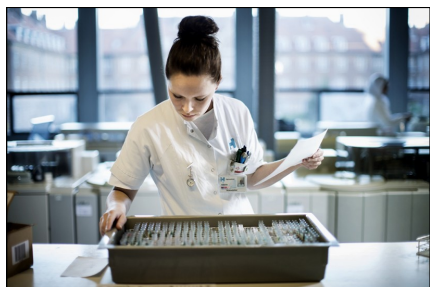


STØT OS



FORSKNING ER VIGTIG

Hjerteforeningen arbejder for at "Vi sammen vinder et sundere og bedre liv for alle".

Din støtte går til dansk hjerteforskning, oplysning om sygdom og behandling, hjælp til forebyggelse og ikke mindst vores støtte og rådgivning til hjertepatienterne og deres pårørende.



Hjerteforeningen
Frederikshavn Lokalforening

Hjertestien i SKAGEN er en 1 km lang rute som er inddelt i fire afsnit.

Stien er Danmarks korteste hjertesti, men verdens bedste trænings redskab, hvis du skal i form og starter helt fra bunden. Her kan alle være med. Måske kan du gå de 250 m og løbe de næste 250 m, for derefter at gå igen, Måske kan du kun gå de 250 m til en start. Der er mange muligheder for at træne og måle dig selv på både tid og forbedringer.

Stien er 1 km lang og inddelt med markeringsmærker ved 250 m, 500 m og 750 m. Den er anlagt så der er mulighed for at forbedre både din muskelmasse, din kondition og ikke mindst din balance.

Sundhedscenter Skagen, Hans Bags Vej har åbent hver mandag fra kl. 10 til 15, her kan du få målt dit blodtryk, få vejledning om stien eller en samtale om din sundhed.



Skagen

Hjertesti



Naturstyrelsen har i samarbejde med Hjerteforeningen i Frederikshavn skabt Skagen Hjertesti



HJERTE
FORENINGEN
FREDERIKSHAVN



Miljø- og Fødevareministeriet
Naturstyrelsen

Hjertestien Skagen ligger i den smukke Byfogedskov som også huser Krøyers hus, se nærmere på:

<http://naturstyrelsen.dk/media/nst/67755/Byfogedskoven.pdf>

Kontakt :

Sundhedscenter Skagen

Hans Baghs Vej 23

9990 Skagen

Tlf.: 98455232

sundhedscenterskagen@frederikshavn.dk

*Eller vores lokale formand for
Hjerteforeningen Frederikshavn*

Jørgen Christensen

Havlund 20

9900 Frederikshavn

Tlf.: 98423379

jvchris@nordfiber.dk



Hjerteforeningen i Danmark

Hjerteforeningen er Danmarks næststørste sygdomsbekæmpende organisation med 143.250 medlemmer.

Vi arbejder med forskning i hjerte-kar-sygdomme, forebyggelse af hjertesygdomme og patientstøtte.

Hjerteforeningen varetager hjerte-kar-patienters interesser overfor blandt andre beslutningstagere og sundhedsvæsen gennem en aktiv, politisk indsats både internationalt og nationalt.



Hjerteforeningens rådgivningslinie har åbent hver dag fra kl. 9-16

Tlf.: 7025 0000



Sammen vinder vi et sundere og bedre liv for alle.

Sundhedscenter Skagen huser en del af Frivilligcenter Frederikshavn



Tlf.: 98410357

frivillighedshuset@mail.tele.dk

Kom og mød de frivillige i Skagen den første torsdag i hver måned



kl. 12.00 til kl. 17.00 i
Caféen, Sundhedscenter Skagen
Sundhedscenter Skagen
Hans Baghs Vej 23
9990 Skagen