

VAD ÄR HITTAUT?

Hittaut är ett av Sveriges största friskvårdsprojekt och finns på nästan 100 orter. Det är en gratis aktivitet där du med hjälp av en karta (på papper eller i appen) ska finna checkpoints. Hittaut är tillgängligt dygnet runt så du kan ge dig ut när det passar dig. Du kan delta på egen hand eller tillsammans med andra.

Välj om du vill gå, springa, cykla eller ta dig fram på annat sätt. Hittaut ägs av Svenska Orienteringsförbundet och drivs ideellt av orienteringsklubbar på närmare 100 platser runt om i Sverige. Hittaut har funnits sedan 2008 och lockar årligen över 100 000 deltagare.

- HELGAKTIVITET FÖR HELA FAMILJEN
- SEMESTRA HEMMA MED HITTAUT
- HITTAUT AKTIVERAR BÅDE KROPP OCH KNOPP!

Registrera dina checkpoints

Varje ring på kartan representerar en checkpoint. På denna karta är varje checkpoint markerad i naturen med en vit platta med Hittaut-loggan på.

På varje checkpointplatta finns en kod. Registrera denna kod i appen hittaut.nu, där du söker upp ort Göteborg under "orter". Koden kan även registreras på hemsidan www.hittaut.nu. Är det första gången får du först registrera dig. Du kan registrera en eller flera checkpoints samtidigt. Du kan även hitta punkterna med hjälp av GPS. Koordinaterna finns på hemsidan.

När du registrerar bokstavskoden på de checkpoints du besökt är du automatiskt med i utlottningen av fina priser. Ju fler checkpoints du registrerar, desto större är chansen att vinna.

Utmana grannen, kompisen eller kollegan och följ ställningen i topplistorerna!

TEMA HÅLLBARHET

Årets Hittaut-karta i centrala Göteborg har HÅLLBARHET som tema. Eftersom Göteborgs vision är att vara en hållbar stad öppen för världen vill vi med denna karta visa upp den hållbara sidan av vår stadskärna.

Ekonomiska, sociala och miljömässiga dimensioner

Hållbarhet är nyckeln till en bättre framtid - för människor, företag och vår planet. Social rättvisa, smart ekonomi och en frisk miljö går hand i hand. Genom att agera nu skapar vi lönsamma, rättvisa och gröna lösningar. Tillsammans kan vi göra skillnad och bygga en värld som håller!

Göteborg föregångare inom hållbarhet

Sju år i rad har Göteborg rankats som toppdestination enligt Global Destination Sustainability Index, från 2016 till 2023. Varje stad i rankingen bedöms och poängsätts utifrån ett 70-tal kriterier kopplat till stadernas hållbarhetsprestanda inom besöksnäringen och även hur staden i stort arbetar med hållbarhetsfrågor.

När man besöker Göteborg bor man i en av världens grönaste hotellstäder, har tillgång till hållbar kollektivtrafik och ett stort antal miljöcertifierade restauranger. Stadskärnan blir hem åt fler och fler second hand-affärer. Här hittar man också auktionsverk, skräddare, bibliotek, antikvariat och cykelreparatörer. **Välkomna att upptäcka det hållbara Göteborg med Hittaut!**

CHECKPOINTS

- › Våra checkpoints är markerade i naturen med en meterhög aluminiumstolpe eller en mindre vit platta.
- › På checkpointstolpen/plattan finns nummer och de kodbokstäver som ska registreras på www.hittaut.nu eller i appen.

HITTAUT I GÖTEBORG

Det är 15:e året i rad som Hittaut arrangeras i Göteborg. De checkpoints som finns på denna karta släpps 1 april och finns ute till och med 31 december.

Även i år arrangeras Hittaut i Göteborgs skärgård. Dessa checkpoints släpps också 1 april. De blir checkpoints både i norra och södra skärgården, och de finns kvar året ut.

