Handel og fjordidyll
Sand er kommunesenteret i Suldal og ligg idyllisk til tett på fjorden. I sentrum kan ein besøke ei rekke lokale butikkar, kafear, klatrepark, badestrand, kulturhus, museum, overnattingsstader, Noregs første laksestudio og mykje meir. Utvalde dagar i månaden er det torghandel på Sand torg med gode, lokale produkt. Hald deg oppdatert på det som skjer i arrangementkalenderen på visitsuldal.no eller på Facebook-gruppa «Sand i Suldal».

Sand Safari
Sand Safari er ein rundtur som tek deg frå Nordenden på Sand langs Sandsfjorden og vidare oppover Suldalslågen.

Meir informasjon

Vandring og høge toppar
Sand er heim til ei rekke flotte turområde. Nyt ein rusletur langs Suldalslågen eller ta med dei minste på spanande eventyr i Stegåsen. Frå Fiskebergåsen får du utsikt over heile Sand, medan du frå Hellandsnuten kan sjå utover sju fjordar.

Fiske i fjord og elv
Frå Sand kan ein fiske både i fjorden og i elva Suldalslågen. Fjordfiske er ope for alle, medan ein må sikre seg både fiskekort og betale fiskaravgift for å fiske i elva. Dette kan ein lese meir om på suldalslagen.no. På grunn av ein svak bestand av sjøaure er eit større område utanføre Suldalslågen ei freda sone. Dette betyr at all fiske etter laks og sjøaure er forbode her heile året. Det er likevel lov å fiske etter saltvassfisk med stang eller handsnøre utanfor 100 meter frå grensa mellom elv og sjø. Elles finn ein info om kjøp av fiskekort på våre nettsider vistsuldal.no eller inatur.no

Suldal Bad
Heile Suldal sitt folkebad, Suldal Bad, opna i desember 2019. Med fantastisk utsikt over fjorden kan du nyte boblebad, sklie, hoppetårn, klatrevegg, terapibad, bad-stove og mykje meir.

Shopping in idyllic fjord landscapes
Sand is the municipal centre of Suldal – located by the idyllic Sandsfjord. The town centre offers overnight accommodation and a number of local shops and cafés, a climbing park, bathing beach, cultural centre and a museum. There is Norway's first "Salmon Studio" and much, much more. An outdoor market is held in Sand on selected days during the month, offering excellent local products. Keep in touch with what's happening by checking the events calendar on the website visitsuldal.no, or by following the Facebook group "Sand i Suldal".

Sand Safari
The "Sand Safari" is a round trip that takes you from the north end of Sand along Sandsfjord, and further upstream along the Suldalslågen river.

For more information

From local strolls to the high peaks
Sand is at the heart of many beautiful hiking areas. Enjoy a stroll along the Suldalslågen river, or take the kids on an exciting adventure in the Stegåsen hiking area. From Fiskebergåsen hiking area you get a great view of all of Sand, while from Hellandsnuten mountain you can see across seven fjords.

Fjord and river fishing
From Sand you can go fishing both in the fjord and in the Suldalslågen river. Anyone can fish in the fjord, but you have to obtain a fishing licence and pay a fee in order to fish in the river. You will find more information on the river's own website at suldalslagen.no. Due to the declining sea trout population, a large zone at the mouth of the Suldalslågen river has been designated as a conservation area, where fishing for salmon and trout is prohibited all year round. However, angling for saltwater fish is permitted using a rod or hand lines outside the 100-metre zone at the mouth of the river. You will find more information about purchasing fishing licences on our websites at visitsuldal.no.

