

Hälsoslingan

Hälsans stig

Längd:
4 km (rundslinga)

Svårighetsgrad:
Grön och blå

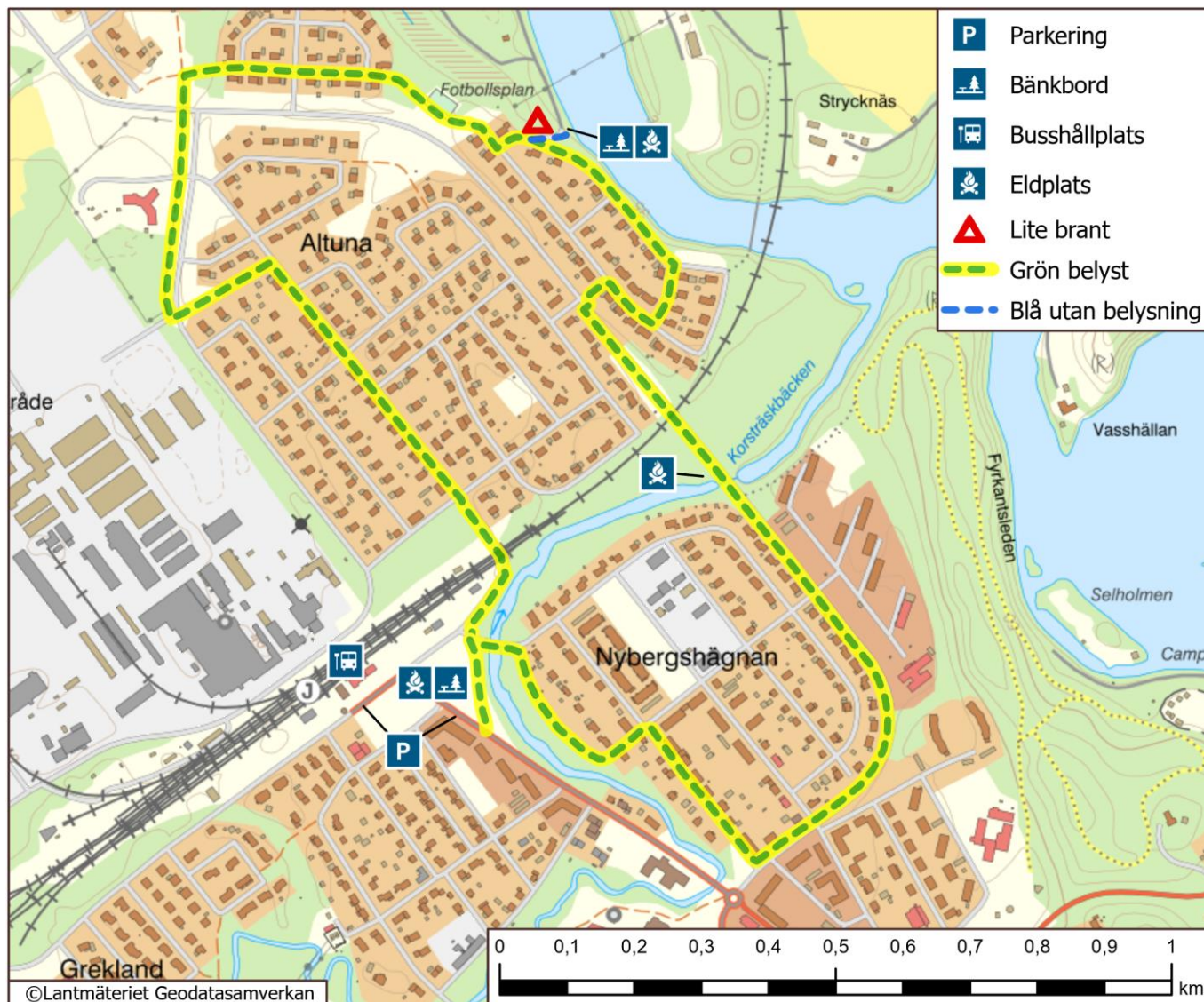
Hälsans stig är en rundslinga som går runt trevliga bostadsområden i centrala Älvsbyn. På några ställen får du utsikt över vatten. Slingan är lätt att gå och framkomlig med rollator eller rullstol året runt. Längs slingan finns några platser där det går att slå sig ner en stund och koppla av medan man kan vila blicken på strömmande vatten eller parkernas grönska. Det går att börja och sluta var man vill längs slingan.

Hälsoslingan går på gång- och cykelvägar eller på lugna villagator. Det är inga backar så det är lätt att ta sig fram för alla. Eftersom gatorna och gångvägarna plogas vintertid och det finns belysning kan den användas året runt. På ett ställe korsar slingan järnvägsspåren men korsningen är byggd så att det går bra att ta sig över spåren med rullstol och rollator. Slingan är markerad med Hälsans stigs ledmarkeringar, den inklistrade bilden i hörnet av det högra fotot längst ner på sidan.

I parken nära järnvägsstationen finns gott om parkbänkar och några bänkbord för dig som vill sätta sig ner en stund. Detta är den rastplats som har störst tillgång på bord och bänkar, och är lättast att ta sig till med rullstol och rollator eftersom marken där är helt plan och gångvägarna är hårdgjorda och har ett jämnt ytskikt. En annan trevlig rastplats är vid Korsträskbäcken där det finns en grillplats. Där kan du sitta och se ut över vattnet som nu forsar fritt efter att den gamla dammen revs. Det finns även en grillplats vid Piteälven vid Altunastranden där det också går att parkera. Backen ner till grillplatsen från gatan Altunastranden är brant men asfalterad. På grund av att den är så brant är den klassad som blå slinga. Den branta backen är markerad med en röd triangel i kartan.

Toaletter: Resecentrum har tillgänglighetsanpassad toalett. Resecentrum är markerat som busshållplats på kartan.





Koordinater till parkeringen nära busstationen: N 7297140, E 775180

Svårighetsgradsgradering av hälsoslingor:

- **Grön hälsoslinga – fungerar för i stort sett alla**
 Fungerar för rullstol, rollator, barnvagn och de som går med teknikkäpp. Har ett relativt hårt och slätt ytskikt utan hinder. Området är flackt med endast små höjdskillnader. Ej fysiskt krävande.
- **Blå hälsoslinga – fungerar för gående**
 Fungerar för gående som kan lyfta fötterna ordentligt vid till exempel rötter eller stenar, eventuellt med stöd av stavar eller kryckor. Det kan finnas vissa höjdskillnader. Kräver viss uthållighet.
- **Röd hälsoslinga – fungerar för de som går utan problem**
 Fungerar för personer som går utan hjälpmedel. Underlaget kan vara ojämnt och det kan förekomma större nivåskillnader och långa backar. Kräver viss uthållighet.
- **Svart hälsoslinga – fungerar för spänstiga och naturvana**
 Fungerar för spänstiga utan nedsatt rörlighet. Underlaget är ojämnt och det kan vara rejäla höjdskillnader. Kräver uthållighet.

Mer information

Du kan läsa mer om Hälsans stig i Älvsbyn på Älvsbyns kommuns webbplats, www.alsvbyn.se

Kartan över Hälsans stig finns på Naturkartan.se www.naturkartan.se/sv/halsansstig