

ŚWIAT

PODRÓŻE I KULTURA

ATRAKCJE POLSKI I ATTRACTIONS IN POLAND

ODKRYWAJ ŁÓDZKIE

NA ROWERZE

DISCOVER ŁÓDZKIE REGION BY BIKE



**WYSOCZYNA
KALEJDOSKOP**

ATRAKCJI

THE VYSOČINA REGION
A KALEIDOSCOPE
OF ATTRACTIONS

**SKANDYNAWIA
- NA ROWERZE,
KAMPEREM I PIESZO!**
SCANDINAVIA — EXPLORE BY BIKE,
CAMPER VAN OR ON FOOT!

Rowerem po Polsce
BY BIKE AROUND POLAND

MAZO— WYPRAWY

— doświadczam!



Kampinowski Szlak Rowerowy
Miłośnicy wypraw rowerowych znajdą tu blisko 200 km tras rowerowych, często wymagających sporego wysiłku i kondycji. Najciekawszym wyzwaniem jest dla cyklistów Kampinowski Szlak Rowerowy poprowadzony wzdłuż granic puszczy.

mazowsze.travel

mazowsze.serce.polski

modanamazowsze

mazowsze.
serce polski

30
lat / years

Morskie podróże do Skandynawii

Sea journeys to Scandinavia



► unityline.pl



Wycieczki do Skandynawii

Trips to Scandinavia



Odkryj Ystad w jeden dzień!

Discover Ystad in one day!



Bilet do Kopenhagi

Ticket to Copenhagen

unityline.pl | tel. +48 91 88 02 909 | rezerwacje@unityline.pl

UNITY LINE



Drodzy Czytelnicy

Dear Readers

Już wakacje – zatem czas na nowe przygody, nowe miejsca, nowe odkrycia. Dla odmiany – w wersji aktywnej, a najlepiej na rowerze. Świat z poziomu siodełka wygląda zupełnie inaczej i choć sama podróż wymaga nieco wysiłku, to za każdym zakrętem czeka kolejna nagroda. Mogą to być wyjątkowe krajobrazy i schowane wśród łąk i lasów zabytki na rowerowych szlakach województwa łódzkiego, bajkowe skałki Szlaku Orlich Gniazd lub przejazd wzdłuż mieniącego się w słońcu Dunajca (witamy w Małopolsce!) czy malownicze zakola mazowieckich rzek, zamki i zacienione ścieżki Kampinoskiego Parku Narodowego. A jeśli Polska wam nie wystarczy – zapraszamy na rowerowe trasy Skandynawii i czeskiej Wysoчины. Mogą to być jednodniowe wycieczki lub dłuższe wyprawy, wymagające przygotowań i kondycji, ultramaratony i miejskie przejażdżki dla każdego. W naszym magazynie znajdziecie wskazówki i podpowiedzi, z których warto skorzystać, szykując się na rowerowe wakacje.

Co jeszcze znajdziecie w magazynie „Świat”. Zagłębimy do rumuńskiej Oradei, tajemniczego świata Weddów na Sri Lance, a na rodzimym gruncie – do Bielska-Białej, Kopalni Złoty Stok, Szczecina i Szczecinka oraz na polskie wybrzeże. Na wszystkich tych podróżniczych szlakach życzymy Wam wypoczynku pełnego przygód, wyjątkowych doświadczeń (nie tylko rowerowych) i odkryć, które zostaną z Wami na długo!

The holidays are here – so it's time for new adventures, new places, new discoveries. For a change – in an active version, and preferably on a bike. The world looks completely different from the saddle, and although the journey itself requires some effort, behind every turn there is a new reward. These may be unique landscapes and monuments hidden among meadows and forests on the bike trails of the Łódź voivodship, the fairy-tale rocks of the Eagle's Nests Trail or a ride along the Dunajec River shimmering in the sun (welcome to the Małopolska region!) or the picturesque meanders of the Mazovian rivers, castles and shadypaths of the Kampinos National Park. And if Poland is not enough for you – let us invite you to the bike trails of Scandinavia and the Czech Vysočina. These can be one-day trips or longer expeditions, requiring preparation and fitness, ultra marathons and city rides for everyone. In our magazine you will find tips and hints that are worth using when preparing for a cycling vacation.

What else will you find in the „Świat” magazine? We take a look at Romanian Oradea, the mysterious world of the Veddas in Sri Lanka, and on native soil we explore Bielsko-Biała, the Złoty Stok Mine, Szczecin, Szczecinek and the Polish coast. On all these travel trails, we wish you a holiday full of adventures, unique experiences (not only cycling) and discoveries that will stay with you for a long time!

