

Välkommen till Hälsans stig, en natur-skön slinga med varje kilometer utmar-kerad. Ett helt varv runt sjöarna är 4,7 km inklusive förbindelsevägen. Vid eventuella frågor om underhåll av stigen kontakta berörd kommun.

1995 etablerades den första Hälsans stig (Slí na Sláinte) på Irland av den irländska Hjärtfonden. Tanken är att uppmuntra folk i alla åldrar att motionera. Du kan hitta alla Hälsans stig på halsansstig.se eller i appen Hälsans stig.

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 
Förbindelseväg 
Kommungräns 

Km-skylt 
Infotavla 
Parkering 
Tunnelbana 
Matservering 
Kaffeservering 
Buss 
Bad 
Idrottsanläggning 
Bollplan 
Bangolf (toalett under säsong) 
Utegym 
Lekplats 
Barnbad (toalett under säsong) 
Hundrastgård 
Naturreservat 

Hälsans stig

LÖTSJÖN & RÅSTASJÖN



Slí



Hälsans stig
Riksförbundet
HjärtLung

www.hjart-lung.se Bli medlem!

HÄLSANS STIG LÖTSJÖN & RÅSTASJÖN INVIGDES 1998



Foto: Lillemor Broni

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-kärlsjukdom 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-kärlsjukdom 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.