

# Slí ~ Hälsans Stig

## EDSBYN

Slí

Hälsans Stig

HJÄRT- OCH LUNGSJUKAS RIKSFÖRBUND



### TECKENFÖRKLARING

- Hälsans Stig
- Km-stolpe
- Infotavla
- Parkering
- Busstation
- Matsservering
- Café
- Sevärdhet
- Bollplan
- Skridskobana
- Tennisplan
- Kägelbana
- Simhall
- Idrottsplats
- Motionsspår
- Ridhus
- Bibliotek
- Hälsocentral
- Apotek



**Välkommen** till Hälsans Stig, en naturskön slinga i omväxlande miljö med varje km utmarkerad. Haka på var du vill och räkna själv ihop hur många km du promenerat. Slingan i Edsbyn är 6 kilometer.

1995 upprättade Irland den första Hälsans Stig (Slí na Sláinte). Tanken är att inspirera till motion för folkhälsans skull.

Hälsans Stig i samarbete med Hjärt- och Lungsjukas förening i Bollnäs-Ovanåker. Vid eventuella frågor om underhåll av slingan, kontakta kommunen. Alla Hälsans Stig-kartor finns på Hjärt- och Lungsjukas Riksförbunds hemsida: [www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se)



# Välkommen till Hälsans Stig i Edsbyn

## Hälsans Stig – hälsosam för kropp och själ!

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

Promenera hela eller delar av stigen. Längs med slingan finns bänkar, serveringar, badmöjligheter, parkeringar och busshållplatser

Informationsskyltar finns i Öjeparken, vid Freskatorpet och vid korsningen Gyllenvägen – Bygatan. För ytterligare information kontakta Ovanåkers kommun telefon 0271-57 000 eller kommunens hemsida [www.ovanaker.se](http://www.ovanaker.se)

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

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

Hälsans Stig är ett samarbete mellan Ovanåkers kommun, Hjärt- och Lungsjukas Riksförbund och Hälso- och sjukvårdsnämnden i södra Hälsingland.

### Ett stort tack till våra sponsorer!

