



Årungen er kommunens største innsjø. Lunt i sin forsenkning ligger den ofte vindstille og perfekt for rosport om sommeren eller isaktiviteter vinterstid. Sommerstid er Årungenlandskapet det grønneste som tenkes kan. Noe også Knut Hamsun skildrer i sin «Viktoria», som ble skrevet på Berg gård. Sjøen har aldri hatt og vil aldri få noen krystallvannskvalitet, men om noen år vil vi kunne bade i innsjøen igjen. Navnet har sikkert ikke med «årgammel hest» å gjøre. «Den smale sjøen (angr) med oretrær rundt» er vel også tvilsom. Snarere er det vel snakk om «den smale sjøen som elva (å) kommer fra». Årungselsva er den eneste bekken med elve-preg som renner ut i indre Bunnefjord.

Fra Ås kirke sykler du gangveien ned Syverudveien til Årungen. Denne delen er også merket som Pilegrimsled. Du passerer Berg gård og siden Syverud med Årungen Rostadion på Prestegårdsstranda. Her lærte generasjoner av Ås-unger å svømme under ledelse av Georg (Geggen) Guttormsen. Fra Vassum og demningen i nord kan du velge to ruter tilbake til utgangspunktet; enten langs Årungen vestside, eller en litt lengre runde via Frogn kirke.

## Alternativ 1

Langs Årungen vestside følger du gamle Mossevei om Årungstubukta fram til Horgen. Herfra er det gang- og sykkelvei (med egen rasteplass ved Fosterud rett etter kommunegrensa) langs Osloveien fram til NOFIMA. Så går turen opp gjennom NMBU-parken til Kirkeveien med Stoltenbergs allé fra 1770-tallet, tilbake til kirka.

Denne ruta er også løypa for «Årungen rundt»; - landeveisløpet som første gang ble arrangert i 1928. På vestsiden av sjøen var denne ruta i 1898 også del av løypa for Norges første maratonløp.

## Alternativ 2

Vil du sykle via Frogn kirke, sykler du fra Vassum rett sørvest for demningen under E6, bratt opp serpentinsvingene til Frogn Kirke og videre opp den svære grusryggen til Bjerke. Nesten forbi det siste Bjerke-tunet tar en jordbruksvei ned til venstre forbi et lite hus. Denne veien kan du følge sør over jordene og forbi noen boliger ned til riksveien. Kryss veien og fortsett bygdeveien sørover forbi Smedbøl og Kvestad, over E6 til Korsegården og så tilbake til Ås kirke.

### SEVERDIGHET:

## Syverud kultur- og natursti

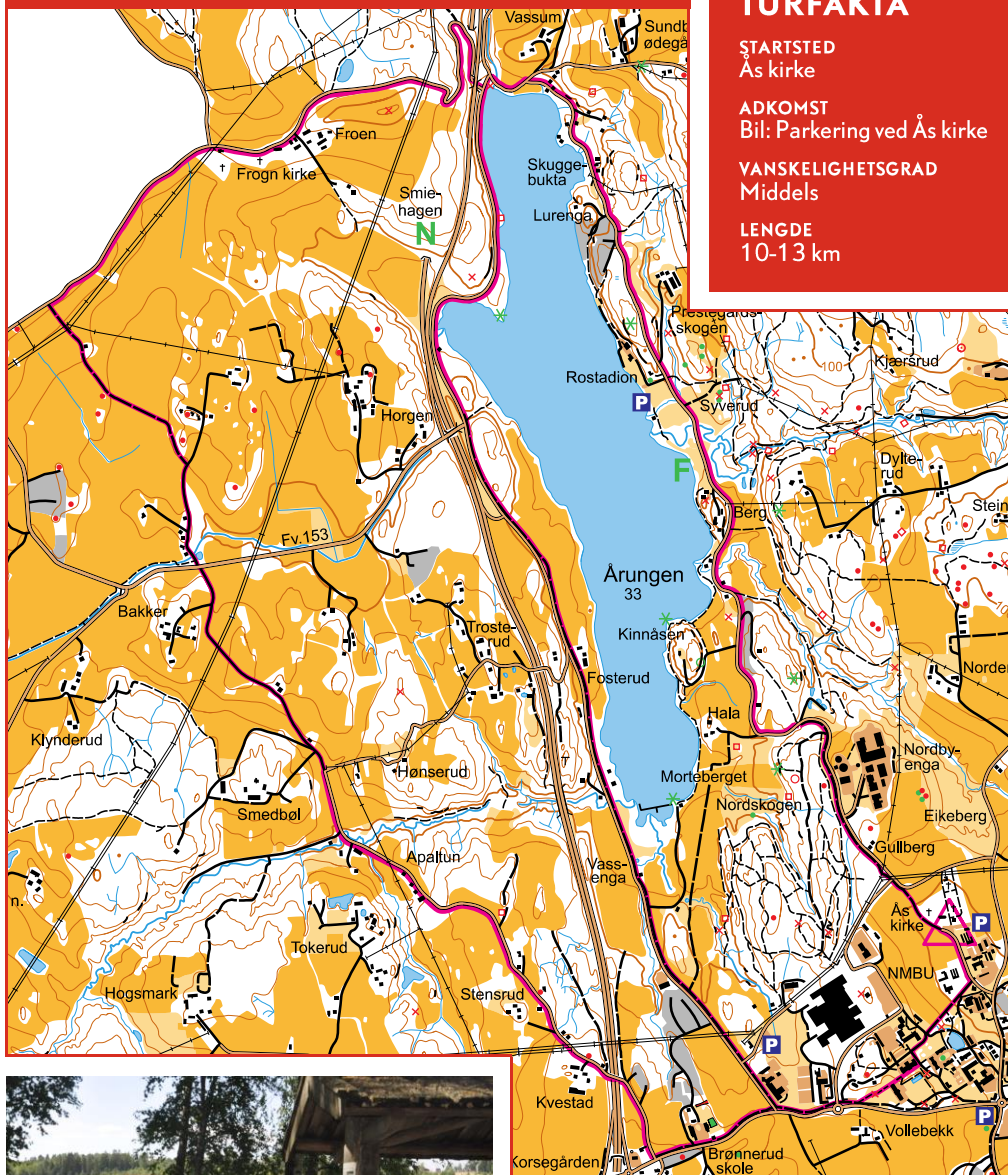
Stien er merket av Ås Rotary fra Syverudveien vis å vis avkjøringen til Rostadion. (Lensmann Østerns vei). Den merkede stien tar deg forbi det som en gang var park og tun for Syverud Prestegård, innom det jungelaktige området nedenfor Bergfossen, forbi fossen med sine minner etter mølle og sagbruk og videre opp mot Dylterud og tilbake. Opplysningskilt om geologi, vegetasjon og kulturminner.

### SEVERDIGHET:

## Årungen



1 : 30 000



## TURFAKTA

STARTSTED  
Ås kirke

ADKOMST  
Bil: Parkering ved Ås kirke

VANSKELIGHETSGRAD  
Middels

LENGDE  
10-13 km



### SEVERDIGHET: **Skålgroper**

På nordsiden av Årungstubukta går en fjellrygg opp mot E6-skjæringa. På toppen av det første bare platået på fjellryggen ligger et felt med tydelige skålgroper (helleristninger).