

Välkommen till Hälsans stig, en naturskön slinga i omväxlande miljö med varje kilometer utmarkerad. Starta var du vill och räkna själv ihop hur långt du har promenerat. Slingan i Ystad är 5 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.

Hälsans stig

YSTAD



Slí

Hälsans stig
Riksförbundet HjärtLung
www.hjart-lung.se Bli medlem!



- TECKENFÖRKLARING**
- Hälsans stig
 - Järnväg
 - Infotavla
 - Busshållplats
 - Turistinfo
 - Sevärdhet
 - Tågstation
 - Simhall/Bad
 - Bowling
 - Idrottsplats
 - Tennisbana
 - Elljusspår
 - Grillplats
 - Toalett
 - Kilometerskytt

Ystads kommun

Riksförbundet HjärtLung

Hälsans stig Ystad invigdes 1 maj 2014



Välkommen till Hälsans stig i Ystad

Att promenera är ett enkelt sätt att få bättre motion och stärka hjärtat. Prova Hälsans stig i Ystad. Här går du tryggt och säkert genom både stadsmiljö och skog. Några av platserna du passerar längs vägen:

Nya rådhuset Napoleons Östersjöblockad innebar ett stort uppsving för Ystads handel genom smugglingen. Många köpmän blev rika och detta visade man genom att låta uppföra stora privata hus. Ett av dem är Nya Rådhuset som byggdes 1814 som privatbostad åt kommerserådet C M Lundgren.

Skogsparken Skogsparken invigdes 2011 och här finns det mesta för den friluftsintrasserade; löpslingor, elljusspår, grillplats, utegym och en hel lekplats med fantasifulla lekredskap, allt i naturlig skogsmiljö. Det här är en plats för hela familjen att trivas på.

Ystad studios/Cineteket 2004 förvandlades de gamla luftvärnshallarna på Regementet i Ystad till en av Skandinavien största filmstudios. Här har Wallanderfilmerna, Svinälängorna, Bron, Maria Larssons eviga ögonblick och många andra framgångsrika bio- och tv-filmer spelats in. Besök Cineteket, Ystads eget filmmuseum. Här finns filmrelaterade aktiviteter för alla åldrar.

Badhuset 2014 invigs Ystads nya badhus och 2016 ska hela anläggningen med idrottshallar stå färdig. I badhuset finns familjebad, rutschbanor, klättervägg, tävlings- och rehabbassänger och plats för 300 åskådare.



Swisha ditt bidrag till 90 101 09

Läs mer på www.halsansstig.se



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.



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.