



Til Lillestrøm kommune, Postboks 313, 2001 Lillestrøm (postmottak@lillestrom.kommune.no)

Lillestrøm, 5. juli 2025

SLF Lillestrøm og omegn med høringsuttalelse til områderegeringsplan for Lillestrøm knutepunkt (PLAN-24/01801)

Vi viser til informasjon på hjemmesiden til Lillestrøm kommune¹ og sender herved vår høringsuttalelse til områderegeringsplanen for Lillestrøm knutepunkt (saksnnummer PLAN-24/01801, jf vedlegg 1). Som lokallag til Syklistforeningen skal vi først og fremst fokusere på sykkelforhold rundt Lillestrøm knutepunkt, men noen av våre tilbakemeldinger vil uten tvil også har betydning for gående.

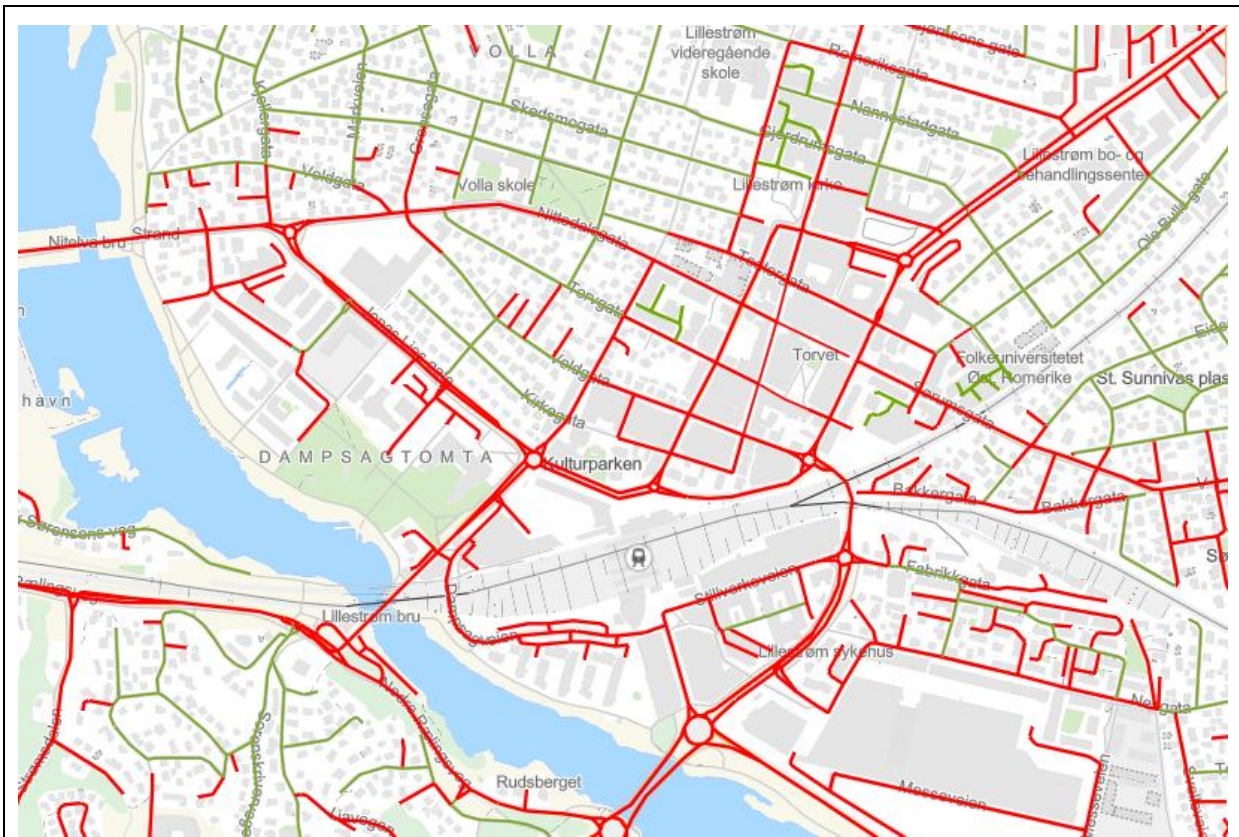
I vår høringsuttalelse tar vi utgangspunkt i pilotprosjektet *Puls til perrongen* som Syklistforeningen og Bane NOR gjennomførte sommer 2024. Målet med dette prosjektet var å kartlegge hvordan folk reiser til Lillestrøm togstasjon og hvordan det kan bli mer attraktivt å bruke sykkel som transportmiddel til og fra toget. Resultatene fra prosjektet har blitt presentert på en egen temakveld som vårt lokallag arrangerte mars 2025 og der også Lillestrøm kommune var invitert (jf invitasjonen i vedlegg 2). I tillegg har Syklistforeningen presentert prosjektet på et eget møte på rådhuset i Lillestrøm kommune i april 2025 (jf notater fra dette møtet i vedlegg 3). Vi mener allikevel at det kan være på sin plass å minne kommunen om prosjektet, fordi våre funn har stor betydning for arbeidet med til områderegeringsplanen for Lillestrøm knutepunkt.

Gjennom prosjektet *Puls til Perrongen* har Syklistforeningen og Bane NOR altså kartlagt hva som skal til for å gjøre sykling til stasjonen enklere og mer attraktivt. Under *Sykeluka* i Lillestrøm i perioden 11.–13.06.24 spurte vi pendlere om hvilke utfordringer og barrierer som hindrer dem i å sykle til toget, og hva de ønsker seg av forbedringer. Mer informasjon om prosjektet *Puls til Perrongen* og en sammenfatning av de viktigste resultater fra *Sykeluka* i Lillestrøm vises i vedlegg 4-5.

I spørreundersøkelsen i sykkeluka kom det fram at «de som allerede sykler» til stasjonen i Lillestrøm har mange gode grunner, men mener samtidig at tryggere sykkelparkering og bedre sykkelveier vil gjøre det mer attraktivt å sykle oftere. Blant «de som ikke sykler til toget» så svarer hele 40 prosent at de er interessert i å begynne å sykle dersom det blir lagt til rette for det. De største barrierene for å sykle er frykten for sykkeltyveri/ hærverk og at det er mye trafikk rundt stasjonen.

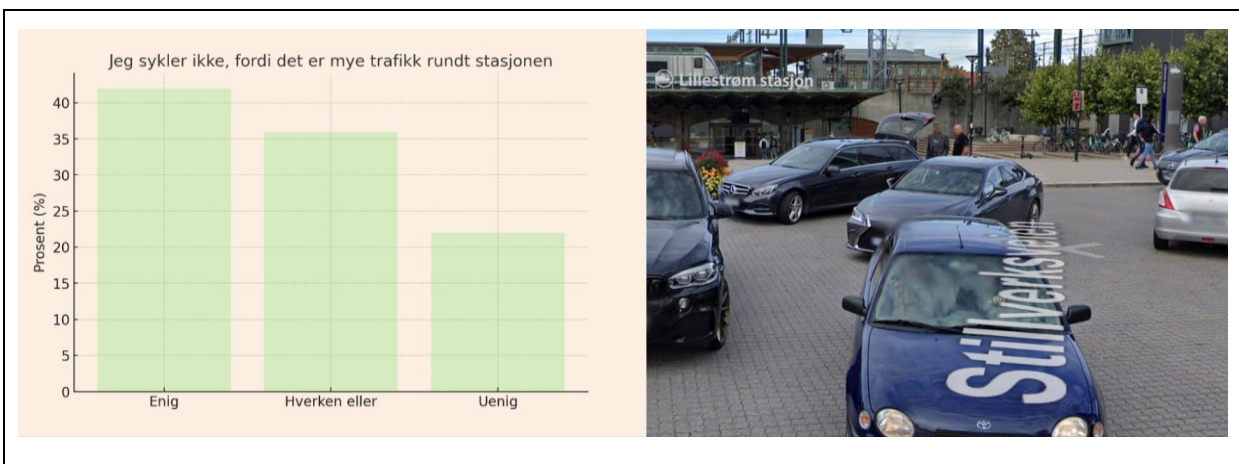
Alt dette er ikke noe nytt. Trygghet er viktig for alle myke trafikanter, og mye biltrafikk og høy fart skaper en følelse av utrygghet hos de fleste, både syklist og gående. På kartet nedenfor vises at de fleste veiene rundt Lillestrøm stasjon har en fartsgrense på over 30 km/t. Når vi samtidig vet at det fortsatt er mange som kommer til toget med bil, at biler slipper av passasjerer eller parkerer utenfor de tiltenkte plassene (f eks på sykkelfelt i nærheten til stasjonen) så blir det for mange innbyggere for uoversiktlig og skummelt å sykle til stasjonen.