1 maj släpps de 85 första checkpoints på en karta som täcker hela västra Göteborg och norra Älvstranden. Det kommer sedan att släppas checkpoints vid ytterligare tre tillfällen så att det totalt blir 150. Även dessa kommer att finnas ute till årets slut.

1 juni släpps 25 checkpoints i Göteborgs nordöstra delar. Denna karta är endast digital med möjlighet att skriva ut som pdf. Även dessa kommer att finnas ute till årets slut.

Kartorna är gratis och kan hämtas på flera olika ställen som är listade på Hittauts hemsida. Arrangemanget ger dig möjlighet att på ett enkelt och roligt sätt få motion och samtidigt hitta ut till vackra och spännande platser runt om i Göteborg.

Har du frågor eller synpunkter när du oss på: goteborg@hittaut.nu

Hittaut arrangeras även på andra orter i närheten av Göteborg, dessa hittar du på www.hittaut.nu

GÖTEBORG-MAJORNA ORIENTERINGSKLUBB

Arrangör av Hittaut i Göteborg är Göteborg-Majorna OK, GMOK. Klubben är en av Sveriges största orienteringsklubbar. GMOK bildades 1993 med målsättningen att vara en klubb för alla ambitionsnivåer och åldrar. De gångna åren har den målsättningen förverkligats!

Göteborg-Majorna OK har medlemmar från nybörjare till världselit. Verksamheten utgår i huvudsak från klubbstugan i Skatås Motionsområde. Där är det störst aktivitet på tisdags- och torsdagskvällar.

Barn, ungdom och vuxna nybörjare

Varje torsdag hela året (med uppehåll för sommaren) är det ungdomsträning med orienteringsträning, löpträning och teori. Aktiviteterna är anpassade efter ålder och erfarenhet. Just nu har GMOK många barn och ungdomar som aktivt deltar på såväl träning som tävling!

Varje vår arrangerar GMOK dessutom nybörjarkurser för barn (6-8 år), ungdomar (9-16 år) och två gånger per år populära intensivkurser för vuxna.



För mer information, skriv till:
Barn 6-8 år: gmokbarn@gmail.com
Barn och ungdomar 9-16 år: gmokungdom@gmail.com
Vuxna: utbildning@gmok.se

Alla är välkomna!

I GMOK satsar vi även på andra aktiviteter än orientering. Vi tror och tycker att det är viktigt med social gemenskap, en förutsättning för att klubben skall lyckas! Vi har verksamhet för alla kategorier orienterare, allt från den hårt satsande elitorienteraren till motionsorienteraren, knatteknatern och superveteranen! Välkommen att besöka vår hemsida: www.gmok.se för mer information eller kontakta oss på: info@gmok.se

Det finns möjlighet till fler orienteringsupplevelser

Naturpasset, som är fasta kontroller i skogsområden i och runt Göteborg: www.naturpasset.se

Motionsorientering, som är orienteringsbanor på vissa vardagskvällar: www.motionsorientering.se



Rut och jag kommunikation

Rut och jag är den personliga byrån som lyhört engagerar sig för just dig och ditt företag.

Utveckla dina idéer och ger dem färg, form och formuleringar.

info@rutochjag.se
www.rutochjag.se

PICK UP YOUR MAP FREE OF CHARGE HERE

- Gothenburg Visitor Centre (Turistbyrån), Kungsportsplatsen 2
- Stadsbiblioteket, Götaplatsen 3
- Stadsbiblioteket 300 m², Östra Hamngatan 32
- Digitalt på www.hittaut.nu/goteborg
- Download the app Hittaut

WHAT IS HITTAUT.NU?

Hittaut.nu is a fun way to exercise at the same time as you experience new areas. Use the Hittaut map which you can get at several places around town for free.

Get started

On the map there are checkpoints marked and your challenge is to find these in reality. Use the map or a GPS. You find the coordinates on the website.

