*. For mer info og bilder: [www.landarchs.com/viewpoint-extends-600-meter-vertical-drop-breathtaking-views/#top](http://www.landarchs.com/viewpoint-extends-600-meter-vertical-drop-breathtaking-views/#top)

## 3. Skihytta skogspark



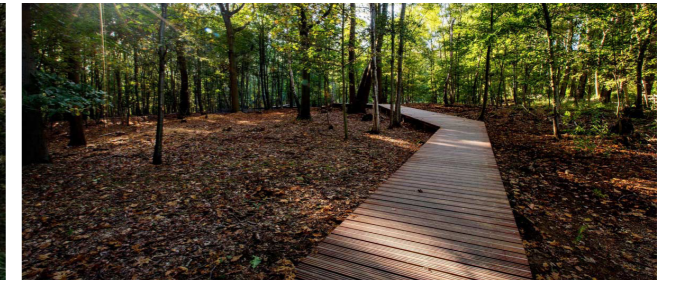
"A Path in the Forest", Kadriorg, Estland, - *Tetsuo Kondo Architects*. For mer info og bilder: [www.e-architect.co.uk/estonia/a-path-in-the-forest](http://www.e-architect.co.uk/estonia/a-path-in-the-forest)



## 4. Doktordalen skogstur



"The Bluff", Ypres Slient, Belgia - *OMGEVING Landscape Architecture*. For mer info og bilder: [www.landezine.com/index.php/2015/12/the-bluff-by-omgeving/](http://www.landezine.com/index.php/2015/12/the-bluff-by-omgeving/)



## 5. Prestvannet promenadebrygge



"Minghu Wetland Park", Guizhou, Kina - *Turescape*. For mer info og bilder: [www.archdaily.com/590066/minghu-wetland-park-turescape](http://www.archdaily.com/590066/minghu-wetland-park-turescape)

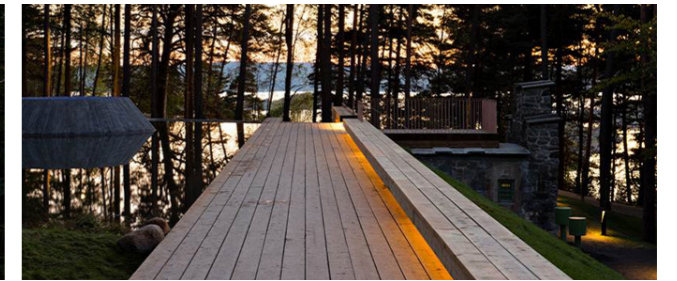


"Bygdøy Kyststi", Oslo - *Østengen & Bergi AS*. For mer info og bilder: [www.ostengen-bergo.no/prosjekt/bygdoy-kyststi/](http://www.ostengen-bergo.no/prosjekt/bygdoy-kyststi/)

## Lyssetting



"Ekebergparken", Oslo - *Bjørbeek og Lindheim Landskapsarkitekter*. For mer info og bilder: [www.magasinetkote.no/tema-p-nett/2014/8/19/respekt-for-mrket-lysdesign-p-ekeberg](http://www.magasinetkote.no/tema-p-nett/2014/8/19/respekt-for-mrket-lysdesign-p-ekeberg)





**NORDSPISEN BADSTU**

Badstu og bål plass med utsyn mot havet. Mulighet for bading med badebrygge. Universelt utformet adkomst.

*Program:*  
Badstu, opphold, utsikt, bading.

LANGVANNET BADEPARK OG RUNDVANNET FISKEPARK  
Tilrettelagt bademulighet med baderampe for rullestolbrukere, og opparbeidelse for fiske.

*Program:*  
Bading, fising, tur, opphold, sosialt møtested.

**DOKTORDALEN SKOGSTUR**

Tilrettelagt turvei med rasteplass og utkikkspunkt med utsyn mot byen og fastlandet.

*Program:*  
Skogstur, utsikt, opphold.



CHARLOTTENLUND AKTIVITETSOMRÅDE  
Opparbeidet område for lek og aktiviteter.

*Program:*  
Ballspill, aking, skøyte, tuftpark, frisbeegolf, hundepark, pumptrack.

**PRESTVANNET PROMENADEBRYGGE**

Universelt utformet turrute med bedre tilretteleggelse for opphold ved vannet.

*Program:*  
Lettere tur, fugletitting, sosial møtested.



TELEGRAFBUKTA  
Populært rekreasjonsområde. Opparbeidet badestrand med baderampe og tuftpark.

*Program:*  
Bading, tur, opphold, sosialt møtested.



**SKIHYTTA SKOGSPARK**

Universelt utformet adkomst til og i skogsområdet rundt Skihytta som har servering.

*Program:*  
Sosial møteplass, serveringssted, skogstur.

TEMPLARHEIMEN IDRETTSPARK  
Idrettshaller med mulighet for blant annet ballspill og klatring. Nytt badeanlegg "Tromsøbadet" under planlegging. Område for helhetlig idrettspark i fremtiden.

*Program:*  
Ulike typer idrett.

BAKOLSEN SKITREKK  
Dugnadsdrevet skitrekk i vintersesongen. Nyetablert gapahuk i området.

*Program:*  
Skileik, tur, opphold.

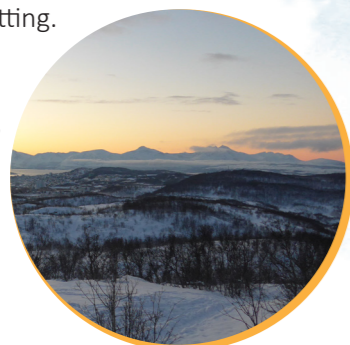
FOLKEPARKEN  
Skogsområde med opparbeidet nærmiljøanlegg.

*Program:*  
Opphold, tur.

**VARDEN UTKIKKSPUNKT**

Større utkikksplass for utsikt og nordlystitting.

*Program:*  
Endepunkt for tur, utsikt, opphold.



**PLANGREP**

Forsterke hovedlysløypa som forbindelse i nord-sør retning ved å tilføre nye destinasjoner for lavfrekvensbrukere langs denne. Målet er å tilgjengeliggjøre samt tilrettelegge for aktivitet og opphold på steder med naturkvaliteter som før var mindre kjente og tilgjengelige for allmennheten. Fem nye destinasjoner forbindes til hovedlysløype i opparbeidede gangveier i "sløyfer" som leder en tilbake til eksisterende lysløype. "Sløyfene" påkobles eksisterende sti- og eller løypesystem som leder til tilgrensede boligområder og øvrig infrastruktur på Tromsøya der det er mulig eller hensiktsmessig.

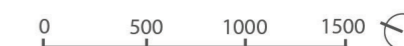
**UTFORMING FOR Å FREMHEVE STEDSPESIFIKK NATURKVALITET**

De fem delområdene har distinkte naturkvaliteter. Design og utforming skal best mulig fremheve og tilgjengeliggjøre den stedsspesifikke naturkvaliteten på hvert sted for å skape fem ulike destinasjoner i Tromsømarka. Utforming for hvert delområde har et spesifikt tema:

- NORDSPISEN - HAV
- VARDEN - FJELLANDSAP
- SKIHYTTA - SKOG
- DOKTORDALEN - SKOG
- PRESTVANNET - VANN OG FUGLELIV

**Tegnforklaring**

- Tre nye destinasjoner
- To mulige nye destinasjoner
- Eksisterende områder for aktiviteter og rekreasjon
- Eksisterende eller planlagte idrettsanlegg
- Nordsør-forbindelse langs eksisterende lysløype
- Opparbeiding av nye og eksisterende gangveier til destinasjoner



**”Nord”**

*Se oftere mot nord.  
Gå mot vinden, du får rødere kinn.  
Finn den ulendte stien. Hold den.  
Den er kortere.  
Nord er best.  
Vinterens flammevirvel,  
sommernattens mirakel*

*Gå mot vinden, klyv berg.  
Se mot nord.  
Oftere.  
Det er langt dette landet.  
Det meste er nord.*

*-Rolf Jacobsen*

## OPPGRADERT LØYPESYSTEM

### FORBINDELSENE

For å skape en sammenheng mellom eksisterende og nye destinasjoner i Tromsømarka, presenteres det forslag for oppgradering av hovedlysløypa. Forslaget inkluderer også forslag til nye løyper, i oppgaven omtalt som ”sløyfer”, i marka. Sammen skal forslaget til oppgradert løypesystem skape nye og attraktive forbindelser i Tromsømarka.

*Prinsippsnitt som presenteres er i målestokk 1:100 med mindre annet er oppgitt.*



**DELANALYSE: HOVEDLYSLØYPA**

Hovedlysløypa som forbinder Tromsømarka og alle områdene i den, er gjennomgående svært godt utbedret med grusdekke av god kvalitet. Bredden på grusdekket varierer mellom 2 og 3 meter. Dette er tilstrekkelig i sommersesongen. I vintersesongen utvides bredden av ferdselsareal med preparering av skiløyper. Tråkkerutinene av løypene i marka varierer. Men generelt prepareres klassisk spor i de fleste løyper. (Se vinterløypekart vedlegg 1 for oversikt over vinterløyper for ski).

I enkelte strekninger av hovedlysløypa trækkes det opp gangsoner i tillegg til klassisk spor (0,75m) og fristilzone (minimum 3m, stedvis bredere ved tilstrekkelig snømengde). Gangsonen som trækkes er 1,5m. Noe av dette arealet "lånes" til stavsett til sideliggende klassisk spor. Dette gjør at den faktiske bredden for gående reduseres til ca. 1m. Snittet på denne siden viser et typisk snitt for lysløypa der gåsone er tråkket.

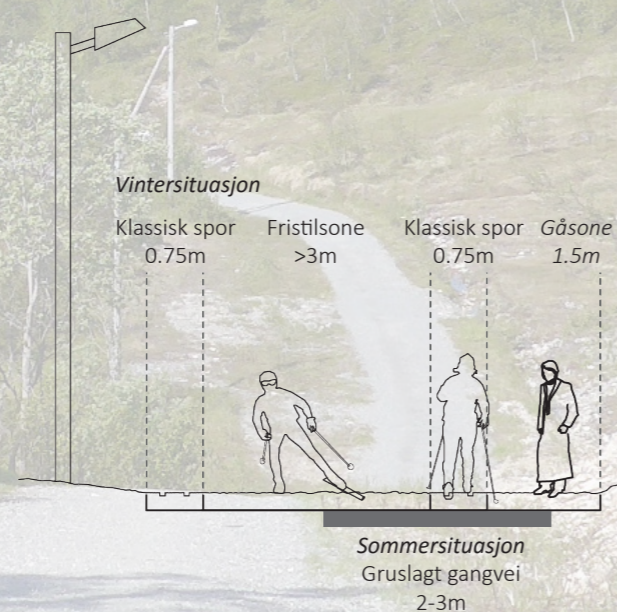
I løpet av vintersesongen preges deler av lysløypa av brukerkonflikt mellom de på ski og andre som ferdes, dette gjelder spesielt i midtre del av marka på grunn av mange som ferdes og bruker hovedlysløypa både som transportåre til og fra arbeid, skole og til tur i marka. Gangsonen oppleves svært smal og utilstrekkelig for den store ski- og gåtrafikken. I tillegg til de på ski og gående er det mange som sykler. Syklistene benytter stort sett fristilsonen. Der det ikke er tråkket gåsone, deles den midtre sonen som er mellom klassisksporene av de gående og syklende.

Lysmaster- og armaturer i hovedlysløypa ble i følge Jarle Heggelund, arbeidsleder ved bydrift i Tromsø kommune, bygd på dugnad med brukte master på 60-tallet. Lyskvaliteten varer noe, men gir stort sett tilstrekkelig lys til løypa.

Hovedlysløypa oppleves ellers svært lang og ensformig, dette spesielt for gående. Det er få

muligheter for hvile og opphold. Det er stedvis plassert ut enkeltbenker. Avstanden mellom benker er ofte svært lange. Plassering av de oppleves ofte tilfeldig og gjør oppholdsstedene med benker lite attraktive. Som turgåer er det liten forutsigbarhet i når neste sjanse for hvile vil være. I tillegg gjør terreng og topografi at ferdsel langs hovedlysløypa kan være svært fysisk anstrengende. Det er derfor behov for forutsigbare og attraktive hvilepunkter.

Prinsippsnitt for hovedlysløypa

**Potensiale og mulige tiltak:**

- Bedre opparbeidelse for gående og syklende på vinterhalvåret, med utvidet gangsone langs de mest trafikkerte strekningene.
- Flere sitte- og hvilemuligheter.
- Oppgradering av lysmaster og armaturer for å øke den estetiske opplevelsen og sikkerhet, samt kan føre til redusert energiforbruk.

Brukerkonflikt i de mest trafikkerte strekningene minker brukeropplevelsen og fremkommelighet



Foto av: Henrik Romsaas



Tilfeldig og uforutsigbar plassering av benker, ofte lite tiltrekkende for opphold



Lange og ensformige strekninger, spesielt for gående



Slitte eldre master, med armaturer som gir varierende lyskvalitet



Foto av: Henrik Romsaas

Terreng gir utfordringer i utvidelse av bredden for gåsone

## HIERARKI AV GANGNETT

Dagens hovedlysløype som tar en fra nord til sør er på over 10 km. Hovedlysløypa er den mest brukte og opparbeidede ferdselsåren i Tromsømarka. I tillegg til å bli brukt som turløype, brukes den av mange tromsøværinger som daglig hovedferdselsåre mellom hjem og arbeidssted/utdanningsinstitusjon hele året. I tillegg har Tromsømarka et godt etablert gangnettverk i form av gruslagte stier og mindre tråkk som skaper et hierarki av gangveier. Utenom

de gangveiene som er kartfestet i eksisterende vinterløypekart (vedlegg 1), er de fleste av stiene og tråkkene basert på lokalkjennskap. Det vil være hensiktsmessig å skape et tydeligere gangnett, der stier/tråkk som leder til viktige destinasjoner i marka oppgraderes for bruk både vinter og sommer. Helhetlig plan med hierarki av ferdselsårer og prioriterte områder, foreslås i løsningsforslaget.

### 1. HOVEDLYSLØYPA

Lysløypa beholdes som hovedferdselsåre med utbedring av enkelte strekninger der trafikken er svært stor på vintertid. Hovedlysløypa oppleves svært lang og ensformig for mange. Hvile- og stoppesteder etableres langs denne med fast frekvens på mellom 300-500m. Det foreslås å utvide hovedlysløypa i nord helt ned til Ringveien på Nordspissen.

Prinsippsnitt for hovedlysløypa som vist på side 76.

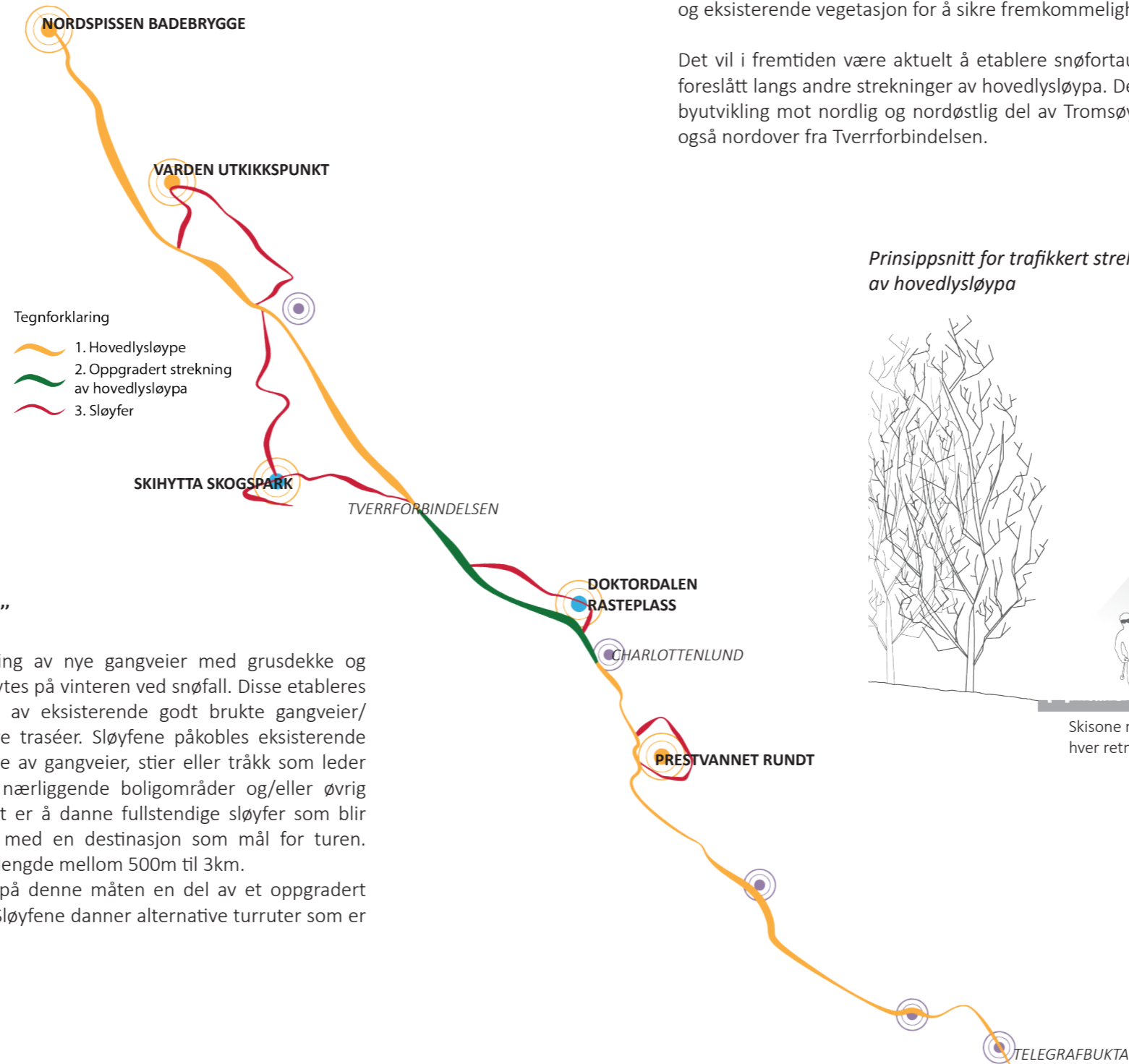
### Prinsippsnitt for sløyfe



### 3. "SLØYFER"

Sløyfer er etablering av nye gangveier med grusdekke og belysning som brøytes på vinteren ved snøfall. Disse etableres som oppgradering av eksisterende godt brukte gangveier/stier, eller som nye traséer. Sløyfene påkobles eksisterende gangnett bestående av gangveier, stier eller tråkk som leder til hovedlysløype, nærliggende boligområder og/eller øvrig infrastruktur. Målet er å danne fullstendige sløyfer som blir kortere turrunder med en destinasjon som mål for turen. Sløyfene varierer i lengde mellom 500m til 3km.

Sløyfene blir på denne måten en del av et oppgradert gangnett i marka. Sløyfene danner alternative turruter som er belyst og brøytet.



