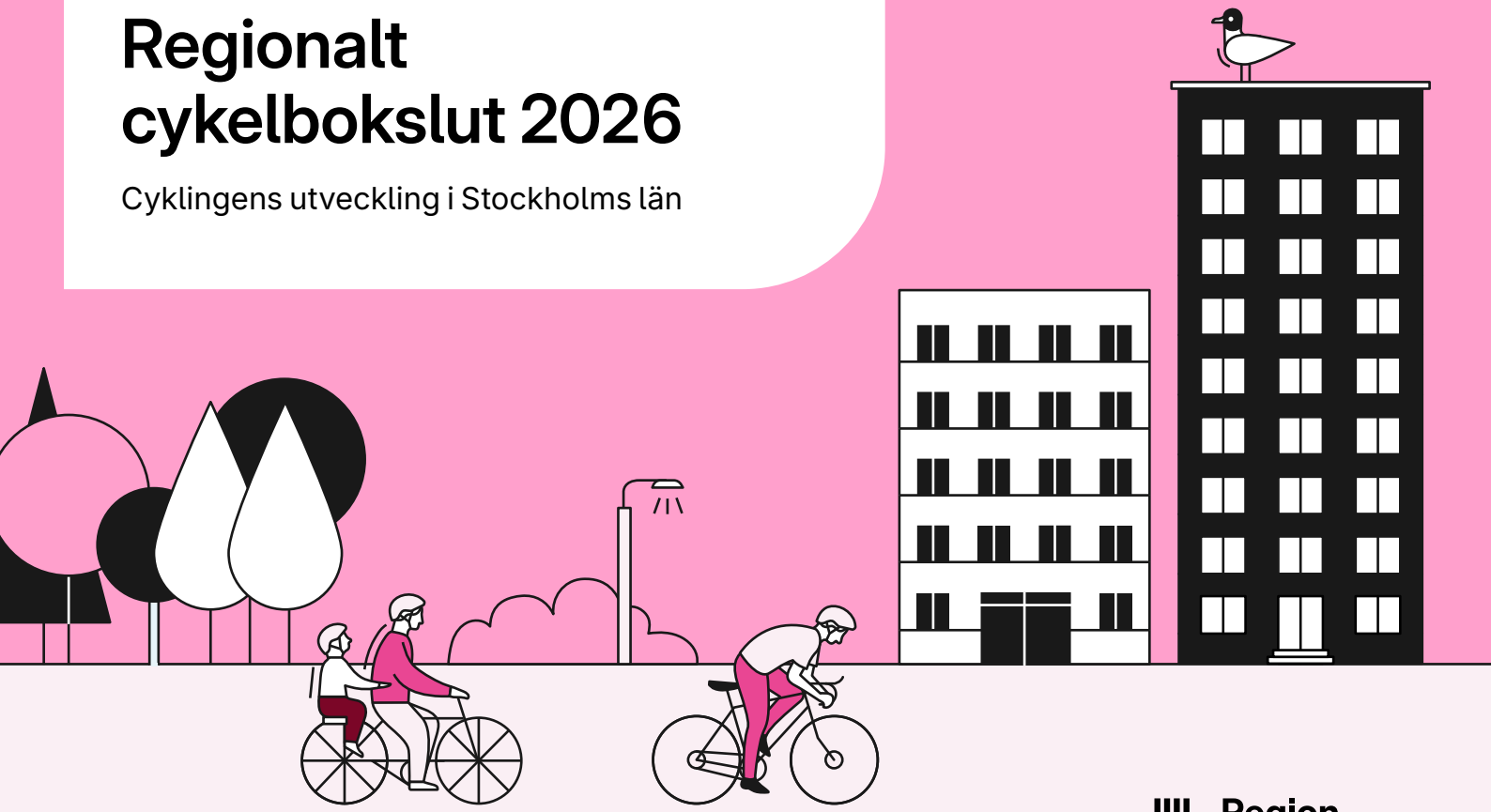
Regionalt cykelbokslut 2026

Cyklingens utveckling i Stockholms län



Region Stockholm

Sammanfattning

Det regionala cykelbokslutet är en uppföljning av den regionala cykelplanens mål och cykelutvecklingen i Stockholms län. Den regionala cykelplanen är en gemensam plan för länets cykelutveckling och en grund för samarbetet över kommungränser och väghållargränser.