¹ <https://www.lillestrom.kommune.no/samfunnsutvikling/si-din-mening/varsel-om-oppstart-av-planarbeid/2025/har-du-innspill-til-planarbeidet-for-lillestrom-knutepunkt/>



Kart 1: Veier i nærheten av Lillestrøm togstasjon med fartsgrænse over 30 km/h er merket rødt (jf vedlegg 5)

Da er det heller ikke overraskende at man får slike svar fra folk som ikke sykler...



Bilde 1: Mye biltrafikk rundt Lillestrøm togstasjon bidrar til lav sykkelandel (jf vedlegg 5)



Bilde 2: Barriere rett foran stasjonen... (SLF LOO)

...og vi som sykler «møter» på vei til Lillestrøm stasjon faktisk mange barrierer (se illustrasjonsbildet til venstre).

Men selv om det er vanskelig å forstå hvorfor man må blokkere halve sykkelvegen rett foran Lillestrøm stasjon, så er dette med avstand ikke den verste barrieren...

Som kart 2 viser så er det for mange innbyggere nesten umulig å sykle til Lillestrøm stasjon uten å måtte «komme seg gjennom» én av tre rundkjøringer på sentrumsiden av stasjonen.

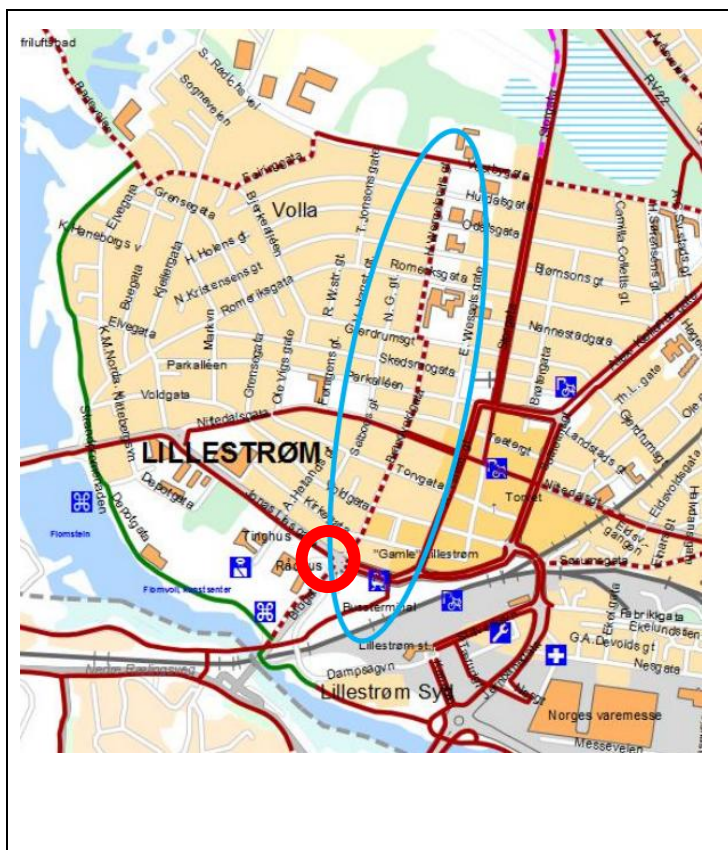


Kart 2: Rundkjøringer på sentrumsiden av stasjonen - som barriere for syklister (jfr vedlegg 1, red. SLF LOO)

Utfordringer ved rundkjøringer og manglende sammenheng i sykkelvegnettet er dessverre en kjent problemstilling for syklister i hele landet, og heller ikke noe nytt problem for oss som sykler i Lillestrøm...

Allerede september 2014 sendte vårt lokallag SLF *Lillestrøm og omegn* innspill til kommuneplanen 2015-2026 og skrev denne gangen at «sykkelvegnettet generelt må etter vår mening sees i sammenheng med befolkningskonsentrasjoner og kollektivknutepunkter slik at det blir mer attraktivt å kombinere sykkel med kollektivtransport... . Viktige tiltak er da blant annet rask/ kort sykkelveg av god kvalitet ...til jernbanestasjonen/ bussterminalen»².

Kart 3 til høyre viser vårt forslag til en slik «sykkelveg av god kvalitet», dvs byens første sykkelgate mellom Kjellervolla skole, Skedsmo vgs og Volla barnehage i Vestbygate, Lillestrøm vgs og kollektivterminalen i Lillestrøm.



Kart 3: Vårt forslag fra 2013 til sykkelgata (SLF LOO)

² <https://www.slfluo.com/arkiv/horingsuttalelser/>

Sykkelgata ble noen år senere realisert, riktignok med en del skumle «barnesykdommer». Heldigvis ble disse etter forholdsvis kort tid utbedret slik at sykkelgata nå har blitt et godt fungerende og populært tilbud for lokale syklist i Lillestrøm (selv om vintervedlikehold av alle andre gater på Volla vanligvis er bedre enn i selve sykkelgata...). Men det er nesten tragisk å se at vi syklist som bruker sykkelgata for å komme oss til knutepunktet i Lillestrøm glemmes helt, når vi kommer til rundkjøringer på sentrumsiden av Lillestrøm stasjon. De mørke skyer på bilde 4 varsler en farlig og for mange syklist svært ubehaglig trafikksituasjon ved rundkjøringen mellom bussterminal og rådhuset i Lillestrøm...