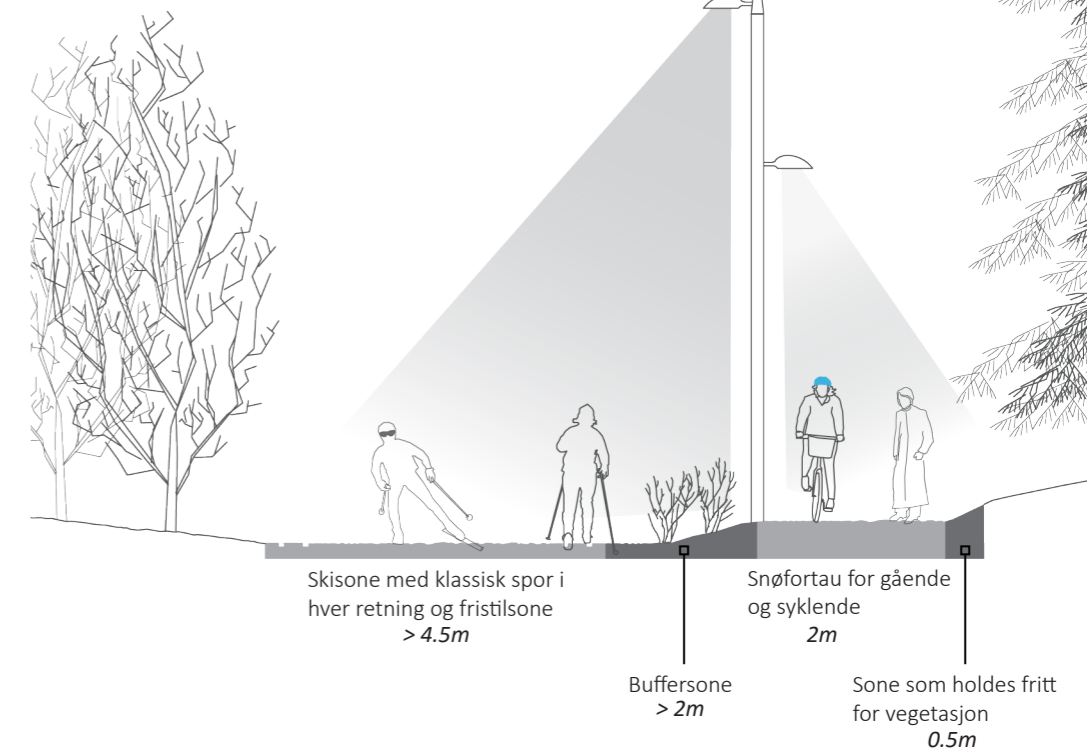
### 2. TRAFIKKERT STREKNING AV LYSLØYPA

Strekningen mellom Tverrforbindelsen og Charlottenlund svært trafikkert, spesielt i løpet av vintersesongen. Det tråkkes smalt snøfortau heri dag. Snøfortauet foreslås utvidet fra 1,5m til 2m for å øke gangbarheten. Snøfortauet deles mellom gående og de som sykler. Snøfortauet kan også med fordel ligge høyere enn skisone for å tydeliggjøre soneinndeling mellom skitrafikk og gående/syklende.

Buffersone på 2m etableres mellom skisone og snøfortau, og enkelte steder kan buffersonen være bredere. Buffersonen har naturlig vegetasjon som trimmes og holdes nede til maksimum 1m for å opprettholde visuell kontakt mellom skisone og snøfortau. Buffersonen brukes også til møbleringsone for benker, og som sone for snøopplag. Der det er tett vegetasjon ryddes sone på 0,5 m mellom snøfortau og eksisterende vegetasjon for å sikre fremkommelighet og sikt.

Det vil i fremtiden være aktuelt å etablere snøfortau etter samme prinsipp som foreslått langs andre strekninger av hovedlysløypa. Dette med hensyn til fremtidig byutvikling mot nordlig og nordøstlig del av Tromsøya som vil føre til økt trafikk også nordover fra Tverrforbindelsen.

### Prinsippsnitt for trafikkert strekning av hovedlysløypa





Nye master med  
strømbesparende  
LED-lys

## LYSPORTALER I LYSLØYPA

Attraktive og forutsigbare sitte- og hvilemuligheter langs hovedlysløypa mangler. I tillegg oppleves hovedlysløypa som svært lang og ensformig for mange. Det foreslås derfor å etablere "lysportaler" med en fast avstand på 1km langs hovedlysløypa.

Lysportalene skal fungere som avstandsanvisere samtidig som de gir et fint estetisk innslag i en ellers ensformig og lang løype. I løpet av mørketiden på vinterhalvåret vil lysportalene være et lysende estetisk element, mens på sommertid når midnattsola står på, vil portalene være elementer som står fram mot den ellers grønne løypa. Lysportalene kombineres med integrert sittemulighet og kartinformasjon om Tromsømarkas destinasjoner.

### Konstruksjonen:

Endelig utforming og dimensjoner må tilpasses fra sted til sted, da det er stor topografisk variasjon langs hovedlysløypa. Materiale for portalkonstruksjonen foreslås til å være cortenstål som er et varig materiale, men endrer patina over tid som gjør at det eldres med stil. Lyslist av LED integreres i konstruksjonen og skal gi et jevnt og konsentrert lys. Benker har trespiler som gir bedre komfort enn corten.

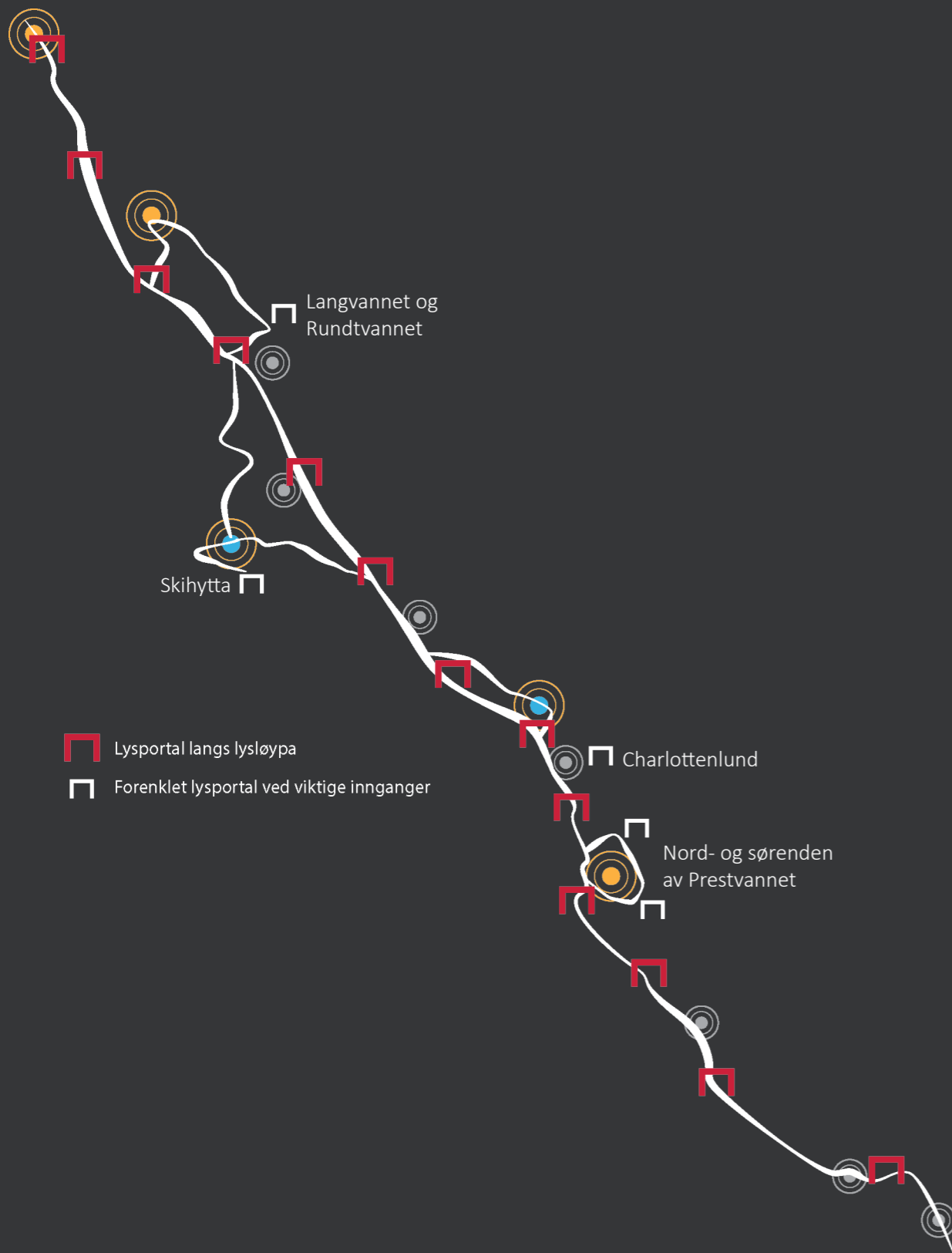
LED-lys integrert i  
portalkonstruksjon

Lyssatt kart over  
destinasjoner, løypenett  
og annen informasjon av  
interesse

Integrert sittemulighet for  
turgåere

### MATERIALE

Corten



#### FORUTSIGBARHET, SAMMENHENG, OG INTERAKTIVITET

Lysportaler etableres langs hovedlysløypa hver kilometer. Dette for å skape forutsigbarhet og sammenheng for de som benytter hovedlysløypa i Tromsømarka. Forenklede og mindre varianter av lysportal, inngangsportaler, etableres også ved viktige innganger til Tromsømarka; i nordlige del ved Langvannet/Rundtvannet, Skihytta, Charlottenlund, og Prestvannet. Disse inngangene anses som de viktigste som leder til populære destinasjoner i marka.

Lysportalene i hovedlysløypa fungerer som fysiske og estetiske avstandsmålere, men kan også fungere som digitale "informasjonshubs". I tillegg til å ha

analogt kartoppslag over Tromsømarka integrert, kan portalkonstruksjonene angi digital informasjon om eksempelvis antall gående og syklende som har passert per dag, uke, eller år. Lysportalene kan også for eksempel fungere som personlige interaktive avstandsmålere. Ved passering sendes signal til en app for loggføring av avstand en har lagt bak seg i løypa til enhver tid. En mulighet kan også være å etablere trådløst internett ved lysportalene som markabrukere kan benytte seg av kostnadsfritt.

Et slikt tiltak med interaktive lysportaler kan være med på å øke attraktiviteten for bruk av Tromsømarka for mange.

#### "TROMSØMARKA - APPEN"

Ved etablering av en Tromsømarka-app, kan den også inneholde nyttig informasjon om det marka har å tilby til enhver tid. Eksempelvis kan appen gi informasjon om hvilke løyper i marka som er preparert, hvilke sløyfer som er brøytet for ferdsel, varsel for nordlys, hekkesesong for fugleartene rundt Prestvannet, og vanntemperatur ved de ulike tilrettelagte bade plassene.



## DESTINASJON

**“Et enhetlig sted med en stedegen karakter som formes ut fra stedets spesifikke bruk og omgivelser. Skiller seg gjerne ut fra omkringliggende omgivelser og kan være fysisk avgrenset, eller være et personlig minnebilde.”**

*-Egen definisjon av hva en destinasjon er*

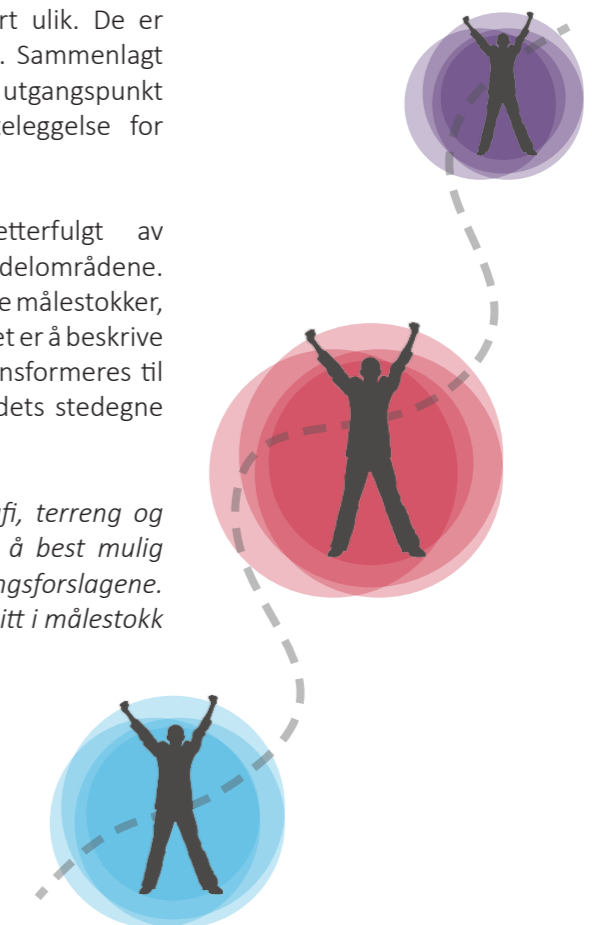
## TRE NYE DESTINASJONER

### ULIKE DESTINASJONER - ULIKE OPPLEVELSER

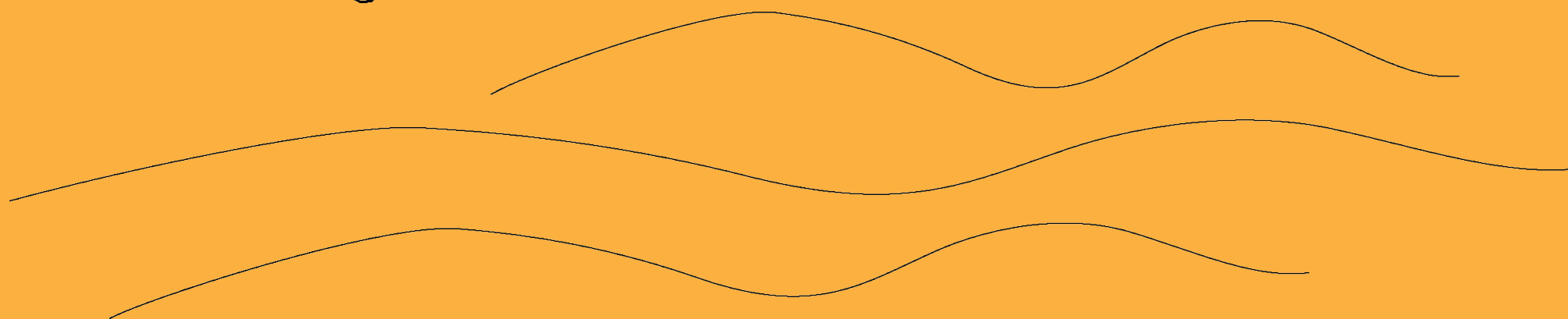
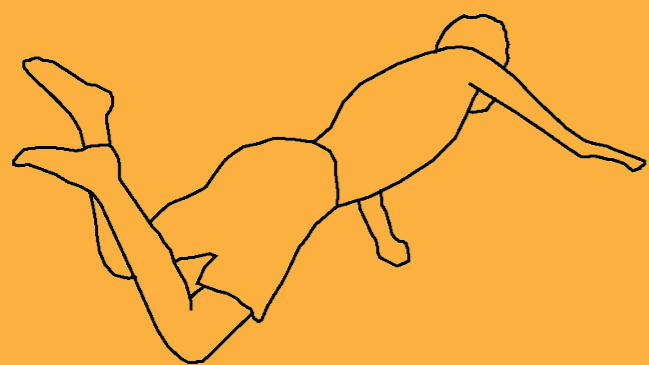
Det presenteres videre løsningsforslag for tre av de fem mulige delområdene; Nordspissen, Varden, og Prestvannet. Disse tre delområdene er valgt fordi de viser tre forskjellige naturkvaliteter med stor rekreasjonsmessig verdi som Tromsømarka har å tilby. Topografi og terreng, skala, tilgjengelighet og grad av tilretteleggelse er også svært ulike. De er også geografisk langt i fra hverandre. Sammenlagt gjør dette at de er tre svært ulike utgangspunkt for design og utforming for tilretteleggelse for lavfrekvensbrukere i Tromsømarka.

Videre presenteres delanalyse etterfulgt av løsningsforslaget, for hvert av delområdene. Løsningsforslaget består av planer i ulike målestokker, prinsippsnitt, og illustrasjoner. Formålet er å beskrive den nye situasjonen, hvor et sted transformeres til en destinasjon som er basert på stedets stedegne naturkvalitet.

*På grunn av stor variasjon i topografi, terreng og skala, er ulike målestokker brukt for å best mulig beskrive dagens situasjon og løsningsforslagene. Der ikke annet er oppgitt er prinsippsnitt i målestokk 1:100.*



NORDSPISSEN BADSTU



*"Det fins en badstu hær en plass, men man får ikkje bruke den hvis man ikkje e finsk..."*



- Kristine Andreassen,  
deltaker på idéseminar

#### DELANALYSE: NORDSPISSEN

Nordspissen er ikke innenfor dagens markagrense, men er valgt ut som delområde på grunn av stor landskaps- og rekreasjonsmessig kvalitet. Henrik Romsaas i Tromsø kommune, avd. Byutvikling, og leder for Tromsømarkprosjektet informerer også om at kommunen på sikt ønsker å tilgjengeliggjøre kystområdene langs Nordspissen.

Ringvegen som går forbi området er i dag uten fortau og med høy fartsgrense. Denne strekningen er regulert som gang- og sykkelvei og vil bli utbedret på sikt (telefonsamtale, 03.03.16). Tilgjengeligheten til Nordspissen vil derfor i fremtiden bli bedret.

Kystvegetasjon i området gir skjerming fra

Ringvegen, men samtidig blokkerer og skjuler stedet fra veien.

Kystlinjen består hovedsakelig av eneboliger på privateide tomter. Et mindre område her er eid av Tromsø kommune. Løsningsforslaget vil forholde seg innenfor dette området for offentlig tilgjengeliggjøring av kystlinjen på Nordspissen.

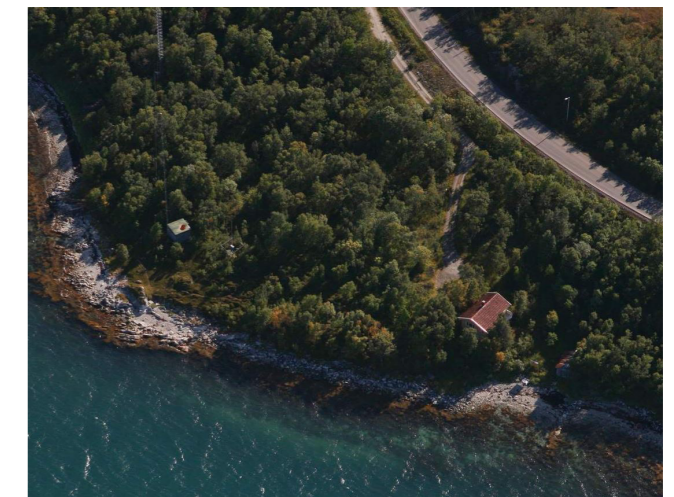
#### Potensiale og mulige tiltak:

- Tilgjengeliggjøre stedet som i dag er utilgjengelig
- Tilrettelegge for opphold med tydelig program

Eneboliger ligger spredt langs kystlinjen og privatiserer kysten; tilgjengeligheten til vannet forringes.



Verdifulle fjærområder som ikke er utnyttet på grunn av dårlig tilgjengelighet.



Skråfoto hentet fra: [www.kart.gulesider.no](http://www.kart.gulesider.no)



I nærheten av delområdet ligger flere nedslitte naust. Enklte i bruk, andre ikke.



+10  
Pågående kommunalt grunnarbeid, legging av vannledning

RINGVEIEN

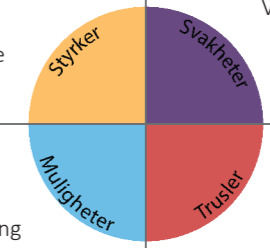
Hovedlysløypa

1. Nordspissen

- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

SWOT - ANALYSE

Utsikt  
Kommunal eiendom  
Full eksponering for midnattsol  
Uberørt område med følelse av og kontakt med vill natur  
Aktivitet i område som er i påvente av fremtidig utvikling  
Allerede pågående grunnarbeider gjør at området må utbedres/revegeteres uanhengig av oppgavens forslag  
Tilgjengeliggjøring av kystlinjen og mulighet for aktivitet i og ved vannet



Topografi og terreng gjør tilgjengelighet og fremkommelighet utfordrende  
Ringveien mangler gang-/sykkelfelt i dag  
Langt til nærmeste bussforbindelse  
Dårlig solforhold  
Værutsatt  
Nærliggende til bolig på vestsiden  
Fremtidig byutvikling som hindrer allmenn tilgang til kystlinjen  
Pågående grunnarbeid som ikke revegeteres på tilfredstillende måte

Tegnforklaring

- Kommunal eiendom/ delområde for prosjektering
- Gangforbindelse fra lysløypa
- ||| Lysløype
- Markagrense
- Kystlinje
- Bygg

0 25 50  
Ekvidistanse 1m

IDÉ OG KONSEPT

I dag preges Nordspissen av spredt bebyggelse langs kystlinjen og noe industri. Kystlinjen er lite tilgjengelig. Området er planlagt til å bli utviklet på sikt, noe som vil føre med seg økt befolkning, og bedre infrastruktur.

