

Hälsans stig LUND


Välkommen till Hälsans stig, en promenadvänlig slinga i fin miljö. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har vandrat. Slingan i Lund är 12 km och varje km är utmarkerad.


1995 etablerades den första Hälsans stig (Slí na Sláinte) på Irland av irländska Hjärtfonden.

Alla Hälsans stig-kartor finns samlade på appen Hälsans stig och på www.halsansstig.se

Ge en gåva med hjärtat. Riksförbundet HjärtLung verkar för att personer med hjärt-, kärl- och lungsjukdom skall ha ett bra liv. Swisha ditt bidrag till **90 101 09**.

TECKENFÖRKLARING

Hälsans stig 
 Genväg 

Kilometerskylt 

Infotavla 

Parkering 

Järnvägstation 

Turistinfo 


Bibliotek 

Sjukvård 

Servering 

Buss 

Toalett 

Idrottsanläggning 

Ishall 

Bad 

Camping 

Slí



Hälsans stig
 Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!



**LUNDS
KOMMUN**



Riksförbundet
HjärtLung



Välkommen till Hälsans stig i Lund

En tolv km lång slinga som erbjuder en vacker promenad i varierad miljö med många sevärdheter längs vägen.

Naturdelen genom Stadsparken, Klostergårdens grönstråk, Höje å och S:t Lars-parken erbjuder möjlighet att upptäcka olika naturtyper.

Stads- och kulturdelen slingrar sig genom kulturkvarter, Botaniska trädgården via Universitetssjukhuset ner i Lundagård förbi Domkyrkan via Lilla Fiskargatan och Nygatan till Stadsparken.

Promenera hela eller delar av stigen. Genom den tydliga kartan och kilometermarkeringar vet du alltid var du är och hur lång sträcka som avverkats.

Längs med slingan finns bänkar, serveringar, badmöjligheter, parkering, busshållplatser och toaletter.

Informationsskyltar finns i Stadsparken, vid Universitetssjukhuset, Botaniska trädgården samt vid Klostergårdens centrum och vid vårdcentralen i S:t Lars-parken.

Ta med släkt och vänner, följ kartan och gå så långt ni känner för, pausa på någon av alla de vackra platser slingan passerar.

Ordna tipspromenader eller andra tävlingar. Utmana dig själv och andra. Ordinera några kilometer på Hälsans stig. Med hjälp av slingan kan du skaffa eller behålla den goda vana som regelbunden fysisk aktivitet är.

Hälsans stig följer bitvis cykelvägnätet i Lund. Information om hela cykelvägnätet finns i "Cykla i Lund" en cykelkarta framtagen inom projektet Cykelkommunen Lund.

För information om underlag och lutning längs stigen se separat informationsblad från Lunds kommun.

Hälsans stig har tillkommit i samarbete mellan:



**LUNDS
KOMMUN**



**Riksförbundet
HjärtLung**

Visa Lund

Universitetssjukhuset i Lund



Hälsans stig

Vi vill att en promenad på Hälsans stig ska vara en del av en sundare livsstil. Ett enkelt och tillgängligt sätt att komma ut och röra på sig i trygga omgivningar. Välkommen till Hälsans stig, låt den bli en del av ditt dagliga liv.

BIDRA
TILL ETT
BÄTTRE LIV

Bidra till ett bättre liv för människor med hjärtsjukdom och lungsjukdom. Stöd Riksförbundet HjärtLungs arbete.

Swisha ditt bidrag till 90 101 09
Läs mer på www.halsansstig.se



Riksförbundet HjärtLung

Riksförbundet HjärtLung arbetar för att människor med hjärtsjukdom och lungsjukdom ska kunna leva ett så bra liv som möjligt. Det gör vi genom socialt stöd och livsstilsaktiviteter, genom engagemang i hälso- och sjukvårdsfrågor och genom att stödja forskning.



**Riksförbundet
HjärtLung**