

Hälsans stig TRELLEBORG

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 Trelleborg är 5 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. Du kan även hitta dem på www.halsansstig.se

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

Slí



Hälsans stig



Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!

TECKENFÖRKLARING

Hälsans stig	
Förbindelseväg	
Infotavla	
Parkering	
Busshållplats	
Minnessten	
Torsten Ljungbeck	
Bollplan	
Tennisplan	
Golfbana	
Discgolf, 9 banor	
Bensinstation	
Korvkiosk	
Kilometerskylt	



Riksförbundet
HjärtLung



TRELLEBORGS
KOMMUN



Välkommen till Hälsans stig i Trelleborg

Starta förslagsvis din vandring på något av följande tre ställen: vid sporthallen invid Åkerjordsvägen, vid parkeringen på Stavstenvägen eller vid parkeringen intill OK/Q8-macken.

Om du väljer att starta vid sporthallen finner du en kort anslutningsstig där du passerar en fotbollsplan för att sedan komma till grusstigen som tar dig hela vägen runt Hälsans stig.

Strax kan du avnjuta en vacker vy över den meandrande Albäcksån. Därefter passerar du minnesstenen över Albäckskogens grundare, Torsten Ljungbeck.

Den uppvuxna blandskogen övergår så småningom i nyplanterad, gles lövskog och du kommer upp till en fin utsikt in mot staden. Har du en frisbee med dig kan du stanna till och kasta några håll på den nyanlagda banan.

Slingan fortsätter genom en frodig nyplantering av tall, innan landskapet öppnar sig i betesmark. Här vandrar du mellan hagar där får, kor och hästar betar under säsong. Fågellivet är rikt här. Snart är vi åter i den uppvuxna skogen, och passerar ån på nytt. Vi går igenom en pelarsalslikande tallskog och kommer till parkeringen vid Stavstenvägen, innan vi är tillbaka vid startpunkten.



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 hjärt-, kärl- 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 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.



Riksförbundet
HjärtLung