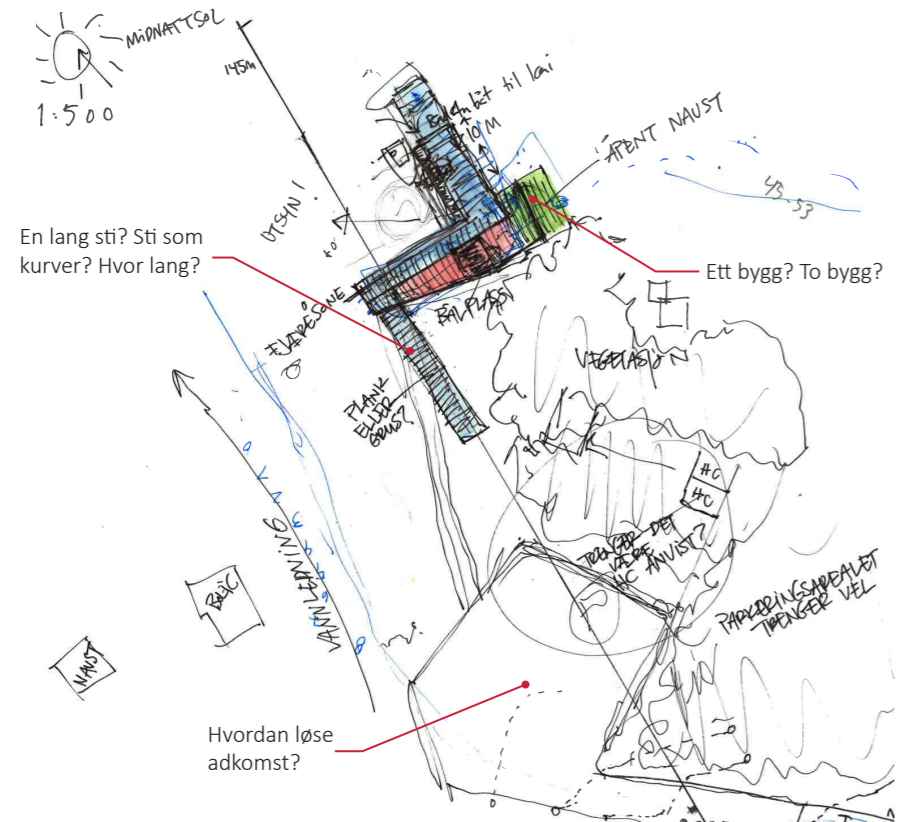
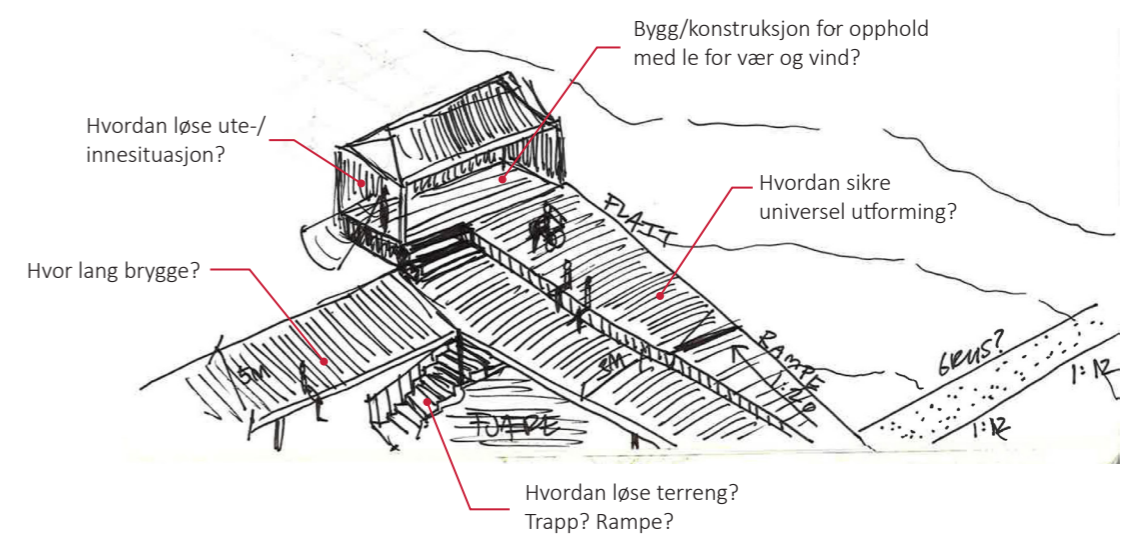
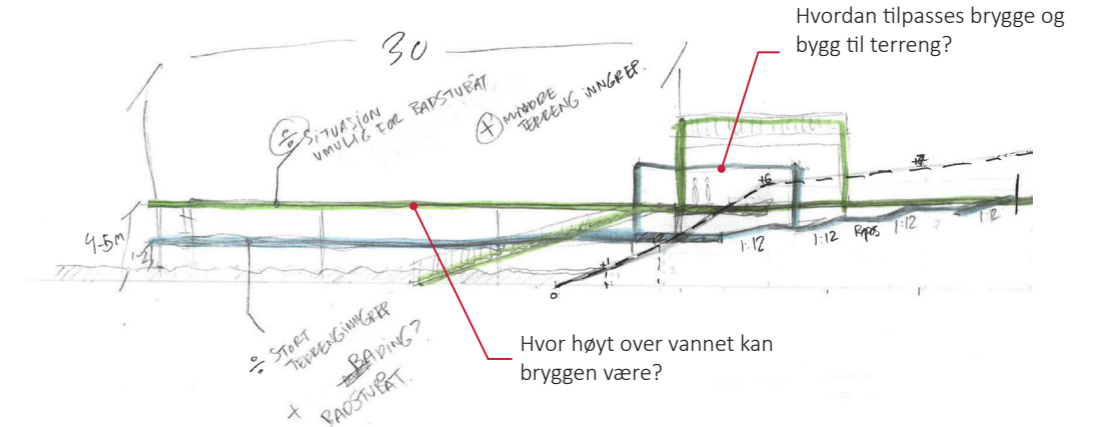
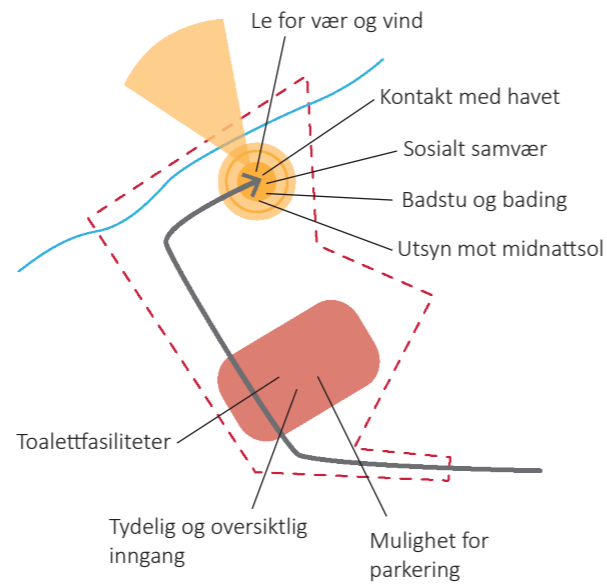
Gjennom idéseminarene var det flere som ytret ønske om å få en bedre tilretteleggelse for bruk og opphold på Nordspissen, på lik linje som Telegrafbukta på sørenden av Tromsøya. Blant annet fremkom det innspill til ulike aktiviteter som kunne ligge langs kystlinjen. En offentlig og gratis badstu var et av innspillene som blir tatt videre i løsningsforslaget.

Naturkvaliteten på Nordspissen med full utsyn mot havet som åpner seg mot nord, omkringliggende fjellandskapet, og stillheten man finner her på grunn av lite byutvikling, er utgangspunktet for løsningsforslaget. Løsningsforslaget består av etablering av en offentlig badstu med badebrygge for bruk hele året, der bruken og aktiviteten sentreres til et helhetlig sted med best mulig kontakt og utsyn mot havet.

Idéen består også av å tilrettelegge for en oversiktlig adkomstmulighet til området. Adkomst fra

inngang til stedet skal være universelt utformet for økt tilgjengelighet for flere brukere.

KONSEPTDIAGRAM MED INNSPILL FRA IDÉSEMINAR



PROSESS

Proessen gikk ut på å komme frem til en løsning som på best mulig måte bevarer eksisterende vegetasjon, og å gjøre minst mulig terrenginngrep i den naturlige kystsonen med mye frodig vegetasjon.

Det var videre viktig å utforme badstuen og bryggekonstruksjon på en helhetlig måte for å lage en helhetlig destinasjon. Skala med hensyn til hvor mange som kommer til å bruke destinasjonen på samme tid har vært viktig. Det var derfor fokus på å skape en mindre og intim destinasjon, der sjansen for sosial interaksjon blant besøkende økes.

Proessen har også gått ut på å inkorporere en adkomst- og parkeringsplass på hensiktsmessig måte. Det har vært viktig å utnytte areal som allerede er oppgravd i dag på grunn av kommunalt grunnarbeid, fremfor å gjøre inngrep der det er eksisterende vegetasjon.

Utsnitt 1:200



OVERSIKTSPLAN | 1:500

**Program:**

Et bygg med offentlig badstu og for opphold, samt en badebrygge, etableres i tilknytning til havet. Gruslagt plass for grilling etableres i tilknytning til bygget.

**Adkomst:**

Grusvei etter sløyfe-prinsipp med belysning forbinder stedet til arealet som i dag er anleggsområde med kommunalt grunnarbeid. Anleggarealet utnyttes til anleggelse av asfaltert parkerings- og adkomstplass. Dagens adkomstvei fra Ringveien utvides. Adkomstveien og parkeringsplassen brøytes på vinteren for å sikre tilgang til badebryggen. Lysportal etableres for å skape visuell sammenheng til lysløypa og marka. I tillegg fungerer lysportal som en "innramming" av utsynet mot havet i enden av grusveien. Informasjonsskilt settes opp ved Ringveien for synliggjøring av destinasjonen fra vei. Skiltet utføres i corten og med samme design som lysportaler.

**Vegetasjon:**

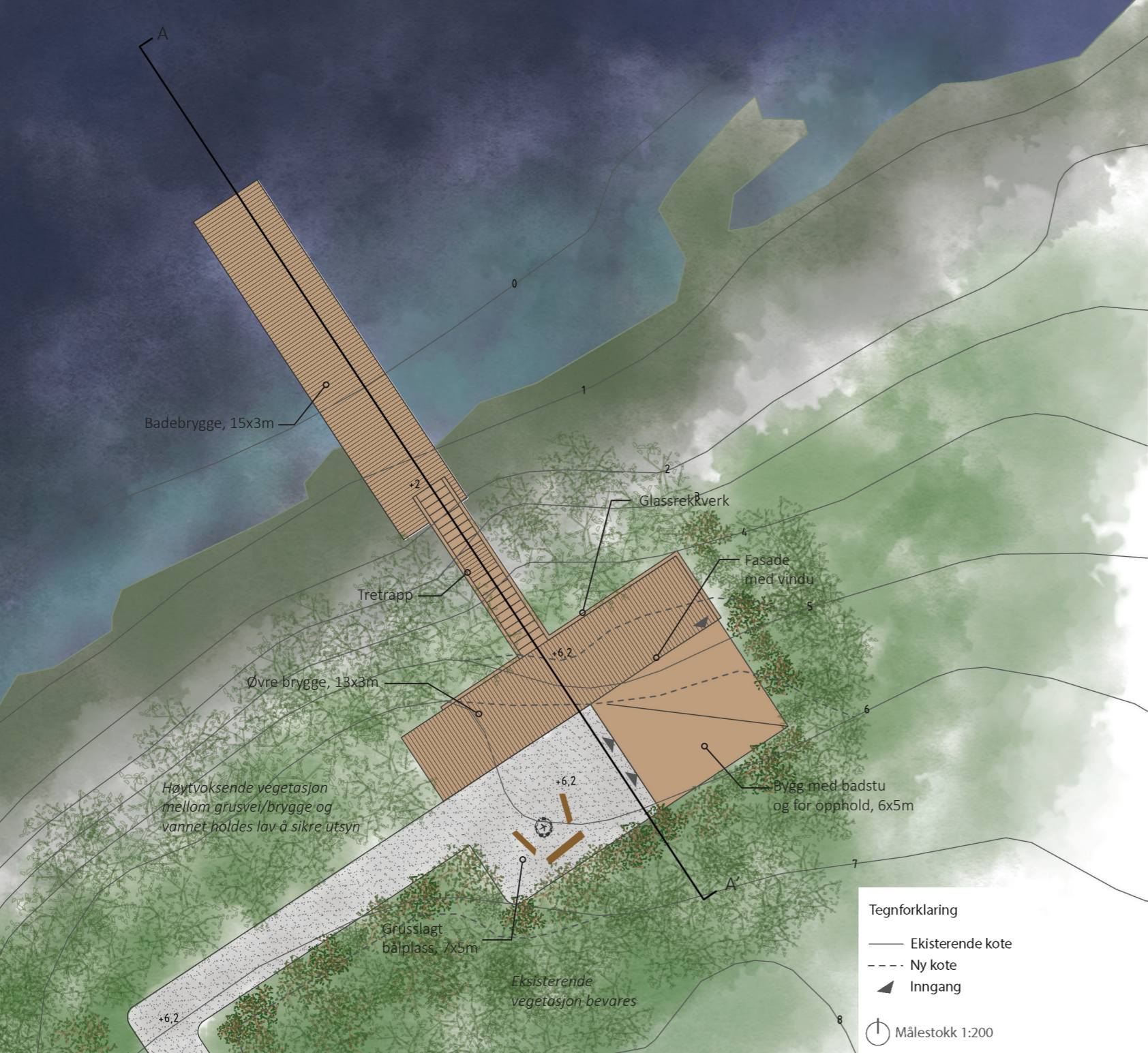
Eksisterende vegetasjon beholdes i størst mulig grad som skjerming av stedet mot vær og vind. Oppgravd areal mellom privat eiendom med bolig og ny grusvei, revegeteres med vegetasjon som buffer. Stedlig viltvoksende vegetasjon slik som bjørk, ulike vierarter, og selje gjeninnføres.

## Tegnforklaring

- - - Eiendomsgrense
- - - Markagrensen
- Eksisterende kote
- - - Ny kote

Målestokk 1:500





ILLUSTRASJONSPLAN | 1:200

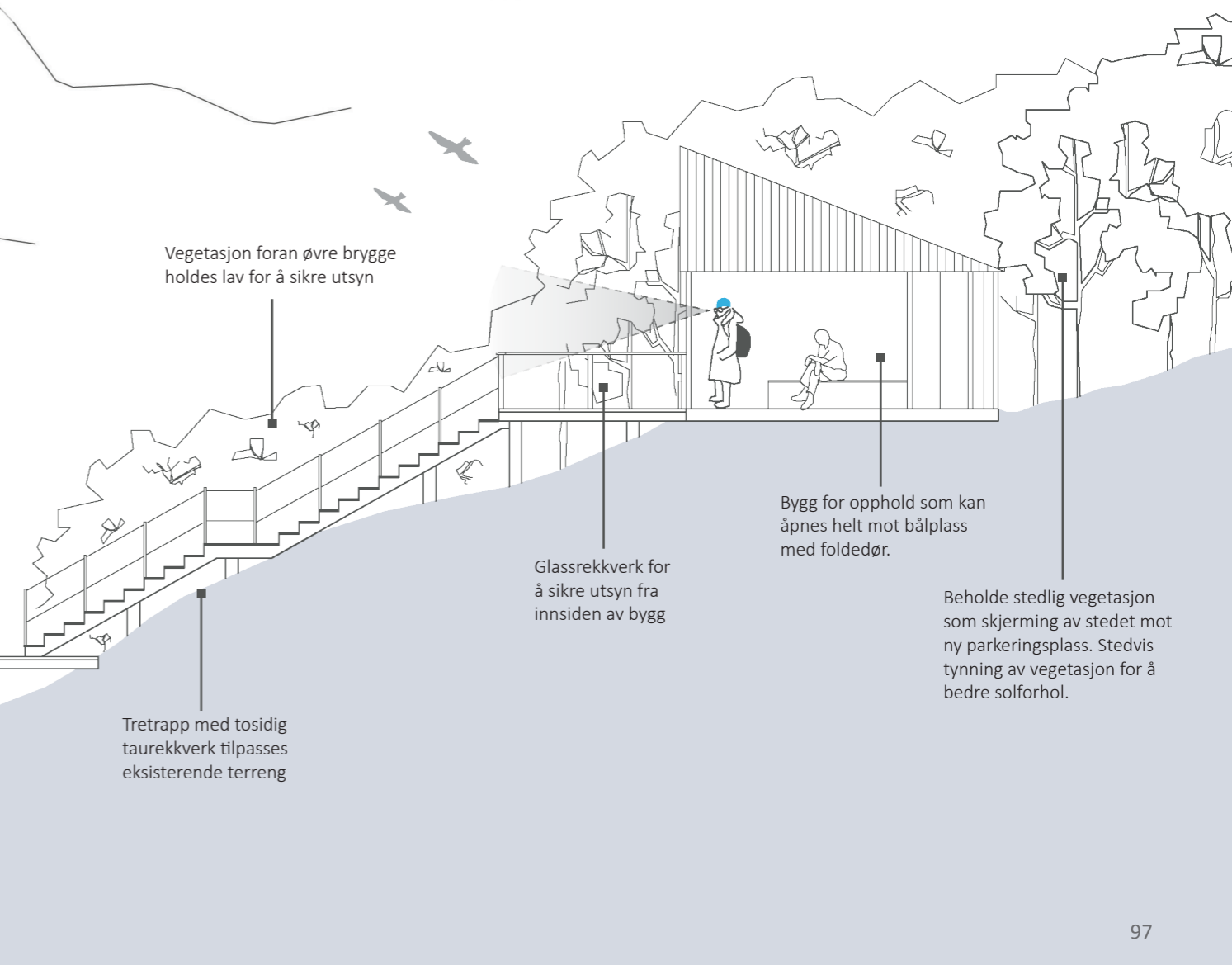
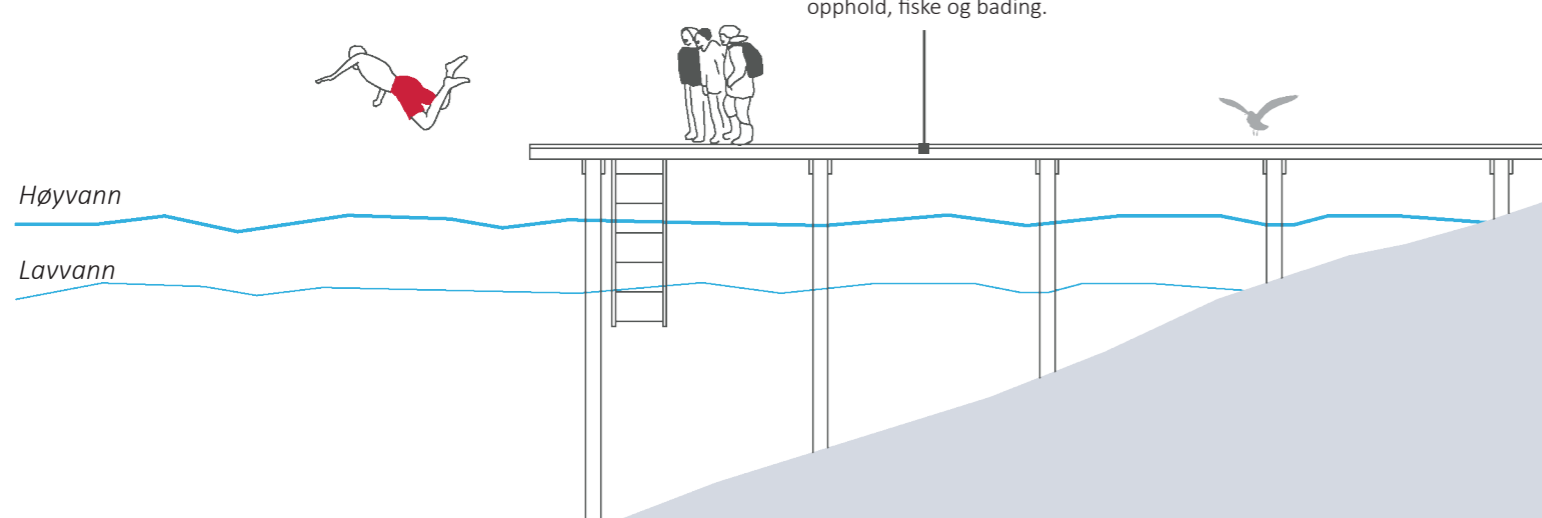
Et mindre arkitekttegnet trebygg inneholder en offentlig vedfyrt badstu som kan brukes hele året. Deler av bygget fungerer som uklimatisert oppholdssted med le for vær og vind, og kan åpnes helt mot vest og grusplassen med foldedør. Grusplassen utstyres med bål plass.

Badebrygge på 15x3m forbindes til øvre bryggenivå med bygg og grusplass med trapp som tilpasses terrenget. Brygger og trapp utføres som trekonstruksjoner. Glassrekkverk avgrensere øvre bryggenivå.