Den regionala cykelplanens övergripande mål är att cykelresandet i länet ska öka. I den nya regionala utvecklingsplanen för Stockholms län (RUFS) är målet att andelen resor med hållbara transportmedel (gång, cykel och kollektivtrafik) inom länet har ökat till minst 75 procent till år 2035. Av det totala antalet resor som görs under ett år är det ungefär 8 procent som görs med cykel. I det här cykelbokslutet har cykelandelsmåttet brutits ner för att bättre förstå hur cyklandet i länet ser ut under olika säsonger, i olika samhällsgrupper och i olika delar av länet.

Stora variationer i cykelresandet

Hur stor andel av resorna som görs med cykel skiljer sig mycket över året. Cykelresandet har en tydlig högsäsong under sen vår, sommar och tidig höst, men även under vintermånaderna görs många resor med cykel. Stora insatser har gjorts för att förbättra cykelförhållanden vintertid men det finns fortfarande potential att förlänga cykelsäsongen och få fler att upptäcka vintercykling.

Cykelresandet skiljer sig också mycket mellan olika grupper i samhället. Det finns en tydlig skillnad mellan olika åldersgrupper, där cykelandelen är betydligt lägre både bland yngre (15–25 år) och bland äldre (65–85 år). För den äldre gruppen är det troligt att hälsofaktorer kopplat till åldrande påverkar cyklingen. För den yngre gruppen är svårt att säga om skillnaden beror på sociala och kulturella skillnader mellan generationer eller om andra faktorer påverkar cyklingen. Cykelandelen bland unga är lägre i Stockholms län jämfört med det nationella snittet.

Det är också skillnad mellan olika inkomstgrupper, där cykelandelen är högre i grupper med högre inkomst. Det finns ett samband mellan ålder och inkomst som påverkar cykelandelen.

Andra faktorer som kan påverka är till exempel avstånd till arbete och andra målpunkter, arbetstider, tillgång till cykel och cykelfärdighet.

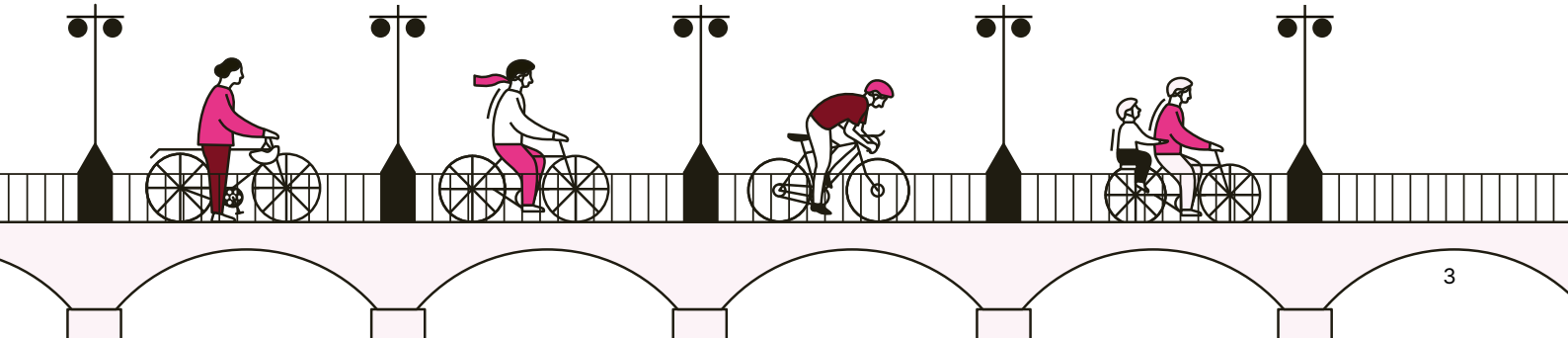
Det är också stora skillnader mellan kommunerna där cykelandelen är högst i de centrala delarna av länet. Kommunerna i länet har olika geografiska förutsättningar och bebyggelsestruktur som påverkar möjligheterna att cykla. Eftersom det även är stora skillnader mellan olika grupper i samhället kan även kommunens demografi påverka hur mycket kommuninvånarna cyklar.