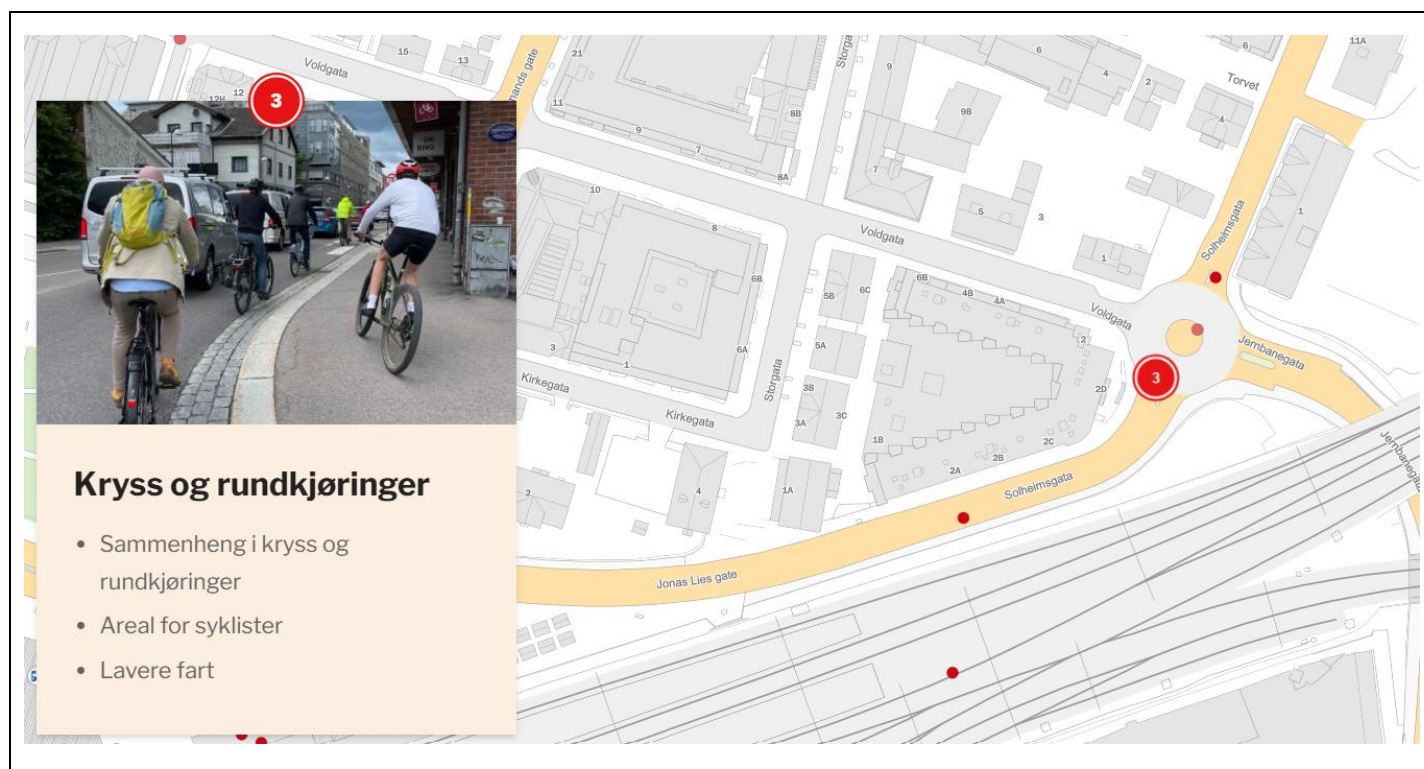
Bilde 4: Syklist «finnes ikke» i denne rundkjøringen i umiddelbar nærhet til Lillestrøm stasjon (SLF LOO)



Enhver sykkelplanlegger i hvilken som helst norsk kommune vet selvfølgelig at dette kunne løses på en annen måte. Men når heller ikke Statens vegvesen husker syklist når det gjelder rundkjøringer, så kan vi trolig vente lenge. Illustrasjon til venstre pynter en egen brosjyre³ som Vegvesen har lagt for bilister. Her forklares detaljert hvordan bilister skal forholde seg i rundkjøringer – men det er ikke ett ord om syklist! Man skulle nesten tro at det var forbudt for oss syklist å sykle inn i en rundkjøring... - du gjør dette i hvert fall «på eget ansvar» (og mange tørr ikke).

³ www.vegvesen.no/globalassets/trafikk/langs-veien/trafikkregler/rundkjoring-oppdater.pdf?v=499483

Det er derfor ingen overraskelse at rundkjøringer også nevnes som stor barriere i spørreundersøkelsen vår fra sommer 2024, jf bilde 5 nedenfor som viser en av de andre to rundkjøringer på sentrumsiden av Lillestrøm stasjon. Lokale syklistene opplever diverse problemer ved kryss og rundkjøringer og ønsker seg derfor at hastigheten reduseres og at det finnes mer «areal for syklistene».



Bilde 5: Rundkjøringer som «barrierer» i umiddelbar nærhet til Lillestrøm stasjon (jf vedlegg 5, red SLF LOO)

Om man ser litt utover kommune- eller landegrensen så finner man mange spennende eksempler på gode løsninger der syklistene føres trygt og effektivt gjennom rundkjøringer, jf illustrasjonsbilde 6-7 nedenfor:



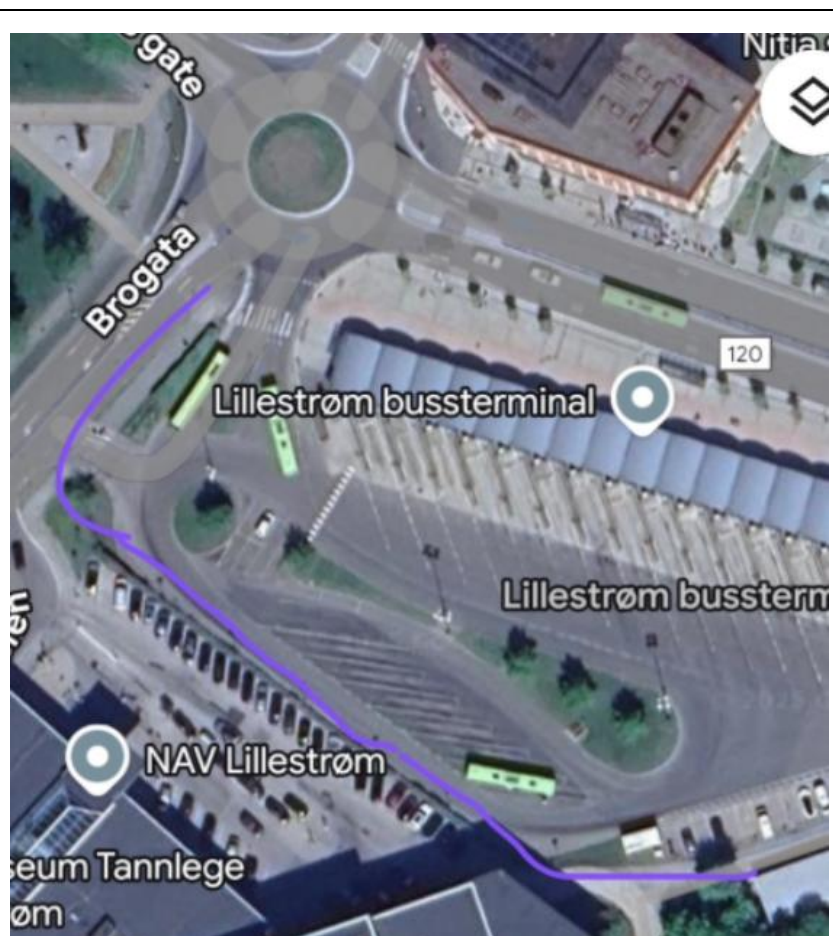
Bilde 6-7: Eksempler på rundkjøringer fra en annen verden, i Danmark (til venstre) og Nederland (til høyre) (SLF LOO)

I Lillestrøm er situasjonen dessverre en annen. Men også etter at man har kommet seg gjennom (eller bedre sagt *forbi*) rundkjøringen så er problemet med ankomsten til Lillestrøm stasjon ikke helt løst. Bilde 8 på neste side viser at utformingen av fortauet mellom bussterminalen og Jonas Lies gate i Lillestrøm sentrum gir flere spørsmål enn svar når det gjelder trafikkutfordringer rett utenfor Lillestrøm stasjon! Her mener vi at det gjenstår en del ting - og det er vi ikke alene om...



Bilde 7: Hvordan skal dette tolkes? Er det en sykkelveg her, eller mangler det noe...? (SLF LOO)

For noen uker siden ble vi nemlig kontaktet av ett engasjert medlem i lokallaget vårt som sykler daglig fra Volla til stasjonen. Han er en av mange syklistere som kommer via sykkelgata til rundkjøringen vist på bildet 4. Istedenfor å sykle på det «uregulerte fortauet» som vises på bilde 7 velger han heller å sykle via parkeringsplassen foran Helsebygget. Han synes at tilgangen til bakre inngang på sykkelhotellet kunne vært lettere forbi P-plassen ved helsebygget (enn via området vist på bilde 7 som ofte er full av gående). Hans forslag er derfor å lage en egen sykkelveg bak bilene som står parkert mot gjerdet til bussterminalen (som han har merket lilla på kartet til høyre). Vi er positive til alle forslag som bedrer framkommeligheten for syklistere i dette området.



