

Tibroslingan

Kanske blir man lite sugen under promenaden eller cykelturen. Varför inte ta en picknick vid kvarnresterna vid gamla bron över Tidan (1)



I utkanten av Smulebergsskogen (2) finns en vacker, gammaldags ängsmark med mängder av blommor.

Smulebergsskogen är en gammal betehage, där det växer både liljekonvalj och smörbollar och där finns många hasselsnår.



Vet du att...

- ✓ På slingan kan alla gå, gammal som ung. Den är promenadvänlig och lätt att nå.
- ✓ Promenaden är den motionsform, som passar alla åldrar. Det spelar ingen roll om du går fort eller sakta. Huvudsaken är att du rör på dig.
- ✓ En halvtimmas promenad om dagen förbättrar konditionen och ger bättre hälsa.
- ✓ Stavgång ökar förbränning jämfört med en promenad utan stavar.
- ✓ Tibroslingan är en alldeles utmärkt cykelled.



TIBRO KOMMUN

Producerad av
Tibro Kultur & Fritid och Samhällsbyggnadskontoret
Folkhälsorådet

Välkommen till
TIBRO
slingan