Register checkpoints

Once you have located a checkpoint you register the letter code on www.hittaut.nu or in the app Hittaut, and you automatically participate in the prize draws. Register every checkpoint you find and your chances of winning increase.

For everyone

The Hittaut participants are in all ages. The difficulty and the accessibility are varied so it will fit everyone who wants to exercise! For further information in English please visit the website: www.hittaut.nu or send an e-mail to goteborg@hittaut.nu

VAD ÄR HITTAUT?

Hittaut är ett av Sveriges största friskvårdsprojekt och finns på nästan 100 orter. Varje ring på kartan representerar en checkpoint. På denna karta är varje checkpoint markerad i naturen med en vit platta.

TA CHECKPOINTS OCH VINN PRISER

Varje registrerad checkpoint är en lott som ger dig möjlighet att vinna fina priser från Avenyområdets, Hagas och Innerstadens verksamheter. Läs mer om prisutlottningen på www.hittaut.nu/goteborg.

HÄMTA DIN KARTA

Här finns kostnadsfria kartor att hämta ut:

- Gothenburg Visitor Centre (Turistbyrån), Kungsportsplatsen 2
- Stadsbiblioteket, Götaplatsen 3
- Stadsbiblioteket 300 m², Östra Hamngatan 32
- Digitalt på www.hittaut.nu/goteborg
- Ladda ned appen Hittaut



Hittaut Avenyn, Haga och Innerstaden har möjliggjorts genom samverkan mellan Göteborg Majorna OK och Göteborgs Stad, Avenyöreningen, Innerstaden Göteborg och Haga företagsförening.



VÄLKOMMEN TILL GÖTEBORGS STADSKÄRNA!

Tillsammans jobbar Innerstaden, Avenyöreningen och Haga för att stärka och utveckla Göteborgs stadskärna i samverkan med verksamheter, fastighetsägare och Göteborgs stad.

Hittaut är en enkel orienteringsaktivitet för alla åldrar. Konceptet är enkelt - ta med din karta på promenaden, cykelturen eller löprundan och upptäck spännande platser i Göteborg.



VI SES PÅ STAN!

avenyn.se | hagagoteborg.se | innerstadengbg.se

Välkommen till Göteborgs innerstad!

Här erbjuds shopping, mat och upplevelser i världsklass - allt inom gångavstånd!

Hälsolots Centrum vill inspirera till ett liv med god hälsa. På webbplatsen www.halsolots.se kan du ta del av hälsoinformation, filmade föreläsningar och få tips på kostnadsfria aktiviteter som erbjuds i stadsområde Centrum.

Välkommen!

Göteborgs Stad | VÄSTRA GÖTALÄNDSREGIONEN

VINTAGE & SECOND HAND - HÅLLBART MODE I ARKADEN!

Unika plagg med historia hittar du hos Beyond Retro och Stadsmissionens Second Hand. Välkommen till Arkaden Galleria.

HITTA DIN BUTIK

ARKADEN

TIDLÖS SHOPPING PRISADE RESTAURANGER KONSTUPPLEVELSER I VÄRLDSKLASS VI MÖTS PÅ AVENYN!

AVENYN.SE

VINTAGE & SECOND HAND - HÅLLBART MODE I ARKADEN!

Unika plagg med historia hittar du hos Beyond Retro och Stadsmissionens Second Hand. Välkommen till Arkaden Galleria.

HITTA DIN BUTIK

ARKADEN



2025

1 APRIL - 31 DECEMBER

GÖTEBORG - AVENYN, HAGA OCH INNERSTADEN

Upplev Göteborgs stadskärna med kartan i hand!



Foto: Per Pixel Petersson

ARRANGÖRER



Göteborgs Stad

PARTNERS

baghaera Landshypotek Bank



INNERSTADEN GÖTEBORG

AVENYN

Folksam EKSJÖHUS

Upplev Haga året om!

HAGA

Mobilitetshotellet i Nordstan allt under samma tak

I Mobilitetshotellet i Nordstan finns grossistföretag med dygnet-runt-öppet lager, paketleverans med cykel, station för batteribyten till elmpeder, cykeluthyrning, cykel- och elsparksservice. Allt under samma tak.

Mobilitetshotellet i Nordstan i samarbete med:

nordstan Göteborgs Stad BURENDEL REGION GÖTEBORG

ARRANGÖRER



PARTNERS



CHECKPOINTBESKRIVNING

NR	Placering	Kommentar	KOD
101	Trappan nere	♿ Till Skansen Kronan	
102	Varmluftsutblås	♿ Självhjälpshuset Solkatten, se info CP 102	
103	Stolpe	♿ Bron över Mölndalsån	
104	Infoskylt	♿ Allégården	
105	Häcken, S slutet	♿ Operagatan	
106	Belysningsstolpe	♿ Skatepark	
107	Stolpe	♿ Erikshjälpen	
108	Huset N hörnet	♿ Röda Bryggan - 2023 års bästa byggnad	
109	Infotavla	Bastion Christina Regina	
110	Stolpe	♿ Betlehems kyrkan, se info CP 110	
111	Lyktstolpe	♿ Landala Kulturcenter, se info CP 111	
112	Huset Ö hörnet	♿ Johannebergskyrkan	
113	Trappan nere	♿ Näckrosdammen	
114	Staket vid entrén	♿ Sinnenas trädgård	
115	Öppning i muren	♿ Pivo - Göteborgs enda viltrestaurang	
116	Infotavla	♿ Studenternas hus, se info CP 116	
117	Trappan nere	♿ Stadsbiblioteket, se info CP 117	
118	Huset N hörnet NÖ sidan	♿ AntikWest	
119	Plantering	♿ Lorensbergsparken	
120	Skyltfönster	♿ Ex Exklusiv secondhand	
121	Infotavla	♿ Återvinningsstation	
122	Norra bänken	♿ Mötesplats Vasaparken	
123	Staketet	Burgårdsparken	
124	Muren NV slutet	Skatebanan Burgårdsparken	
125	Huset, mitt på	♿ Cykelfiket/cykelreparatör, Heden	
126	Trädet	♿ Bussladdningsstation Heden	
127	Stakethörnet	♿ Trädgårdsföreningen	
128	Paviljongen V sidan	♿ Trädgårdsföreningen	
129	Huset NV hörnet	♿ Turistbyrån	
130	Trädet	♿ Harry Hjärnes plats	
131	Entrén	♿ Arkaden, se info CP 131	
132	Staketet	♿ Lejontrappan	
133	Skyltfönster	♿ Stadsbiblioteket 300 m ²	
134	Dörren	♿ Mobilitetshotell, se info CP 134	
135	Trappan vid skyltskåpet	♿ GöteborgsOperan	
136	Huset V sidan	♿ Kronhusgården	
137	Scen N sidan	♿ Spielplatz	
138	Bron mitt på	♿ Tyska Bron	
139	Huset, N hörnet, skyltfönster	♿ NIO Space elbilar	
140	Huset S hörnet	♿ Läs Is More, Antikhallarna	
141	Parken/belysningsstolpe	♿ Domkyrkoplan	
142	Vattenbrunnen	♿ Saluhallens S ingång	
143	Trappan nere	♿ Upp till DaMatteos inglasade café	
144	Cykelställ	♿ Utanför WOS liten juvelerarboutik	
145	Cykelparkering Styr & Ställ	♿ Grönsakstorget	
146	Vid skyltfönster	♿ Antikvariat Röde Orm	
147	Trappa nere, vid mur	♿ Torget i Haga	
148	Trästaket	♿ Verket, se info CP 148	
149	Trappan nere	♿ Leder upp till Emily Wijks stiftelse, se info CP 149	
150	Infoskylt	♿ Allaktivitetsplats Heden	

SYMBOLFÖRKLARING
♿ Tillgänglighetsanpassad

CP 102

Självhjälpshuset Solkatten är en ideell förening som organiserar självhjälpgrupper. Några stycken samlas kring samma angelägenhet och samtalar. Du utgår från dig själv och får alltid tala till punkt. Ingen avbryter eller kommenterar. Våga hitta din inre kraft, på dina villkor. Du kan vara anonym om du vill och tystnadslöfte gäller för alla som deltar.

CP 110

Är du student? Eller i åldern 18-25 år i Göteborg och vill hitta en plats att hänga på? Välkommen till unga vuxna i **Betlehems kyrkan!** Du behöver inte ha någon koppling till BK för att vara med på verksamheterna, det är bara att dyka upp! Här arrangeras BK Brunch och onsdagar för unga vuxna bland annat.

CP 111

På mötesplats **Landala Kulturcenter** kan du delta i deltagarstyrda grupper med teman som bland annat språk, historia och måleri. Du kan även ta del av föredrag eller umgås med andra över en kopp kaffe i soffhörnan. Mötesplats Landala Kulturcenter är en generationsöverskridande mötesplats - alla är välkomna oavsett ålder.

CP 116

I **Studenternas hus, alla studenter vid Göteborgs universitets hus** finns idag en mängd utrymmen som är avsedda för studentverksamhet. Exempel på dessa är en kårpub, studieplatser, bokhandel för studentlitteratur samt förråd och tillhåll för föreningar. Intentionen med Studenternas hus är att lokalerna ska finnas för alla studenter oavsett studentkår.

CP 117

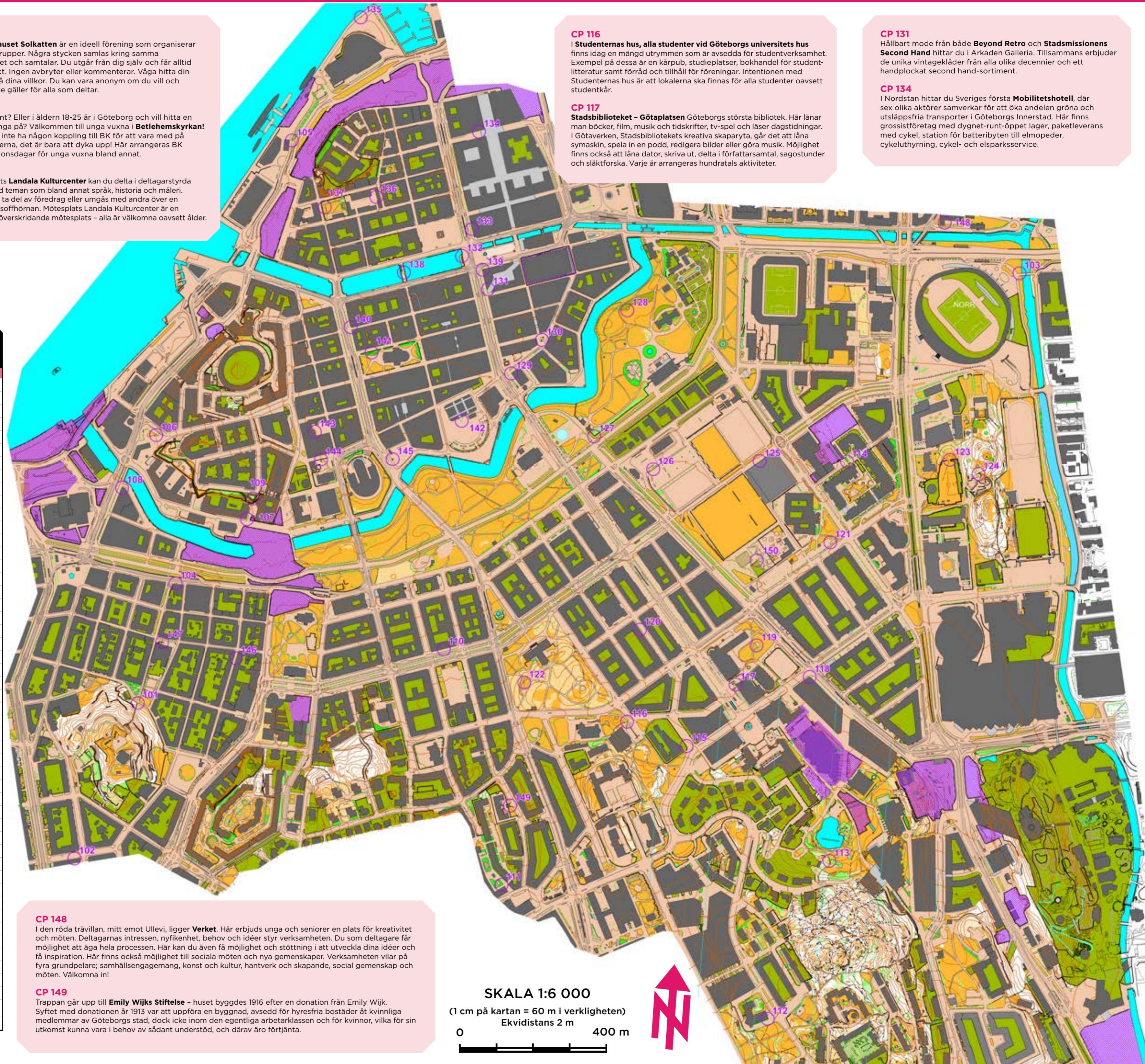
Stadsbiblioteket - Götaplatsen Göteborgs största bibliotek. Här lånar man böcker, film, musik och tidskrifter, tv-spel och läser dagstidningar. I Götaverken. Stadsbibliotekets kreativa skaparyta, går det att låna symaskin, spela in en podd, redigera bilder eller göra musik. Möjlighet finns också att låna dator, skriva ut, delta i författarsamtal, sagostunder och släkttforska. Varje år arrangeras hundratals aktiviteter.

