

Frösundagården * Start & Stop

La escuela de la aldea ahora funciona como una casa parroquial y un centro de peregrinación. Aquí encontrarás más información sobre los senderos y actividades relacionadas. Para horarios, consulte www.vallentunaforsamling.se

Cómo llegar:

Desde la estación de "Stockholms östra", tomar el tren local "Roslagsbanan" nr 27 con destino a Kårsta. Bajar en Frösunda. El trayecto es de aproximadamente 45 minutos. También puede bajar en Lindholmen y seguir los senderos en la dirección opuesta. Para un planificador de viaje, por favor visite www.sl.se y haga clic en "Visitante".

En coche: tomar la E18 en dirección norte. Gire a Arninge, a continuación, siga las indicaciones para Vallentuna, Lindholmen y Frösunda. Por favor, deje su coche en el estacionamiento de la iglesia Frösunda, o en la estación de Lindholmen. Los senderos están destinados a caminantes solamente.

El derecho de acceso público

Por favor, recuerde que el derecho de acceso público a un terreno privado también incluye obligaciones. No se le permite caminar a través de campos de cultivo o a través de jardines privados - siempre mantengase en los senderos señalizados. Por favor, utilice los contenedores de basura fuera de las iglesias o en tome su basura con usted. Recordar y respetar el hecho de que los senderos están pasando a través de las áreas donde las personas viven y trabajan.

Naturaleza, cultura y espiritualidad

Las parroquias de Markim, Orkesta y Frösunda dan testimonio visible de la vida, el trabajo y la fe de sus habitantes por mil años y más. Runas, ruinas y cementerios de aldea cuentan las historias de sucesos dramáticos, así como cada día las rutinas de hace mucho tiempo. Las iglesias medievales a lo largo de la ruta ofrecen espacios intemporales de tranquilidad y paz.

Caminar a pie como un peregrino de hoy en día, significa caminar con todos sus sentidos bien abiertos. Inga de Snåttsta, Ulf de Borresta y Livsten de Torsholmson son tres personalidades locales del siglo XI que han viajado estos caminos ante que nosotros. Ellos han dado sus nombres a nuestros tres caminos de peregrinación. Pilgrim Vallentuna es un proyecto en conjunto con iglesias, autoridades, asociación de folklore y historia local y de la organización protectora de la naturaleza. El proyecto está patrocinado por la Junta de Agricultura de Suecia y el Programa Europeo de Desarrollo Rural de la Unión.

Naturaleza, cultura y espiritualidad son nuestras palabras clave - como visitante se le invita a elegir la perspectiva que más le convenga.

Más información sobre los paseos guiados y el horario de apertura de nuestro Centro de Peregrinación en Frösundagården se puede encontrar en www.vallentunaforsamling.se



PILGRIM VALLENTUNA

Inga-leden – El sendero de Inga 19 kilómetros

El sendero de Inga comienza en el centro de peregrinación en Frösunda, a pocos cientos de metros de la estación de tren en Frösunda. El sendero sigue principalmente caminos rurales y caminos accesibles para sillas de ruedas y cochecitos de bebé. Una sección más corta sigue una pista que posteriormente reconecta con la carretera - una ruta alternativa para sillas de ruedas y cochecitos está marcado en el mapa.

1. La Iglesia de Frösunda

Grabada en la piedra rúnica de la iglesia esta la cruz que fue elegida para ser el logo de Pilgrim Vallentuna. La piedra fue encontrada escondida en el patio de la iglesia en 1991. La cruz está rodeada por símbolos de la Santísima Trinidad. Alrededor del altar dentro de la iglesia, se pueden ver los dos grandes santos de peregrinación de los países escandinavos: San Olav de Noruega y Santa Brígida de Suecia.

2. La Iglesia de Orkesta

Esta iglesia románica fue erigida a finales del siglo XII. Las pinturas murales en el interior representan historias bíblicas desde la Creación hasta el Juicio Final.

3. La rúnas de Ulf

Las dos piedras rúnicas a las afueras de la iglesia, cuentan la historia acerca de Ulf de Borresta que participó en por lo menos tres incursiones vikingas contra Inglaterra. Ulf era un magnate adinerado que terminó en una su vejez padiosa, y tenía varias oraciones suplicando la misericordia de Dios con entalladuras en caracteres rúnicos en sus piedras rúnicas posteriores.

4. Cementerio de Vaxtuna y el túmulo Köö

Los aldeanos de la edad de hierro estaban ansiosos por mantener a sus familiares enterrados así a la vista de sus hogares. Los cadáveres eran quemados y las cenizas se echaban en los círculos de piedra. Los primeros cristianos mantuvieron sus cementerios de aldea, pero la práctica de la quema de los muertos cesó debido a la nueva fe. El túmulo Köö se cree que es la tumba de un gran magnate cuyo nombre se ha perdido. El montículo fue excavado en el siglo XVII - la primera excavación arqueológica en Suecia.

5. Snåttsta

Snåttsta era el hogar de Inga, que lleva la historia de la vida de su familia y el destino registrado en cuatro piedras rúnicas y un petroglifo. Los grabados terminan con la misma oración: "Que Dios ayude a sus espíritus". Ella quedó viuda a temprana edad y luego perdió a su único hijo. Cuando murió su madre Gerlög heredó Inga Snåttsta.

