



Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!


Hälsans stig SUNDSVALL

Välkommen till Hälsans stig, en härlig slinga i omväxlande miljö med varje kilometer utmarkerad. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har promenerat. Slingan i Sundsvall är 4 kilometer.

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 

Km-skylt 

Infotavla 

Vårdcentral 

Turistinformation 

Parkering 

Fotbollsplan 

Idrottsanläggning 

Bad 

Mataffär 



Välkommen till Hälsans stig i Sundsvall!

Selångersån rinner genom staden och mynnar ut i havet. Ån användes i början av 1900-talet för simtävlingar och vattenpolomatcher. Drakbåtsfestivalen är i vår tid ett av olika evenemang som bedrivs i och bredvid ån. Längre in i landet byter ån namn till Sättnaån.

Badhusparken utgör ett viktigt promenadstråk i staden. 1989 genomgick parken en renovering och en rundad sittplats anlades intill en bred stentrappa i åkanten.

Millenniumplatsen anlades år 2000 och består av en rundad sittyta med ett båtformad rabatt med sommarblommor i centrum.

Himlabadet är ett äventyrsbad med vattenruschbanor, bubbelpooler, klättervägg och vattenpist. Badet har ett stort barnpoolområde, multibassäng och en härlig relaxavdelning med takterass mot Selångersån. Här kan du surfa i anläggningens surfstrear. Himlabadet invigdes sommaren 2010.

Tonhallen är en konsert- och kongresshall. Ett centrum för kulturarrangemang av olika slag. Mest känd för allsångsprogram med Kjell Lönnå som visats på TV.

Mittuniversitetet blev den 1 januari 2005 det yngsta universitetet i Sverige. Ett ungt universitet som kan bidra till att förnya den akademiska verksamheten.



Bünsowska tjärn är en liten idyllisk park dit många söker sig för att äta sin lunch, mata änderna eller avnjuta lugnet. I parkens mitt finns en damm omgiven av stora pilträäd. Bünsowska tjärn anlades 1885.

Gustav Adolfskyrkan byggdes 1891-1894 och är byggd i nygotik, vilket innebär att huvud- och sidoskepp har samma takhöjd. Kyrkan är känd för sina konstverk då bland annat fönstermålningar och träskulpturer.



Stenstaden är en av Sveriges vackraste och bäst bevarade sekelskiftesmiljöer. Många kända arkitekter har lämnat sina spår och de flesta husen är rikt utsmyckade och dekorerade med målningar och tankestråk.

Vängåvan är en av de mest centralt belägna parkerna i Sundsvall. Likt en oas mitt i det stökiga stadsvimlet erbjuder denna park en avkopplande miljö där man kan njuta av blomsterprakt och vattenporl från fontänen.

Kulturmagasinet är en av Sundsvalls centrala mötesplatser. Här kan du möta både det välkända och det oväntade. Genom utställningar, föredrag, litteratur, tidskrifter, teater och konserter sker möten mellan olika konstarter. Kulturmagasinet invigdes i november 1986.



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 för människor med hjärt-, kärl- och lungsjukdom. Stöd Riksförbundet HjärtLungs arbete.

BIDRA
TILL ETT
BÄTTRE LIV

Swisha ditt bidrag
till 90 101 09

Läs mer på
www.halsansstig.se



Riksförbundet HjärtLung

Riksförbundet HjärtLung arbetar för att människor med hjärt-, kärl- 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.