**Tegnforklaring**

- Ekisterende kote
- - - Ny kote
- ▲ Inngang
- ⌚ Målestokk 1:200

Prinsippsnitt A - A'



Vegetasjon foran øvre brygge holdes lav for å sikre utsyn

Glassrekkverk for å sikre utsyn fra innsiden av bygg

Bygg for opphold som kan åpnes helt mot bål plass med foldedør.

Beholde stedlig vegetasjon som skjerming av stedet mot ny parkeringsplass. Stedvis tynning av vegetasjon for å bedre solforhol.

Tretrapp med tosidig taurekkverk tilpasses eksisterende terrenget


## NORDSPISSEN BADEBRYGGE

Formålet med Nordspissen badstu er at stedet skal bli en ny destinasjon for bruk hele året. Et mindre trebygg, og en badebrygge skal tilrettelegge for bruk som henvender seg til havet som åpner seg mot nord. Her er også full eksponering og utsyn mot midnattsolen i nordvest.

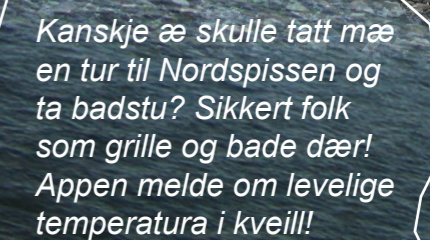
Mulighet for å ta badstu skal være hovedattraksjonen på denne destinasjonen. Dette sammen med de mest dristige som vil benytte seg av badebryggen for en dukkert-enten en varm midnattsolkveld, eller en iskald kveld under nordlyset.

Deler av bygget kan åpnes helt mot den gruslagte bålplassen med foldedør, slik at en kan benytte det for opphold ved hardere vær og vind. Bygget utstyres med benkekasser som kan benyttes til oppbevaring. Her kan ved til badstuen og annet utstyr, som for eksempel skinn til å sitte på og grillutstyr som besøkende kan benytte seg av, oppbevares.

Grunntanken er at bygget, og også badstuen, skal være ulåste, slik at alle har tilgang. Drift og vedlikehold må påberegnes. Her kan ulike frivillige organisasjoner engasjeres. Eksempelvis kan studentforeninger ved UiT, friluftsgesellskaper, isbading-entusiaster og privatpersoner eller næringslivet engasjeres til å bidra til et sosialt og spennende tiltak på Nordspissen.



Her kan Tromsømarka-appen gi informasjon om høy- og lavvann, periode med midnattsol, varsel for nordlys, og badetemperatur. Appen kan også fungere som reserveringsverktøy for større grupper som ønsker å reservere destinasjonen.



Kanskje æ skulle tatt mæ en tur til Nordspissen og ta badstu? Sikkert folk som grille og bade dær! Appen melde om levelige temperatura i kveill!



VARDEN UTKIKKSPUNKT



"Graden av tilretteleggelse er mye mindre på nordøya enn på sørøya, vi føle at vi ofte blir litt glæmt her."

- Elin Solheim,  
deltaker på ideseminar



#### DELANALYSE: VARDEN

Varden er høyeste punkt på Tromsøya. Her er et distinkt teknisk bygg med radaranlegg for flynavigasjon. Vardens mest karakteristiske trekk er foruten topografi som muliggjør full utsyn over landskapet, radaranlegget. Bygget har et svært teknisk preg, og er noe nedslitt med tagging og området rundt er forsøplet. Det er satt ut benk og bord av kommunen, og vegetasjon er ryddet for å bedre utsikten mot sør-sørøst.

Toppen er et populært turmål. Det er en bratt gruslagt sti opp fra hovedlysløypa, opprinnelig for bruk

til teknisk vedlikehold av radaranlegget. Denne brukes av mange turgåere. Et godt opptråkket turstisystem i området leder også opp til Varden. Det finnes en snuplass/parkeringsplass fra boligbebyggelsen i øst som fungerer som et utfartssted for Varden.

#### Potensiale og mulige tiltak:

- Bedre opparbeidelse av sti opp til Varden med lys
- Bedre tilretteleggelse for opphold for flere brukere hele året
- Øke opplevelsen av topografi, terreng og utsyn



Skråfoto fra: [www.gulesider.no](http://www.gulesider.no)

Stien opp til Varden er gruslagt for vedlikehold av radaranlegg

Stedet preges av lavt- og spredtvoksende fjellvegetasjon



Bilde fra: [www.itromsø.no/nyhet/article7943139.ece/BINARY/w980/varden0018351\\_1\\_.jpg](http://www.itromsø.no/nyhet/article7943139.ece/BINARY/w980/varden0018351_1_.jpg)



Bilde fra: [www.images.hanneketravels.net/08June09\\_08.jpg](http://www.images.hanneketravels.net/08June09_08.jpg)

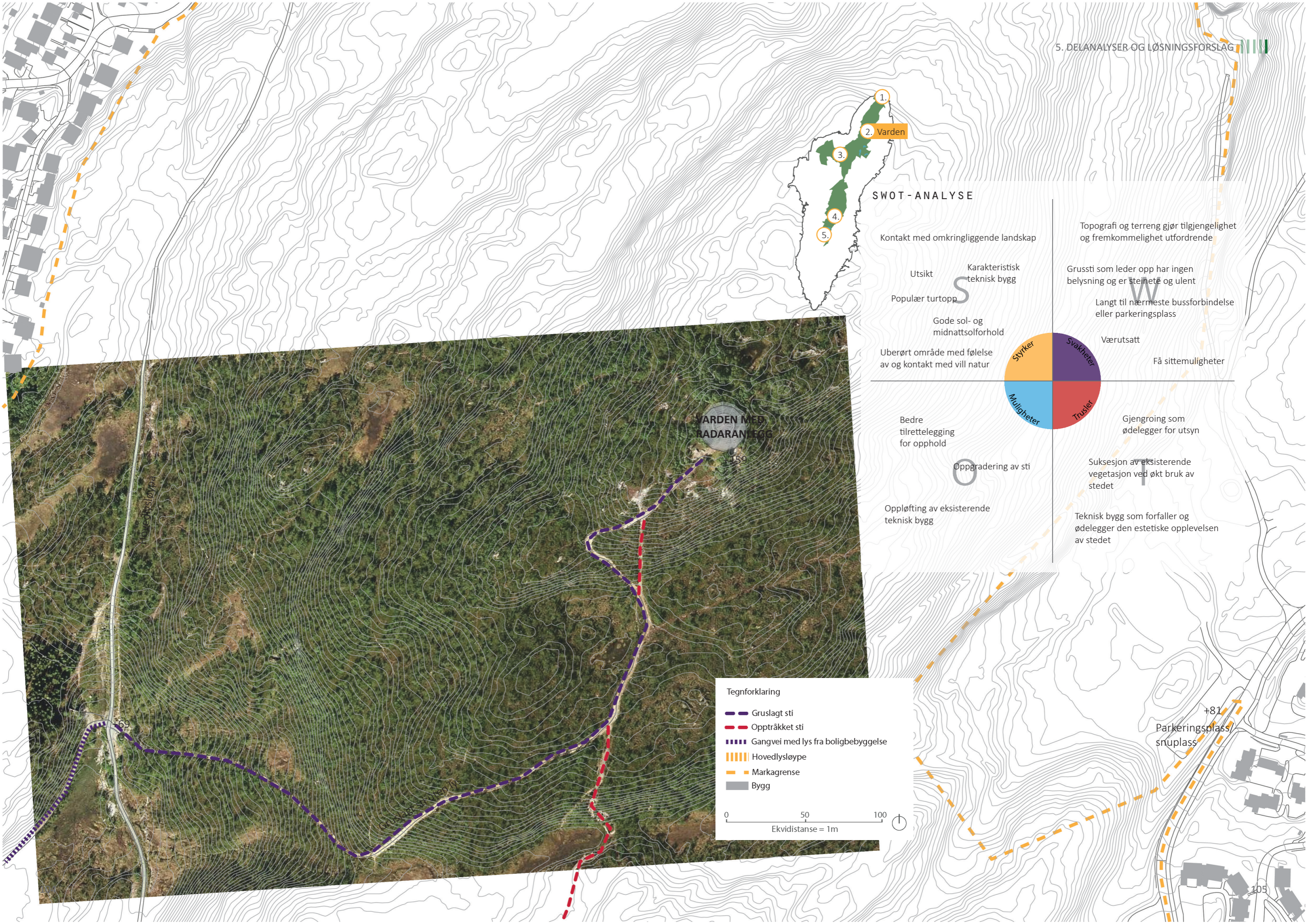
Radaranlegget med distinkt arkitektonisk uttrykk, men er slitt og med tagging



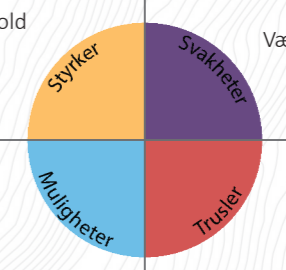
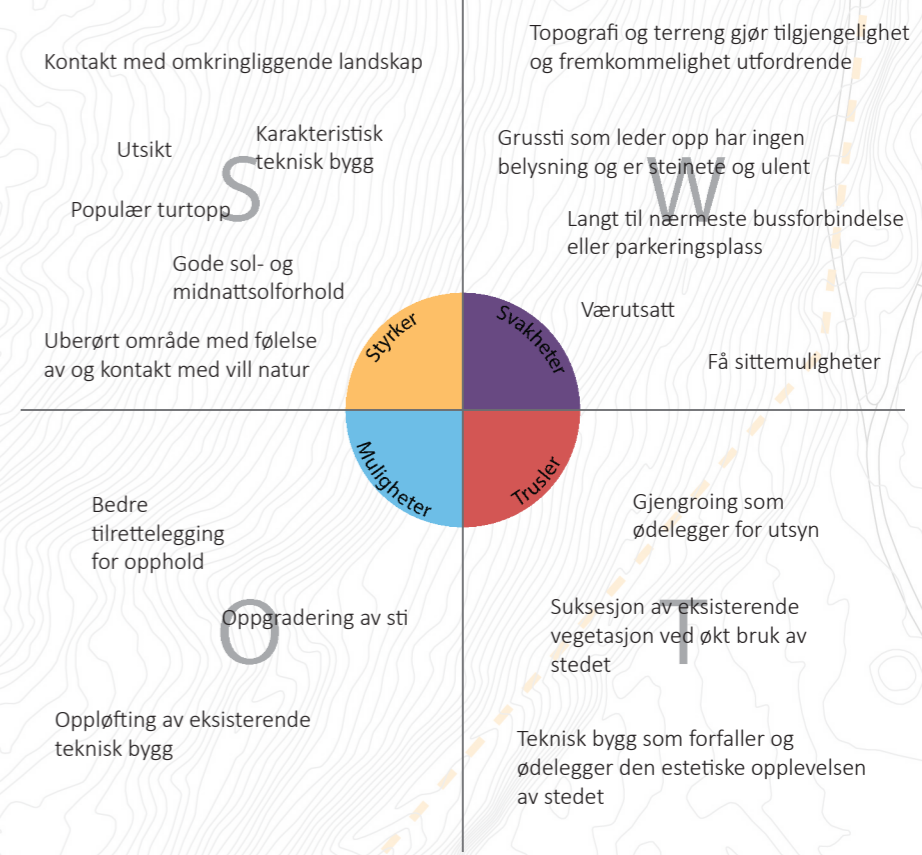
Sittemulighet med ett sett benk og bord er utplassert



Stien opp til Varden tråkkes opp av turgåere på vinteren



### SWOT - ANALYSE



**Tegnforklaring**

- Gruslagt sti
- Oppråkket sti
- Gangvei med lys fra boligbebyggelse
- Hovedlysløype
- Markagrense
- Bygg

0 50 100  
Ekvidistanse = 1m

+81  
Parkeringsplass  
snuplass

IDE

Varden er et svært populært turmål hele året. Det er dårlig tilretteleggelse for opphold, og mye bruk har ført til slitasje og suksessjon på vegetasjonen rundt radaranlegget. Det eldre radaranlegget preges også av tagging.

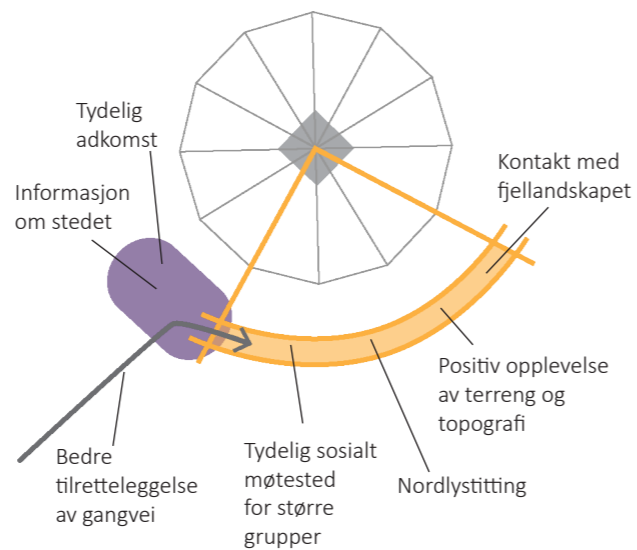
Flere av deltakere på idéseminarene nevnte at terreng og topografi sannsynligvis gjør at bruk av marka oppleves som utfordrende. Deltakere nevnte videre at manglende tilretteleggelse for sosiale møter er et generelt problem i marka.

Hovedidéen for Varden ble derfor å tilrettelegge for opphold som endepunkt for topptur, med bedre tilrettelagt adkomstvei. Tilretteleggelsen skal kunne fungere som et attraktivt og tydelig samlingspunkt for større grupper, men også for mindre grupper, og de som tar turen alene. Det var også viktig å fremheve følelsen av å være på Tromsøyas høyeste punkt. Varden har svært god utsikt, og føles veldig luftig og høytstående på grunn av frodig, men lavt- og spredtvoksende vegetasjon.

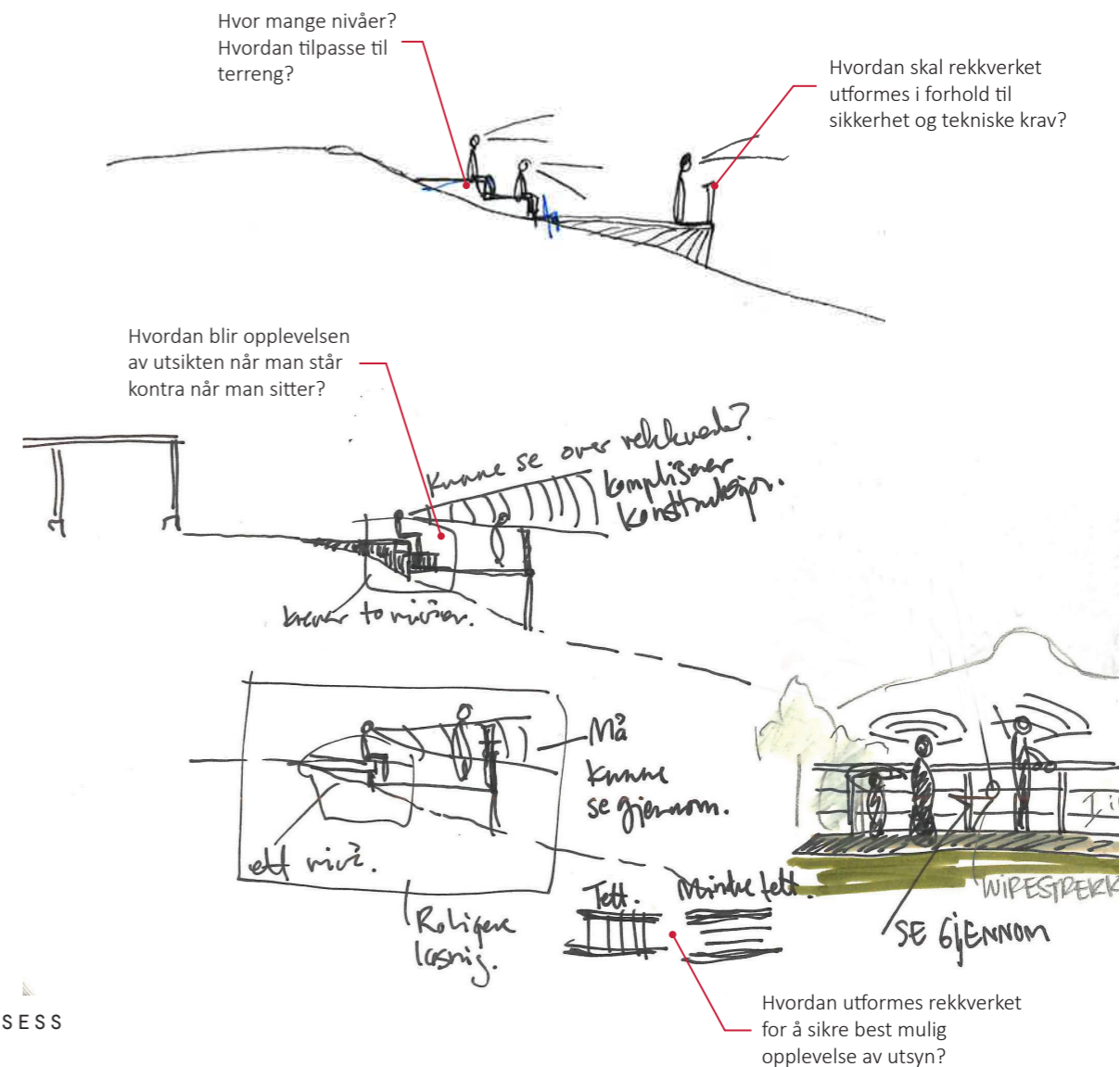
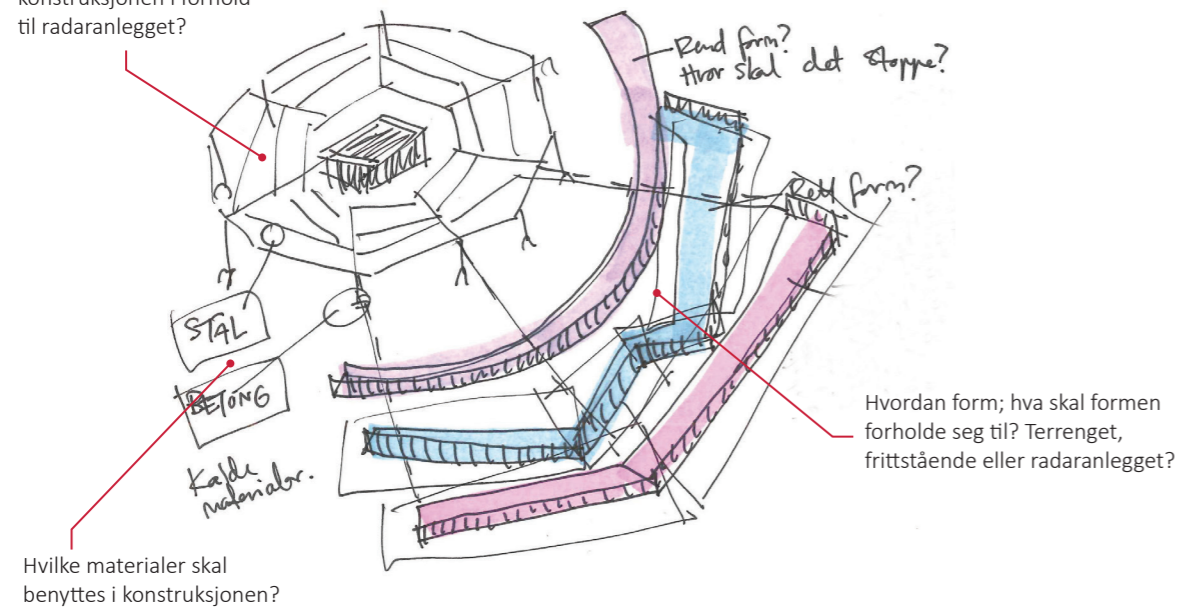
Idéen munnet derfor ut i grepet som består av en stor og distinkt utkikkspattform. Utkikkspattformen

skal samle bruken til plattformen, og på den måten gjøre Varden mer sosial, og samtidig som sentrert bruk minsker trakk/bruk som allerede har ført til slitasje og suksessjon av den naturlige vegetasjonen rundt radaranlegget.

