

1 Frederikshavn. Hed indtil 1805, hvor Frederik VI byggede en statshavn, Fladstrand. Først i 1818 fik byen købstadsrettigheder. Færgetrafiknudepunkt med forbindelser til Læsø, Norge og Sverige. Driftig handels- og industriby. Bunkermuseet, "Batteri Nord" nord for Frederikshavn, er indrettet i bunker fra 2. Verdenskrig med originalt inventar og plancheudstilling.

2 Jernalderkældrene. Syv stenbyggede kælderanlæg fra slutningen af keltsk jernalder, som blev brugt til opbevaring. Kældrene vidner om, at der her, som flere andre steder omkring Frederikshavn, har ligget en jernalderlandsby.

3 Bangsbo Museum. Indrettet i herregård fra 1500-tallet med specialmuseum omkring besættelsestid og søfart. Ved museet findes dyrepark og gangstier.

4 Cloostårnet. 60 m højt udsigtstårn, der rejser sig 160 meter over havet. Fra toppen udsigt over Frederikshavn og store dele af Vendsyssel. Åbent mod entré fra maj-august.

5 Åsted Ådal. Fredet ådal med mange sjældne planter. Afmærkede vandrestier gennem å- og bakkelandskab, langs den uforstyrrede og uregulerede Åsted Ådal og skov, eng, mose og hede.

6 Nygårdsmølle. Restaureret vandmølle med fisketrappe. Der er indrettet selskabslokaler i bygningen.

7 Tolne Skov. Fredet område med afmærkede stier. Ved Tolne Bakker findes stadig arealer med lyngklædte bakker, som vidner om, hvordan området så ud før tilplantning. For at bevare lyngen afgræsses området med får. Tolne Bålhøje er med sine 84 m over havets overflade områdets højeste punkt. Herfra blev der i gamle dage tændt bål, når befolkningen i ufredstider skulle kaldes sammen. Omkring skovpavillonen findes et stort rekreativt område med søer og skovlegeplads. Her afholdes også de årlige grundlovsfester.

8 Mørkhulebakke. Hulvejssystemer og gravhøj. Herfra sti til stensætning af granit, hvis op sætning og oprindelse er ukendt, måske rester af en langdyse.

9 Korsholt Søpark. 25 ha stort område med naturstier og søer med mange forskellige fiskearter. Fiskekort kan købes.

10 Sindal. Byen ligger centralt placeret mellem Vesterhavet og Kattegat. Siden jernbanens etablering i 1871 har byen udviklet sig med et varieret butiksstrøg. Sidst i 1980'erne blev projektet "Byen med de 100 springvand" påbegyndt, og som vartegn for byen står i dag 17 vandskulpturer. Der er timedrift på Intercity-tog til Frederikshavn og København.

11 Martinus Hus. Museet er indrettet i Filsoffen Martinus' barndomshjem. Martinus er kendt i hele verden for sine bøger. I hans barndomshjem vises der film om ham, og man kan købe hans bøger.

12 Bøgsted. Hovedgård fra ca. 1500. Hertil blev de første jersey-køer til Danmark indført.

13 Hjørring. Helt tilbage i oldtiden har der været bebyggelse på den bakke, hvor byen ligger. I 1243 fik Hjørring købstadsrettigheder og har altid været handelscentrum for Vendsyssel. Byen har udviklet sig med grønne parker tæt på centrum, hvor handel, kunst og museer trækker mange besøgende til.