Utbyggnad av regionalt cykelnät

Den regionala cykelplanen pekar ut 800 kilometer regionala cykelstråk som ska binda ihop länet. Idag har 85 procent av det utpekade nätet någon form av cykelinfrastruktur och 29 procent är utbyggt med hög standard. Under det senaste året har 7 kilometer av nätet byggts ut.



800 km
cykelstråk ska binda ihop länet

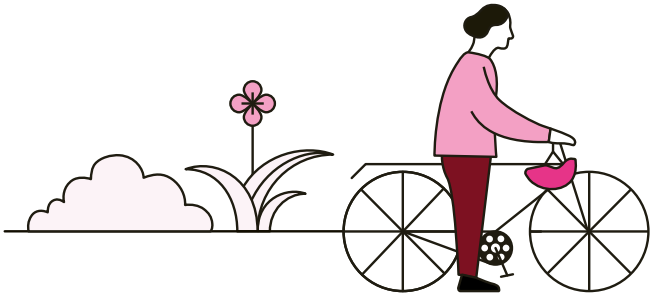


8 procent av resorna görs med cykel

Av det totala antalet resor som görs i länet under ett år, görs ungefär 8 procent med cykel som huvudsakligt färdmedel.

Det flesta använder sig av flera olika färdmedel i vardagen. Det är därför långt fler än 8 procent av länets invånare som cyklar regelbundet.

Sedan den första regionala cykelplanen togs fram 2014 har resorna med cykel ökat. Andelen cykelresor har legat runt 8 procent de senaste åren men varierar mycket över året, i olika delar av länet och i olika samhällsgrupper. Små förändringar från år till år ska tolkas med försiktighet.



Färdmedelsfördelning av resorna i Stockholms län

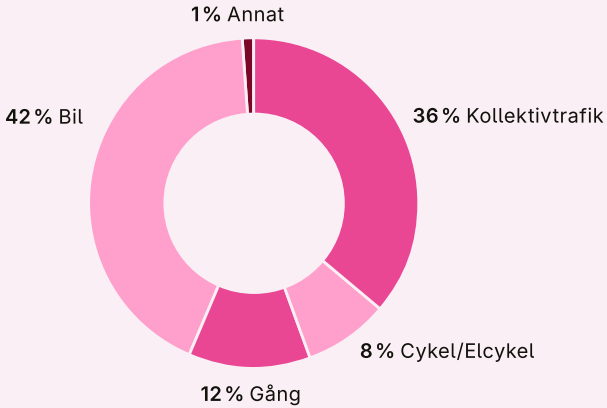


Diagram 1: Färdmedelsfördelning, huvudsakligt färdmedel. Resedagbok. Kollektivtrafikbarometern, 2025-09-01–2026-08-31, ca 22 000 svar.

Många fortsätter cykla på vintern

Andelen resor som idag görs med cykel varierar över året. Under maj–oktober ligger cykelandelen runt 10 procent och sjunker till runt 5 procent december–februari.

Under de senaste åren har mycket arbete gjorts för att förbättra cykelförhållandena under vintertid. Till exempel är sopsaltning numera en utbredd metod för vinterväghållning av länets cykelvägar.

Kollektivtrafikbarometern är en resvaneundersökning som samlar in data under årets alla månader. Metodförbättringar som gjordes 2024 kommer göra det möjligt att framöver följa cyklingens utveckling över tid i olika säsonger.

6 %
cykelandel i december

Andel av resorna som görs med cykel per månad

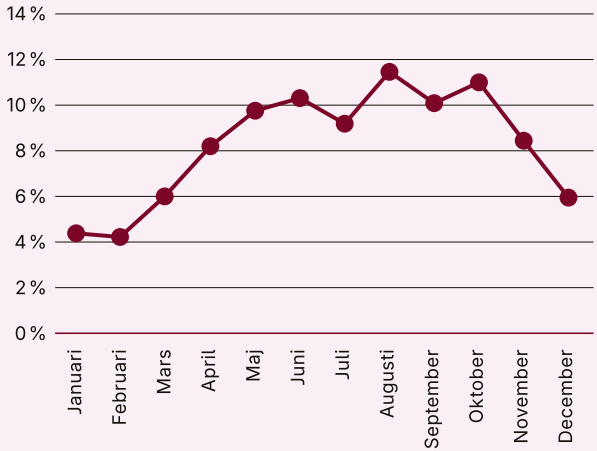


Diagram 2: Färdmedelsfördelning per månad, huvudsakligt färdmedel. Resedagbok Kollektivtrafikbarometern, 2025–2026, ca 22 000 svar.