Kart 4: Forslag til alternativ sykkelveg fram til sykkelhotell på sentrumsiden av Lillestrøm stasjon (medlem av SLF LOO)

Men uansett hvordan man kommer seg til stasjonen med sykkelen sin, så venter nye utfordringer for sykkelen nettopp der. Med dette kommer vi avslutningsvis til tema sykkelparkering.

Bane NOR har utviklet et sykkelparkeringstilbud på begge sider av Lillestrøm stasjon med ulik kvalitet og utforming. Lokale syklistene kan velge mellom enkle stativer og mer beskyttede parkeringsplasser på sykkelhotell, både på sentrum- og på messesiden av stasjonen. Men uansett løsning så er tyverier og hærverk en utfordring ved Lillestrøm stasjon. Dette viser også spørreundersøkelsen der flere svarer at de har opplevd tyveri og hærverk, også inne på sykkelhotell. Her snakker vi dessverre også av egen erfaring: vårt lokallag har nemlig «mistet» en dyr lastesykkel som vi hadde parkert inne på et sykkelhotell i Lillestrøm ...

Sykelhotell får noen positive tilbakemeldinger i spørreundersøkelsen, men det kritiseres også av mange syklistene at det ikke er trygt og heller ikke gratis å parkere sin sykkel på sykkelhotell. Med nåværende abonnementsordning er sykkelhotell særlig ikke noe alternativ for syklistene som bare sykler til stasjonen «av og til».

Vårt lokallag har engasjert seg i mange år for bedre sykkelparkering ved Lillestrøm stasjon, jf f eks våre brev fra september 2017 og juni 2018 til Bane Nor (som fortsatt kan leses på vår nettside www.slfoo.com/arkiv/brev/). Vi minner her særlig om vårt forslag at Bane NOR i samarbeid med Vy (denne gangen NSB) og Ruter (og ev Lillestrøm kommune) utarbeider en konkret løsning der miljøvennlige syklistene med årskort fra Vy/ Ruter får gratis tilgang til sykkelhotell – gjerne ved å bruke selve årskortet som elektronisk nøkkel til hotellets inngangsdør. Vi mener fortsatt at Bane NOR (og Vy/ Ruter) på denne måten kunne få flere til å sykle til stasjonen, dvs til å kombinere sykkel med tog - med andre ord: til å få noen flere syklistene (=kunder) til å kjøpe seg et årskort! Vi ser altså massevis av vinn-vinn-effekter her.

Som lokallag til Syklistforeningen jobber vi for at flere velger sykkel og bærekraftig transport. Syklistforeningen er den eneste organisasjonen som setter syklende (og gående) i fokus når det gjelder fremkommelighet og trafikksikkerhet. Med dette som utgangspunkt bidrar vi også i framtiden gjerne med innspill til utformingen av sykkelvegnett og sykkelparkering rundt Lillestrøm knutepunkt, og kan gjerne kontaktes pr mail til lillestrom@syklistene.no!

Mvh

Styret i SLF *Lillestrøm og omegn**

www.slfoo.com

www.facebook.com/slfoo

* brevet er elektronisk godkjent

VEDLEGG 1-5

[Startsiden](#) → [Samfunnsutvikling](#) → [Si din mening](#) → [Varsel om oppstart av planarbeid](#) → Har du innspill til planarbeidet for Lillestrøm knutepunkt?

Har du innspill til planarbeidet for Lillestrøm knutepunkt?

Vi vil høre fra deg! Lillestrøm kommune skal utarbeide en områdereguleringsplan for Lillestrøm knutepunkt. Målet med planen er å gjøre området mer helhetlig, tilgjengelig, bærekraftig og attraktivt – både for innbyggere, reisende og besøkende.

Bakgrunn for planarbeidet

Området rundt kollektivknutepunktet er i dag regulert til mange ulike formål, blant annet:

- Jernbane, vei og bussterminal
- Torg, park og parkering
- Boliger, kontorer og forretninger
- Offentlige og allmennyttige bygg
- Bevaring av enkelte bygninger

I kommuneplanen er området satt av til sentrumsformål, bane, torg, vei, friområde og park.

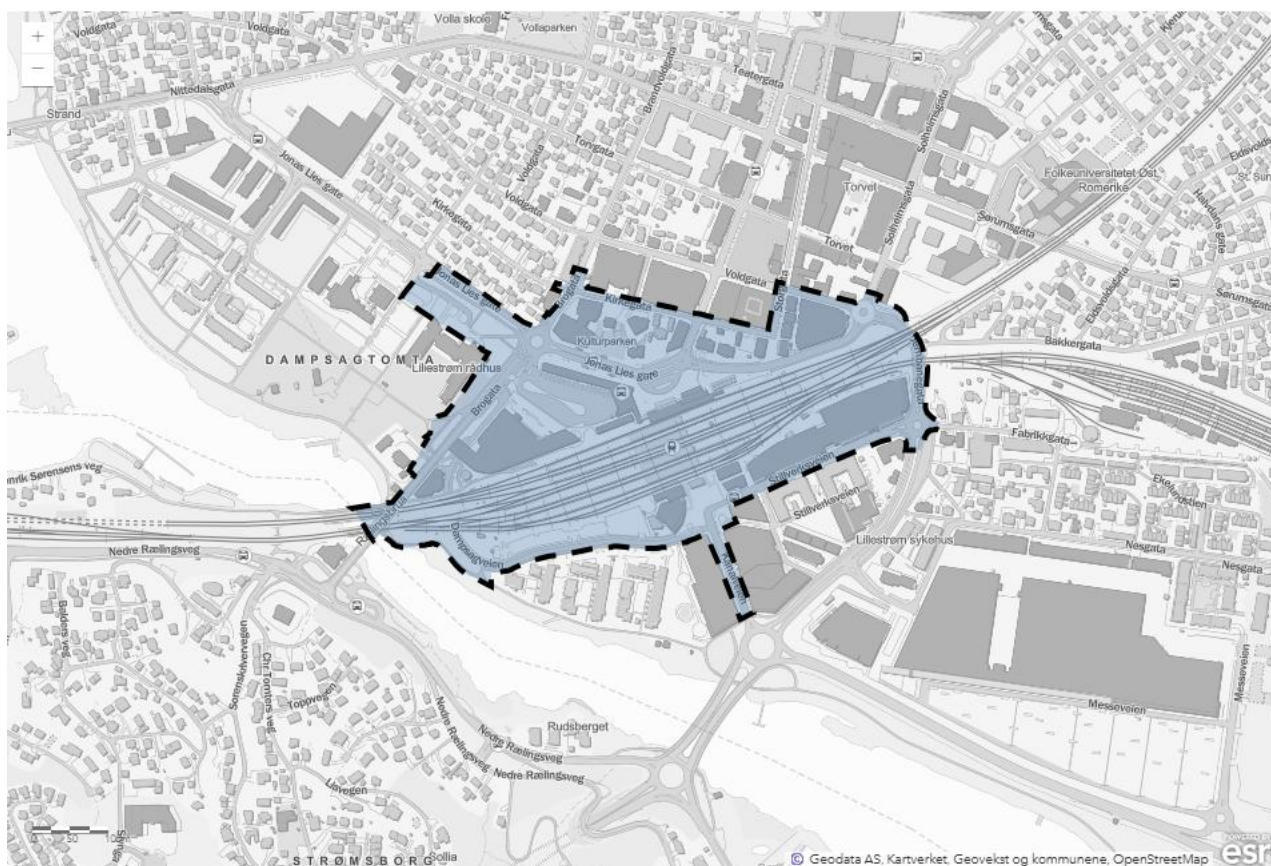
Hva ønsker vi å oppnå?

Formålet med planarbeidet er å gjøre knutepunktet mer helhetlig, tilgjengelig, bærekraftig og attraktivt for byens befolkning, besøkende og reisende.