KONSEPTDIAGRAM MED INNSPILL FRA IDÉSEMINAR



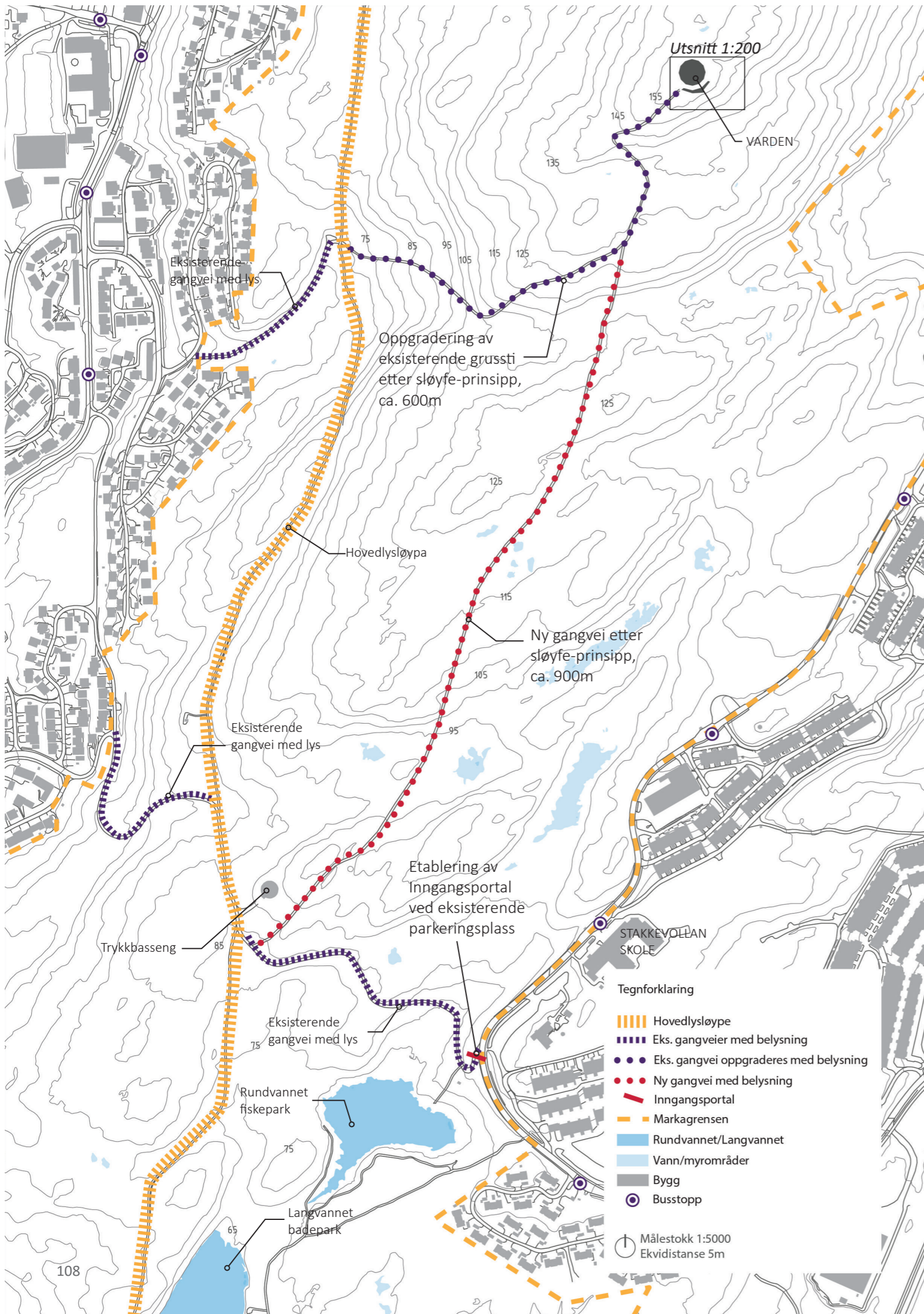
Hvordan oppleves konstruksjonen i forhold til radaranlegget?



PROSESS

Prosesen har bestått i å finne riktig form og materiale til utkikkspattformen. Det var en utfordring å komme frem til riktig skala med hensyn til eksisterende radaranlegg, plassering, og tilpasning til eksisterende terreng og vegetasjon.

Avveielser for plattformens hovedform har gått ut på om hvorvidt den skal være med på å fremheve radaranlegget eller være løsrevet fra radaranleggets arkitektoniske uttrykk. Hvordan sikre best mulig utsyn og opplevelsen av å være på plattformen, har også vært en stor del av prosessen. Dette i tillegg til at hensyn til sikkerhet, og opplevelsen av trygghet var viktig.



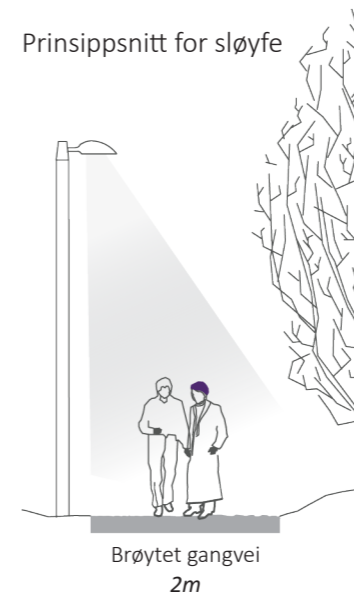
## OVERSIKTSPLAN | 1:5000

**Oppgradert turrute til Varden:**

Det finnes i dag en eksisterende grusvei som leder fra hovedsløypa og opp til Varden. Denne oppgraderes med nytt grusdekke. Belysning etableres også langs denne. Oppgradering skal være etter samme prinsipp som for sløyfene, og mulighet for brøyting burde vurderes. I tillegg etableres ny gangvei, også etter sløyfe-prinsippet, fra trykkbasseng til Varden. Denne traséen på ca. 900m er i dag allerede en godt opptråkket sti som er del av det større stinettet i dette området.

Sammenlagt vil oppgradering av eksisterende grusvei, og etablering av ny gangvei, danne en fullstendig sløyfe som kobler Varden mot eksisterende hovedsløype, aktivitetsområdene Rundvannet fiskepark og Langvannet badepark, og boligområdene i øst og i vest.

Prinsipsnitt for sløyfe

**Adkomst til området:**

Inngangsportal med informasjon om destinasjonene Varden, Rundvannet fiskepark, og Langvannet fiskepark etableres ved eksisterende parkeringsplass i sørøst. Her er nærhet til eksisterende busstopp.

## ILLUSTRASJONPLAN | 1:200

**Konstruksjonen:**

Utkikkplattform er 36m lang, med gitterrist som gangbane og oppholdsareal. Gitterrist med maskedimensjon 30x15mm sørger for at snø ikke legger seg, og gjør at utkikkplattformen er tilgjengelig også på vinteren. Vegetasjon under stålrist holdes under plattformnivå.

En lang benk av plasstøpt betong med trespiler avgrensner utkikkplattformen mot eksisterende terreng. Lyslist integreres i hele benkens lengde, og lyser opp vegetasjon og terreng under plattformen når det er mørkt.

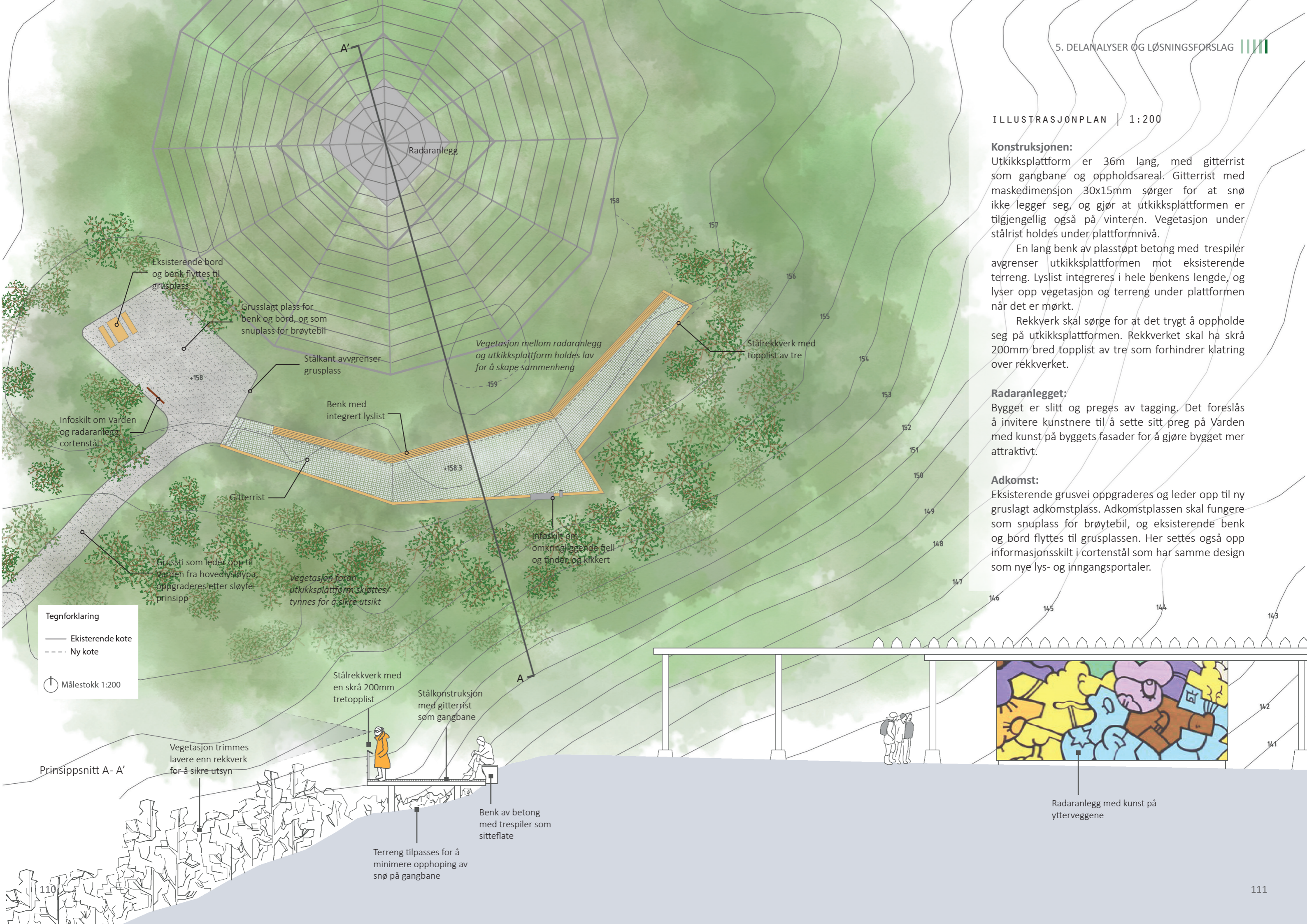
Rekkverk skal sørge for at det trygt å oppholde seg på utkikkplattformen. Rekkverket skal ha skrå 200mm bred toppliste av tre som forhindrer klatring over rekkverket.

**Radaranlegget:**

Bygget er slitt og preges av tagging. Det foreslås å invitere kunstnere til å sette sitt preg på Varden med kunst på byggets fasader for å gjøre bygget mer attraktivt.

**Adkomst:**

Eksisterende grusvei oppgraderes og leder opp til ny gruslagt adkomstplass. Adkomstplassen skal fungere som snuplass for brøytebil, og eksisterende benk og bord flyttes til grusplassen. Her settes også opp informasjonsskilt i cortenstål som har samme design som nye lys- og inngangsportaler.



Eksisterende bord og benk flyttes til grusplass

Gruslagt plass for benk og bord, og som snuplass for brøytebil

Stålkant avgrensner grusplass

Benk med integrert lyslist

Gitterrist

Grussti som leder opp til Varden fra hovedsløypa, oppgraderes etter sløyfeprinsipp

Vegetasjon foran utkikkplattform skjottes/tynnes for å sikre utsikt

Vegetasjon mellom radaranlegg og utkikkplattform holdes lav for å skape sammenheng

Stålrekkverk med toppliste av tre

Infoskilt om omkringliggende fjell og tinder og kikkert

**Tegnforklaring**

— Eksisterende kote

- - - Ny kote

Målestokk 1:200

Stålrekkverk med en skrå 200mm tretoppliste

Stålkonstruksjon med gitterrist som gangbane

Prinsipsnitt A- A'

Vegetasjon trimmes lavere enn rekkverk for å sikre utsyn

Benk av betong med trespiler som sitteflate

Terreng tilpasses for å minimere opphoping av snø på gangbane

Radaranlegg med kunst på ytterveggene





Wow, this place is perfect for watching the northern lights! Totally worth the hike.

#### VARDEN UTKIKKSPUNKT

Varden som allerede er en svært populær turtopp oppgraderes med en utkikkspattform som gjør stedet til en mer tilrettelagt og attraktiv destinasjon. Tilgjengeligheten bedres ved at sti som leder opp til destinasjonen blir oppgradert med nytt grusdekke og belysning. Brøyting av grusveien etableres for å sikre tilgjengeligheten på vinteren for flere brukere.

Utkikkspattformen gir en ny opplevelse av stedet ved at den definerer og fremhever følelsen av å være på Tromsøyas høyeste punkt. Det er tilrettelagt for at flere kan oppholde seg på Varden på samme tid. Dette vil gagne skoleklasser på tur, turistgrupper, og andre større grupper av mennesker som legger turen til Varden utkikkspunkt. Utkikkspattformens skala gjør også at folk som er på tur enkeltvis, eller i mindre grupper kan velge å oppholde seg på avtand fra andre som er der samtidig.

Rekkverk med horisontale tynne stålspiler gjør at utsikten blokkeres minst mulig også når en sitter. Bred og innoverskrånet toppliste av tre fungerer som hånd- og leneliste, og forhindrer klatring over rekkverk. Det oppfordres til at besøkende innrisser/tagger sine navn i håndlisten. Dette vil skape en fin permanent "gjestebok" på Varden.

Det monteres også infoskilt av stål med info om omkringsliggende fjell og tinder som en kan se fra utkikkspattformen. En kikkert etableres også slik at man kan se på nordlys om vinteren og utsikten generelt.

Utkikkspattformen er tilrettelagt for bruk hele året. Stålliste som underlag sørger for at snø ikke så enkelt legger seg, og gjør at plattformen er tilgjengelig også på vinteren. Lysliste som er integrert i hele benkens lengde øker også brukervennligheten av utkikkspattformen ved at gangarealer blir opplyst. Ellers når det ikke er snø vil underliggende vegetasjon og bratt terreng være fremtredende gjennom stållisten, noe som øker følelsen av å være i høyden.



PRESTVANNET PROMENADEBRYGGE





**"Funksjonshemmede og andre med nedsatt bevegelsesfunksjon burde ha et større tilbud i marka! Tilrettelagte rasteplasser, kafetilbud og destinasjoner ville vært fint!"**

- Torunn Ovånger og Kjerstin Haukland, deltakere på ideseminar



## DELANALYSE: PRESTVANNET

Prestvannet er et landskapsvernsområde med strenge restriksjoner. Dette med hensyn til dyrelivsfredning, og byens historie som vannforsyningsanlegg anlagt i 1890-årene (Tromsø kommune 2008). Dyreliv og biologisk mangfold gjør Prestvannet svært sårbart for inngrep. Større områder der det ikke skal foretas inngrep i form av permanente tekniske inngrep. I randsoner rundt vannet er tiltak for å sikre fremkommelighet og bruk tillatt, da området er et viktig friluftsområde.

Forbindelsene rundt vannet består av gangveier av asfalt eller grus der kvaliteten varierer. De er ikke universelt utformet. Belysningen rundt vannet er sparsom med hensyn til fuglelivet.

Eksisterende eldre og nedslitte bryggekonstruksjoner fungerer som små rasteplasser. Det

er også flere bålplasser og enkeltvis plasserte benker for opphold.

Området rundt Prestvannet er under sterkt brukspress da området er populært. Terrenget og forbindelser mot øvrig infrastruktur tillater bedre tilretteleggelse og universell utforming rundt vannet for å øke tilgjengeligheten og bruk.

### Potensiale og mulige tiltak:

- Større og tilrettelagte oppholdssteder
- Tilretteleggelse for universelt utformet adkomst og bruk
- Sentrering av bruk for å skåne sårbart fugleliv og vegetasjon



Frodig vegetasjon rundt vannet danner buffer mot omkringliggende bebyggelse

Våtmarks- og myrvegetasjon er verdifulle hekkeområder for fuglelivet



Eldre bryggekonstruksjoner er mye brukte, men forfaller og mangler sittemuligheter



Eldre og enkeltvis utplasserte benker



Gangveier som er asfaltert trenger oppgradering

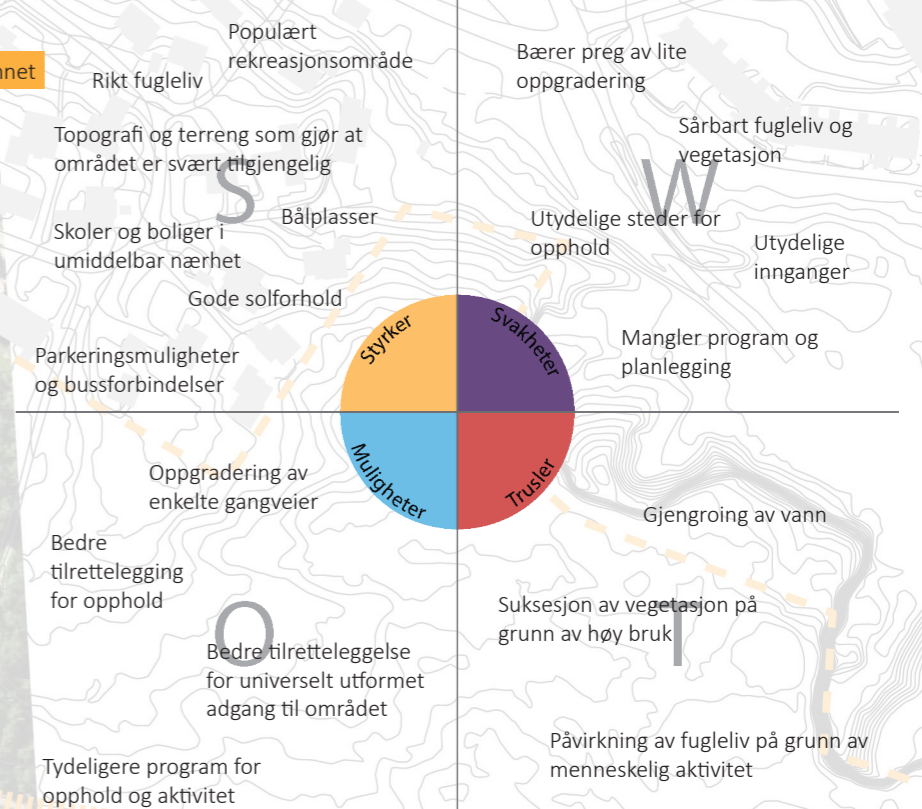


Bilde fra: [www.images.hanneketravels.net/23December14\\_02.jpg](http://www.images.hanneketravels.net/23December14_02.jpg)

Ski- og skøyteføre over vannet om vinteren



### SWOT - ANALYSE



- Tegnforklaring
- Gangveier, grus eller asfalt
  - Lysløype
  - Markagrense
  - Ferdselforbud i hekkeseong
  - Områder med restriksjoner mot inngrep
  - Bryggekonstruksjon
  - Lysmast
  - Busstopp
  - Parkering
  - Bygg
- 0 50 100  
Ekvidistanse = 1m

**IDÉ**

Prestvannet er et svært populært rekreasjonsområde på Tromsøya, og er et viktig område med yrende fugleliv. Områdene for opphold er spredt rundt vannet, der flere av oppholdsstedene, samt gangveier, trenger oppgradering.

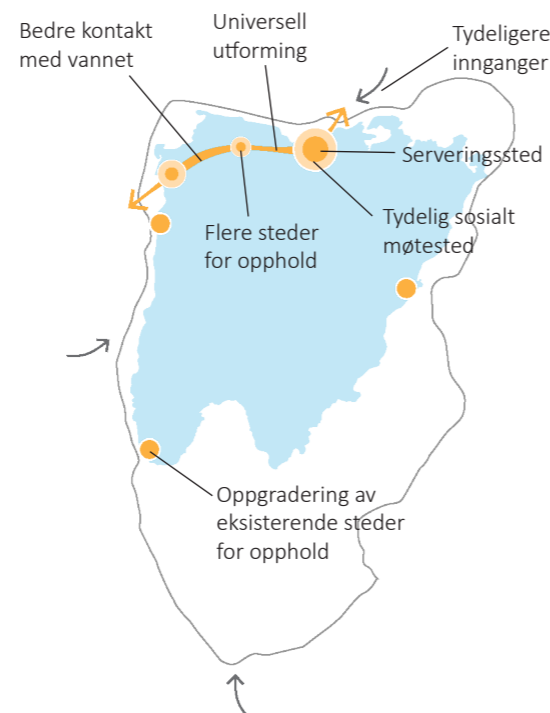
Gjennom idéseminarene ble det hyppig nevnt viktigheten av å tilgjengeliggjøre områder i marka for flere brukere. Universell utforming var nevnt av flere som manglende i marka generelt. Prestvannet ble utpekt som spesielt godt egnet for universelt utformet tilretteleggelse. Det er her god tilknytning til eksisterende infrastruktur i form av parkeringsmuligheter og bussforbindelser. Topografi og terreng er også lite utfordrende.