Unga cyklar i lägre omfattning

Det är stor variation mellan olika åldersgrupper hur stor andel av resorna som görs med cykel. Cykelandelen är högst i åldersgrupperna 26–44 år och 45–64 år. Bland ungdomar och unga vuxna är cykelandelen betydligt lägre. Andelen cykelresor bland unga verkar vara lägre i Stockholms län jämfört med mätningar på nationell nivå.[1] Även i åldrarna 65–85 år görs en lägre andel av resorna med cykel.

Hur många resor som görs med cykel korrelerar med hushållens inkomst. Tidigare studier har visat på liknande mönster och pekar på olika möjliga förklaringar, som arbetstider och typ av arbete, cykelinnehav, sociala och kulturella faktorer. Om man bara ser på åldersgruppen 26–64 år är skillnaderna mellan inkomstgrupper lägre. I åldrarna 26–64 år är cykelandelen högst bland de med hushållsinkomst över 100 000 kronor, medan övriga inkomstgrupper ligger något lägre.

1: Trafikverket/Nationella cykelrådet, Nationellt cykelbokslut 2025

Andel av resorna som görs med cykel i olika åldersgrupper

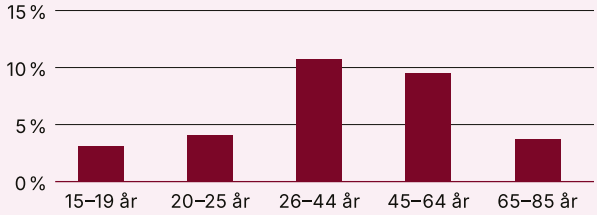


Diagram 3: Färdmedelsfördelning per åldersgrupp, huvudsakligt färdmedel. Resedagbok. Kollektivtrafikbarometern, 2025–2026, ca 22 000 svar.

Andel av resorna som görs med cykel i olika inkomstgrupper

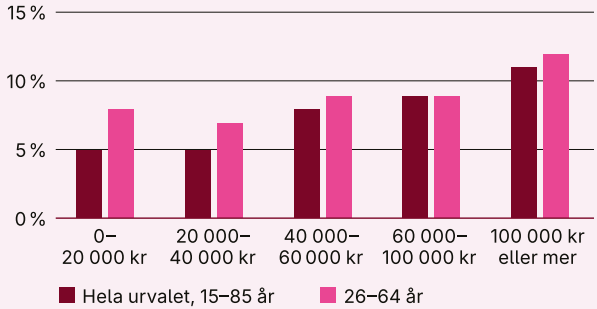
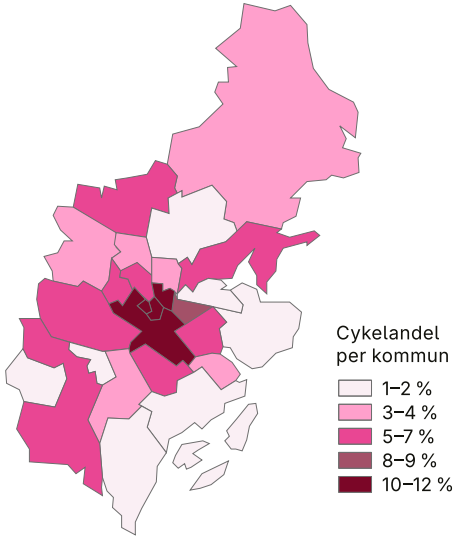


Diagram 4: Färdmedelsfördelning per inkomstgrupp, huvudsakligt färdmedel. Resedagbok. Kollektivtrafikbarometern, 2026, ca 10 000 svar.

Cykelresandet varierar i länets kommuner

Hur stor andel av resorna som görs med cykel varierar mellan länets kommuner. Högst andel cykelresor har kommuner i de centrala delarna av regionen. I Danderyd, Solna, Stockholm och Sundbyberg ligger cykelandelen på 11–12 procent. I övrigt är det stor variation mellan kommunerna.