Planarbeidet skal:

- Sikre god kapasitet og fremkommelighet for kollektivtrafikken
- Gjøre det enkelt å bytte mellom ulike transportmidler
- Skape byrom med høy kvalitet og god byform
- Plassere viktige byfunksjoner på riktige steder
- Utnytte arealene godt i nye utbyggingsområder

Her kan du se hvilket område i Lillestrøm som skal utvikles:



Planarbeidet utføres av Lillestrøm kommune. Spørsmål kan rettes til prosjektleder Hege Cecilie Ludvigsen på telefon 93 42 99 59 eller på e-post hegececilie.ludvigsen@lillestrom.kommune.no.

Har du innspill til planarbeidet?

Vi ønsker innspill fra alle som har synspunkter eller idéer, enten det er privatpersoner, lag og foreninger eller andre.

Innspill sendes til Lillestrøm kommune på e-post postmottak@lillestrom.kommune.no eller til postboks 313, 2001 Lillestrøm. Merk innspillet med saksnummer PLAN-24/01801.

Frist for å sende innspill er satt til 6. juli 2025.

Hva er en områderegulering?

En områderegulering er en plan som lages av kommunen og er ment å styre arealutviklingen i et større område. En slik plan legger føringer for videre planlegging, utvikling og bygging. Planen gir en oversikt over hva et område kan brukes til og bestemmer forholdet mellom bruk og vern, utforming av arealer og fysiske omgivelser.

Planarbeidet er i hjemlet i plan- og bygningsloven, og varsling av oppstart av planarbeidet gjøres etter § 12-8. Planen utløser krav om konsekvensutredning med planprogram etter plan- og bygningslovens §4-1 og tilhørende forskrift om konsekvensutredning §6. Planprogram for konsekvensutredning vil bli sendt ut på offentlig ettersyn så snart dette er klart.

<https://www.lillestrom.kommune.no/samfunnsutvikling/si-din-mening/varsel-om-oppstart-av-planarbeid/2025/har-du-innspill-til-planarbeidet-for-lillestrom-knutepunkt/>

Velkommen til temakveld 2025!

SLF *Lillestrøm og omegn* inviterer til temakveld 25. mars 2025 der vi presenterer funn fra *Lillestrøm sykkeluka 2024* og samarbeidsprosjektet med Bane NOR *Puls til Perrongen*!

Lillestrøm og omegn | Lokallagsnytt | 15. februar 2025 | Carsten Wiecek



Bli med i diskusjonen om lokale sykkelforhold og sykkelparkering ved Lillestrøm stasjon!

Tradisjonen tro arrangerer vi også i år egen temakveld i tilknytning til vårt årsmøte. Vi mener at kombinasjon av sykkel og tog (kollektivtrafikk) er et spennende tema som er veldig aktuelt i valgåret 2025, og vi er så heldig at vi får kompetente sykkelvenner fra sekretariatet i Syklistforeningen på besøk på årets temakveld. Bli med du også!

Velkommen til årets temakveld med fokus på sykkelparkeringsmuligheter ved Lillestrøm stasjon og lokale sykkelforhold på vei til stasjonen!

Tid: tirsdag, 25.03.25, kl 18.00

Sted: [Måsan aktivitetssenter](#), Kjerulfsgate 38, Lillestrøm (møterom Åttekanten)

Lillestrøm stasjon er Norges tredje største knutepunkt, men hvordan kan vi få flere til å sykle til toget?

Gjennom prosjektet *Puls til Perrongen* har Syklistforeningen og Bane NOR kartlagt hva som skal til for å gjøre sykling til stasjonen enklere og mer attraktivt. Under Sykkeluka i Lillestrøm i perioden 11.–13.06.24 spurte vi pendlere om hvilke utfordringer og barrierer som hindrer dem i å sykle til toget, og hva de ønsker seg av forbedringer.

På vårt årsmøte vil Syklistforeningens faglige rådgiver, Jakob Bernhard, presentere funnene og dele pendlernes tilbakemeldinger. Om du selv har konkrete spørsmål eller kommentarer om lokale sykkelforhold rundt og sykkelparkeringsmuligheter ved Lillestrøm stasjon, send disse gjerne allerede nå pr mail til lillestrom@syklistene.no! **Med litt flaks vinner du da gratis parkeringsplass for resten av året på valgfritt sykkelhotell ved Lillestrøm stasjon!**

Vi skal servere vafler og varm drikke og ber derfor alle som ønsker å bli med på temakvelden om en kort tilbakemelding, gjerne per mail til lillestrom@syklistene.no eller på vår Facebookside www.facebook.com/slfloo!

PS: Husk også at det blir årsmøtet rett etter temakvelden, og bli gjerne med der også! Mer info om årsmøtet finnes på vår nettside www.slfloo.com/about/arsmote.

Notater fra møte med Lillestrøm

Dato: 07.04.2025

Tidspunkt: 10:30-12:00

Sted: Lillestrøm Rådhus

Tilstede

Fra Lillestrøm kommune

- Morten Nårstad - Leder for samordning av klimatilpasning. (Har ansvaret for sykkelsatsingen.)
- Kirpal Sinhg - Samordnet klimatilpasning og trafikkplanlegging
- Øyvind Lesjø - Avdelingsleder Fagleder samferdsel, strategi og næring. Jobber overordnet med samordnet areal og transportplanlegging.
- Håvard Mageli – Avdeling strategi og næring Samferdselsplanlegging og er kommunens representant i byvekstavtalen
- *Forfall:* Therese Lindal

Fra Bane NOR

- Trine Marie Molander Fjellstad - Prosjektleder mobilitet
- Sjur Helseth – Direktør fag og utvikling

Fra Syklistforeningen

- Eline Oftedal - Generalsekretær
- Jakob Bernhard – Faglig rådgiver

Bakgrunn for møtet

Syklistforeningen og Bane NOR har hatt et samarbeid for å kartlegge barrierene for at flere skal kunne sykle til toget ved Lillestrøm stasjon. Målet med møtet var å presentere funnene fra dette arbeidet for Lillestrøm kommune og diskutere videre samarbeid og tiltak.

Orienteringer

Bane NOR

Sjur innledet med å fortelle om Bane NORs arbeid med parkering og mobilitet

- Bane NOR har god oversikt over pendling og bilparkering, men ønsker å lære mer om sykkel.
- Ønsker å tilrettelegge for at flere skal sykle til toget
- Viser til at de fleste på Østlandet bor innen 3 km fra stasjonen – noe de regner som akseptabel sykkelavstand.

Syklistforeningen

Jakob presenterte samarbeidsprosjektet *Puls til perrongen* og resultatene.

Diskusjon

Samarbeid og tiltak

- Lillestrøms byutviklingsplan
 - o Kommunen skal hindre gjennomkjøring i sentrum
 - o Trafikkvolumet øker som følge av befolkningsvekst, noe som er i strid med nullvekstmålet og svekker fremkommelighet for buss.
 - o Kommunen ønsker å finne en attraktiv måte å kommunisere dette til lokalbefolkningen og politikerne
- Syklistforeningens verktøykasse ble diskutert
- Glombrua ble nevnt som en mulig kilde til økt biltrafikk
- Forslag om samarbeid mellom Bane NOR, Syklistforeningen og kommunen innen
 - o Knutepunktprosjektet
 - o Områderegulering Lillestrøm vest og nord
 - o VPOR

Videre oppfølging

- o Partene ble enige om å holde kontakten, slik at Syklistforeningen og Bane NOR kan bidra inn i aktuelle prosjekter som kommer opp, som knutepunkt i sentrum, områderegulering og VPOR.
- o Kommunen uttrykte ønske om en tilsvarende presentasjon for planavdelingen, som spiller en nøkkelrolle i tilrettelegging for sykling

Bane NOR og Syklistforeningen kartlegger sykkelforholdene rundt stasjoner

Bane NOR og Syklistforeningen har kartlagt sykkelforholdene rundt Lillestrøm og Larvik stasjon



Bane NOR og Syklistforeningen har gjennomført et pilotprosjekt for å kartlegge hvordan folk reiser til togstasjoner og hvordan det kan bli mer attraktivt å bruke sykkel som transportmiddel til og fra toget. Prosjektet har nå blitt fullført, og innsikten fra arbeidet gir verdifulle innspill for fremtidig tilrettelegging for sykkel.