Hovedidéen for utformingen er å etablere et større og tydeligere oppholdssted for de som besøker Prestvannet. På den måten vil man få et mer sosialt og sentrert samlingspunkt, der muligheten for å møte andre som er på tur rundt vannet økes. Å sentrere den menneskelige aktiviteten vil også minimere bruk og slitasje på områder som er svært sårbare og viktige hekkeområder for fuglelivet.

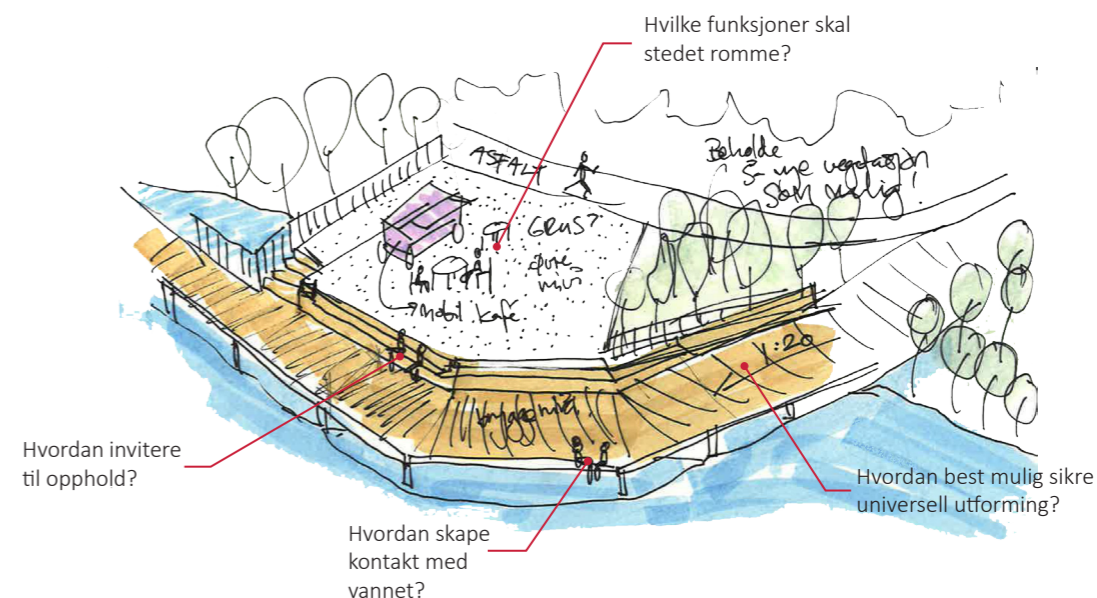
Det fremkom også under idéseminarene at det å sikre tilgang til, og å få kontakt med vannet, er ønsket. Flere deltakere nevnte at det hadde vært svært spennende å kunne "gå på vannet" også når det ikke er is på vannet.

Ønsket om tydeligere møteplasser og kontakt med vannet har vært hovedidéene for utformingen av en promenadebrygge på Prestvannet.

KONSEPTDIAGRAM MED INNSPILL FRA IDÉSEMINAR



Lengde på promenade; hva er en overkommelig gålengde? Hvor mange hvilesteder?

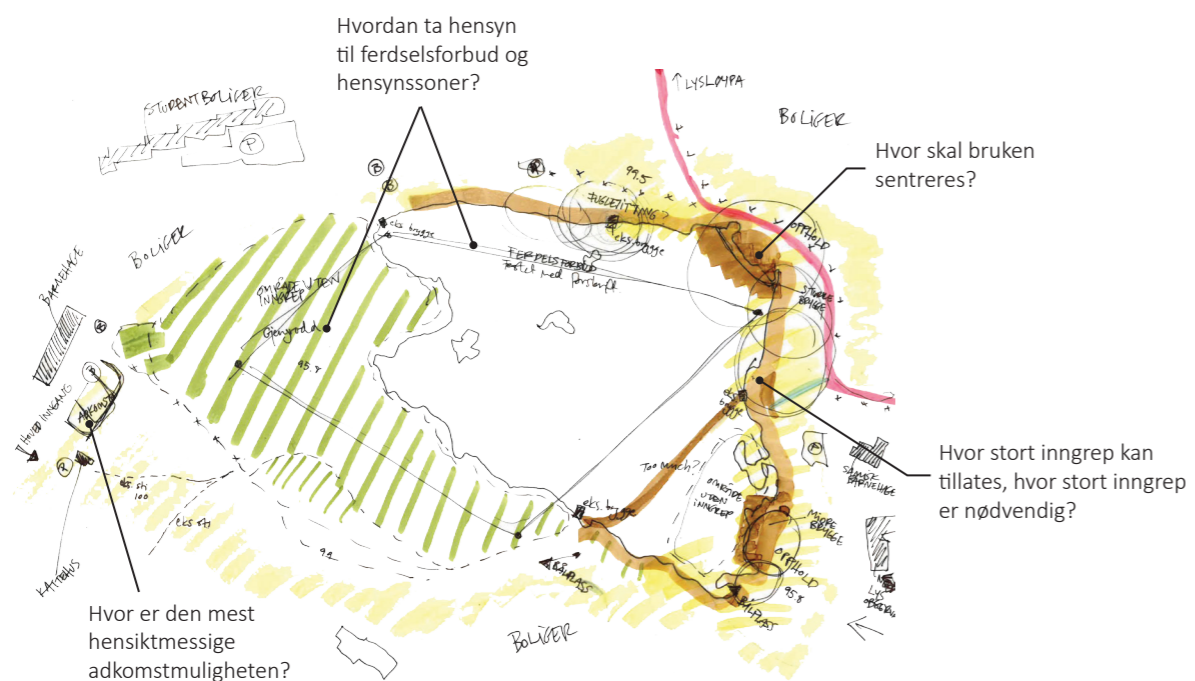


Hvilke funksjoner skal stedet romme?

Hvordan invitere til opphold?

Hvordan skape kontakt med vannet?

Hvordan best mulig sikre universell utforming?

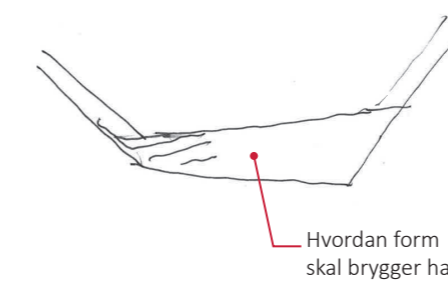


Hvordan ta hensyn til ferdselsforbud og hensynssoner?

Hvor skal bruken sentreres?

Hvor stort inngrep kan tillates, hvor stort inngrep er nødvendig?

Hvor er den mest hensiktsmessige adkomstmuligheten?



Hvordan form skal brygger ha?

Hvor mange rom er hensiktsmessig å ha? Hvor mange skal bruke bryggen på samme tid?

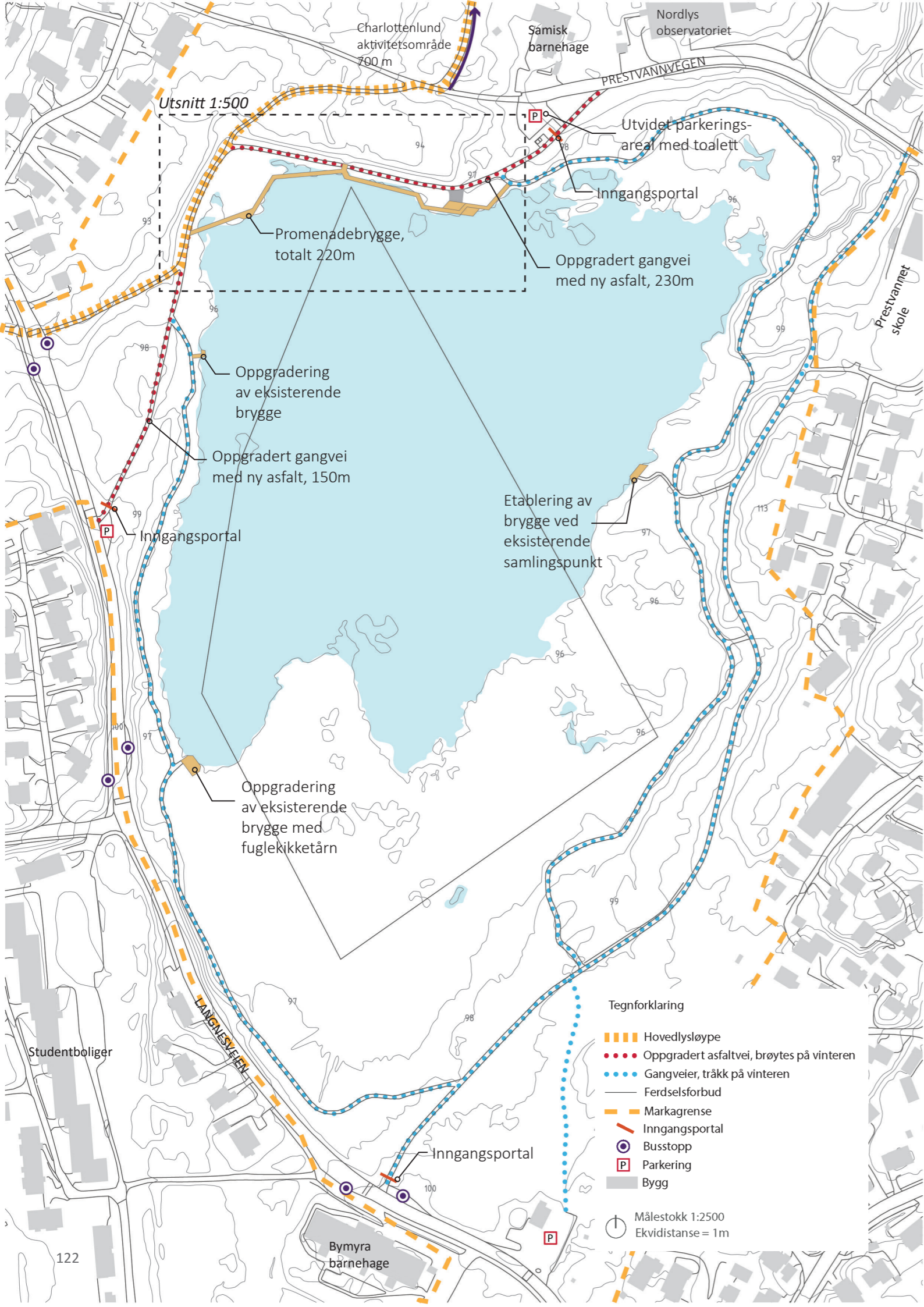


**PROSESS**

På grunn av at Prestvannet er et vernet landskapsområde med strenge restriksjoner for etablering av konstruksjoner som kan forringe naturkvalitetene, var det viktig å finne frem til en løsning som ikke ville stride med gitte restriksjoner.

Det var videre utfordrende å finne frem til et foruttrykk som samsvarer med atmosfæren rundt Prestvannet. Foruttrykket og utformingen skulle gi mulighet for ulike oppholdsmuligheter for mindre og større grupper, og samtidig bevare og fremme mest mulig av områdets naturkvaliteter. Hensyn til eksisterende vegetasjon var svært viktig.

Avveie for størrelse og lengde på konstruksjonen i forhold til brukervennlighet var i fokus i hele prosessen. I tillegg ble det lagt stor vekt på å integrere konstruksjonen i øvrige gangveier og adkomstmuligheter for å sørge for god tilgjengelighet.



## OVERSIKTSPLAN | 1:2500

**Hovergrep:**

Promenade på 220 meter og hovedbrygge for opphold etableres i nord-nordvestlig del av vannet, hvor solforhold er gunstig. Her er også nærhet til hovedlysløypa som en leder mot Charlottenlund aktivitetsområde i nord. Hensyn til ferdselforbud i hekkeseongen er ivarett ved at promenaden og bryggen er lagt utenfor ferdselforbud-sonen.

Et fuglekikketårn foreslås i sørvest av vannet. Plassering er etter anbefaling av Bo Eide, rådgiver ved planavdelingen i Tromsø kommune (epost, 21.03.2016). Her var det også opprinnelig en eldre bryggekonstruksjon som oppgraderes i sammenheng med etablering av fugletittetårnet. Det foreslås også opprusting av øvrige eksisterende bryggekonstruksjoner der utforming skal samsvare med foreslåtte promenade og hovedbrygge.

**Adkomst:**

Adkomst til promenaden og ny hovedbrygge er gunstig, med nærhet til eksisterende parkeringsplass i nord ved Prestvannvegen, og i vest langs Langnesveien. I Langnesveien er også gode bussforbindelser med umiddelbar nærhet til flere busstopp. Parkeringsplass i nord ved Prestvannvegen utvides og fasiliteres med toalett.

Inngangsportaler etableres ved de viktigste inngangene; i nord ved parkeringsplass og adkomst fra Prestvannvegen, i vest ved parkeringsplassen langs Langnesveien og i sør ved mindre parkeringsplass langs Langnesveien.

**Gangveier:**

De gangveier som er asfaltert i dag oppgraderes, da det er mye sprekker/brudd i den på grunn av manglende vedlikehold. Gangvei i nord mellom adkomstvei (Prestvannvegen) og hovedlysløypa, samt gangvei i vest mellom inngang ved eksisterende parkering (Langnesveien) og hovedlysløypa, oppgraderes etter sløfeprensipp. Disse asfalteres og brøytes ved snøfall for å sikre fremkommelighet på vinteren.

Øvrige gangveier er i dag tråkk på vinterstid, dette opprettholdes, så fremt ikke behov for ytterligere asfaltering og brøyting skjer i fremtiden ved økt befolkning og bruk.

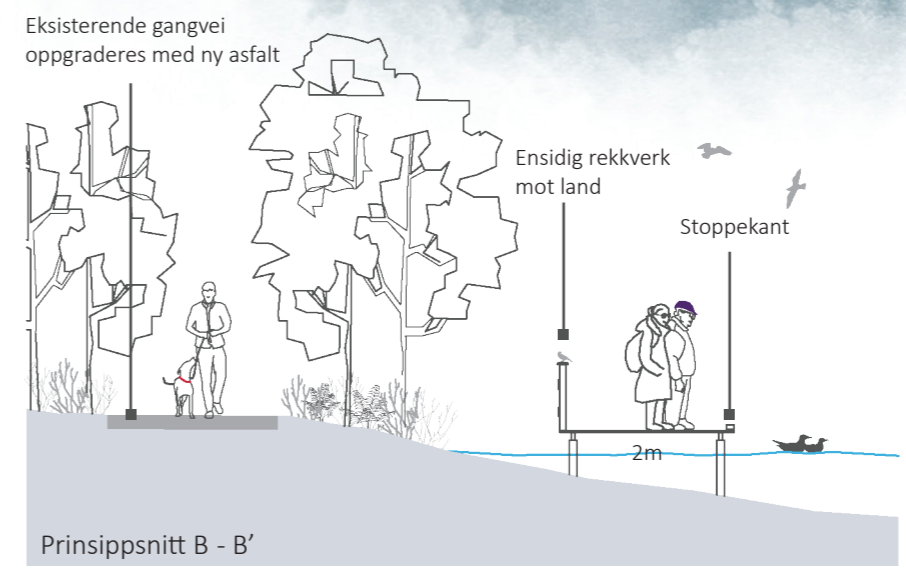
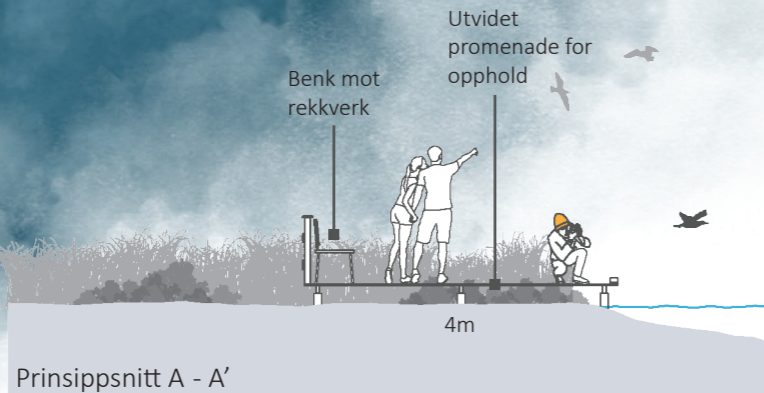
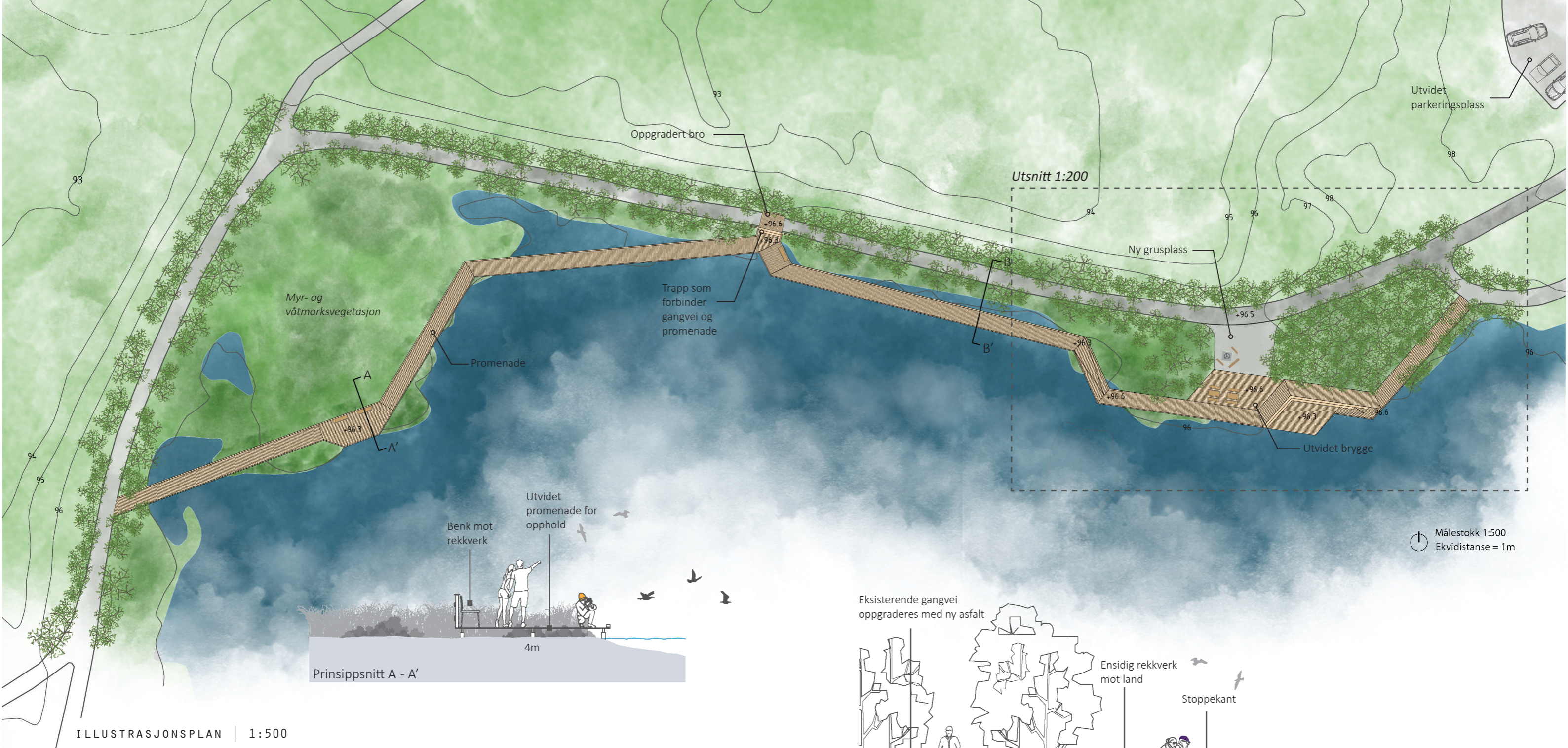
Inngangsportaler skal tydeliggjøre innganger til Prestvannet.



Fuglekikketårn for fugleentusiaster, men også som attraksjon for små og store.



Eksempel på lite fuglekikketårn.  
[www.gemini.no/2013/07/trear-kitekene-tilbake/](http://www.gemini.no/2013/07/trear-kitekene-tilbake/)



ILLUSTRASJONSPLAN | 1:500

**Promenaden:**

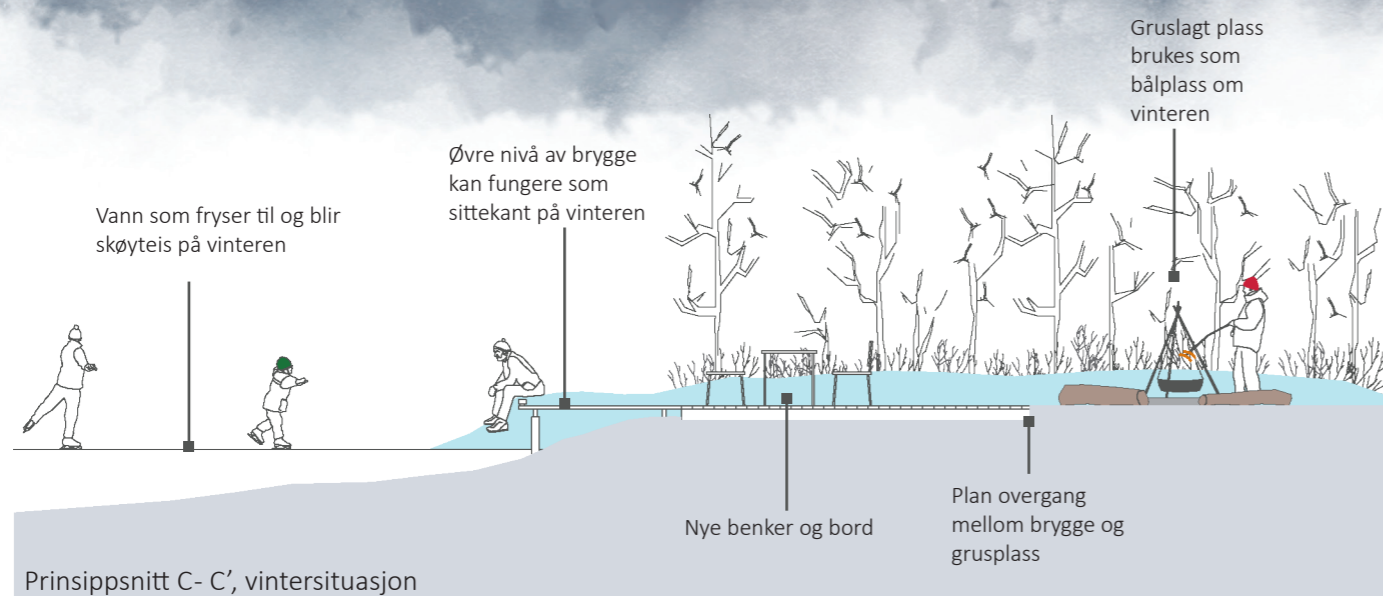
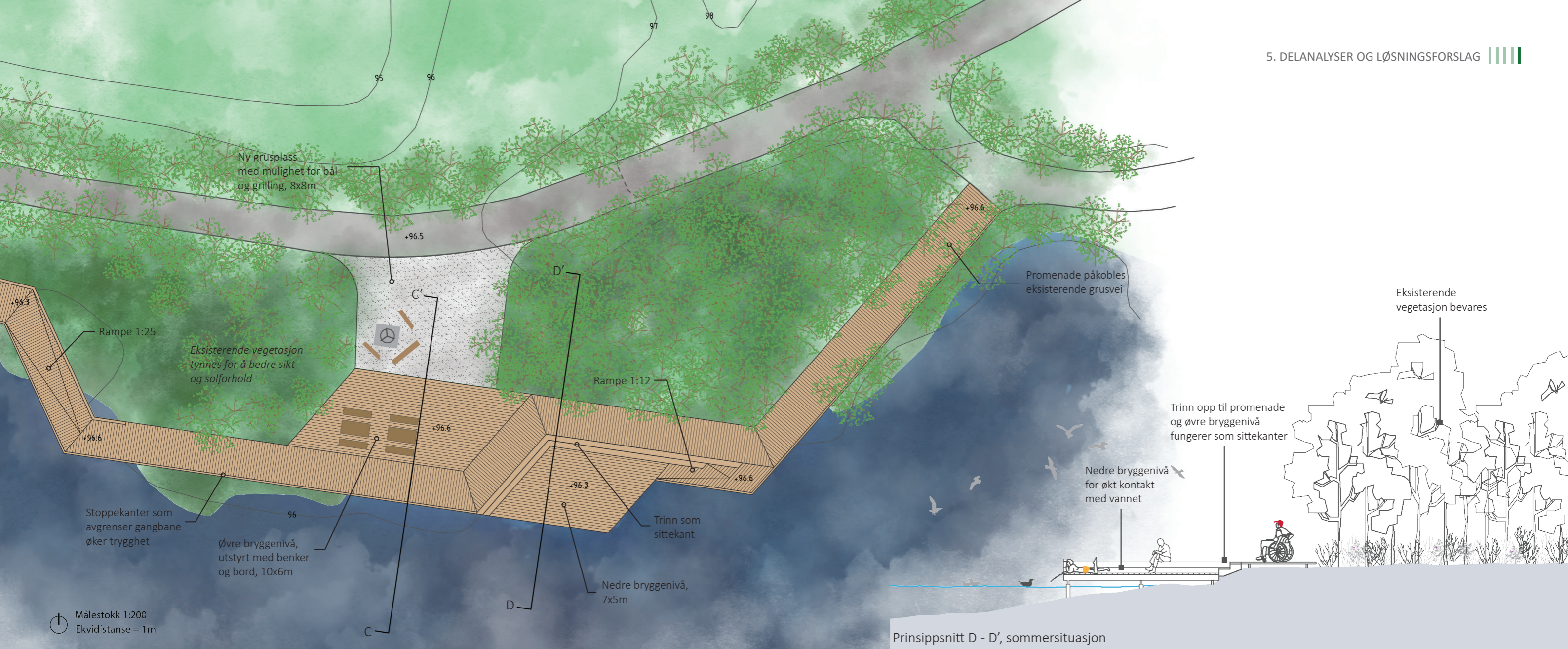
Formålet med promenaden er å gi en ny opplevelse av å ferdes rundt Prestvannet. Prestvannet har mye arealer som er overgrodde myr- og våtmarksområder med frodig vegetasjon som ikke er tilgjengelige. Dette på grunn av våtmark med ferdselsforbud i løpet av hekkesesongen. Det er et ønske om å tilgjengeliggjøre noe av disse arealene for ferdsel og opphold blant den høytvoksende vegetasjonen i myrområdene.

Promenaden på 220m tilknyttes eksisterende gangvei i vest og leder en ut i myrområdet med høytvoksende våtmarksvegetasjon. Her anlegges en mindre bryggekonstruksjon for opphold og hvile.

Videre fortsetter promenaden over vannet langs land. Promenaden leder til en større bryggekonstruksjon og ender på land i nordøstlig del av Prestvannet.

**Konstruksjonen:**

Promenaden utføres som trekonstruksjon. Det antas at vannflaten ligger på kote 96, og at fast grunn under vannflaten tillater fundamentering med betongpæler. Promenaden ligger 30cm over vannflate og er 2m bred. Det er ensidig rekkverk på siden mot landsiden og stoppekant mot vannsiden. Rekkverk og stoppekant er med på å øke brukervennligheten og gir større trygghet.



## ILLUSTRASJONSPLAN | 1:200

**Hovedbrygge:**

Hovedbryggen i nord blir et nytt samlingspunkt rundt Prestvannet som inviterer til lengre opphold. Hovedbrygga er delt i to nivåer med trinn. Dette skaper variasjon i bruk og danner to rom. På øvre nivå som ligger i tilknytning til gangvei og ny gruslagt bål plass, møbleres med benker og bord, mens nedre nivå er et åpent areal. Trappetrinn fungerer som sekundær sittemulighet som henvender seg til det nedre nivået. Rampe med fallforhold 1:12 som forbinder øvre og nedre nivå øker tilgjengeligheten for flere brukere.

I tilknytning til hovedbryggen etableres ny grusplass. Grusplassen skal ha mulighet for bål og grilling.

Grusplassen bør brøytes på lik linje med tilgrensende gangvei for bruk på vinteren. Eksisterende vegetasjon vest for grusplassen tynnes. Dette for å skape bedre sikt fra bål plassen mot vannet og promenaden. Tynning av vegetasjon vil også gi bedre solforhold.

**Konstruksjonen:**

Nedre nivå av hovedbrygge ligger 30cm over vannoverflate, slik som promenaden. Øvre nivå ligger 60cm over vannoverflaten. Øvre nivå vil fungere som en sittekanter på vintertid når det er ski- og skøyteføre over Prestvannet.



## NY OPPLEVELSE AV PRESTVANNET

Trekonstruksjonen bestående av promenade og hovedbrygge, utgjør en tur på 220 meter. Turen over promenaden muliggjør en ny opplevelse av å ferdes rundt Prestvannet ved at man kan oppholde seg på arealer på vannet som før var utilgjengelige.

Promenaden er 2 meter bred og danner en egen intim tursti over deler av Prestvannet. Promenaden er strategisk plassert i det nordvestlige hjørnet som er utenom ferdselsforbudet. Her er et område med flott våtmarksvegetasjon og flytemyr.

Turen over promenaden fører en vekselvis mellom vegetasjon på begge sider, og mellom vegetasjon og vann. En mindre bryggekonstruksjon for opphold er inkorporert som en utvidet del av promenaden. Oppholdsstedet henvender seg mot vannet, med høytvoksende vegetasjon i bakkant. Oppholdsstedet tilbyr et rolig hvilested med utsyn mot hele vannet, og har visuell kontakt mot hovedbryggen i nord-nordøst.



Åh, no e det vel siste sjans for å få tatt bilda av de der fuglan før dem drar sørover før vinteren! Æ må komme mæ ut!

## PRESTVANNET PROMENADEBRYGGE

Hovedbryggen på nordsiden av vannet vil fungere som et sentralt samlingssted for besøkende til Prestvannet. Her skapes et tydelig og sosialt møtested. Dette er med på å sentrere bruken som samtidig skåner det sårbare fuglelivet og vegetasjonen rundt vannet.

Hovedbryggen legges på to nivåer for å dele opp stedet, slik at to større flater dannes. Øvre bryggenivå utstyres med benker og bord som henvender seg utover mot vannet. Øvre brygge er også tilknyttet en ny grusplass for flerbruk. Nedre nivå er en større åpen flate. Hensikten med nedre nivå er å øke kontakt med vannet. Nedre nivå avgrenses med trappetrinn som fungerer som sekundære sitteplasser. Nedre nivå vil være et fint samlingssted for større grupper, men også gi rom for at flere mindre grupper kan benytte

bryggen samtidig. En rampe er integrert i det østlige hjørnet av bryggen for å sikre tilgjengelighet til nedre nivå for flere brukere.

Ny gruslagt plass fungerer som en fleksibel åpen flate som kan utstyres med bål-/grillplass. Grusplassen kan brukes til andre formål, eksempelvis som åpen plass for aktiviteter for større grupper og skoleklasser på tur.

En spennende idé kan være å se på muligheten for etablering av et mobilt serveringssted som kan være på grusplassen til bestemte tider. Dette for å tiltrekke seg brukere som trenger en ekstra motivasjon og et uforpliktende mål for å komme seg ut. Grusplassen er dimensjonert slik at en mindre "kaffetruck" kan parkere og forlate grusplassen via den oppgraderte asfaltert veien.

MOBILT SERVERINGSSTED SOM  
ATTRAKSJON OG LOKALT ENGASJEMENT

Skihytta i nordlig del av Tromsømarka gjenåpnet kafédrift i 2015, og har vært en stort suksess. Privat næringsaktør har stått for oppussing av hytta og videre drift, mens serveringstilbudet eksisterer på grunnlag av dugnad på nordøya og andre foreninger som melder sin interesse. Et slikt sosialt tilbud kan være hensiktsmessig å etablere også andre steder i Tromsømarka for å skape lokal felleskapsfølelse og engasjement. Eksempelvis er det flere veletablerte private næringsaktører i Tromsø by som kan være interesserte i å være med å støtte og drifte et mobilt serveringssted i samarbeid med velforeninger. Prestvannets venner er en velforening som kunne vært involvert. Andre aktuelle aktører er studentforeninger, foreninger

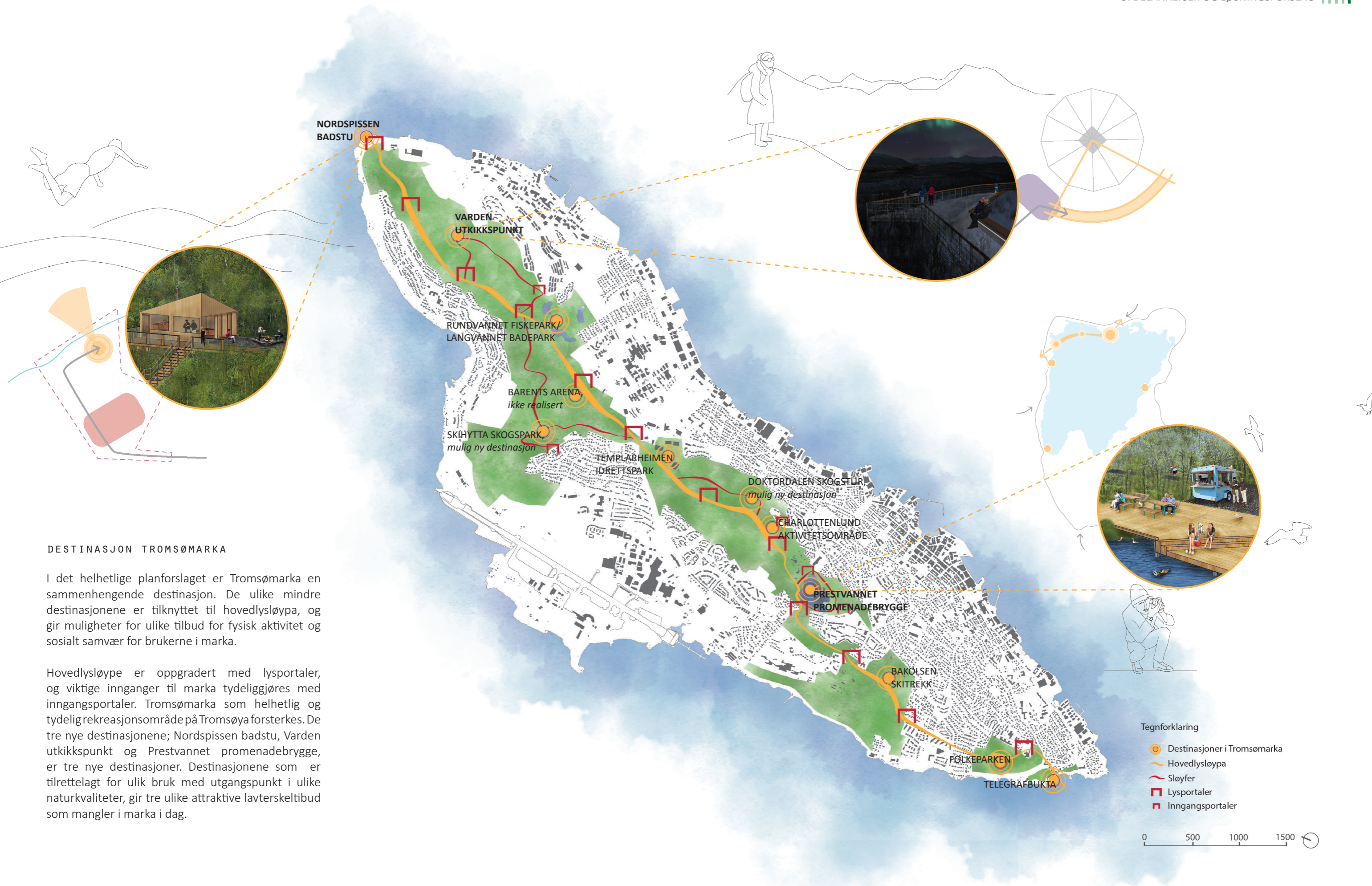
for eldre og idrettsforeninger. Et samarbeid mellom private næringsaktører og lokale frivillighetsbaserte foreninger, med drahjelp av kommunen, kan være starten på et inkluderende og spennende prosjekt. Slike prosjekter kan være med på å gjøre Tromsømarka til et mer sosialt og attraktivt sted, ved at eierskap til stedet skapes.

Tromsømarka-appen kan gi informasjon om blant annet hekketid for fugleartene rundt vannet, trygg skøyteføre og være verktøy for den sosiale aktiviteten geocaching. Appen kan også gi varsel for når "kaffetrucken" er å finne på Prestvannet.



*Kanskje æ skulle røska mæ ut en tur til Prestvannet. Torunn og Kjerstin e jo sikkert der og promenere. Kanskje deinn kaffebilen e dær, og æ kan få mæ en kaffetår til og med!*





**DESTINASJON TROMSØMARKA**

I det helhetlige planforslaget er Tromsømarka en sammenhengende destinasjon. De ulike mindre destinasjonene er tilknyttet til hovedlysløypa, og gir muligheter for ulike tilbud for fysisk aktivitet og sosialt samvær for brukerne i marka.

Hovedlysløype er oppgradert med lysportaler, og viktige innganger til marka tydeliggjøres med inngangsportaler. Tromsømarka som helhetlig og tydelig rekreasjonsområde på Tromsøya forsterkes. De tre nye destinasjonene; Nordspissen badstu, Varden utkikkspunkt og Prestvannet promenadebrygge, er tre nye destinasjoner. Destinasjonene som er tilrettelagt for ulike bruk med utgangspunkt i ulike naturkvaliteter, gir tre ulike attraktive lavterskeltbud som mangler i marka i dag.

**Tegnforklaring**

- Destinasjoner i Tromsømarka
- Hovedlysløypa
- Sløyfer
- Lysportaler
- Inngangsportaler



## OPPSUMMERING OG KONKLUSJON

Problemstillingen for oppgaven var: “Hvordan invitere til økt bruk av Tromsømarka ved å tilrettelegge for lavterskelaktiviteter som baseres på opplevelser av eksisterende naturkvaliteter i marka?”.

Idéseminarene som ble avholdt med tromsøværing har bidratt til å forme oppgavens utgangspunkt. Videre analyser av bruken i Tromsømarka og de sammenhenger marka inngår i, både fysisk og på byplanleggingsnivå, har bidratt til tydeliggjøring av et reelt behov for bedre tilretteleggelse av lavterskeltilbud i marka.

Tromsø kommune viser genuin interesse til bevaring og tilretteleggelse for helsefremmende friluftsliv og idrett i Tromsømarka. Kommunens visjon om å videreutvikle marka som sted for rekreasjon, friluftsliv, fysisk aktivitet og som miljøvennlig transportåre, blir etterstrebet kontinuerlig. Mange gode tiltak og prosjekter har ført til svært positiv omtale og oppmerksomhet rundt Tromsømarka blant tromsøværing og i media.

Problemstillingen i oppgaven er aktuell av den enkle grunn at mange likevel ikke oppmuntres til å oppsøke og benytte Tromsømarka, til tross for de økte tiltak og tilretteleggelser som er gjennomført. Det åpenbare faktum om at fysisk aktivitet i friluft gir helsefremmende gevinster, er for mange heller ikke motivasjon nok for å “gå over dørstokkmila”. Dette vist tydelig i blant annet deltakelsen i idéseminarene som ble avholdt. Det lyktes ikke å rekruttere deltakere som ikke benytter marka. Lavfrekvensbrukere som ikke benytter Tromsømarka i dag anser ikke marka som en arena for de.

Eksempelvis gjør gode tiltak basert på ad hoc-løsninger, slik som klopping av våte stier, at fremkommelighet bedres for mange brukere av marka. Imidlertid fører ikke klopping av en våt sti til at en som ikke vet at stien finnes vil bruke stien mer. Klopping av stien vil heller ikke bli brukt dersom en ikke vet hva som finnes i enden av stien. Sannsynligvis vil ikke klopping av stien heller hjelpe dersom den leder til et sted som ikke anses som tilrettelagt eller tiltrekkende for en.