Andel av resorna som görs med cykel i länets kommuner

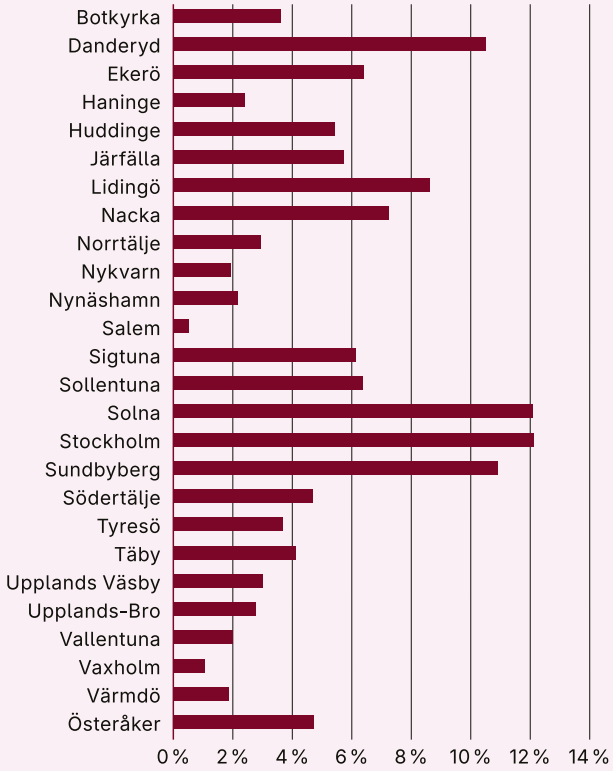


Diagram 5: Färdmedelsfördelning per kommun, huvudsakligt färdmedel. Resedagbok. Kollektivtrafikbarometern, 2025–2026, ca 22 000 svar.

Positiv trend i regionala mätpunkter

På de regionala cykelstråken finns över 200 mätpunkter där kommuner och Trafikverket räknar antalet cykelpassager. Mätningarna görs med många olika metoder och under olika perioder. Därför har Region Stockholm tagit fram en metod för att kunna sammanställa dessa mätningar som gjorts med olika metodik. En sammanställning görs i några regionala mätpunkter i sex utvalda stråk.

I diagrammet nedan syns en avgränsad sammanställning av sju mätpunkter där cykelpassager har mätts sedan 2014.

Antal cykelpassager i sju regionala mätpunkter, 2014–2025

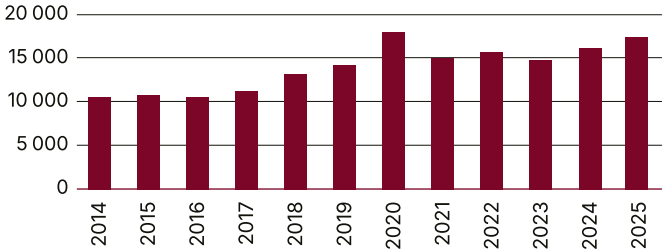
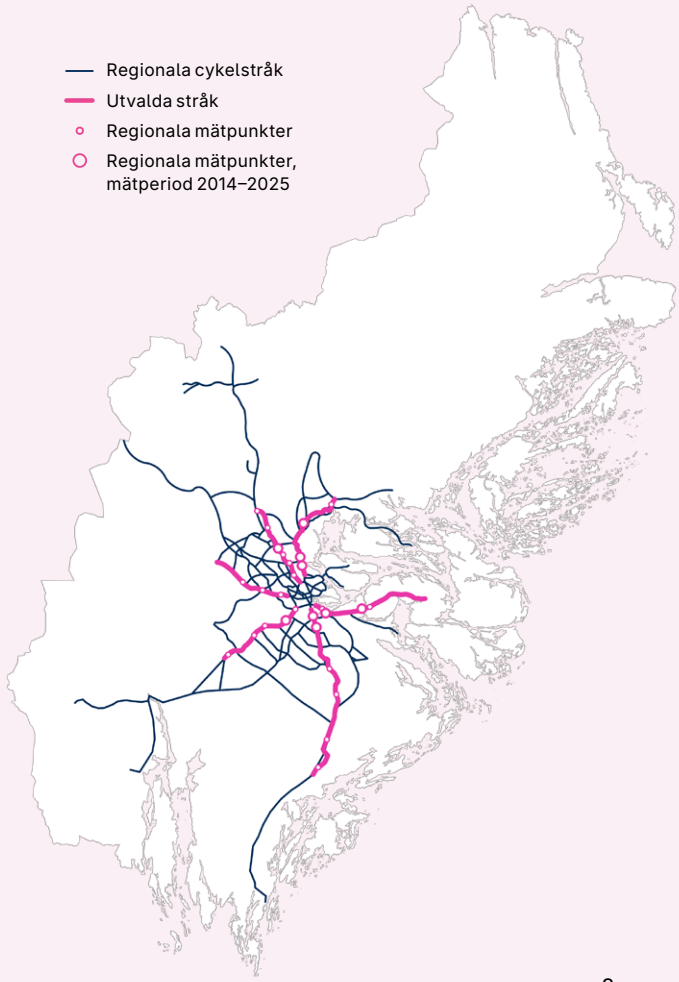