Bożena Miller – redaktor wydania / editor



Str.
6



30
lat w branży
turystycznej



W ZASIĘGU RĘKI | AT HAND'S REACH

CIEKAWIE MIEJSCA POZA UTARTYM SZLAKIEM
INTERESTING PLACES OFF THE BEATEN TRACK

6

ROZMOWA Z ... | INTERVIEW WITH...

TURYSTYKA ROWEROWA – BLIŻEJ POLSKI
Rozmowa z Rafałem Szmytką – Prezesem Polskiej Organizacji Turystycznej
CYCLING TOURISM – CLOSER TO POLAND
Interview with Rafał Szmytko – President of the Polish Tourism Organisation

16

WZROST ZNACZENIA POLITYKI ROWEROWEJ W POLSCE
Rozmowa z Małgorzatą Wilk-Grzywną – Wiceprezes POT
THE GROWING IMPORTANCE OF CYCLING POLICY IN POLAND
Interview with Małgorzata Wilk-Grzywna – Vice-President of the Polish Tourism Organisation (PTO)

18

NA DWÓCH KÓŁKACH | ON TWO WHEELS

ZANIM WSIĄDZIESZ NA ROWER
BEFORE YOU GET ON YOUR BIKE

24

1000 KILOMETRÓW PRZYGODY ONE THOUSAND KILOMETERS OF ADVENTURE

PRZEZ MAZOWSZĘ NA DWÓCH KÓŁKACH
THROUGH MAZOWIA ON TWO WHEELS

30

ODKRYWAJ ŁÓDZKIE NA ROWERZE
EXPLORE ŁÓDZKIE REGION BY BIKE

36

MAŁOPOLSKA ZAPRASZA NA ROWERY!

THE MAŁOPOLSKA REGION
– INVITES YOU TO TAKE YOUR BIKE OUT FOR A RIDE!

40

PODRÓŻE Z UNITY LINE | TRAVEL WITH UNITY LINE

SKANDYNAWIA – NA ROWERZE, KAMPEREM I PIESZO!
SCANDINAVIA – EXPLORE BY BIKE, CAMPER VAN OR ON FOOT

44

WYPRAWA | EXPEDITION

SRI LANKA. Z WIZYTĄ W WEDDÓW
SRI LANKA. WITH A VISIT TO THE VEDDAS

48

KALEJDOSKOP | KALEIDOSCOPE

ORADEA – MIASTO W STYLU ART NOUVEAU
ORADEA – AN ART NOUVEAU CITY

54

WYSOCZYNA. KALEJDOSKOP ATRAKCJI

THE VYSOČINA REGION. A KALEIDOSCOPE OF ATTRACTIONS

58

SPACEREM PO... | WALK AROUND...

BIELSKO-BIAŁA – MIASTO W GÓRACH
BIELSKO-BIAŁA – A CITY IN THE MOUNTAINS

64

ELBLĄG – TU MASZ WSZYSTKO

ELBLĄG – HERE YOU HAVE EVERYTHING

68

SZCZECIN MIASTO, KTÓRE ZASKAKUJE

SZCZECIN A CITY THAT SURPRISES

72

SZCZECINEK ZAPRASZA PRZEZ CAŁY ROK!

SZCZECINEK WELCOMES YOU ALL YEAR ROUND!

76

NAD MORZEM | AT THE SEA

SERCE POLSKIEGO WYBRZEŻA
THE HEART OF THE POLISH COAST

80

MIEJSCE | PLACE

KOPALNIA ZŁOTA W ZŁOTYM STOKU NA DOLNYM ŚLĄSKU
GOLD MINE IN ZŁOTY STOK IN LOWER SILESIA

82

INFO

WAKACYJNE KALENDARZ / HOLIDAY CALENDAR

84

KSIĄŻKI DO WALIZKI

86

Niezamówionych materiałów redakcja nie zwraca, a w razie opublikowania zastrzega sobie prawo do ich skracania. Magazyn „Świat” nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam i ma prawo odmówić publikacji bez podania przyczyn. © Copyright by Magazyn Świat. Wszystkie materiały są objęte prawem autorskim. Przedruk materiałów w jakiegokolwiek formie i w jakimkolwiek języku bez wcześniejszej pisemnej zgody Wydawcy jest zabroniony. