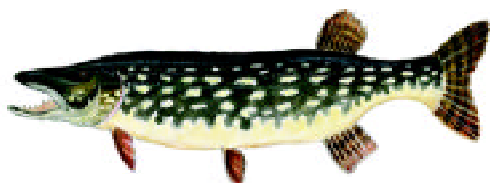


Fiskeguide Södermanlands län

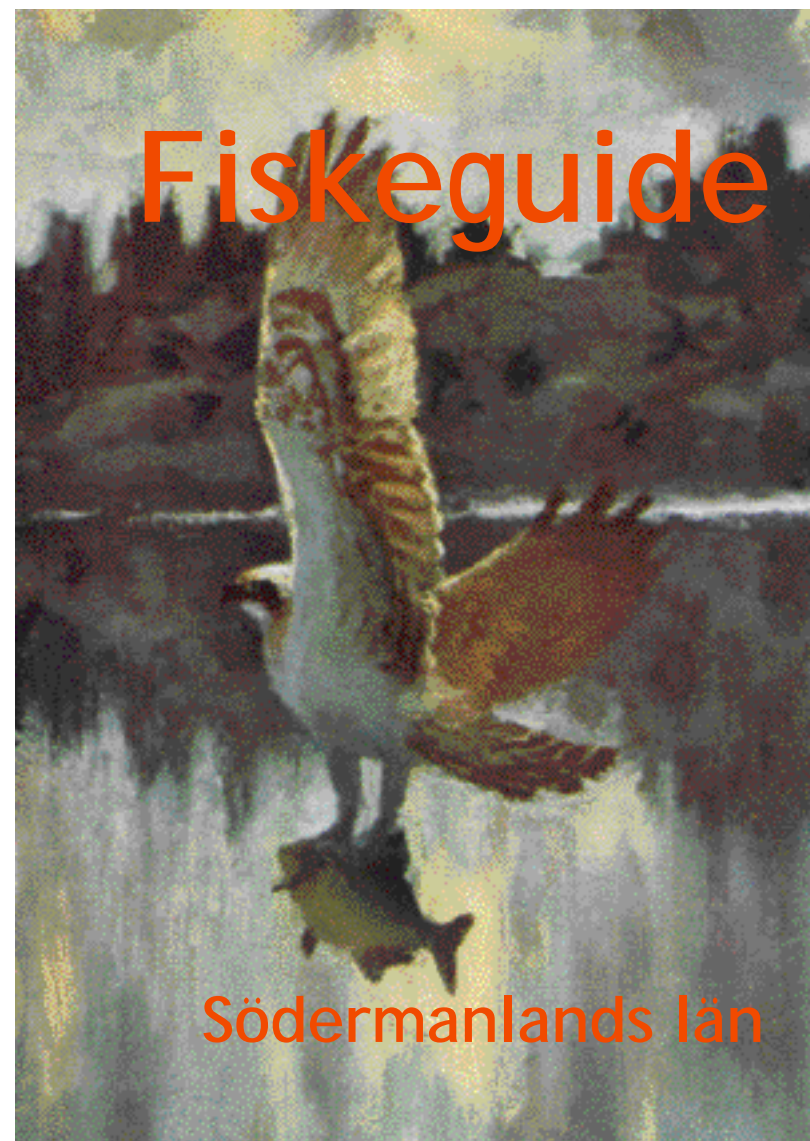
Kan beställas från turistbyråerna:

Länsstyrelsen	tel 0155-26 40 00	Nyköping	tel 0155-24 82 00
Eskilstuna	tel 016-10 70 00	Oxelösund	tel 0155-381 70
Flen	tel 0157-190 15	Strängnäs	tel 0152-29 699
Gnesta	tel 0158-70 284	Trosa	tel 0156-522 22
Katrineholm	tel 0150-57 241	Vingåker	tel 0151-191 19



Gädda

Nyttja det fria handredskapsfisket i skärgården, Hjälmaren och Mälaren. Där är stora områden idealiska för gädda. Snabbväxande rovfisk som når ett kilo på ca. fyra år. Trivseltemp 15°. Vanligaste sportfiskemetoderna är spinnfiske med drag, mete med död eller levande fisk, angelfiske eller ismete på vintern. Gäddan kan vara svärfångad med nät.



Innehåll

Att tänka på	4
Vad säger lagen	5
Var får du fiska?	6
Regler och mått	9
Utmärkning, fisketillsyn	9
Minimimått	11
Fredningsområden	12
Fiske - när, var, hur?	13
<i>Abborre, asp, braxen, gädda, gös, havsöring, id, lake, lax, mal plattfisk, regnbåge, sik, strömming, sutare, torsk och ål</i>	
Sjöar med fiskemöjligheter - snabbguide	30
Fiske i strömmande vatten	38
Fiske på Hjälmarén	44
Fiske på Mälaren	46
Fiske längs kusten	48
Trolling, trollingvett och sjövätt	51
Fiskets telefonlista inklusive sportfiskeklubbar	52
Konsumtionsråd	53
Länskarta med hänvisningar	54

Omslag: Södermanlands landskapsfågel tillika landskapsdjur - fiskgjuse med vår landskapsfisk braxen i klorna. ©Thure Wallner/BUS 2002.

Ur boken *Mälarmark* av Nils-Magnus Nilsson 1942.

"Vattnet sprutar meterhögt, ett ögonblick är han nästan försvunnen under vattenytan, så höjer han sig upp med några energifyllda vingslag, och runt honom glittrar och blixtrar vattenpärlorna. Den här gången kröntes jakten med framgång. När han flyger bort över fjärden, vrider sig en jättebraxen i de starka klorna".

PRODUKTION, KARTOR:	<i>Sverker Lovén</i>	sverker.lovén@idrott.stockholm.se
FISKETIPS, SJÖAR:	<i>Gunnar Berglund</i>	gunnar.berglund@idrott.stockholm.se
ILLUSTRATIONER:	<i>Tommy Persson</i>	Knutby, tel 0174-400 29
GRAFISK FORM:	<i>Christer Lind</i>	christer.lind@chello.se
TRYCKERI:	EKBLADS AB C O Ekblad & Co, Västervik 2002, 10.000 ex.	

Fiske i Södermanlands län

Södermanlands län bjuder på ett rikt och varierande utbud av fiske-möjligheter för den fiskeintresserade.

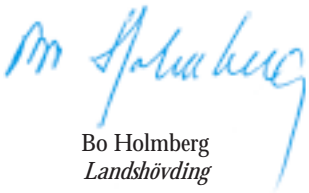
Förutom möjligheterna till fiske på allmänt vatten vid kusten och i Hjälmarens samt i Mälarens enskilda frivatten finns också stora möjligheter till fritt handredskapsfiske i dessa vatten.

I många av länets insjöar och vattendrag kan man också lösa fiskekort och uppleva ett speciellt intressant och givande fiske på flera olika fiskarter.

Oavsett vilken fiskemetod man använder sig av och vilken fisk man fångar så är fritidsfisket en viktig källa för rekreation och kanske också för en kulinarisk upplevelse vid matbordet.

Det är vår förhoppning att denna guide skall bidra till att informera om de regler som gäller och samtidigt ge ett större utbyte av ditt fiske.

Fiskeguiden har producerats i samarbete mellan länsstyrelsen och länets kommuner.



Bo Holmberg
Landshövding



Sten Nilsson
Länsfiskekonsulent
sten.nilsson@d.lst.se

Att tänka på

Tillgången på olika fiskarter varierar mycket längs kusten av naturliga orsaker.

En art som som minskat kraftigt är torsken. Liten torskstam betyder att andra arter som abborre, simpa, strömming och sik får större utrymme och ökar i antal.

Gäddan varierar också kraftigt, framförallt beroende på uppväxt- och lekbetingelser. Vattentemperatur, vattenstånd och fisketrycket före och under leken är faktorer som också påverkar.

Det fria hundredskapsfisket ger inte bara rättigheter utan också skyldigheter att ta hänsyn till den känsliga skärgården och till de boende:

- Det krävs ovillkorligen tillstånd från Länsstyrelsen att flytta, utplantera eller odla fisk.
- Respektera hemfridszonen och fiska inte från eller i närheten av annans brygga eller nära badplatser.
- Fiska inte från öar och skär där fåglar häckar under april-juni.
- Lämna aldrig överblivna nylonlinor och krokar i naturen. De kan bli dödsfallor för fåglar och andra djur.
- Undvik att fiska efter lekgädda och lekgös.
- Tag inte mer fisk än vad Du själv behöver.
- Beträd ej fågel- och sälkyddsområden - båda är markerade i båtsportkorten, och ofta även på platsen.
- I militära skyddsområden får utländska medborgare f.n. vistas utan särskilt tillstånd. Vissa områden har generella fiskeförbud. Platserna är markerade i såväl sjö- som båtsportkorten samt ofta även på platsen.
- Zoner med fiskeförbud från den 15 september till den 31 december finns utanför de viktigaste åarna för havsöringens reproduktion. Vid Tullgarn, Nyköpingsån/Kilaån, Trosaån och Nävån finns speciella fiskeförbud. *Se sidan 12 under fredningsområden.*

Vad säger lagen?

Sammanfattning av fiskelag (SFS 1993:787), fiskeförordning (SFS 1994:1716) och Fiskeriverkets författningssamling (FIFS 1993:31) om fisket i Östersjön med angränsande sötvattensområden.

Generella regler

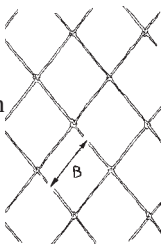
- Det som gäller fisk gäller även blötdjur och kräftdjur.
- Malen och flodpärlmusslan är fridlysta.
- Fiske är förbjudet med sprängmedel, kemikalier, elektrisk ström, skjutvapen eller redskap som spetsar fisken, t.ex. ljuster, harpun.
- Fiskådra skall lämnas fri från redskap som hindrar fiskens gång.
- Fiskare skall visa hänsyn och samsas med andra. Först på fiskeplats har företräde.
- Fiske får inte bedrivas närmare än 100 m från fast fiskeredskap eller fiskodling.
- Det krävs ovillkorligen tillstånd från länsstyrelsen att flytta, utplantera eller odla fisk, blötdjur och kräftdjur.
- Det är förbjudet att sprida kräftpest. Signalkräftor får inte riskera att komma i kontakt med flodkräftsjöar. Redskap som används för kräftfiske i ett vatten skall desinfekteras innan de används i ett annat vatten. Även sumpningsförbud gäller. **Desinfektion, fyra alt:** 1) torka till "kruttorr", 2) skölj i 70 % sprit = T-sprit/vatten, 3) koka i 5 min, 4) frys, minst -10 °C ett dygn.

Malen, Mälaren och Båven

Enligt Johan Magnus, år 1554, har malen gett Mälaren dess namn. Då förekom malen allmänt i Mälaren men blev redan i slutet av 1700-talet sällsynt. 1916 fångades den sista malen i fjärden Galten i västra Mälaren. Numera finns några få utplanterade malar i Mälaren. Det är istället sjön Båven som är malens hemvist och en av artens biologiska refugier i Sverige.

Några definitioner

- **Nätmaska**, se fig.
- **Fast redskap:** 1. Fiskebyggnad.
2. Fiskeredskap som har ledarm och är fastsatt vid botten eller stranden och avses stå kvar i mer än två dygn i följd.
- **Rörligt redskap:** Fiskeredskap som inte är fast redskap.
- **Handredskap:** Spö, pilk och liknande rörliga redskap som är utrustade med lina och högst 10 krok.
- **Fiskådra:** ”I varje gren av ett vattendrag eller ett sund där fisken har sin gång skall det finnas en fiskådra i det djupaste vattnet. Fiskådran utgör en sjättedel av vattnets bredd vid vanligast förekommande lågt vattenstånd. Vid vattendragets inlopp och mynning och vid ett sunds ändpunkter sträcker sig fiskådran med oförändrad bredd vidare trehundra meter ut i det djupaste vattnet.”



Ex: 100 mm (sträckt) nätmaska innebär att en 100 mm bred och 2 mm tjock mätsticka med visst motstånd kan dras igenom maskan.
 $B+B$ =sträckt nätmaska
 B =nätstolpe

Ill: Per Stadigh

Var får du fiska?

Enskilt och allmänt vatten

Alla vattenområden i Sverige är antingen enskilt vatten eller allmänt vatten. I enskilt vatten tillhör fiskerätten fastighetsägaren, t.ex. i sjöar och skärgård. I allmänt vatten tillhör fiskerätten staten som dock i stor utsträckning låter fisket utnyttjas av envar, t.ex. gäller det i ytterskärgården, öppna havet men även i Hjälmaran, se nedan. Gräns mellan enskilt och allmänt vatten i skärgården bestäms av:

- **Kilometerregeln (1)** Enskilt vatten är allt vatten som saknar förbindelse med öppna havet genom sund större än en kilometer räknat från fastland eller ö av minst 100 m längd.
- **Strandvattenregel (2)** Enskilt vatten är allt vatten inom 300 m från fastland eller från öar som är minst 100 m långa. Vid långgrunda stränder gäller den sammanhängande 3-metersdjupkurvan istället som gräns om den finns utanför 300-metersgränsen.

- **Enklavregeln (3)** Om vattenområden innesluts av enskilt vatten enligt regel 1 och 2 är även det inneslutna vattnet enskilt vatten. Kartor där allmänt och enskilt vatten är markerat finns längre bak i Fiskeguiden.

Rätt till fiske i allmänt vatten

Kusten: I allmänt vatten har svensk medborgare och utlänning som bor i Sverige fiskerätt med 6 rörliga redskap, dock med vissa begränsningar: Långrev max 6 st med 100 krokar/st. Nätfiske med max 180 m nät. Flytnät skall ha minst 157 mm maska (78 mm stolpe). S.k. trolingfiske är tillåtet. Särskilda regler gäller för licensierade yrkesfiskare.

Hjälmarens: Hjälmarens allmänna vatten se "Rätt till fiske i enskilt vatten" sid. 8.

Rätt till fiske i enskilt vatten

Med flera undantag får endast fiskerättsägaren eller den ägaren gett lov, t.ex. genom fiskekort, fiska i enskilt vatten.

Fritt handredskapsfiske gäller på enskilt vatten i Hjälmarens, Mälaren och på kusten. Fiske får bedrivas av alla med metspö, spinnspö och liknande redskap med lina med max 10 krokar. Fiskemetoden får inte vara angeldonsfiske eller kräva användande av båt, exempelvis dragrodd eller troling.

Kusten i Trosa, Nyköpings och Oxelösunds kommuner: I skärgården får svensk medborgare och utlänning som bor i Sverige bedriva fiske med strömmingsnät, s.k. skötar med max 180 meters sammanlagd längd, på vatten med större djup än 6 m. Fiske med nät och skötar är förbjudet med sträckt maska 0-70 mm (stolpe 0-35 mm) väster om Mörkö-Eriksö i Kålsöfjärden, Tullgarnsviken och Anderviken mellan 58° 54, 97 N och 58° 59, 97 N under tiden 1.4-30.6. *Se sid 49.*

6 st långrevar med max 100 krok/st får fiskas på vatten med större djup än 20 m, men endast utanför den s.k. kilometerregelsgränsen. Flytnät skall ha minst 157 mm maska (78 mm stolpe).

Beakta fredningsområden vid Trosaån, Nyköpingsån/Kilaån och Nävån. *Kartor sid 12 och 48.*

Hjälmarens

På allmänt vatten och enskilt frivatten i Mellanfjärden, karta sid 44 är fisket fritt för svensk och utlänning som bor i Sverige. Dock med följande begränsningar:

- Högst 100 meter bottensatta nät. Nätets tillåtna största djup är tre meter. Sträckt nätmaska mellan 40-120 mm (stolpe 20-60 mm) är förbjudet. I Mellanfjärden är fiske med nät förbjudet 1.5-31.8.
- Högst en långrev med högst 100 krokar, ej uppflötade.
- Högst sex ryssjor eller burar. Vid fiske med ryssjor får högst sex strutar användas samtidigt.

Vid trolldagsfiske får högst 10 beten per båt användas. Redskapsbestämelseerna gäller per person och varje fiskare får, förutom vid handredskapsfiske, använda högst sex redskap vid ett och samma fisketillfälle. Kräftfisket är förbehållet fiskerättsägare och licensierade yrkesfiskare.

Mälaren

På det s.k. enskilda frivattnet i de centrala delarna av Mälaren, se karta sid 47, gäller fritt fiske med sex rörliga redskap för svensk och utlänning som bor i Sverige. Dock med följande begränsningar:

- Högst 100 meter nät, max 3 meter djupa. Sträckt nätmaska mellan 60-100 mm (stolpe 30-50 mm) är förbjudet. Nätfiske efter siklöja är förbjudet 1.9-14.10 samt 16.11-15.6. (Siklöjenät får vara max 7,2 m djupa).
- Endast en långrev får användas och skall vara bottensatt, ej vara uppflötad, och ha max 100 krokar. Drivlinor är förbjudna i Mälaren. Max 10 beten/båt vid trolldagsfiske.

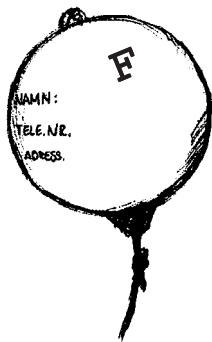
Kräftfisket är förbehållet fiskerättsägaren även på enskilt frivatten.

OBS! Ovannämnda begränsningar för nätmaska gäller för alla, även de som fiskar med enskild rätt i Hjälmaran, Mälaren och på kusten. Fiske enligt allmän rätt får inte bedrivas åt någon annan person.

Regler och mått

Utmärkning och märkning av redskap (FIFS 1994:14)

Nät och liknande fiskeredskap skall i Hjälmaran, Mälaren och på kusten vara utmärkt i vardera änden enligt speciella regler och märkta med fiskarens namn, telefonnummer och adress samt med vilken rätt man fiskar, ER=Enskild rätt, F=Fritidsfiskare. Yrkesfiskare har speciellt registreringsnummer.



Ex: Överseglingsbart nät < 300 m långt skall ha en röd, orange, gul eller vit fiskekula i var ände, som är minst 15 cm i diameter. Överseglingsbart nät med 50 m längd eller kortare får utmärkas med en fiskekula alternativt en cylinder.

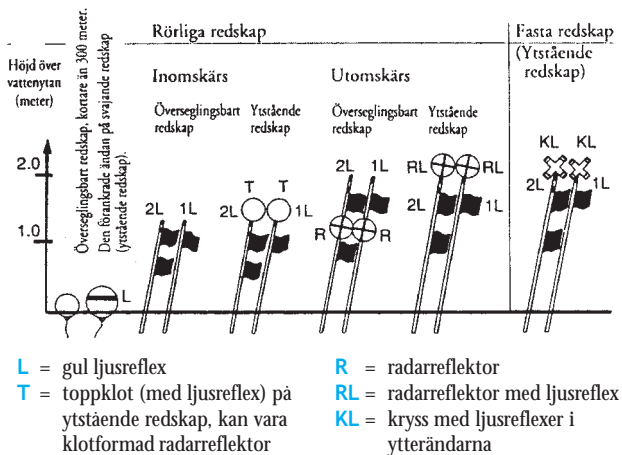


Ill: Per Stadigh

Fisketillsyn

För kontroll av efterlevnaden av fiskeregler får fisketillsynsman, polisen, tullen eller kustbevakningen undersöka fisk, fiskeredskap, fiskesump och fiskefartyg. Fisketillsynsman och likställd får beslagta fisk, redskap och annan egendom inför utredning om olagligt fiske.

De vanligaste typerna av utmärkning samt vilken typ av redskap de utmärker



- **Gult kryss/gult specialmärke** utmärker fast redskap/fiskodling. Allt (annat) fiske närmare än 100 m är förbjudet.
- Vakare i **ostsektorn** skall vara försedd med en flagga och en ljusreflex och en vakare i **västsektorn** med två flaggor och två ljusreflexer.
- En vakare som markerar **ytstående redskap** skall vara försedd med ett toppklot.
- **Mellankvakare** skall användas på minst var 600:e meter.
- En **fiskekula** >15 cm i diameter eller **cylander** längd > 20 cm, diameter > 6 cm skall vara röd, orange, gul eller vit. Nät med 50 m längd eller mindre får utmärkas med cylander.
- **Linan** mellan vakare och redskap skall vara av sjunkande material eller nedtyngd.
- **Slätvakare** får användas vid risk för drivis.

Minimimått, fredningstider och fredningsområden i Södermanlands län

Ovanför 1:a vandringshinder finns inget lagstadgat minimimått eller fredningstid för fisk och kräftor. Det är fiskerättsägaren som via fiskekort och liknande meddelar hur fisket får bedrivas på deras insjövatten.

Minimimått och fredningstider för Hjälmaran, Mälaren och kusten med angränsande vattendrag.

Minimimått, avser avståndet från nospetsen till stjärtfenans yttersta spets

Art	Hjälmaran	Mälaren	Kusten	
Lax	-	60	60**	<i>**50 cm för vattendrag som mynnar på kusten</i>
Öring	-	40	50	
Gädda	-	-	40	<i>*Gäller ej blankål</i>
Gös	45	40	40	
Ål	60	60	(60)*	
Torsk	-	-	(35)	
Piggvar	-	-	(30)	
Rödspätta	-	-	(21)	
Skrubba	-	-	(21)	
Kräfta	10	10	-	

Minimimått och fredningstid inom parantes gäller ej för handredskapsfiske. Den fiskart som har minimimått (Hjälmaran, Mälaren), lax och öring (kusten) får ej ilandföras i kapat skick.

Fredningstider

Art	Hjälmaran	Mälaren	Kusten	Vattendrag
Lax, öring Asp		* **	***	15.9-31.12

* i vattendrag som mynnar i Mälaren 15.9-31.12.

** i vattendrag som mynnar i Mälaren 1.4-31.5.

*** I Nyköpingsviken och Sjösafjärden 15.9-31.12. Se sid 12, 48.

Ytterligare restriktioner kan årligen införas för torsk, lax och öring.

Ryckfiskeförbud

Ryckfiskeförbud gäller i Hjälmaran, Mälaren och i vattendrag som mynnar i Hjälmaran, Mälaren eller på kusten upp till 1:a definitiva vandringshinder.

Fredningsområden på kusten

Det är förbjudet att fiska på kusten enligt följande:

Mellan 15.9 och 31.12 utanför:

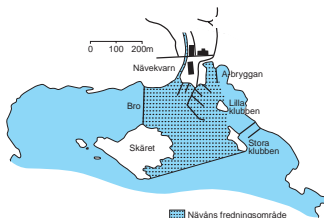
1. **Trosaån**, inom ca. 3 km från mynningen är allt fiske förbjudet.

Se figur.



2. **Nävån**, inom ca. 300 m från mynningen är allt fiske förbjudet.

Se figur.



3. **Nyköpingsån/Kilaån**, inom ca. 7 km är fiske efter lax och öring förbjudet. (Nyköpingsviken och Sjösafjärden). *Se figur.*

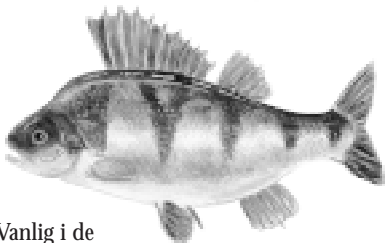
Mellan 1.7-15.9 är allt fiske förbjudet i den med prickar utmärkta farleden in till Nyköpings hamn samt 25 m på vardera sida om farleden (gäller ej det fria hundredskapsfisket).



Fiske - när, var och hur?

ABBORRE

Perca fluviatilis



Biologi Rovfisk, äter smådjur som liten och fisk från ca 15 cm storlek.

Lektid april-maj. Vanlig i de flesta vatten. Trivseltemp över 18 °C.

Gör temperaturbetingade vandringar, men mestadels stationär stimfisk. Kan bli 20-30 år med varierande tillväxt.

När Bra fiske hela året med undantag av maj månad då abborren leker. Bästa fisket under högsommaren och tidig höst. Även isfiske i februari-mars är bra. Abborren trivs bäst i varmt vatten, då den är som aktivast.

Var Finns i hela kustområdet, från innerskärgård ut till yttersta havsbandet. Abborren finns i nästan alla insjöar. På sommaren på djup mellan 1 och 5 meter, ofta nära botten. På vintern nära botten mellan 3 och 10 meter.

Metod Mete och spinn. Pimpel på vintern.

Beten På sommar och höst fungerar jiggar, spinnare och maskmete bäst. Under vinter och vår är pimpelfisket bäst med vertikal- och balanspikar.

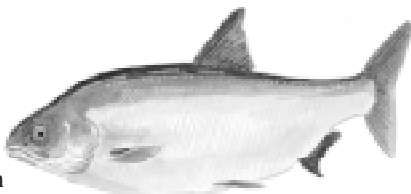
Övrigt Abborrtillgången varierar mycket efter kusten. Exempelvis inverkar gynnsamma somrar och liten torskstam positivt på

abborrfisket. Abborren är vår vanligaste sportfisk och är en utmärkt matfisk. Sportfiskerekord 3,15 kg.

Tips Ofta när abborrfisket är bra kan man lyckas efter hela kusten. Några platser som anses extra bra är vattnen utanför Nyköping (Långskär-Lökholmen) och området runt Stendörren. I hela Mälaren är fisket ofta mycket bra, men med en medelvikt som är lägre jämfört med kusten.
Sjöar: Näshultasjön, Yngaren.

ASP

Aspius aspius



Biologi Spolformad och kraftfull karpfisk. Rovfisk som vuxen. Leker mestadels i strömvatten, men också över stengrund i sjöar. Vikt upp till 9 kg.

När I slutet av april och början av maj.

Var Mälaren samt i Mälaraår.

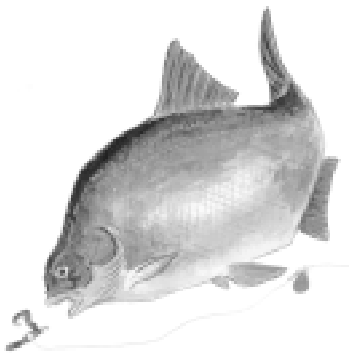
Metod Spinnfiske med jigg/spinnare. Ibland bifångst vid dragrodd eller trolling i Mälaren.

Övrigt Upplands landskapsfisk. En allt ovanligare fisk.
OBS! Aspen är fredad i Mälaraår under lekperioden 1.4-31.5.
Sportfiskerekord 7,682 kg.

Tips Mälaren.

BRAXEN

Abramis brama



Biologi Hög ihoptryckt och benig fisk som äter smådjur. Leker i maj-juli på grunda växtrika bottenar, hannen får ljusa vårtor på huvudet. Vikt upp till 9 kg. Trivs i varmt vatten över 18 °C. Vintertid i dvalliknade tillstånd efter botten i stora stim.

När På kusten i juni. I sjöarna maj till september.

Var Näringsrika insjöar och varma skärgårdsvikar.

Metod Mete men även flugfiske fungerar bra. Vissa tider spinnfiske.

Beten Mask, bröd, mygglarver, maggot. Flugfiske med små nymfer.

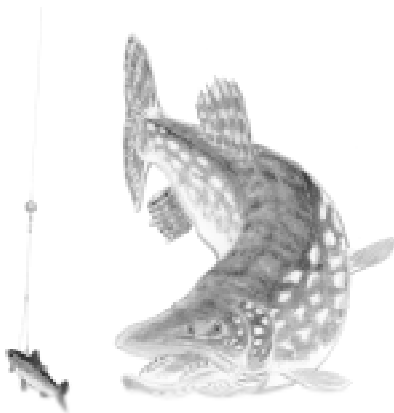
Övrigt Braxen är en underskattad matfisk. Braxen är den av våra fiskar som mest påminner om karp i smak och konsistens. Rökt och inkokt smakar skärgårdsbraxen över 1,5 kg mycket bra. Sportfiskerekord 6,3 kg.

Tips Nyköpingsån, skärgårdsvikar.

GÄDDA

Esox lucius

Biologi Rovfisk, äter fisk tidigt, från ca 10 cm storlek. Leker från mars-maj. Riktigt stora gäddor är i allmänhet honor som växer snabbare. När ett kg efter 4 år. Trivseltemp ca 15 °C.



När Hela året, bäst är fisket vår och höst.

Var Efter kusten utom de yttersta delarna. Sämre är det även på områden som är exponerade av hårt väder och vind, med få lekplatser i ytterskärgården och i de stora fjärdarna. Finns i nästan alla sjöar och vattendrag i länet.

Metod Spinnfiske, fiska betet någon meter ovanför botten. Mete eller slantfiske med död fisk. Angelfiske eller ismete på vintern.

Beten Spinnare, Vobbler, skeddrag och jiggas.

Övrigt Gäddfisket varierar kraftigt med hur gynnsamma lek- och uppväxtbetingelserna är och hur stort fisketrycket är. Undvik att fiska efter lekfisk. Svenskt sportfiskerekord 19,34 kg.

Tips **Kusten:** Hela skärgården. Sparsam i yttre skärgården.
Sjöarna: Hjälmmaren, Bälsjön, Bäven och Mälaren.

GÖS

Sander lucioperca



Biologi Nattaktiv, abborrliknande rovfisk, äter smådjur som liten och fisk från cirka 10 cm storlek. Leker i maj/juni. Vikt upp till 14 kg. Trivseltemp över 18 °C. Lever sommartid mest i fria vattenmassan. Vanlig i större sjöar samt i de inre delarna av skärgården. En enkilosgös är ca. 5 år gammal.

När Bäst fiske på sommaren, också bra under febr, mars från is.

Var **Skärgården och kusten:** Fiska i grunda innerfjärdar. **Sjöarna:** Sommaren i fria vattenmassan. Vintertid efter botten på 5-10 meters djup

Metod **Kusten:** Spinnfiske runt grynnor i innerfjärdar, även mete med död strömning eller löja. **Sjöarna:** Dragrodd och trolling i fria vattenmassan eller pimpel i språngskiktet eller efter botten. Vintertid pimpel eller angelfiske. Observera reglerna runt trolling, dragrodd och angelfiske.

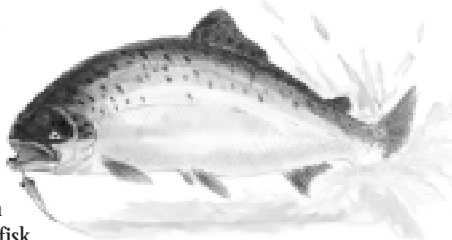
Beten Vobbler (långsamtgående), stora och små jigggar, vertikalpirkar.

Övrigt Liksom gäddfisket är gösfisket mycket lynnigt, även här kan man få "för mycket" fisk. Släpp tillbaka. Viktig för yrkesfisket. Sportfiskerekord 12,007 kg, från Brävikén.

Tips **Mälaren:** Gripsholmsviken, Prästfjärden, Sörfjärden.
Sjöar: Tisnaren, Öljaran, Hjälmaran, Nyköpingsån.
Se sjöregistret.

HAVSÖRING

Salmo trutta



Biologi Rovfisk, jagar först smådjur, från ca 20 cm storlek, helst fisk.

Leker i små rinnande vatten eller i biflöden till älven i okt-dec. Ungarna stannar i bäcken i 1-3 år för att sedan vandra ut till kustvattnen som "smolt". Trivseltemperatur ca. 10 °C.

När Från oktober till maj, när vattentemperaturen är mellan +12 och +1 grad. Under sommaren endast sporadiskt i ytterskärgården eller tillsammans med laxen utanför kusten, 3-20 m djup.

Var Utmed hela kusten, vid uddar, grynnor och strömsatta sund eller i närheten av strömmingsstim. På vintern och våren även i sydvända vikar där den trivs i det något varmare vattnet. På hösten även steniga kustavsnitt. Bra botten är omväxlande sten, tång och sand. Ofta hittar man havsöringen på grunt vatten nära land.

Metod Spinnfiske, fiska betet ytligt med vevstopptechnik. Flugfiske under våren. Trolling främst på hösten och senvåren.

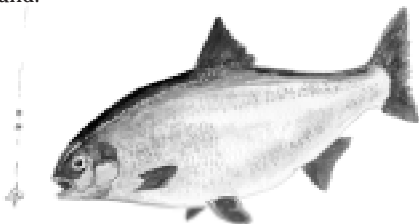
Beten Långsmala skeddrag med snabb gång. Långsmala vobbler med kvicka rörelser. Vid flugfiske används streamer i olika färger. Vid trolling s.k. flutterspoons eller vobbler.

Övrigt Utöver de vilda öringungarna från några bäckar görs utsättningar i Nyköpingsån, Trosaån, Nävån och på kusten vid Oxelösund och i Stockholms skärgård. Det svenska rekordet lyder på 15,26 kg.

Tips Trosaån och Nyköpingså-fisket. **På kusten:** Utanför Oxelösund.

ID

Leuciscus idus



Biologi Ofta stimlevande, äter smådjur och småfisk. Leker ofta i stort antal under april-maj i vattendrag. Ynglen vandrar till havet redan första sommaren. Kan bli 30 år gammal och väga 4 kg.

När Sommaren.

Var Efter hela kusten.

Metod Mete med mask, bottenmete. Ibland även på små drag.

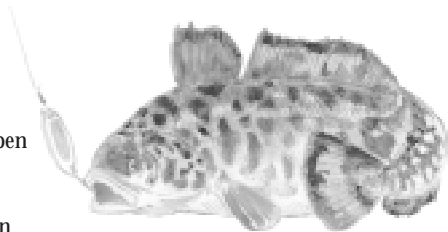
Beten Mask, fiskstrimlor, maggot.

Övrigt Ibland ses stora idstim på grundbotten och ofta "badar" iden, d.v.s. att fisken står och vilar sig nära ytan med ryggen i luften. Sportfiskerekord 3,57 kg.

Tips Trosaån. Stor uppgång av id i länets åar.

LAKE

Lota lota



Biologi Tillhör gruppen torskfiskar.

Rovfisk.

Äter som liten smådjur, sedan fisk.

Leker i december-mars över grus- och sandbottnar, rommen svävar i vattnet. Vanlig i sjöar med kallt vatten, i Mälaren och i skärgården. Trivseltemp ca 10 °C. Nattaktiv.

När Oktober-februari. Bästa tiden är januari, i skymningen.

Var Vid strömsatta sund, vikar med kuperad botten eller friliggande grynnor, från någon meters djup ner till 15 m.

Metod Pimpel från båt eller is. Locka laken till hugg genom att då och då dunska och skramla med pirken i botten.

Beten Lakepirk typ Silda, krok 4,0–6,0, som betas med strömming, nors eller abborre.

Övrigt Stuvad lake är en delikatess. Även rökt lake är uppskattat. Sportfiskerekord 8,5 kg.

Tips **Mälaren:** Prästfjärden och Gripsholmsvikens grynnor.
Skärgården: Tvären.

LAX

Salmo salar



Biologi Rovfisk, äter först smådjur sedan fisk från ca 20 cm storlek. Leker i älvar på strömmande sträckor i september-oktober, ungarna stannar i älven i 1-3 år för att sedan vandra långt ner i Östersjön. Trivseltemp ca 10-15 °C.

När Maj-september.

Var Yttre skärgården och i öppna havet på 1-30 m djup, ofta i eller i närheten av strömmings- eller skarpsillstim, samt i Nyköpingsån.

Metod Trolling. Djuprigg kan användas för att kunna trolla på olika djup. Spinn- och flugfiske i Nyköpingsån.

Beten Vobbler, skeddrag och flutterspoons (lövtunna skeddrag) vid trolling på kusten. Flugor, skeddrag i Nyköpingsån.

Övrigt Lax förväxlas ofta med havsöring, båda silverfärgade. Under och efter leken är dom mörkare. Till skillnad mot öringen har laxen en smalare stjärtspole, färre eller inga fläckar under sidolinjen, större fjäll samt en konkav stjärtfena. Minimimåttet för lax är 60 cm på kusten och i Mälaren. Stora mängder lax utplanteras i älvarna varje år. Under sommaren passerar laxen vår yttre skärgård under sin lekvandring till Dalälven och norrlandsälvarna. Trolling efter lax i ytterskärgården är en metod som allt fler prövar. Älvrekord 27,97 kg (Älvkarleby). Trollingrekord 28,72 kg, Nyköpingsrekord 23,6 kg.

Tips Nyköpingså-fisket. Trolling i ytterskärgården mellan Hävringe och Landsort, även utanför Oxelösund.

MAL *OBS! Fridlyst!*

Siluris glanis

Biologi Malen är vår största insjöfisk.

Den kan bli tre meter lång och

väga upp till 250 kg.

Den är en glupsk
nattaktiv

rovfisk som

kan påträffas i

sjön Båven och sällsynt i

resten av Nyköpingsåns vatten-

system. Den trivs i lugnflytande vattendrag med överhängan-

de kanter. Malen är fridlyst och på allmän tillbakagång i de få

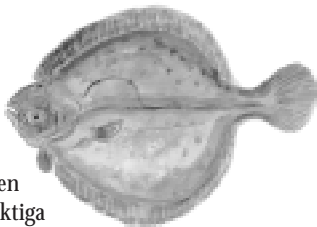
områden där den fortfarande finns kvar. Några få utplantera-

de exemplar finns även i Mälaren.



PLATTFISK - FLUNDROR

Skrubbskädda *Platichthys flesus*



Biologi 2/3 delar av arten anses högervriden, knölar sidolinjen och analfenan, har ofta rödaktiga fläckar. **Föda:** musslor, smädjur, småfisk. Leker upp till norra Östersjön i maj-juni, ungarna driver runt i fria vattenmassan. Vikt upp till 1 kg. Kan periodvis förekomma i bäckar och åar som mynnar i havet. Sportfiskerekord 2,230 kg. **Rödspättan** är ovanlig i länet och den liknar skrubbskäddan men saknar knotttror. Sportfiskerekord 4,906 kg.

Piggvar *Psetta maxima*

Biologi Vänstervriden med bentaggar på översidan. **Föda:** smädjur, musslor och småfisk. Leker upp till Roslagen i juli-augusti, ungarna lever i fria vattenmassan till 2 cm storlek. Vikt upp till 5 kg i Östersjön. Sportfiskerekord 9,500 kg.

När Sommar och höst.

Var På kusten på sandbottnar och lerbottnar, 3-20 meters djup.

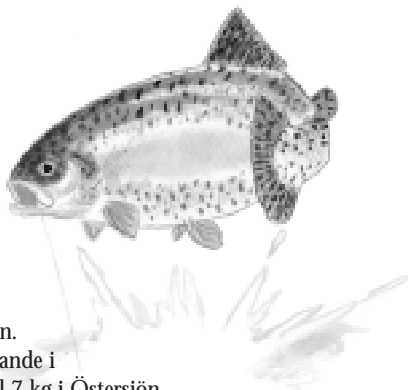
Metod Bottenmete eller släpmete från båt.

Beten Mask, räka, mussla eller fiskstrimlor.

Tips Hela kusten.

REGNBÅGE

Onchorynchus mykiss



Biologi Nordamerikansk öringsläkting inför vid sekelskiftet. Vanlig inplanteringsfisk i s.k. ädelfiskeysjöar. Leker på våren i strömmande vatten.

Ej självreproducerande i länet. Vikt upp till 7 kg i Östersjön.

Beståndet i skärgården utgörs av rymlingar från odlingar. Trivseltemperatur ca 15 °C.

När **Sjöarna:** året runt. **Kusten:** höst, vinter, vår.

Var S.k. put-and-take-sjöar. I skärgården vid vikar, sund, grynnor. Bifångst vid havsöringsfiske och ibland vid lax-trolling.

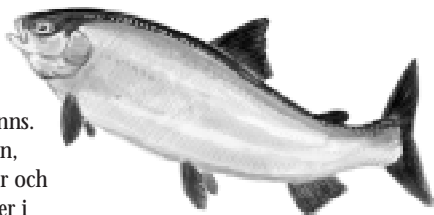
Metod **Sjöarna:** fluga, spinn, mete, pimpel. **Kusten:** spinn med långsmala skeddrag.

Övrigt Populär flugfisk. Sportfiskerekord 14,160 kg.

Tips Se sjöregistret. **Skärgården:** Oxelösund.

SIK

Coregonus sp.



Biologi Flera arter finns.
Äter plankton, rom, smädjur och småfisk. Leker i september-mars.
Vikt upp till 6 kg. Trivseltemperatur ca 12 °C.

När November till maj, bäst är det i april då vattentemperaturen stiger på grundfladerna från någon grad till 4-5 grader. Bra fiske även korta perioder i november vid samma vattentemperatur.

Var Kustens grunda vikar, sund och flader på 1 till 4 meters djup.

Metod Bottenmete med s.k. Pater-Noster-tackel.

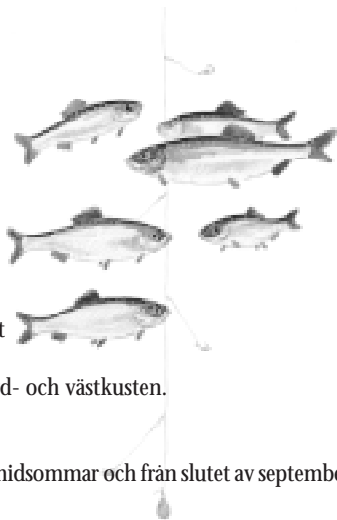
Beten Mask eller maggot.

Övrigt Sikfiske är ibland tålmodsprövande. Bra matfisk. Sportfiske-rekord 5,394 kg.

STRÖMMING

Clupea harengus

Biologi Planktonätare.
Två typer, en vårläkande, en höstläkande.
Kommer in i stora stim mot kusten för lek, framför allt på våren.
Benämns sill utmed syd- och västkusten.
Kan bli 20 år gammal.



När Från slutet av april till midsommar och från slutet av september till november.

Var Utmed hela kusten vid sund och uddar, gärna där det är lite strömt.

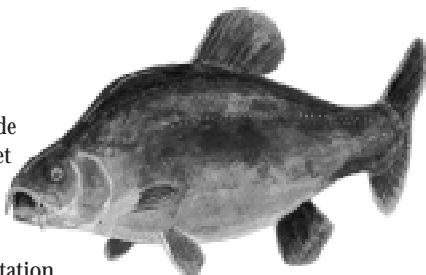
Metod Spinn- och pimpelfiske med s.k. strömmingstackel. Färdiga tackel finns att köpa hos redskapshandlarna. Du gör själv enkelt ett eget tackel med vanliga blanka krokar.

Övrigt Observera att man inte behöver rycka fast strömmingen utan den hugger själv och då fastnar den bättre och man skadar inte fisken i onödan. Sportfiskerekord 0,66 kg.

Tips **Från land:** Oxelösund, Nävekvarn.

SUTARE

Tinca tinca



Biologi Fisk med rundade fenor och mycket små fjäll som äter smädjur. Leker på grunt vatten med vegetation. Vikt upp till 6 kg. Trivs i varmt vatten, tålig mot syrgasbrist och förekommer i de flesta insjöar samt i skärgården.

När Sommaren.

Var Insjöar och skärgården.

Metod Mete.

Bete Majs, maggot, mask, boilie (10-12 mm).

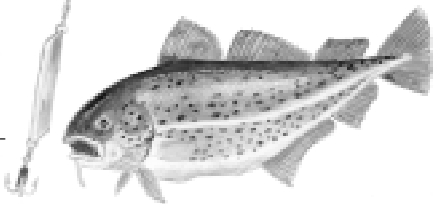
Övrigt En populär matfisk i östeuropa, odlas bl.a. i Ungern. Sportfiskerekord 5,076 kg. Sutare kallas med äldre språkbruk för Lindare. Namnet kom av att Sutaren ofta lindade in sig i nätet.

Tips **Skärgården:** Skärgårdsvikar, bl.a. i Sjösaviken och in mot Nyköpingsån.

TORSK

Gadus morhua

Biologi Rovfisk som äter smådjur, musslor, blötdjur och fisk. Leker i södra Östersjön



i mars-augusti. Rom och yngel svävar fritt i vattenmassan. Vikt upp till 37 kg, 40 år gammal. Torskstammen varierar kraftigt. Det fina torskfisket under mitten av 1980-talet försvann under 1990-talet.

När Hela året. Bästa fisket är på hösten och vintern.

Var I havsbandet på 15-60 m djup.

Metod Pimpla från båt eller is nära botten, alternativt bottenmete från båt, s.k. släpmete.

Beten Torskpirk med upphängare, jigg. Släpmete med mask, bläckfisk eller räka. Spinnfiske kräver tunga skeddrag.

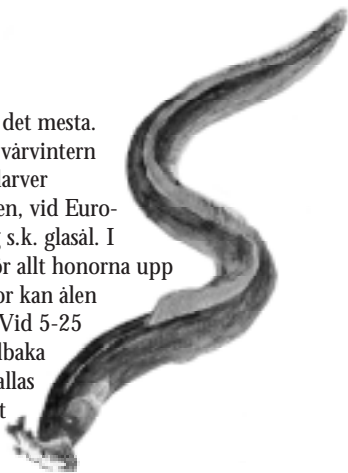
Övrigt Viktig yrkesfisk. Sportfiskerekord 32,42 kg. En rekordtorsk togs på nät utanför Grisslehamn 1998 och vägde 37 kg.

Tips Fortfarande kan man få enstaka, ibland mycket stora torskar utmed kusten. Prova Kråkfjärden.

ÅL

Anguilla anguilla

Biologi Ormlik rovfisk som äter det mesta. Leker i Sargassohavet på vårvintern 650 mil från Sverige. Ållarver driver med Golfströmmen, vid Europa blir den en 7 cm lång s.k. glasål. I april-maj vandrar framför allt honorna upp i sötvatten. Korta sträckor kan ålen krypa över fuktigt land. Vid 5-25 års ålder vandrar ålen tillbaka till Sargassohavet, den kallas då blankål och är mycket fet. Vid vandringen är hanen drygt 40 cm och ca 5 år gammal. Honan är något större, mer än 60 cm och 10-25 år. Viktig för yrkesfisket. Invandring av glasållarver till Östersjön har minskat dramatiskt de senaste åren.



När Juni-september.

Var Sund och vikar på djup mellan 1 och 7 meter.

Metod Bottenmete med en dubbel-Pater-Noster.

Beten Mask, räka, nors eller strömming.

Övrigt Varje år utplanteras stora mängder liten ål i Mälaren och på kusten. Svenska sportfiskerekordet är 3,725 kg.

Tips Nyköpingsån och ut mot Skansundet. Mälaren i skymning.

Sjöar med fiskemöjligheter

Flera privata insjöar upplåts till sportfiske via fiskekort. Fiskevårdsområdesföreningar bjuder också möjlighet till fiske i sjöar i Södermanlands län, några med utplanterad laxartad fisk, som ger möjligheter till flugfiske.

Fiskevatten	Var	Fisk	Fiskekort, övrigt
-------------	-----	------	-------------------

Strängnäs

- | | | | |
|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| 1. Åkers kronopark
12 sjöar | S Åkers Stycke-
Bruk, N Gnesta | Även laxartad
fisk i 4 sjöar | Statoil, Åkers St. 0152-309 69.
www.akersfiske.d.se <i>Se sid 37.</i> |
|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|

30

Eskilstuna

- | | | | |
|-----------------|------------------------|--|---|
| 2. Näshultasjön | 12 km SO
Eskilstuna | Gös utplanterad
gädda, vitfisk,
grov abborre | Svalbovikens buss Näshulta 016-830 00
Veckokort 40 kr, årskort 250 kr.
4-månaderskort 150 kr. |
|-----------------|------------------------|--|---|

Katrineholm

- | | | | |
|---------------|-------------------------|--------------------------------------|---|
| 3. Öljaren | Julita, väg 214 | Gös, abborre,
gädda, asp, vitfisk | Julita hallen 0150-48 95 95.
Dagkort 20 kr, årskort 250 kr,
4-månaderskort 150:-. |
| 4. Jungfrun | 10 km N
Katrineholm | Laxartad fisk, karp | Turistbyrån Katrineholm 0150-572 41.
100 kr/dag, flugfiske maj-okt. |
| 5. Ljusgryten | 10 km NO
Katrineholm | Laxartad fisk | Kortautomat vid sjön. Pris 10 kr mynt +
100 kr/dag. Info tel 0150-222 57. |

6. Kolsnaren-Viren	5 km V Katrineholm	Även angel	Turistbyrån Katrineholm. 3 dagar 50 kr, årskort 300 kr. 4-veckors 150:-. Motorbåtsuthyrning 300 kr/dygn, 0151-125 45 (Båsenberga)
7. Djulö-, Backa-, Duveholmsjön	Katrineholm	Gädda, abborre, gös	Djulö camping, Katrineholms Fiskeredskap 0150-158 18, veckokort 50 kr, årskort 250 kr. Info 0150-190 25.
8. Yngaren 4 260 ha 85 % av sjön	20 km V Nyköping	Gädda, abborre, lake, sik, äl, gös, vitfisk	Turistbyrån Katrineholm 0150-572 41. 3 dagar 60 kr, årskort 300 kr. <i>Se sid 34.</i>
9. Tisnaren (Tislången)	10 km SV Katrineholm	gädda, abborre, grov gös, sik, vitfisk	Turistbyrån Katrineholm 0150-572 41. Dagkort 20 kr.
Vingåker			
10. Öljaren	10 km NO Vingåker	Gös, abborre, asp, vitfisk	Österåkers lanthandel 0151-300 06, Vingåkers Turistbyrå 0151-191 86. Dagkort 40 kr, årskort 200 kr.
11. Regnaren-Ålsjön	20 km S Vingåker	Gädda, abborre, gös, äl	Vingåkers Turistbyrå 0151-191 86. Dagkort 40 kr, årskort 250 kr.
12. Högsjö-Grävsjön	Högsjö V Vingåker	Gädda, abborre, vitfisk	Centrumkiosken Högsjö. 50 kr/år. Kanut o båtuthyrning 0151-450 53.

Fiskevatten	Var	Fisk	Fiskekort, övrigt
13. Kolsnaren-Viren	1 km O Vingåker	Gös, gädda, abborre, ål, sutare, vitfisk	Vingåkers Skog och Trädgård 0151-100 81. 3-dagarskort 50 kr, årskort 300 kr, båtuthyrn. JE Olsson 0151-125 45
14. Tisnaren	10 km S Vingåker	Gädda, abborre, gös, kräftfiske	Vingåkers Turistbyrå 0151-191 86, 0151-191 00. Veckokort 50 kr, årskort 150 kr, kräftfiske 500 kr. Ruda fritid 0151- 201 31, Tisenö båtuthyrning 0151-221 14.

Flen

15. Gårdssjön Valdemaren Mellösasjön	Flen 5 km N Flen	Gädda, gös abborre Gädda, abborre, vitfisk	Flens Fiske & Fritid 0157-137 05 Dagkort 15 kr, årskort 150 kr. Hans Andersson 0157-600 68. Dagkort 10 kr, årskort 100 kr.
16. Båven Skebokvarn	7 km O Flen	Gädda, abborre, gös, ål, sik, vitfisk, mal	Friluftcenter Skebokvarn 0157-311 10 båt o kanotuthyrning endast sommartid. Flens fiske och fritid 0157-137 05. Dagkort 20 kr, årskort 120 kr.
Båven Sparreholm Nedingen	12 km O Flen 5 km NO Flen	Gädda, abborre, gös, mal, ål, sik, Gös, gädda, abborre	Sparreholms Kiosk och grill 0157-303 25. Dagkort 20 kr, veckokort 50 kr. Malmköpings herrfrisering, 0157-201 15
17. Örhammaren, Brukssjön, Tallsjön, Fyrsjön	15 km V Flen	Gädda, abborre	Lennart Pettersson, 0708-76 20 78 Starrsätter Mellösa 0157-604 58 Dagkort 10 kr, årskort 80 kr

- | | | | |
|--|----------------------|---|--|
| 18. Vadsbrosjön | 10 km S Flen | Gös, gädda,
abborre | Vadsbro Handel 0157-700 10 |
| 19. Henaren Åsten,
St. Kolsleven,
Kvarnsjön | 4 km O
Malmköping | Gös, äl, sutare,
gädda, nors,
abborre | Gunilla Angetun 0157-130 81, Storgården
Mellösa 0157-221 47. Lundby gård
Dunker 0157-220 31. Dagkort 30 kr,
årskort 150 kr. Sörmlandsleden passerar |
| 20. Yngaren | 25 km S Flen | Äl, abborre, gös,
sik, lake, gädda | Vrena bensin 0155-910 59. Se sid 34.
Hagsjö Allköp 0155-710 04. |

Gnesta

- | | | | |
|---|----------|---|---|
| 21. Klämningen
Frösjön, Lillsjön | N Gnesta | Gös, gädda,
abborre (min.
mått 40 cm gös) | Gnesta Fiskredskap 0158-102 50, Turist-
byrån Gnesta 0158-702 84.
Dagkort 20 kr, årskort 200 kr, kanotled 26
km. <i>Se sid 36.</i> |
|---|----------|---|---|

Nyköping

- | | | | |
|--|-----------------------|-------------------------------------|---|
| 22. Bälsjön | 30 km SV
Nyköping | Grov gädda, äl,
abborre, vitfisk | Handlarn Ålberga 0155-720 00.
Dagkort 20 kr, årskort 50 kr. |
| 23. Lidsjön
700 ha | 25 km NV
Nyköping | Gädda, abborre,
gös, lake, äl | Råby Bygghandel 0155-24 20 96
veckokort 20 kr, årskort 150 kr. |
| 24. Stavsjön-Virlängen
Skiren | 35 km SSV
Nyköping | Gädda, abborre,
gös, lake, äl | Stavsjö Vandrarhem 011-39 33 84, dag-
kort 20 kr, årskort 75 kr, nät/angel 250 kr
per år. |

Yngaren

Yngaren är länets fjärde största sjö med stora öppna vattenområden.

Yngaren är djup och har ett rent näringsrikt vatten och vassiga stränder.

Fiskekortet medger sportfiske och vinterfiske inklusive angelfiske.

Pris 300 kr/år, 60 kr/3 dagar.

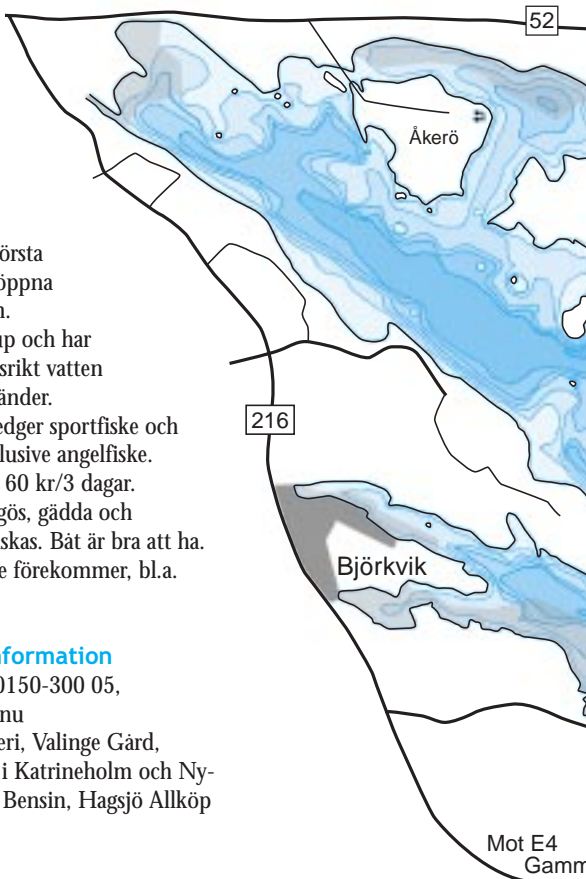
Det är främst gös, gädda och abborre som fiskas. Båt är bra att ha.

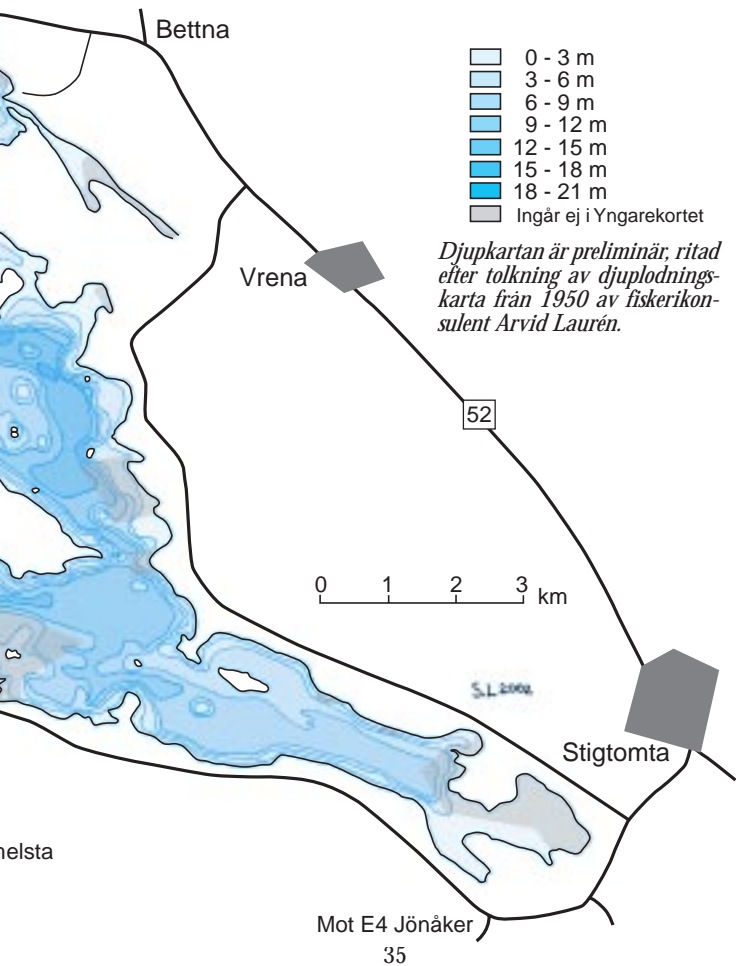
Visst yrkesfiske förekommer, bl.a. efter ål.

Fiskekort/information

Hofsta Säteri 0150-300 05,
johan@hofsta.nu

Marieberg Säteri, Valinge Gärd,
turistbyråerna i Katrineholm och Nyköping, Vrena Bensin, Hagsjö Allköp
0155-710 04.





Bettna

- 0 - 3 m
- 3 - 6 m
- 6 - 9 m
- 9 - 12 m
- 12 - 15 m
- 15 - 18 m
- 18 - 21 m
- Ingår ej i Yngarekortet

Djupkartan är preliminär, ritad efter tolkning av djuplodningskarta från 1950 av fiskerikon-sulent Arvid Laurén.

Vrena

52

0 1 2 3 km

S.L. 2000

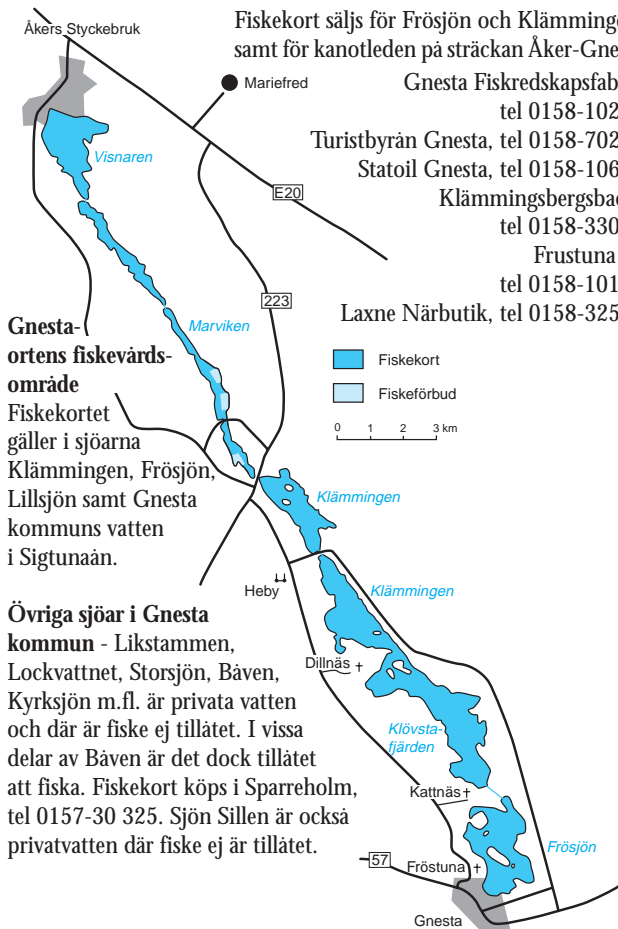
Stigtomta

helsta

Mot E4 Jönåker

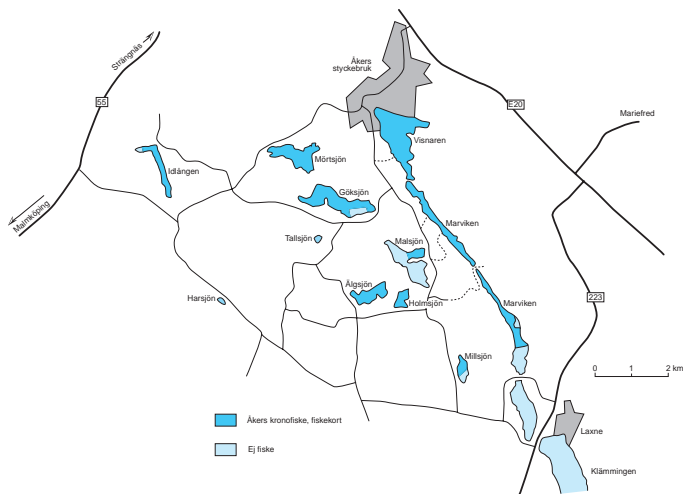
35

Fiske i Gnesta kommun



Åkersfiske

Sportfiske i Åkers Kronopark



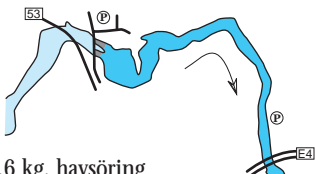
Åkersfiske

Då det gäller fiske på kanotleden på sträckan Åker-Laxne (Gnesta), d.v.s. övre-, mellan- och nedre Marviken samt Visnaren, gäller Åkersfiskes "Gröna" fiskekort 100 kr/år. Fiskekortet gäller också del av sjöarna Millsjön, Gökösjön, Malsjön samt hela Mörtsjön och Irlången (endast vinterfiske). Med dygnskortet 100 kr/24 tim, kan du också fiska i sjöar med utplanterad fisk: Holmsjön, Tallsjön, Harsjön, Älgsjön (endast flugspö). Det s.k. Gröna kortet gäller ej för put-and-take-fiske. I Åkers Styckebruk finns fiskekortsautomat och infotavla även Statoil säljer kort. Telefon 0159-305 08, www.akersfiske.d.se

Fiske i strömmande vatten

Nyköpingsån

Tre kilometer fiskekortsvatten från nyår till 15 september



Lax 23,6 kg, havsöring
13,0 kg vittnar om ett av Sveriges förnämsta strömfisken.

På uppdrag av Nyköpings kommun förvaltar Nyköpings-Oxelösunds Sportfiskare vattnen i de centrala delarna av Nyköping. Biotopvård, fisktrappor och årliga utsättningar av lax och havsöring har skapat ett attraktivt fiske. Fisket bedrivs med fluga, kastfluga, bottenmete och vanligt spinnfiske med drag eller vobbler.



-  Nyköpings fiskekortområde
-  Fiskeförbud
-  Parkeringsplats
-  Informationstavla

Laxfisket är bäst under sensommaren, den första laxen brukar återvända runt midsommar, blank och trind efter att ha ätit sig fet på skarpsill och strömming i Östersjön. Havsöringsfisket är som bäst under tidig vår. Premiären på nyårsdagen är alltid en fiskefest, då får man blöta sin utrustning igen efter att lekperioden på senhösten är överstökad.

Regler: Fisket i Nyköpingsån är omgärdat av många regler. Ex. är fiske inte tillåtet från broarna. Sportfiske är det som gäller och blysänken är förbjudna. Ryckfiske är förbjudet och huggkrok är otillåten att använda. Flugkrokar får ha max 13 mm kroggap, drag och vobbler 10 mm. Minimimått 60 cm gäller för både lax och öring. Speciella flugfiskesträckor finns, detta och några ytterligare regler framgår i fiskekortet.

Fiskekortet kostar ca. 100 kr per dag eller 800 kr per säsong. Ett speciellt kort finns för ungdomar skrivna i Nyköping och Oxelösund, subventionerat av kommunerna. Varannandagsfiske tillämpas fr.o.m. 1 maj. Jämnt datum spinnfiske, udda datum flugfiske. Ett speciellt "Specimen/mete-kort" kostar 300 kr per år och gäller för maximalt två spön. Fångsten ska släppas tillbaka. Mete med toppknuten lina efter all annan fisk än lax och öring är tillåtet under hela året kostnadsfritt.

Fiskekortet köps hos Kiosken Folkungavägen, Preem Ringvägen, Comfort Hotel 0155-28 80 20. Information fås av Nyköpingsåns kortfiskeområde, Roger Kristensen tel 0155-28 75 22, 070-398 58 05 eller Fredrik Lundberg tel 0155-26 76 77, 070-580 93 05.
Internet: www.fiske.nu.



Trosaån

Trosa Amatörfiskeklubb bjuder på havsöringsfiske och kräftfiske i fiskekorts-vatten

Trosaån har en gång i tiden haft ett naturligt bestånd av laxartad fisk som slagits ut. Numera bygger fisket både på naturligt producerad fisk och årliga utsättningar av havsöringssmolt och rom. Klubben arbetar mycket med biotopvård och fiskvägar så att fisken kan vandra högt upp i sjösystemet förbi gamla kvarndammar.

Fisket bedrivs på tre åsträckor i Trosaån, en genom centrala Trosa, en mellan Trosa och Vagnhärad, den tredje och bästa för havsöring är vid järnvägsbron i Vagnhärad.

Fiskekort för Trosaån

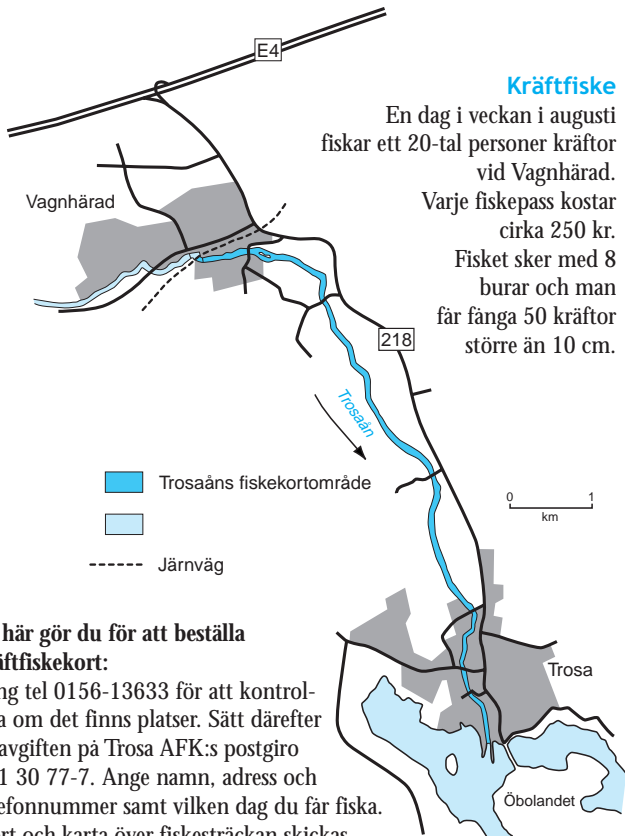
Årsfiskekort som kostar 50 kr för ungdom och 150 för vuxna finns att köpa på följande ställen:

Vagnhärad, Preem	tel 0156-10052
Vagnhärad, Färgcenter	tel 0156-26610
Trosa, Team Sportia	tel 0156-12640
Trosa, Albins Kiosk	tel 0156-12329
Trosa Turistbyrå	tel 0156-52000
Trosa, Åkes Bilomat	tel 0156-17112

TrosaMetet!

Fisketävlingen TrosaMetet har ägt rum varje Kristi himmelfärds dag sedan 1934. Gammal som ung metar längs Trosaåns kajer under glatt påhejande av förbipasserande flanörer. Tävlingsstid mellan klockan 10.00 och 14.00. Knattarna (upp till 10 år) fiskar på egen fiskesträcka mellan klockan 10.00 - 12.00. Knattarnas prisutdelning börjar klockan 13.00. Pris till alla knattar!

Startavgifter: 20 kr/knatte, 35 kr/junior, 65 kr/senior och veteran.



Kräftfiske

En dag i veckan i augusti fiskar ett 20-tal personer kräftor vid Vagnhärad.

Varje fiskepass kostar cirka 250 kr.

Fisket sker med 8 burar och man får fanga 50 kräftor större än 10 cm.

- Trosaåns fiskekortområde
-
- Järnväg

0 1
km

Så här gör du för att beställa kräftfiskekort:

Ring tel 0156-13633 för att kontrollera om det finns platser. Sätt därefter in avgiften på Trosa AFK:s postgiro 481 30 77-7. Ange namn, adress och telefonnummer samt vilken dag du får fiska. Kort och karta över fiskesträckan skickas med posten. Först till kvarn gäller!

Hemsida: www.trosaafk.net

Å! Fisket - Eskilstuna

Två kilometer fiskekortsvatten men också fritt sportfiske efter regnbåge

Å! Fiske Eskilstuna är en Sportfiskeförening som är öppen för alla. Med stort stöd från företagare i staden förvaltar föreningen kommunens fiskevatten.

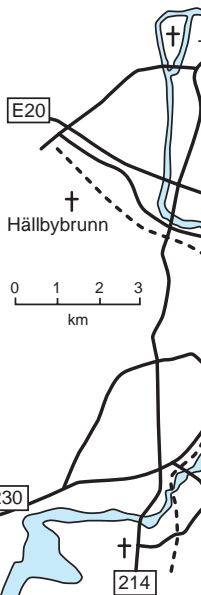
Sedan 1992 har upp till 10 ton regnbåge och lite öring utplanterats årligen i Eskilstunaån. Det ger ett mycket bra fiske som uppskattas speciellt av ungdomar. Stora sträckor av fisket i ån upplåts kostnadsfritt. Brukligt är dock att man köper fiskelicensen som gäller där det bästa fisket brukar vara se karta. Under säsongen sker fiskutsättningarna varje torsdag, fiskeförbud råder torsdagar kl. 0.00 fram till fredagar kl 15 under april–okt. Fisket bedrivs oftast med färgglada drag, vobbler eller kastflugor. Vid bottenmete får blysänken inte användas. Flugfiske är ofta olämpligt och svårt i och med stadsmiljön. Därför har flugfiskare företräde på lämpliga platser. Det är inte tillåtet att fiska från privata egendomar, broar eller vid badplatser.

Å! Fiske kan erbjuda handikappade och speciellt rullstolsbundna fiskare bra och lättåtkomliga platser för fiske.

Upplysningar:

Å! Fiskekansliet 016-12 65 08,
Anders 070-915 85 27
www.eskilstuna.sportfiskarna.se
Turistbyrån: 016-10 70 00
www.eskilstuna.se

Hjälmaren





Mälaren och Hjälaren har fritt handredskapsfiske.

Hjälmaren

Fritt handredskapsfiske. Fritt men begränsat nätfiske och trollingfiske i enskilt frivatten och i allmänt vatten.

Hjälmaren är Sveriges fjärde största sjö med en areal av 480 km². Sjön är en grund och näringsrik slättlandssjö med ett största djup på 22 meter. Hjälmaren har riklig förekomst av många fiskarter. De mest eftertraktade är gös, abborre, gädda, ål, lake och naturligtvis kräftor. Dessutom finns en mängd andra fiskarter i Hjälmaren, t.ex. braxen, mört, löja, ruda, gers, sarv, asp, sutare, björkna, faren, nors, sik m.fl. Speciellt yrkesfisket är omfattande men även

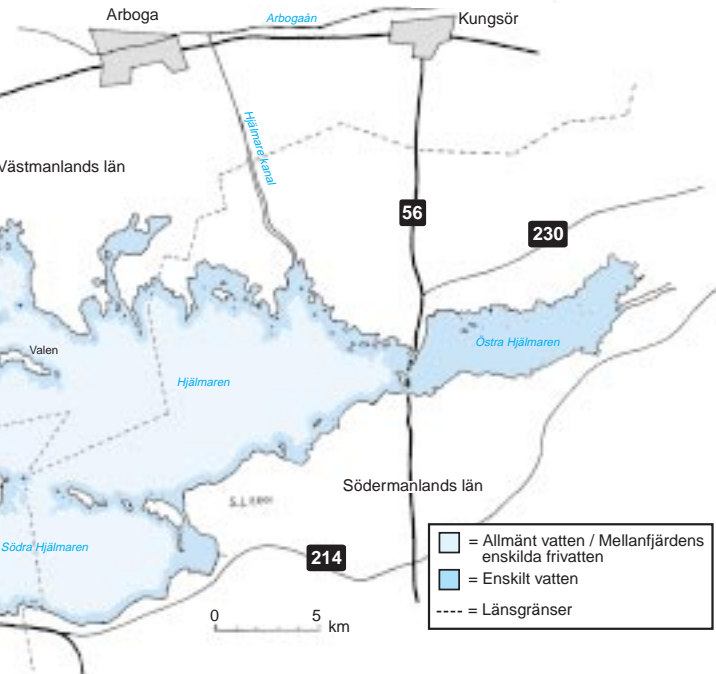


husbehovsfisket är stort. Sportfisket är under utveckling. Stor potential finns för bl.a. trolling efter gädda och gös.

I hela sjön gäller lagen om det fria handredskapsfisket. Det innebär att fiske med spinnspö och liknande är tillåtet men gränsen går vid dragrodd, angelfiske och trolling som endast är tillåtet på allmänt vatten och enskilt frivatten i Mellanfjärden där även långrev och nätfiske med 100 m nät, max 3 m djupa får användas. Nätfiske med sträckt nätmaska 40-120 mm (stolpe 20-60 mm) är förbjudna för att skydda liten fisk främst gös. I Mellanfjärden är fiske med nät förbjudet 1.5- 31.8.

Abborre

Den mest lättåtkomliga fisken i Hjälmaren för sportfiskare. Trivseltemp över 18 C. Sportfiskerekord 3,15 kg. Nyttja det fria hundredragsfisket - pimpel, mete eller jigg.

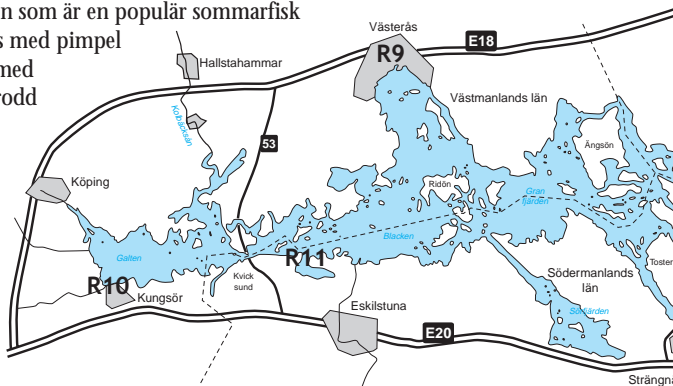


Mälaren

Fritt handredskapsfiske. Fritt men begränsat troling- och nätfiske på enskilt frivatten eller via fiskekort.

Mälaren delas av fyra län och är Sveriges tredje största sjö med en areal av 1 220 km². Maxdjupet är 67 meter men största delen är ganska grund och näringsrik. Mälaren är en av de mest artrika sjöarna i landet med 32 kända fiskarter. I Mälaren finns eftertraktade arter som gös, äl, abborre och siklöja och den långsträckt sjön har ett omfattande yrkes- och fritidsfiske. Det pimpplas mycket abborre och under januari-februari även lake. Under vintervintern är det bra isfiske efter gädda och gös.

Gösen som är en populär sommarfisk fiskas med pimpel och med dragrodd eller

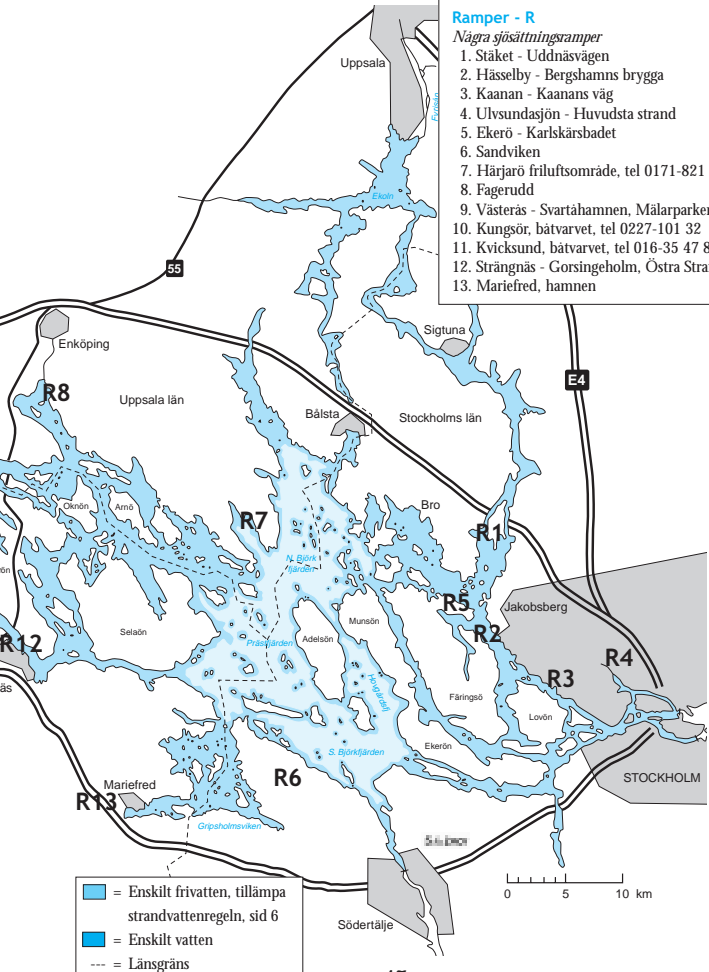


troling på enskilt frivatten under varma sommarätter. Vår- och sommargäddan tas på spinn eller dragrodd/troling. En liten chans finns även för lax och havsöring som vandrar upp till Mälaren genom Stockholms ström och vid Södertälje. Havsöring kommer tidigt på varen för födosök och vid lektid på senhösten, laxen under sommaren. På av Strängnäs kommuns ägda vatten uppläts visst nätfiske via Strängnäs Amatörfiskeklubb. Alla får fiska efter speciella regler på det s.k. enskilda frivattnet med nät, långrev, troling, dragrodd eller angelfiske.

Ramper - R

Några sjösättningsramper

1. Stäket - Uddnåsvägen
2. Hässelby - Bergshamns brygga
3. Kaanan - Kaanans väg
4. Ulvsundasjön - Huvudsta strand
5. Ekerö - Karlskärsbadet
6. Sandviken
7. Härjarö friluftsområde, tel 0171-821 52
8. Fagerudd
9. Västerås - Svartåhamnen, Målarparken
10. Kungsör, båtvarvet, tel 0227-101 32
11. Kvicksund, båtvarvet, tel 016-35 47 85
12. Strängnäs - Gorsingeholm, Östra Strandv.
13. Mariefred, hamnen



Kusten

Fritt handredskapsfiske. Fritt men begränsat nätfiske samt trolling på allmänt vatten.

Kusten vid Näveckvarn

Väderexponerad kust med fritt handredskapsfiske. Fritt men begränsat nätfiske samt trolling på allmänt vatten.

Utmärkta strandfiskemöjligheter. Här finns bra chans till kontakt med havsöring och abborre och på mindre exponerade platser finns även gädda, gös, sik och vitfisk. Under maj-juni när du strömningen utanför djupare stränder, bäst är det från båt. Båt ger även möjligheter till laxtrolling några kilometer från kusten och chans till enstaka torskar på 30-60 m djup.

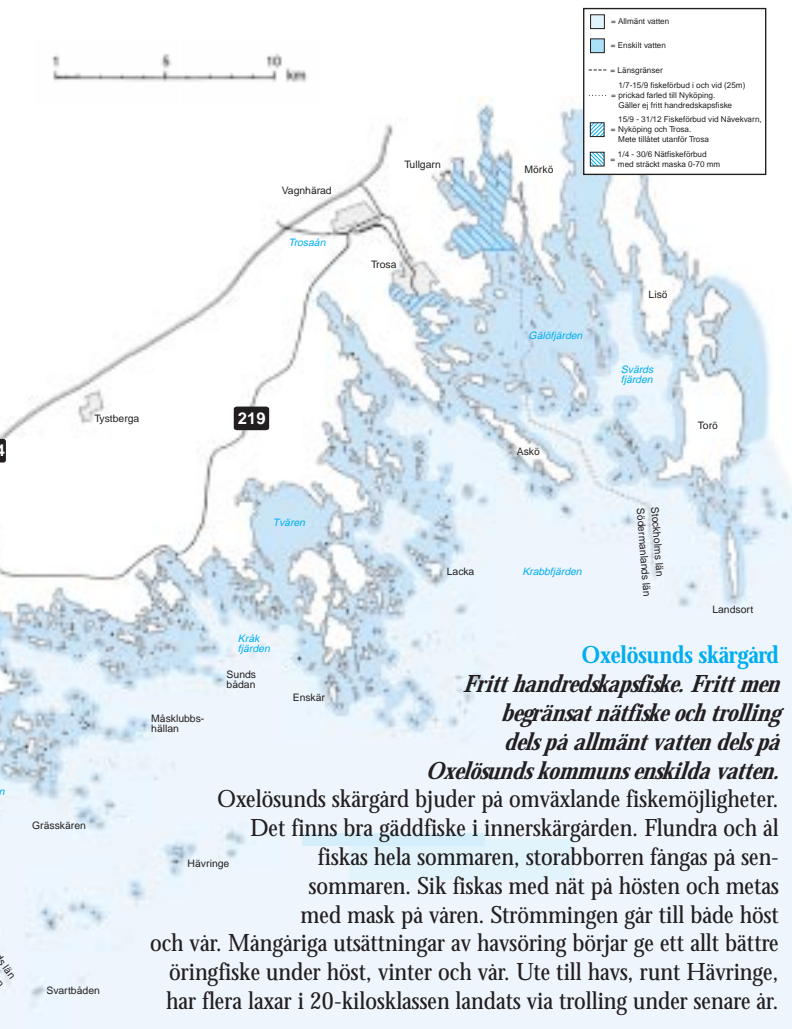
Skärgården mellan Nyköping-Trosa

Fritt handredskapsfiske. Fritt men begränsat nätfiske samt trolling på allmänt vatten.

Relativt svårt att komma åt det omväxlande och bra fisket utan båt. Innerskärgården är vassig och grund med speciellt bra fiske efter gädda, gös och abborre.

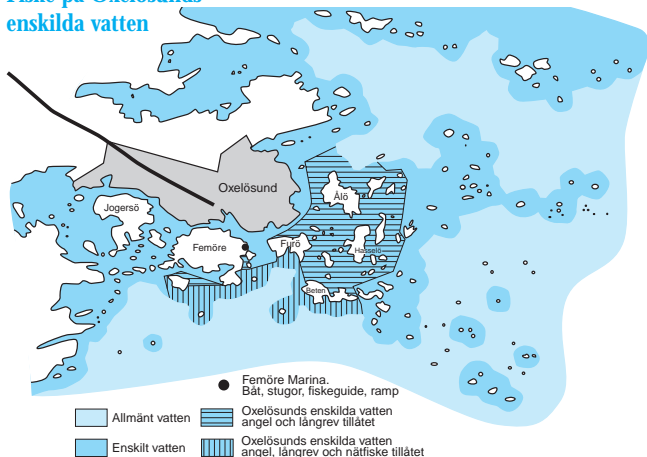
I mellan- och yterskärgården öppnas möjligheter för havsörings- och flundrefiske. Utanför Enskär i Hartsö naturreservat, finns chans att fånga lax med trollingfiske.





Oxelösunds fiskehamn är en bra utgångspunkt för fisketuren. I hamnen finns parkering för bil och husvagn, sjösättningsramper, båtplatser. Fiskecampen har öppet året runt med fyra stugor att hyra. Vid campen kan du hyra båt och fiskeguide. Olika fiskturer ordnas också, Femöre Marina, tel 0155-340 61, www.femoremarina.nu eller via Turistbyrån tel 0155-381 70. Sjösättningsramper som är öppna för allmänheten finns vid följande hamnar: Fiskehamnen, Badhusviken, Stenvik, Ramdalshamnen, Sjöängen och Sandviken.

Fiske på Oxelösunds enskilda vatten



Inom av Oxelösunds kommun ägda fiskevatten som är streckmarkerat på kartan får alla fiska med långrev, max 100 krokor och med 12 angel-don. Vidare får man på det vattenområde som är markerat med lodräta streck fiska med max 125 meter bottensatt nät, näten får vara max 210 cm djupa. Redskapen skall märkas och utmärkas enligt lag, fiskekulor i var ände med namn och adress/telefonnummer tydligt skrivet samt **ER** som visar att du fiskar på kommunens vatten med Enskild Rätt.

Trolling, trollingvett och sjövett

Trolling, d.v.s. motoriserad dragrodd, har blivit allt mer populärt. Numera finns allsköns utrustning för trollingfiske. Djuprigg som för ner lövtunna drag till 20-30 m djup. Ytparavener (utter), som för ut betena i sidled. Det är speciellt trolling efter lax, flera sjömil ut från kusten som har utvecklat material och metoder. Flera laxar på 10-20 kg har tagits de senaste åren. Det är många timmars trolling som ligger bakom varje fångad lax. Dragrodd och enklare trolling efter gös på Hjälmarens och Mälarens enskilda frivatten har däremot varit i bruk sedan länge.

Trollingvett

Informera dig om sjöfartsregler, högertrafik gäller på sjön inklusive högerregeln. Segelbåtar, lots- och handelssjöfarten ges företräde. Håll farleder fria. Håll uppsikt, stora fartyg = hög fart. Samsas på sjön och som inom Allemansrätten - inte störa eller förstöra. Märk ut sidoparavener tydligt, få känner till trolling. Trolling är generellt tillåtet endast på allmänt vatten och enskilt frivatten. Glöm inte strandvattenregeln, 300 m, och att alla i båten är informerade och överens om vad som gäller, speciellt vid nödsituation.

Se till att du får en andra chans om olyckan är framme: flytoverall, Hansalina, mobiltelefon (tel.nr. 112), VHF-radio (kanal 16), brandsläckare, nödbloss, GPS (aktuell long, lat), radarreflektor, drivankare, stanna vid båten.

De tio sjövetsreglerna

1. Sjöduelig båt.
2. Flytväst, säkerhetsutrustning.
3. Liten båt, små vatten.
4. Meddela färdplanen för andra.
5. Ingen alkohol.
6. Överlasta inte, sitt i båten.
7. Håll utkik och lämplig fart.
8. Dåligt väder: stanna hemma eller sök lä.
9. Vid olycka, stanna vid båten.
10. Skräpa inte ner.

Fiskets telefonlista

Länsfiskekonsulenten, Länsstyrelsen	0155-264127
Sportfiskeförbundet, www.sportfiskarna.se	08-704 44 80
Sportfiskarnas Södermanlandsdistrikt	0150-262 26
Eskilstuna Sportfiskare	016-42 63 44
FK Tammukka, Eskilstuna	016-14 67 43
FFK Ekorrarna Nyköping	0155-372 35
Katrineholms SF, Tisnaren	0150-334 82
Mariefreds FF	0159-214 53
Gnesta Sportfiskeklubb	0158-206 39
Hälleforsnäs FVF	0708-76 20 78
Nyköping-Oxelösunds SF	0155-26 76 77
Strängnäs AFK (arb)	0159-305 08
Strängnäs FFK (arb)	0152-460 35
Jugoslaviska F "Sloga Eskilstuna	0708-89 38 24
Kvicksunds FVF	0708-94 97 29
Trosa Amatörfiskeklubb	0156-160 86
Å! Fiske, Eskilstuna	0709-15 85 27
Åkers Krutbruk FK	0159-366 17
Nammo-Bärle SFK, Oxelösund	070-280 41 56
Hjälmarens fiskareförbund	0150-920 66
Mälarens fiskareförbund	021-501 08
Södermanlands Skärgårds fiskareförbund	0155-511 69
Fiskeriverket	031-743 03 00
Kustlaboratoriet Öregrund	0173-464 60
Sötvattenslaboratoriet	08-620 04 00
Vattenfalls fiskebiolog	08-739 66 08
Fiskevårdsbyrån i Stockholm, www.fiske.nu	08-508 27 680
Kustbevakningen, dygnet runt	08-789 79 94
Polisen, vxl	0155-76 100

SVA Statens Veterinärmedicinska Anstalt	018-67 40 00
Statens Livsmedelsverk	018-17 55 00

Fiskodlare och rökerier

Lars Skog & Fisk, sättfisk gös	0155-28 77 12
Nyköpings Rökeri AB	0155-21 38 38
Söderlunds Rökeri, Oxelösund	0155-353 04

Boende med fiske m.m., kontakta turistbyråerna

Sörmlandsturism, www.sormland.se	0155-24 59 00
Eskilstuna	016-10 70 00
Flen	0157-19015
Gnesta	0158-70 284
Katrineholm	0150-572 41
Nyköping	0155-2482 00
Oxelösund	0155-381 70, 381 75
Strängnäs	0152-296 99
Trosa	0156-522 22
Vingåker	0151-191 19

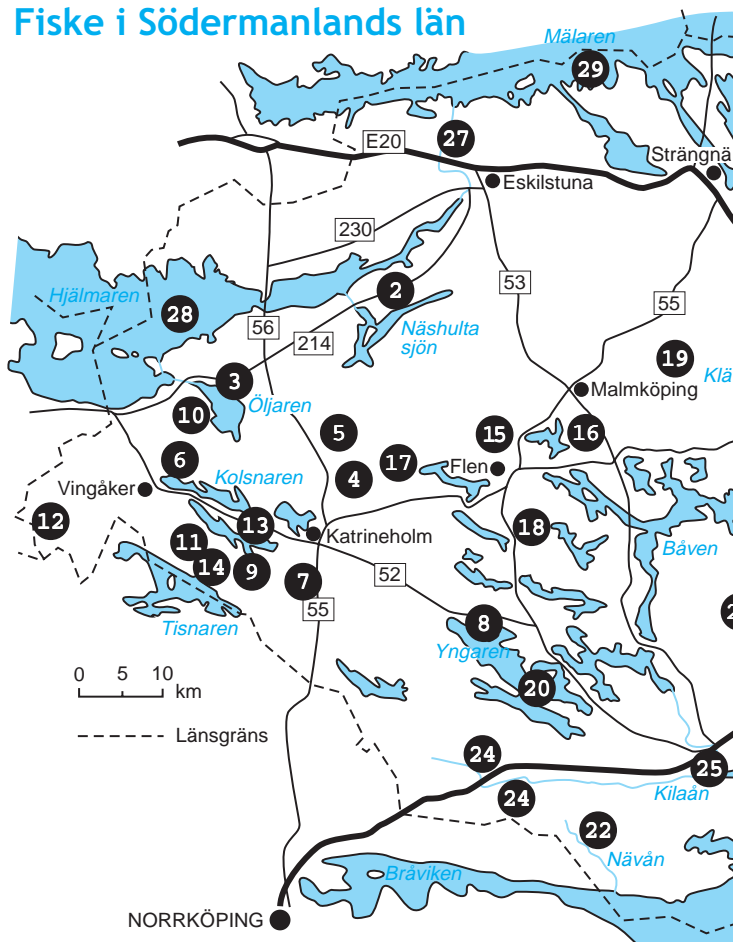
Konsumtionsråd till storkonsumenter av egenfångad fisk

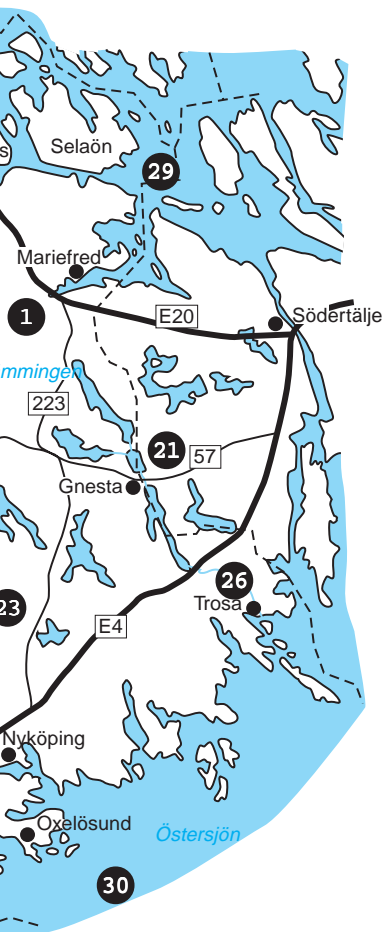
I några näringsfattiga och försurade insjöar har föroreningar från luft och industriutsläpp lett till förhöjda halter av miljögifter i rovfiskar och feta fiskar. Kontakta Livsmedelsverket eller Miljö- och hälsoskydds-förvaltningen för närmare information.

Grundregeln enligt Statens Livsmedelsverk

Precis som för all mat gäller det att äta varierat och undvika ensidig kost. Speciella råd gäller för kvinnor, gravida och ammande. Kontakta barnavårds- eller mödravårdscentralen där du bor.

Fiske i Södermanlands län





1. Åkers Kronopark, 12 sjöar	sid 30
2. Näshultasjön	sid 30
3. Öljaren	sid 30
4. Jungfrun	sid 30
5. Ljusgryten	sid 30
6. Kolsnaren-Viren	sid 31
7. Djulö-Backa-Duveholmsjön	sid 31
8. Yngaren	sid 31
9. Tisnaren (Tislängen)	sid 31
10. Öljaren	sid 31
11. Regnaren-Ålsjön	sid 31
12. Högsjö-Grävsjön	sid 31
13. Kolsnaren-Viren	sid 32
14. Tisnaren	sid 32
15. Gårdssjön, Mellösasjön m.fl.	sid 32
16. Båven, Nedingen	sid 32
17. Örhammaren	sid 32
18. Vadsbrosjön	sid 33
19. Henaren, Åsten m.fl.	sid 33
20. Yngaren	sid 34
21. Klämmingen, Frösjön, Lillsjön ...	sid 33
22. Bålsjön	sid 33
23. Lidsjön	sid 33
24. Stavsjö-Virlängen-Skiren	sid 33
25. Nyköpingsån	sid 38
26. Trosaån	sid 40
27. Å! Fiske, Eskilstuna	sid 42
28. Hjälmaran	sid 44
29. Mälaren	sid 46
30. Kusten	sid 48