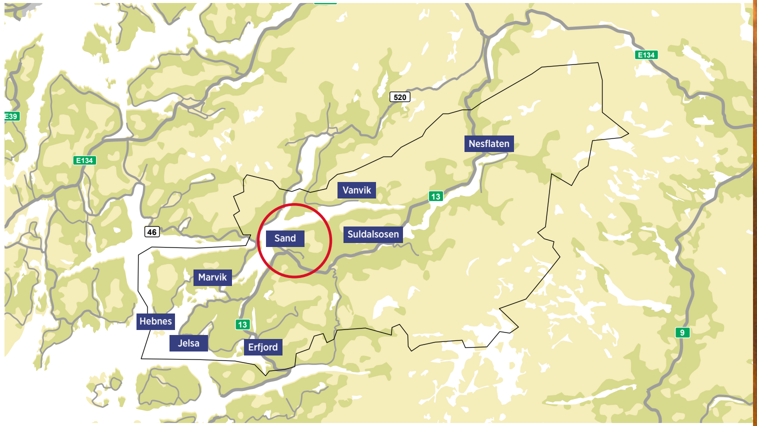
Suldal Bath
The Suldal community baths were opened in December 2019. While taking in the fantastic views across the fjord, you can enjoy a jacuzzi, water slides, a diving board, a climbing wall, therapy baths, a sauna and much more.

Hellandsnuten. © Skattkammeret Suldal. Foto: Ryfylkefotografen

Fiskebergåsen. © Skattkammeret Suldal. Foto: Ragnhild Solbakken

Sand torg. © Skattkammeret Suldal. Foto: Lise Bjelland

Suldal Bad. © Skattkammeret Suldal. Foto: Ryfylkefotografen



Sand – kommunesenteret i Suldal ligg ved Sandsfjorden og er sentrum i Suldal kommune. Sand er omgitt av skogsområde og høge fjell med Hellandsnuten (747 moh.) som det høgaste. Her presenterer me eit utval lette og tyngre merka turar i området. På Sand finn du butikkar, bensinstasjonar, hotell og matservering.

Sand – The municipal centre in Suldal is situated by the Sandsfjord and is the center of Suldal municipality. Sand is surrounded by woodlands and mountains, the highest being Hellandsnuten at 747 m a.s.l. Here we present both easy and more demanding hiking suggestions in the area. At Sand you will find stores, petrol stations, hotels and cafés.