6. La iglesia de Markim

La iglesia de Markim fue construida en el siglo XII y es visible desde todos los poblados de la parroquia, que rodean la llanura. La runa de piedra detrás de la iglesia se rompió en pedazos que luego se encontraron alrededor de la iglesia y fueron ensambladas de nuevo. Las runas cuentan la historia de Tällenä y Tor que erigió la piedra para conmemorar su padre Frösten.

7. La Runa de piedra de Björn

¿Quién fue Björn de Granby? Asesinado por Vigmund y recordado por Torsten y Ragnfrid que grabó la historia de su destino en la piedra rúnica que sigue en pie en el camino en el que se erigió hace más de mil años. La inscripción termina con la oración: "Que Dios ayude a su espíritu y su alma mejor que se lo merecía".

8. Granby

El petroglifo en Granby es uno de los grabados rúnicos más largos de Uppland, contiene 185 caracteres rúnicos. Conmemora Finnvid que era dueño de toda la finca por su cuenta. Finnvid era un magnate poderoso y rico indicado por el tamaño de las ruinas de los cimientos de su mansión: 40 x 14 metros.

9. Orkesta, centro de comunidad

Al otro lado del campo de la granja Söderby se puede ver, situado en la dirección de Frösunda en el patio de la granja dos piedras rúnicas que se han movido de su posición original por el viejo puente de piedra. El puente marca la posición medieval del camino rural a Frösunda.

Ulfs-leden - el sendero de Ulf 11 kilómetros

El sendero de Ulf comienza por el centro de peregrinación en Frösunda, a pocos cientos de metros de la estación de tren en Frösunda. El sendero sigue principalmente caminos rurales y caminos accesibles para sillas de ruedas y cochecitos de bebé. Una sección más corta sigue una pista que posteriormente reconecta con la carretera - una ruta alternativa para las sillas de ruedas y cochecitos está marcado en el mapa. Los pases del sendero se detiene en el 1, 2 y 3 en el sendero de Inga para luego parar en la parada 10, la casa misionera de Markim, que sólo se incluye en el sendero de Ulf.

10. La casa de mision de Markim

La casa misionera de Markim fue construida en 1890 por los feligreses que fueron inspirados por el renacimiento de movimientos pietistas de su tiempo. A través de esfuerzos conjuntos se las arreglaron para construir una casa donde podían practicar libremente su fe. El salón servía para la escuela religiosa dominical, club juvenil, círculo de costura de las mujeres y coro. La próxima parada en el sendero de Ulf es el número 7, la runa de piedra de Björn, seguido por las paradas 8 y 9.

Livstens-leden - El camino de Livsten 6 kilómetros.

El sendero siguiendo las huellas de Livsten, incluye tanto caminos rurales como caminos peatonales estrechos. Comienza y termina en el centro de peregrinos de Frösunda.

A. La Iglesia de Frösunda

Dos famosos santos peregrinos escandinavos - pintados en el tríptico del altar del siglo XIV en el interior de la iglesia: San Olav de Noruega y Santa Brígida de Suecia. Los milagros después de la muerte del rey Olav en 1030, atrajeron a peregrinos de toda Escandinavia a visitar su tumba en la Catedral de Nidaros en Trondheim. Santa Brígida hizo su primera peregrinación a Nidaros, más tarde se dirigió a Santiago de Compostela y a Roma. Permaneció en Roma hasta que el Papa aprobó su solicitud para fundar una nueva orden religiosa, todavía lleva su nombre - la Orden Bridgettine.

B. Claro del bosque con hormiguero

"Ir despacio" es una clave para ser un peregrino. Esta atención le incentiva a lo que usted puede ver, oír y oler! Las hormigas se comunican a través de feromonas o sustancias olorosas. Ellas hacen sus propios caminos a través del bosque y son carroñeros eficaces, limpiando antiguas agujas de pino y los restos de animales muertos.

C. El manantial de San Olav

Los anillos de hormigón rotos por el lado de la carretera están cubriendo lo que antes era un manantial sagrado dedicado a San Olav - uno de los muchos manantiales de San Olav que se pueden encontrar por toda Escandinavia. Según la leyenda, un manantial de agua que da vida brotó desde el sitio donde el cadáver de San Olav primero estaba escondido.

D. El grabado rúnico de Livsten

Livsten construyó varios puentes, "como penitencias de pecados para él y para su familia", de acuerdo con las runas. Él vivió en la granja Torsholma y probablemente mantuvo los barcos vikingos en la isla de Helgö. Podemos decir que él era un cristiano por las cruces que grabó y también por el hecho de que uno de sus hijos tiene un nombre cristiano: Nicolas.

E. El prado de Klas

En mayo, el prado se dispersa con flores silvestres y primulas amarillas. Otras flores florecerán durante el verano. La pradera fue nombrada probablemente en honor a Nicolas, el segundo hijo de Livsten. "Klas" es el sueco apodo de San Nicolás - el santo patrón de todos los marinos.

F. El Puerto de Livsten

La pequeña extensión de agua que se ve a la izquierda, donde el sendero gira a la derecha hacia Frösunda, pueden ser los restos del puerto donde Livsten mantuvo sus barcos. Este fue el sitio de la poderosa vía fluvial llamada Långhundraleden que conectaba la ciudad de Uppsala con el mar Báltico.