Diagram 6: Totalt antal cykelpassager per dygn i sju regionala mätpunkter, 2014–2025.



Fortsatt utbyggnad av regionala cykelstråk

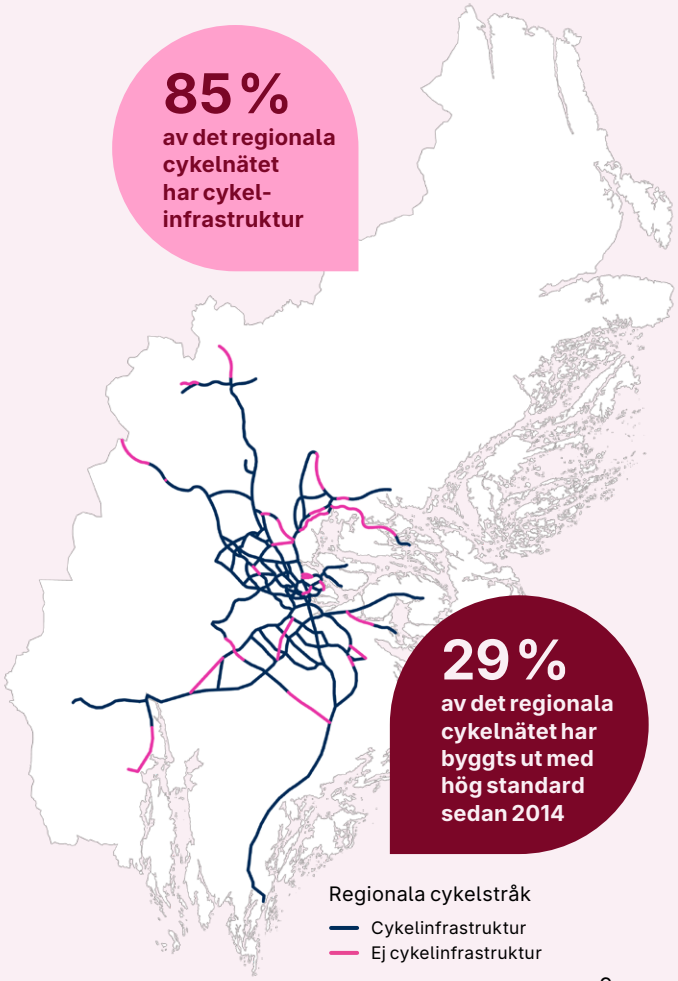
Av de 800 kilometer utpekade regionala cykelstråken har över 220 kilometer byggts ut med hög standard. Större delen av det utpekade nätet har någon form av cykelinfrastruktur.

Det senaste året har 7 kilometer byggts ut. Det har tillkommit sträckor på regionala cykelstråk i Stockholms stad, Järfälla kommun, Huddinge kommun, Haninge kommun, Sollentuna kommun och Botkyrka kommun.