CP 131

Hållbart mode från både **Beyond Retro** och **Stadsmissionens Second Hand** hittar du i Arkaden Galleria. Tillsammans erbjuder de unika vintagekläder från alla olika decennier och ett handplockat second hand-sortiment.

CP 134

I Nordstan hittar du Sveriges första **Mobilitetshotell**, där sex olika aktörer samverkar för att öka andelen gröna och utsläppsfria transporter i Göteborgs Innerstad. Här finns grossistföretag med dygnet-runt-öppet lager, paketleverans med cykel, station för batteribyten till elmpeder, cykeluthyrning, cykel- och elsparksservice.



CP 148

I den röda trävillan, mitt emot Ullevi, ligger **Verket**. Här erbjuds unga och seniorer en plats för kreativitet och möten. Deltagarnas intressen, nyfikenhet, behov och idéer styr verksamheten. Du som deltagare får möjlighet att äga hela processen. Här kan du även få möjlighet och stöttning i att utveckla dina idéer och få inspiration. Här finns också möjlighet till sociala möten och nya gemenskaper. Verksamheten vilar på fyra grundpelare; samhällsengagemang, konst och kultur, hantverk och skapande, social gemenskap och möten. Välkomna in!

CP 149

Trappan går upp till **Emily Wijks Stiftelse** - huset byggdes 1916 efter en donation från Emily Wijk. Syftet med donationen är 1913 var att uppföra en byggnad, avsedd för hyresfria bostäder åt kvinnliga medlemmar av Göteborgs stad, dock icke inom den egentliga arbetarklassen och för kvinnor, vilka för sin utkomst kunna vara i behov av sådant understöd, och därav äro förtjänta.

SKALA 1:6 000

(1 cm på kartan = 60 m i verkligheten)
Ekvidians 2 m