Bane NOR jobber for at flere kan ta tog og kombinere dette med bærekraftige reisemiddelvalg. Gjennom pilotprosjektet har det blitt tydeligere hva som fungerer godt i dag, og hvor det er behov for forbedringer.

– Vi ønsker å gjøre kombinasjonen sykkel og tog til et enda mer populært valg for pendlere. De som allerede sykler skal bli enda mer fornøyde, mens de som lar sykkel stå, skal bli inspirert til å velge sykkel som fremkomstmiddel til og fra toget, sier Trine-Marie Fjeldstad, prosjektleder for mobilitet i Bane NOR.

Viktige funn og resultater

Prosjektet har gitt innsikt i hvordan dagens syklist opplever sykkelinfrastrukturen rundt togstasjonene, og hvor det er barrierer som hindrer flere i å velge sykkel. Denne innsikten har blitt delt med lokalpolitikere og planleggere for å sikre bedre tilrettelegging for sykling i fremtiden.

– De som bruker toget har gitt oss verdifulle tilbakemeldinger. Gjennom prosjektet har vi fått en bedre forståelse av hva som skal til for å gjøre sykling mer attraktivt, sier Jakob Bernhard, prosjektleder i Syklistforeningen.

Les rapportene her

[Les om funn fra Larvik stasjon](#)

[Les om funn fra Lillestrøm stasjon](#)

Spørreundersøkelse og Sykkeluka

I løpet av prosjektet ble det gjennomført en spørreundersøkelse og arrangert Sykkeluka i Larvik og Lillestrøm. Undersøkelsen fikk god respons og avdekket konkrete tiltak som kan forbedre forholdene for syklister. Sykkeluka, som inkluderte gratis sykkelservice, testing av elsykler, lykkehjul med premier og enkel servering, engasjerte både syklister og ikke-syklister.

Arrangementene ble holdt i Larvik 22.–25. mai og i Lillestrøm 11.–13. juni. Begge steder deltok mange pendlere og innbyggere, noe som har gitt et bredt grunnlag for anbefalinger til bedre sykkelfasiliteter.

Veien videre

Resultatene fra prosjektet har blitt formidlet til politikere, planleggere og andre aktører som kan bidra til bedre sykkelinfrastruktur rundt togstasjoner. Som en del av oppfølgingen går Bane NOR, Syklistforeningen, ordførere og lokale administrasjoner nå i gang med å sette seg ned sammen for å finne gode løsninger. Dette samarbeidet vil være avgjørende for å sikre konkrete forbedringer som møter behovene til dagens og fremtidens syklister.

Prosjektet viser at det er et stort potensial for økt sykling til togstasjonene, og at mange er opptatt av å kombinere bærekraftige reisemiddelvalg med togpendling. Med dette pilotprosjektet som utgangspunkt, håper Bane NOR og Syklistforeningen at flere stasjoner i fremtiden kan tilrettelegges bedre for syklister, og at flere får øynene opp for hvor praktisk og miljøvennlig kombinasjonen sykkel og tog kan være.

www.syklistforeningen.no/aktiviteter/bane-nor-syklistforeningen-kartlegger-pendlersykling/



Arrangement for bedre aktive reiser

Syklistforeningen og Bane NOR arrangerte *Sykkeluka* ved Lillestrøm for å få bedre innsikt i syklistenes ønsker og forventninger ved togstasjonen slik at vi kan øke antallet som sykler til toget. Vi har samlet inn verdifulle tilbakemeldinger og har konkrete innspill på hva som kan forbedres, slik at flere opplever sykkel som attraktivt på vei til toget.

En sentral del av prosjektet var å arrangere *Sykkeluka* som ble avholdt 11-13 juni. Vi rigget opp med musikk, sykkelverksted, lykkehjul og giveaways. Alle reisende som kom forbi oss fikk tilbud om å delta i spørreundersøkelsen vår. I undersøkelsen svarte de på reisevaner til togstasjonen, hvordan de opplevde tilbudet for syklistene og hva de opplevde som barrierer for å sykle. I et digitalt kart fikk de muligheten til å peke ut et punkt for å markere et sted der de ønsket en forbedring. Respondentene kunne legge ved en kommentar til punktet.

Lillestrøm er Norges tredje største togstasjon. Ved å legge til rette for sykkel som transportmiddel til toget, kan vi redusere unødvendig biltrafikk, frigjøre verdifullt areal rundt stasjonen og skape en mer effektiv og fremtidsrettet reisekjede.

Radler og spørreundersøkelse

Alle som reiste med toget i *Sykkeluka* fikk tilbud om å delta i en undersøkelse. Syklistforeningen og Bane NOR delte ut radlere med en QR-kode på. QR-koden åpnet undersøkelsen om reisevaner og hvilke tiltak som kunne gjøre det mer attraktivt å sykle til toget.

Den samme QR-koden ble også delt ut på biler ved parkeringsplassen, og på parkerte sykler rundt stasjonsområdet. I Lillestrøm var det 270 personer som fullførte undersøkelsen.

...

Svar fra de som sykler til toget

De som sykler til toget svarer at å spare tid er den viktigste motivasjonsfaktoren for å velge sykkel til toget i Lillestrøm. Over 20 prosent av svarene peker på tid som hovedmotivasjon for å sykle. Enkelhet er også en viktig faktor, noe som kan skyldes flatt terreng, korte avstander eller god sykkeltilrettelegging. Andre viktige motivasjonsfaktorer for syklistene i Lillestrøm er at de får mosjon i hverdagen eller at det har positiv effekt på miljø.

Syklistene er mest enige i at trygge sykkelparkering og bedre sykkelvei vil gjøre det mer attraktivt å sykle oftere.

De som ikke sykler til toget

Blant de som aldri sykler til toget svarer hele 40 prosent at de er interessert i å begynne å sykle dersom det blir lagt til rette for det.

Den største barrieren for å sykle er frykten for sykkeltyveri eller hærverk. Andre barrierer som blir trukket frem er at det er mye trafikk rundt stasjonen, eller at de allerede har månedskort til bussen.

Hva må vi gjøre for at flere vil sykle?

Hvordan skal vi prioritere rundt stasjonen for at sykling oppleves som det beste alternativet på vei til stasjonen? Syklistforeningen og Bane NOR inviterte politikere og planleggere fra Lillestrøm med på en sykkelturn rundt stasjonen. Til stede var fylkesordfører i Akershus, sykkelplanlegger fra Lillestrøm og stasjonsdirektør i Bane NOR sammen med generalsekretær i Syklistforeningen. Etter sykkelturen stilte vi noen korte spørsmål. Under kan du høre hva de mener er viktig for at flere sykler.

Fylkeskommunen om sykkelveiene

...

Etter en sykkelturn svarer fylkesordfører at Lillestrøm har mye god sykkelinfrastruktur, men at det kan bli bedre noen kryss og rundkjøringer.

Syklistene som svarte på undersøkelsen vår er stort sett enige. I undersøkelsen kommer det frem at de som sykler hovedsakelig er fornøyd med sykkelveiene som finnes rundt stasjonene. Samtidig er det flere som peker på konkrete utfordringer med sammenheng i sykkelveiene på vei til stasjonen.

"Jeg sykler via Brandvoldgata til sykkelhotellet, og det er vanskelig å unngå konflikt med fotgjengere og biler f.o.m. rundkjøringen her. Pleier å sykle Brogata til Helsebygget, men vrient å komme til gang-/sykkelveien dit fra rundkjøringen, og konflikter med biler som rygger og svinger på P-plassen foran Helsebygget. Ville vært fint med enklere sykkelvei til sykkelhotellet"

Tilbakemelding fra pendler som sykler til toget

Tilbakemeldingen viser frustrasjon over sammenheng og fremkommelighet for sykkel. Dersom det skal være attraktivt å sykle er det nødvendig å lage sykkelveier og sykkelfelt som gjør at syklistene ikke må bytte mellom fortau og sykkelvei. Ulik hastighet og uoversiktlige situasjoner mellom biler, fotgjengere og syklistene gjør at man opplever å komme i veien for hverandre og det skaper konflikter sykle eller gå til toget.