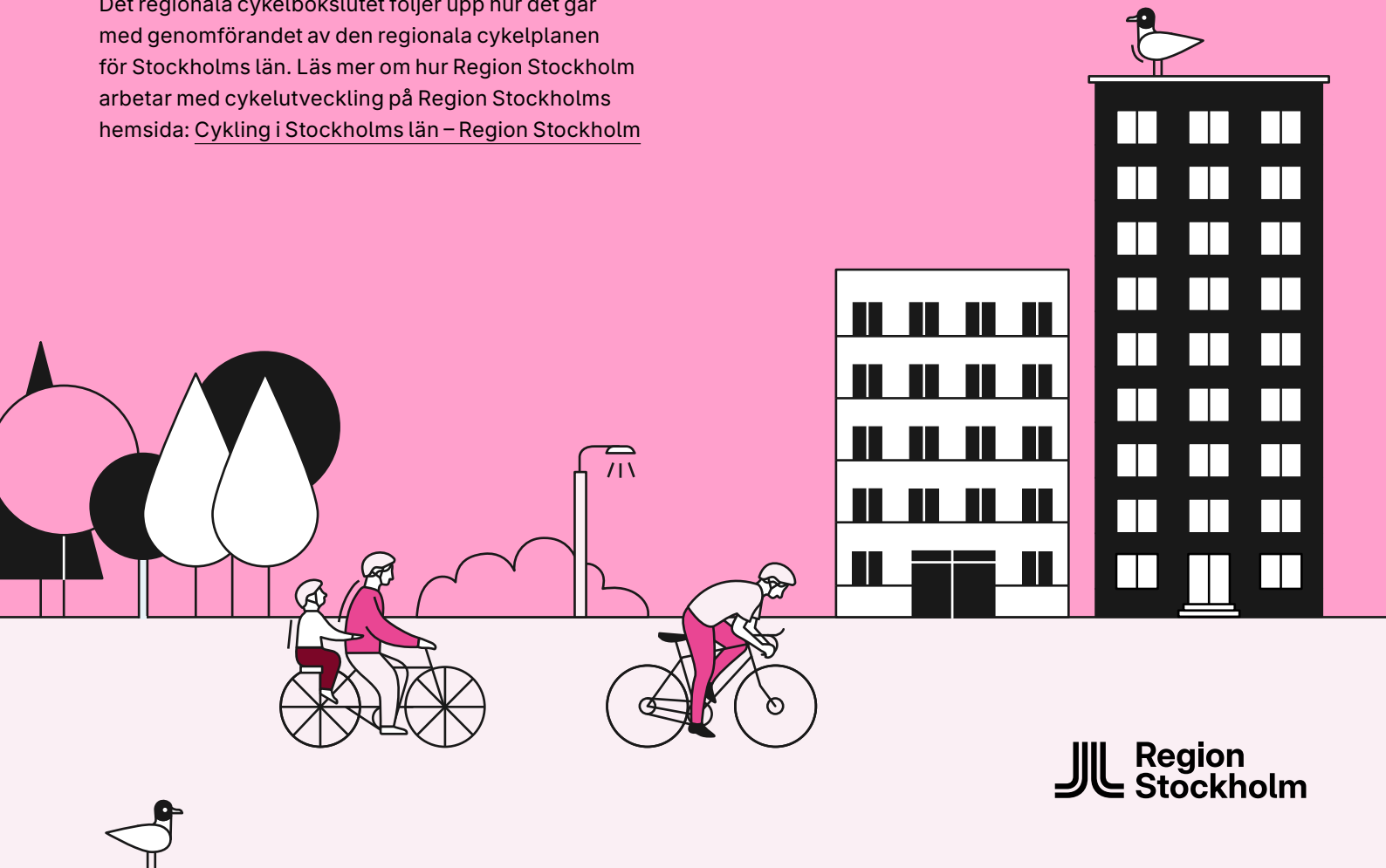
Det är i huvudsak kommuner och Trafikverket som ansvarar för utbyggnaden av cykelvägnätet.

De regionala cykelstråken är utpekade i den regionala cykelplanen och binder ihop viktiga målpunkter i länet.

I cykelplanen finns riktlinjer för utformningen av stråken som ska säkerställa trafiksäkerhet, attraktivitet och framkomlighet.



Det regionala cykelbokslutet följer upp hur det går med genomförandet av den regionala cykelplanen för Stockholms län. Läs mer om hur Region Stockholm arbetar med cykelutveckling på Region Stockholms hemsida: Cykling i Stockholms län – Region Stockholm



Region Stockholm