Tilgjengelige, tilrettelagte og tiltrekkende lavterskeltilbud i Tromsømarka er manglende,

og fører til at lavfrekvensbrukere ikke inviteres eller motiveres til rekreasjon og friluftsliv i marka. Manglende informasjon om, og tilretteleggelse for å nå, markas mange naturkvaliteter er også et problem.

For å invitere og motivere flere brukere til marka har oppgaven derfor tatt utgangspunkt i etablering av tydelige destinasjoner for lavterskelaktiviteter. Det har i oppgaven vært fokus på å skape gode og sosiale steder som er tilgjengelige og tilrettelagte for å tiltrekke flere potensielle markabrukere.

Løsningsforslagene som vises i Nordspissen badstu, Varden utkikkspunkt og Prestvannet promenadebrygge, gir innspill til hvordan store naturkvaliteter i marka settes i fokus for å tiltrekke brukere. Eksisterende naturkvaliteter danner et bakteppe for tilrettelagte rekreasjonsområder som gir rom for gode sosiale møteplasser. En drivkraft bak løsningsforslagene er å øke muligheten for sosiale møter mellom mennesker, både tilfeldige og planlagte. “Mennesker er menneskers største attraksjon” (Gehl 2010) har vært det underliggende mottoet for samtlige nye destinasjoner. Gjennom idéseminarene var tydelige og attraktive møtesteder et av hovedønskene for Tromsømarka.

De tre stedene; Nordspissen, Varden og Prestvannet, har svært ulike utgangspunkt. Tilgjengelighet, topografi, og grad av tilretteleggelse varierer, men en fellesnevner er at de på hver sin måte fremhever det som både marka og Tromsøya har å by på av naturkvaliteter for bynær friluftsliv.

Mens Nordspissen fremstår som en uberørt perle ved havet med lite urban påvirkning, er Prestvannet et mye brukt rekreasjonsområde der et vann med yrende fugleliv er omkranset av boligbebyggelse og godt utviklet infrastruktur. Dette mens Varden som er Tromsøyas høyeste punkt er et naturlig turmål for mange, til tross for at det er mange høydemetere en må bestige.

Imidlertid er den andre fellesnevneren for disse tre stedene at de mangler tilretteleggelse og tydelig program for bruk. Dårlig tilgjengelighet med utydelige adkomstmuligheter, samt dårlig opparbeidelse av gangveier, begrenser også bruken.

Løsningsforslaget Nordspissen badstu viser muligheten for etablering av et spennende og ikke-eksisterende tilbud i Tromsø. Tilgjengeliggjøring av kystlinjen i form av et konkret offentlig tilbud vil også være hensiktsmessig med tanke på at området er i påvente av fremtidig utvikling. Kommunen indikerer at det vil være aktuelt å innlemme deler av uberørte områder langs kystlinjen innenfor markagrensen. Ved å tilgjengeliggjøre og tilrettelegge deler av kystlinjen langs Nordspissen kan viktige og eksisterende rekreasjonsområder være med på å legge føringer for utbygging, og ikke omvent.

Godt etablerte stisystemer finnes overalt i Tromsømarka, men fremkommelighet er sterkt redusert i vinterhalvåret på grunn av store snømengder og mangel på belysning. Varden utkikkspunkt, med tilretteleggelse for oppgradert adkomstvei etter sløyfe-prinsipp, danner en turrute med tilrettelagt sted for opphold som mål for turen. Sløyfe-prinsipp med oppgradert grusdekke og belysning gjør at rekreasjon og friluftsliv enklere opprettholdes gjennom året og ikke begrenses i like store grad i det nordnorske klima.

Prestvannet promenadebrygge vektlegger og understreker viktigheten av tilgjengelighet til et eksisterende rekreasjonsområde. Samtidig som at løsningsforslaget også er et forebyggende tiltak mot spredt menneskelig aktivitet som er en belastning for det sårbare landskapsvernområdet. Gjennom å sentrere tilrettelagt bruk blir Prestvannet et mer sosialt sted for besøkende, og vegetasjon og dyreliv skånes.

Ved etablering av nye eller opparbeidelse av eksisterende steder, skapes tydelige destinasjoner i marka. Destinasjonene skal gi muligheter for mer tilgjengelig og tilrettelagt bruk, og på den måten tiltrekke et bredere spekter av potensielle markabrukere til bynær rekreasjon og friluftsliv i Tromsømarka.

Opgaven har også hatt som mål å styrke den eksisterende hovedlysløypa som en attraktiv, helsefremmende og miljøvennlig transportåre for flere brukere. Hovedlysløypa styrkes av nye destinasjoner som tilknyttet til den. De nye destinasjonene tilføres som supplement til det

eksisterende aktivitets- og idrettstilbudet som finnes langs hovedlysløypa i marka.

Hovedlysløypa som oppleves lang og ensformig for mange gis et løft med lysportaler. Lysportalene fungerer som estetiske elementer som er med på å danne sammenheng og helhet i marka, noe som ikke er tilfellet i dag. Integriert kartoppslag og sittemulighet i portalkonstruksjonene fungerer også attraktive og forutsigbare orienterings- og hvilepunkter langs løypa.

Videre tydeliggjøres viktige innganger til marka i form av inngangsportaler i samme design som lysportalene. I dag preges marka av utydelige innganger med dårlig synlighet og forbindelse til øvrig tilgrensende infrastruktur. Inngangsportaler skal derfor bidra til økt oppmerksomhet og tydelighet av Tromsømarka som viktig og tilgjengelig rekreasjonsområde.

Opgaven som helhet setter søkelys på hvordan Tromsømarka kan tilrettelegges som et mer helhetlig, attraktivt og inkluderende rekreasjonsområde for flere brukere. Løsningsforslagene vil forhåpentligvis være til glede og inspirasjon for både engasjerte tromsøværing, kommunen og private næringsaktører. Det oppfordres avslutningsvis til samhandling mellom disse tre partene. Den viktige oppgaven med forvaltning og utvikling av, samt bestemmelser for hvordan bruken skal være og hvor, i et verdifullt fellesgode som Tromsømarka, bør ikke falle bare på kommunen. Det vil gagne utviklingen av Tromsø by og dens befolkning å komme frem til en helhetlig og langsiktig plan for Tromsømarka, der flere parter bør involveres. Enighet for hvilke tilbud marka skal inneholde bør ideelt sett settes på dagsorden som en lengre demokratisk prosess. Det oppfordres videre til å se nærmere på markas potensiale som helhet, fremfor delområder som utvikles isolert fra hverandre.

# AVSLUTNING

## OPPGAVENS PROSESS

Interessen for å jobbe med Tromsømarka ble tidlig vekket; allerede i 2014 da jeg hadde sommerjobb i Tromsø kommune. Etter endt sommerjobb hadde jeg i bakhodet en voksende idé om at jeg ville jobbe med hvordan man med enkle grep kan gjøre marka til et mer inkluderende og attraktivt sted for flere i Tromsø.

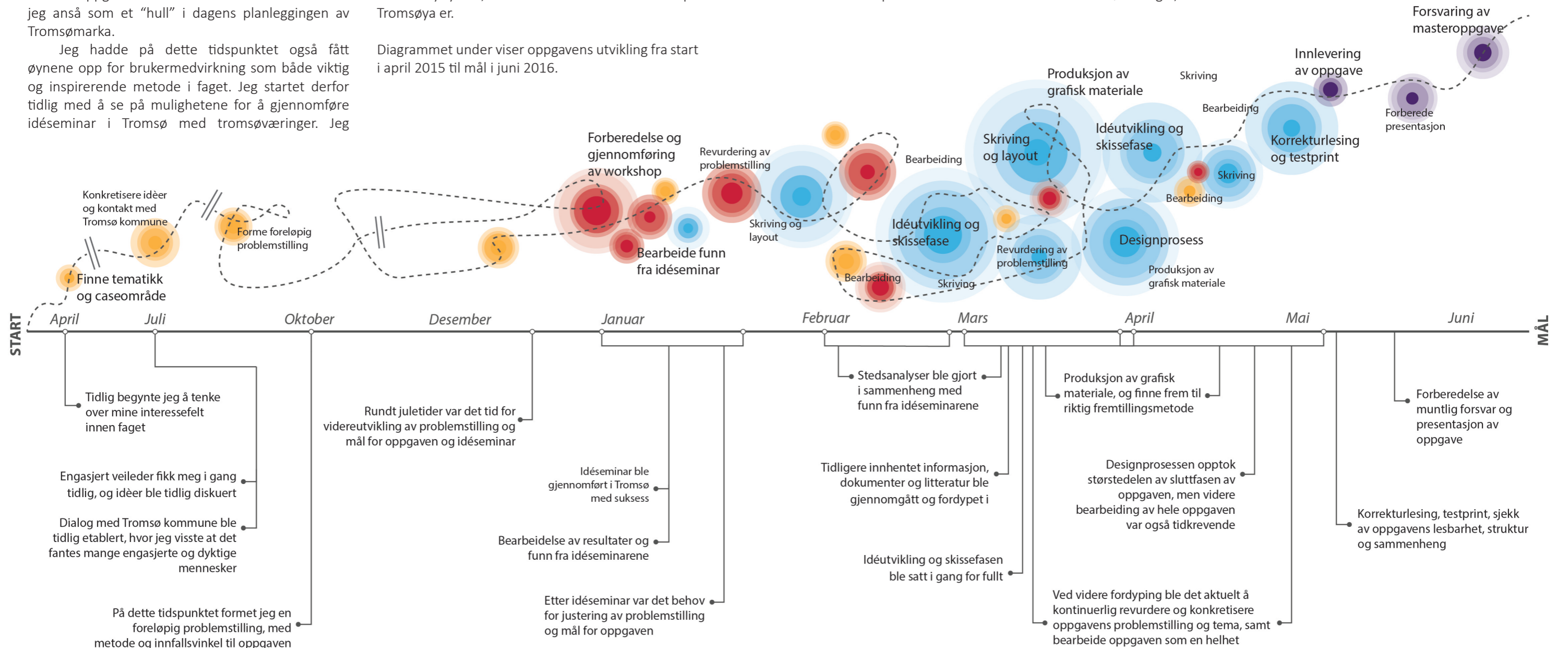
I løpet av våren 2015 hadde jeg mitt første møte med veilederen min, samtidig etablerte jeg kontakt med hjelpsomme og flinke fagfolk i Tromsø kommune. Dette førte til at jeg raskt hadde en klar formening om hva oppgavens tematikk skulle være ut i fra hva jeg anså som et "hull" i dagens planleggingen av Tromsømarka.

Jeg hadde på dette tidspunktet også fått øynene opp for brukermedvirkning som både viktig og inspirerende metode i faget. Jeg startet derfor tidlig med å se på mulighetene for å gjennomføre idéseminar i Tromsø med tromsøværing. Jeg

begynte derfor tidlig med planlegging, forberedelser og rekruttering til "workshop" i Tromsø. Funnene, idéene og innspillene jeg fikk gjennom idéseminarene ga et solid grunnlag for oppgaven som har vært en stor del av hele utformingsprosessen av løsningsforslagene.

Prosessen i oppgaven har videre bestått av en kontinuerlig bearbeiding av mange momenter på samme tid. Det har likevel hele tiden vært viktig å fremheve hvordan Tromsømarka kan bli et mer inkluderende sted for rekreasjon og friluftliv. Dette både for de spreke, de mindre fysisk anlagte, de litt eventyrlystne, til de som ikke vet hva marka på Tromsøya er.

Diagrammet under viser oppgavens utvikling fra start i april 2015 til mål i juni 2016.



## REFLEKSJON

Gjennomføring av masteroppgaven har vært en krevende, men lærerik og inspirerende, dannelsesreise. Det har vært spesielt utfordrende å alene sammenstille en helhetlig oppgave fra start til slutt, der mange avgjørelser har vært vanskelige å ta på egenhånd.

Oppgaven har tatt mange vendinger og endt i et løsningsforslag som viser idéer og muligheter for hvordan man ved enkle grep kan gjøre Tromsømarka mer brukervennlig og inkluderende for flere brukere.

Løsningsforslagene, med bakgrunn i funn og innspill fra idéseminarene med tromsøværing,

har gitt meg viktig kunnskap i hvordan bynære grønnsstrukturer kan og bør være mer tilrettelagte, tilgjengelige og tiltrekkelige, både i et folkehelseperspektiv og som viktig demokratisk prinsipp.

Med inspirasjon i min egen familie som i aller høyeste grad kan anses som lavfrekvensbrukere på mange måter, har oppgaven resultert i foreslåtte løsninger som jeg tror vil kunne tiltrekke et bredere spekter av brukere til Tromsømarka.

## K I L D E R

### Litteratur og publikasjoner:

Asplan Viak AS. (2008). Tromsø sentrum sør - Landskap, parkdraget, vind, utendørs opphold. Tromsø: Tromsø kommune.

Dølvik, J. E., Danielsen, Ø., & Hernes, G. (1988). Kluss i vekslinga: fritid, idrett og organisering. Delrapport for prosjektet Idrett, fritid og levekår, Fafo-rapport 801. Oslo: Fafo

Helsedirektoratet. (2009). Aktivitetshåndboken- Fysisk aktivitet i forebygging og behandling. Bergen: Fagbokforlaget

Hester, R. T. (1984). Planning neighborhood space with people (Vol. 3). Van Nostrand Reinhold.

Gehl, J. (2010). Byer for mennesker. København: Bogværket.

Kommunal- og moderniseringsdepartementet. (2014). Veileder: Medvirkning i planlegging. Oslo: Kommunal- og moderniseringsdepartementet.

Miljødirektoratet. (2013) Allemannsretten. Oslo: Skipnes

Miljødirektoratet. (2015) Friluftsliv der folk bor: Miljødirektoratets nærmiljøsatsing. Oslo: Skipnes

Ommundsen, Y. & Aadland, A. A. (2009). Fysisk inaktive voksne i Norge. Hvem er inaktive- og hva motiverer til økt fysisk aktivitet. Oslo: Kreftforeningen, Helsedirektoratet, Norges bedriftsidrettsforbund

Tromsø kommune. (2008). Forvaltningsplan for Prestvannet. Landskapsvernområde med randsoner. Tromsø: Tromsø kommune

Tromsø kommune. (2010). Kommuneplan for Tromsø 2011-2022. Arealdelen. Delutredning: Landskapsanalyse nye nyutbyggingsområder. Tromsø: Tromsø kommune

Tromsø kommune. (2011). Kommuneplan for Tromsø 2011-2022. Arealdelen. Del I - Planbeskrivelse. Tromsø: Tromsø kommune

Ytreberg, N. A. (1946). Tromsø bys historie. Tromsø: Peder Norbye

### Nettsteder:

Johansen, K. (03.02.2016). Byene i Troms. Tilgjengelig fra: [www.tromsfylke.no/Om-Troms/Byene-i-Troms](http://www.tromsfylke.no/Om-Troms/Byene-i-Troms). Hentet: 24.01.2016

Stokke, G. A. Stykkene på Tromsøya. Tilgjengelig fra: [www.digitaltmuseum.no/011085443419](http://www.digitaltmuseum.no/011085443419). Hentet: 04.02.2016.

Hagen, R. B. (12.06.2015). Promorhandel. Tilgjengelig fra: [www.snl.no/pomorhandel](http://www.snl.no/pomorhandel). Hentet: 04.02.2016.

Bioforsk. (08.08.2013). Bioforsk Nord Holt. Tilgjengelig fra: [www.bioforsk.no/ikbViewer/page/bioforsk/forskingssenter/senter/avdeling?p\\_dimension\\_id=15071](http://www.bioforsk.no/ikbViewer/page/bioforsk/forskingssenter/senter/avdeling?p_dimension_id=15071). Hentet: 22.02.2016.

Helse- og omsorgsdepartementet. (2005). Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005- 2009. Sammen for fysisk aktivitet. Kortversjon. Tilgjengelig fra: [www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/vedlegg/planer/hod\\_kortversjonfysisk.pdf](http://www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/vedlegg/planer/hod_kortversjonfysisk.pdf). Hentet: 22.03.2016.

Klima- og miljødepartementet. (1957). Lov om friluftslivet (friluftsloven). Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16>. Hentet: 10.02.2016.

Miljødirektoratet. Allemannsretten. Tilgjengelig fra: [www.miljodirektoratet.no/no/Tema/Friluftsliv/Allemannsretten/](http://www.miljodirektoratet.no/no/Tema/Friluftsliv/Allemannsretten/). Hentet: 10.02.2016.

Store norske leksikon. (25.06.2015). Utmark. Tilgjengelig fra: [www.snl.no/utmark](http://www.snl.no/utmark). Hentet: 17.02.2016.

Tromsø arktisk-alpine botaniske hage. Om klima. Tilgjengelig fra: [www.botanisk-hage-tromso.net](http://www.botanisk-hage-tromso.net). Hentet: 11.02.2016.

### Kartdata:

Kartdata tilsendt av Gunnar Tenge (ILP, NMBU, Ås). FKB-data og Matrikkeldata i UTM33 Euref89. Lastet ned fra: [www.norgedigitalt.no](http://www.norgedigitalt.no) (januar 2016).

Ortofoto tilsendt av Gunnar Tenge (ILP, NMBU, Ås). Lastet ned fra: [www.norgebilder.no](http://www.norgebilder.no) (januar 2016).

# VINTERLØYPEKART TROMSØYA

DÁLVELÁHTTOKÁRTA ROMSSASUOLU - WINTER TRAIL MAP TROMSØ ISLAND



LUFTA ER FOR ALLE - SKILØYPENE OGSÅ! HER ER NI REGLER FOR LØYPEVETT:

1. Vis hensyn og vær vennlig mot andre. Vær spesielt hensynsfull og oppmerksom mot barn og eldre.
2. Det er høyrekjøring også i skiløypa.
3. Den som kjører nedover har forkjøringsrett, den som kommer oppover må vike og gi god plass til de som kommer nedover.
4. Den som kommer bakfra har ikke forkjøringsrett, men må gå forbi på venstresiden.
5. Skiløpere som er ute på treningstur har ingen særrettigheter.
6. I øvre og nedre konkurranseløype ved Tromsø skistadion er det ikke tillatt for fotgjengere eller hunder.
7. Det er ikke god løypeskikk å gå på beina i skisporet. Fotgjengere bes bruke den tråkkede vintergangvegen (—) mellom Prestvannet og Stakkevollan.
8. Hundeeiere må vise ekstra hensyn og ha full kontroll over hunden. Langt bånd kan være til stor fare for andre. Bruk pose og ta med posen ut av marka.
9. Et smil og et nikk gleder andre - og deg selv!

	Lysløype		Čuovgaláhttu		Lighted ski trail
	Skiløype uten lys		Čuovgakeahtes láhttu		Unlighted ski trail
	Konkurranseløype		Gilvoláhttu		Competition trail
	Vintergangvei		Dáivuoludda		Winter hiking trails
	Trákk		Bálggis		Footpath
	Avstand (km.)		Gaska (km.)		Distance (km.)
	Skile/akebakke		Čierastat		Sledding hill
	Parkering		Biillaorostat		Parking
	Hoppanlegg		Njuikenluohkká		Ski jump
	Skøytebane		Luistengeainnus		Skating rink
	Skitrekk		Sabetvinta		T-bar lifts
	Skiskyting		Čuoiganbáhčín		Biathlon
	Servering		Guossoheapmi		Dining

## NOEN AVSTANDER (KM)

- Tromsø museum - Nordspissen: 10,0
- Tromsø museum - Charlottenlund: 4,0
- Charlottenlund - Skibrua: 1,8
- Charlottenlund - Skihytta: 2,9
- Skibrua - Trykkbassenget: 1,9
- Skibrua - Nordspissen: 4,2



Last ned:



Løypekartet som PDF: [www.tromso.kommune.no/loypekart](http://www.tromso.kommune.no/loypekart)



Opplysninger om løypeforhold: [www.tromso.kommune.no/ski](http://www.tromso.kommune.no/ski)

ÅPNINGSTIDER SERVERINGSSTEDER:

Skihytta Rismålshaugen: [www.derdetskjer.no/skihytta](http://www.derdetskjer.no/skihytta)  
Kafé Rotunden, Tromsø museum: [www.uit.no/tmu](http://www.uit.no/tmu)



Tromsø kommune, Eiendom/Byutvikling







Norges miljø- og biovitenskapelig universitet  
Noregs miljø- og biovitenskapelige universitet  
Norwegian University of Life Sciences

Postboks 5003  
NO-1432 Ås  
Norway