...

Kart med sykkelveier i Lillestrøm

...Vi kan se at det er blitt bygd sykkelinfrastruktur på mange av fylkesveiene, men dersom du zoomer inn ser du at det ofte er avbrudd i sykkelveiene i rundkjøringer og kryss.

Sykeluka i Lillestrøm

Kartlegging av tilbakemeldinger

Sammenhengende sykkelveier er viktig for syklistene. ... respondenter fra undersøkelsen har markert punkter der de ønsket en forbedring. 18 prosent av punktene handler om sammenhengende sykkelveier. Det er mange punkter nærme stasjonene, men det er også noen som ønsker seg sammenhengende sykkelveier, bedre vinterdrift og trygge kryss lenger unna stasjonen.

I tillegg til sammenhengende sykkelveier har det blitt registrert mange punkter på bedre vinterdrift, mindre biltrafikk og sykkelparkering.

Bane NOR om sykkelparkering

"Folk må vite at sykkelstasjonen står der når de kommer tilbake med toget"

Stasjonssjef Bane NOR, Knut Johansen

Sykkelparkering

En sikker og praktisk sykkelparkering er avgjørende for at syklistene opplever at sykkelstasjonen står trygt mens man er borte. Er man redd for at sykkelstasjonen blir stjålet, er terskelen høy for å bruke sin private sykkel til stasjonen. Sykkelstativer eller sykkelhotell med overvåkning kan være et positivt tiltak mot tyveri. Likevel kommer det frem fra undersøkelsen at det er flere som har opplevd tyveri og hærverk inne på sykkelhotellet og utendørs.

...

Sykkelparkering på stasjonen

Det er to sykkelhotell på Lillestrøm: Lillestrøm Bysiden og Lillestrøm Messesiden. Begge er tilgjengelige hele døgnet og har henholdsvis 412 plasser og 355 plasser. Sykkelhotellet på Bysiden har lademulighet til elsykkel. Sykkelhotelletene koster 50 kroner i måneden og kan kun åpnes av de som har kjøpt tilgang, dette er for å forebygge tyveri.

Bane NOR har utviklet sykkelparkeringstilbud med ulik kvalitet og utforming for å dekke behovene til forskjellige syklistene. Det finnes både enkle stativer for korttidsparkering og mer beskyttede løsninger som sykkelhotell for langtidsoppbevaring. Målet er å legge til rette for at flere kan kombinere sykkel og tog på en trygg og praktisk måte.

Samtidig er tyverier og hærverk en utfordring ved mange sykkelparkeringer, noe som påvirker hvor villige folk er til å la sykkelene sine stå der over tid. For å møte denne problemstillingen tester Bane NOR ut et prøveprosjekt med vektere som overvåker sykkelhotellet døgnet rundt. Hvor effektivt dette tiltaket er, gjenstår å se, men det viser en anerkjennelse av sikkerhetsutfordringene og et forsøk på å finne løsninger.

Ønsker for sykkelparkering

Syklistene ønsker først og fremst at sykkelparkeringen er trygg og at det er god plass. Det kommer frem fra undersøkelsen at det er flere som har opplevd tyveri og hærverk, også inne i sykkelhotellet.

Sykkelhotellet får både positiv tilbakemelding. Noen av kommentarene viser fornøyde brukere som alltid parkerer i sykkelhotellet, mens andre peker på at sykkelhotellet bør bli gratis, at det blir bedre plass til elsykler og det burde være tryggere. Flere helårssyklistene etterspør oppvarming inne på sykkelhotellet.

Tilbakemeldinger på utendørs parkering

Det er flere som peker på at det er helt fullt, og at ubrukte sykler opptar plass. Syklistene som parkerer her, ønsker at det blir flere plasser under tak og at ubrukte sykler ryddes vekk. Utendørs er stativene av typen *Publicus* som har god kapasitet, men som ikke egner seg til sykler med kurv eller lastesykler. Syklistene peker også på at det ikke er noen sykkelvei helt inn til sykkelhotellet på stasjonsområdet.

...

Lillestrøm kommune om trygghet og trafikk

...

Trygghet er en viktig forutsetning for at sykling skal være et attraktivt valg. Høy fart og mye biltrafikk skaper ofte en opplevelse av utrygghet for syklistene. Rundt stasjonen har de fleste veiene en fartsgrense på over 30 km/t, og det er mange som kommer til toget med bil. Syklistene har kommentert at biler som slipper av passasjerer eller parkerer utenfor de tiltenkte plassene kan gjøre det uoversiktlig og skummelt å sykle til stasjonen.

...

Svarene fra undersøkelsen viser at trafikk oppleves som en barriere for de som ikke sykler. Over 40 % av de som ikke sykler er enige i at trafikken rundt stasjonen er en barriere for å sykle.

...

Fart og trafikk rundt stasjonen

...Syklistene opplever at det er mye trafikk rundt stasjonene og at det er en barriere for å sykle til toget.

Bilparkering rundt stasjonen

Parkeringen ligger i umiddelbar nærhet til stasjonen, men biltrafikken til og fra området kan skape utfordringer for syklistene og gående. Biler som slipper av passasjerer eller parkerer utenfor de tiltenkte plassene kan

gjøre det uoversiktlig og påvirke trafikksikkerheten. Å legge til rette for tryggere og mer forutsigbare løsninger for både bilister, syklister og fotgjengere er derfor en viktig del av videre utvikling av transportsystemet ved stasjonen.

Det finnes pendlerparkering og parkering i P-hus

- Pendlerparkeringen har 142 p-plasser til kr. 250 pr. måned og er et tilbud for reisende med gyldig periodebillet.
- Pendlerparkering i parkeringshuset Lillestrøm senter syd koster kr. 400 pr. måned

Utforsk området rundt Lillestrøm stasjon! Hvor ønsker man seg forbedringer?

...

1 Bysiden

- Mindre biltrafikk
- Lavere hastighet
- Flere sykkelparkeringer

2 Messesiden

- Flere plasser til sykkel utendørs.
- Mindre biltrafikk og slutt på biler som står i sykkelfelt.