Omega Design

Turkart
Hiking

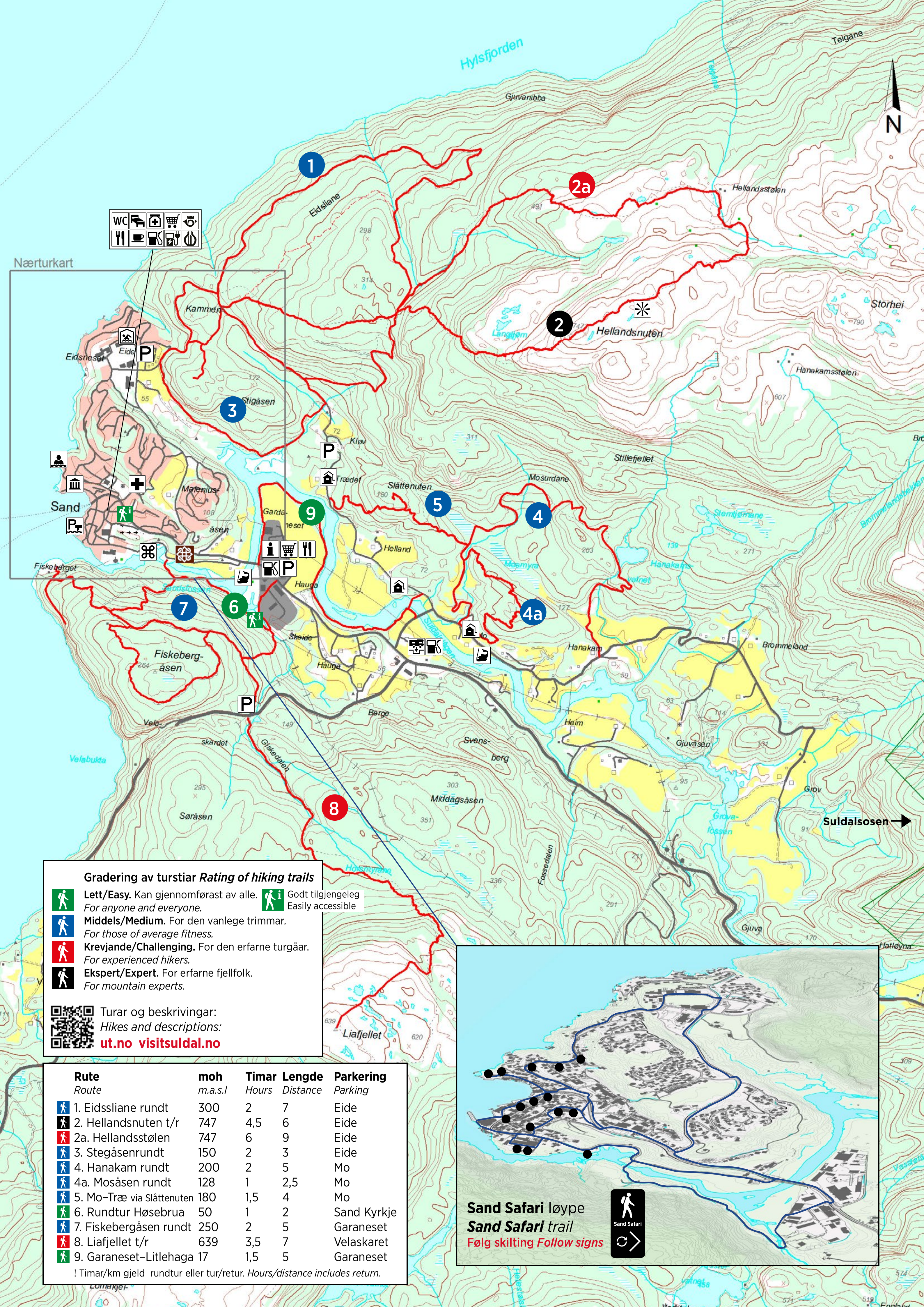
Skattkammeret Suldal

Høsebrua. © Skattkammeret Suldal. Foto: Dag Jensen

Sand
Høge fjelltoppar og sentrumsnære rusleturar
High mountain peaks and strolls through the centre of town

visitsuldal.no #visitsuldal

Suldal



Gradering av turstiar ***Rating of hiking trails***

- **Lett/Easy.** Kan gjennomførast av alle. *For anyone and everyone.*
- Godt tilgjengeleg / Easily accessible
- **Middels/Medium.** For den vanlege trimmar. *For those of average fitness.*
- **Krevjande/Challenging.** For den erfarne turgåar. *For experienced hikers.*
- **Ekspert/Expert.** For erfarne fjellfolk. *For mountain experts.*

Turar og beskrivingar:
Hikes and descriptions:
ut.no visitsuldal.no

Rute *Route*	**moh** *m.a.s.l*	**Timar** *Hours*	**Lengde** *Distance*	**Parkering** *Parking*
1. Eidssliane rundt	300	2	7	Eide
2. Hellandsnuten t/r	747	4,5	6	Eide
2a. Hellandsstølen	747	6	9	Eide
3. Stegåsenrundt	150	2	3	Eide
4. Hanakam rundt	200	2	5	Mo
4a. Mosåsen rundt	128	1	2,5	Mo
5. Mo–Træ via Slåttenuten	180	1,5	4	Mo
6. Rundtur Høsebrua	50	1	2	Sand Kyrkje
7. Fiskebergåsen rundt	250	2	5	Garaneset
8. Liafjellet t/r	639	3,5	7	Velaskaret
9. Garaneset–Litlehaga	17	1,5	5	Garaneset

! Timar/km gjeld rundtur eller tur/retur. *Hours/distance includes return.*