3 Kryss og rundkjøringer

- Sammenheng i kryss og rundkjøringer
- Areal for syklister
- Lavere fart

4 Nesgata sammenhengende sykkelvei

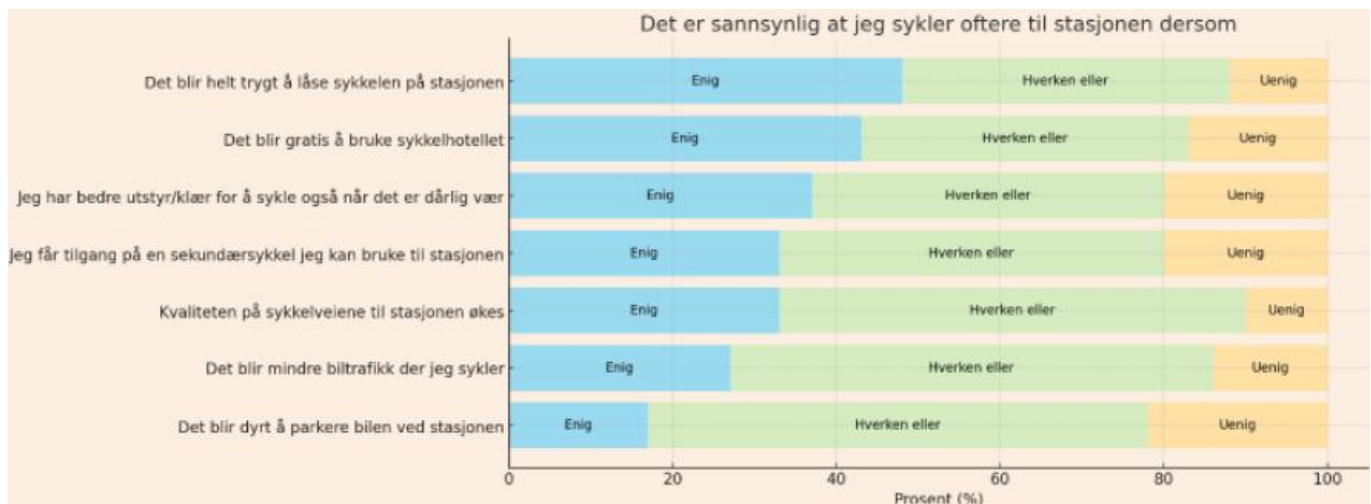
Trygghet, vinterdrift og sammenheng

5 Vinterdrift

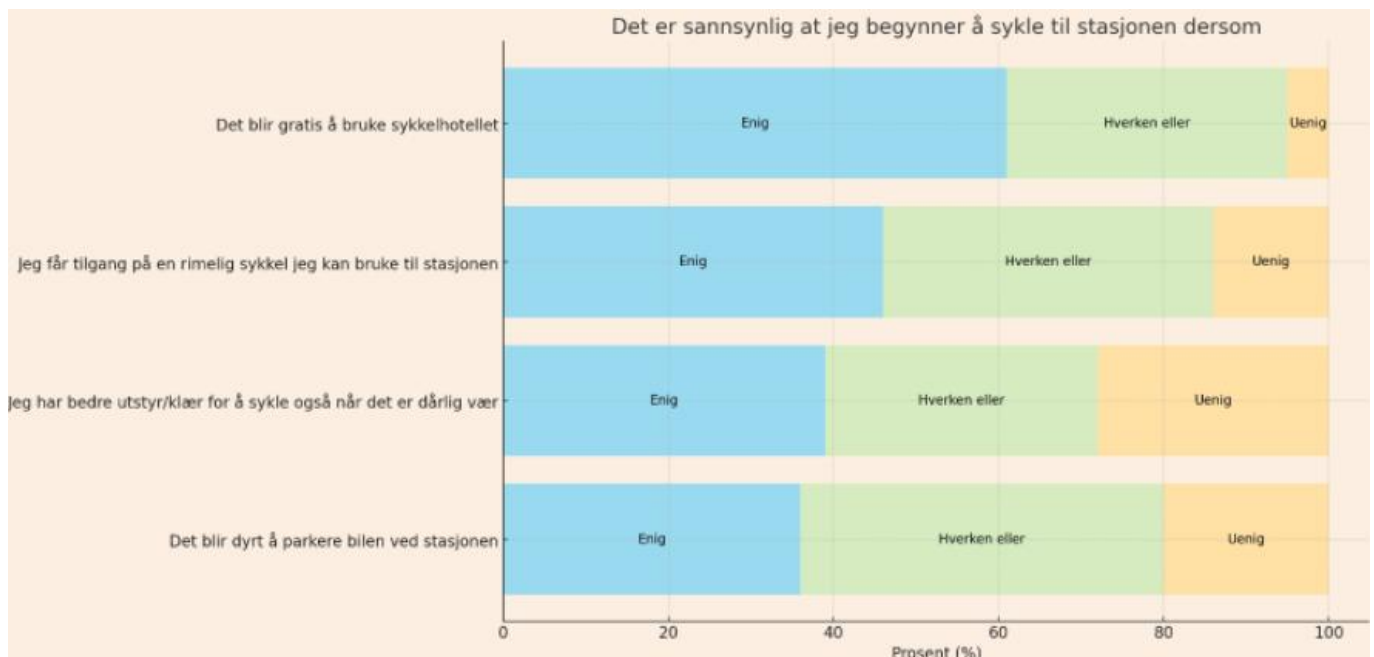
De som har sykkel som fremkomstmiddel må vite at de kommer frem når de skal til toget, også når det er vinter.

Hva kan få flere til å sykle oftere til stasjonen?

Dette svarer de som sykler



Hva få flere til å begynne å sykle til stasjonen? Dette svarer de som ikke sykler

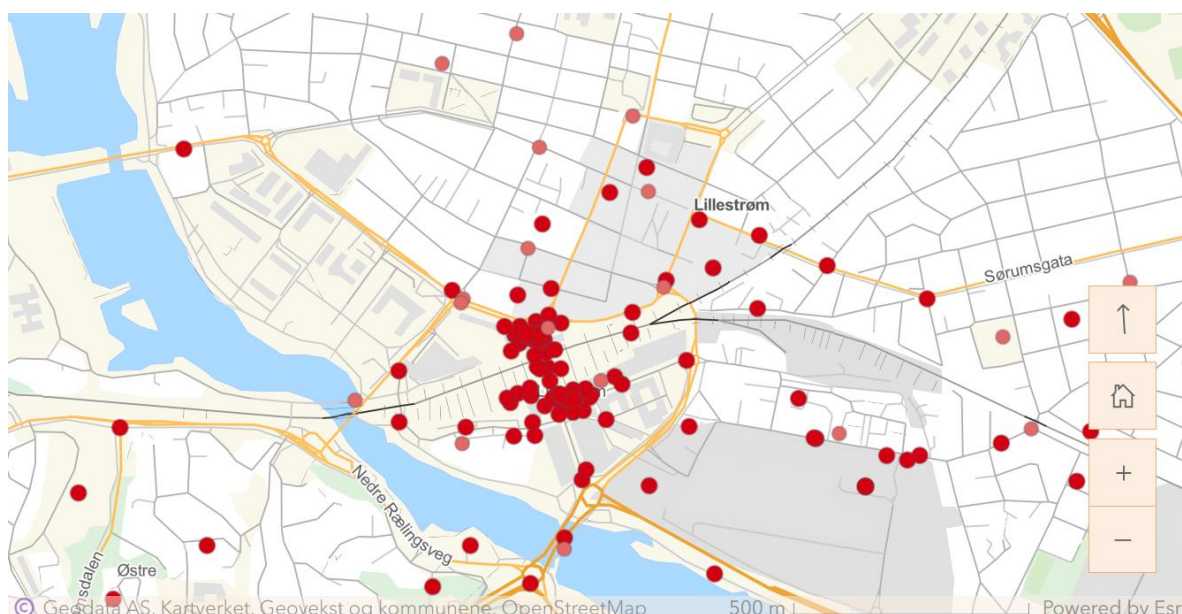


Syklistforeningen

Både de som sykler og de som ikke sykler er opptatt av trygg sykkelparkering. At du kan parkere trygt er viktig for at det skal være attraktivt å sykle til toget. De som aldri sykler mener at gratis sykkelhotell og trygg sykkelparkering vil være mest effektivt for at de skal begynne å sykle. Videre oppleves sykkelveier, trafikk og sykkelparkeringer som utrygt og er en barriere for å sykle.

Vi ser at det er mange som ønsker å kombinere sykkel og tog i Lillestrøm. Det er flatt, det finnes sykkelveier og har Lillestrøm en viss tetthet, derfor er det allerede mange som sykler. For at enda flere skal oppleve sykkel som attraktivt må det være trygt å sykle. Tiltak for å sikre dette kan være lavere fart på biltrafikken i Lillestrøm, tryggere kryss og sikrere sykkelparkering.

Utforsk kartet med punkter fra Sykkeluka og punktene fra Sykkel undersøkelsen 2024



Punktene fra undersøkelsen i sykkeluka og Sykkelundersøkelsen 2024

www.syklistforeningen.no/aktiviteter/bane-nor-syklistforeningen-kartlegger-pendlersykling/sykkeluka-lillestrom/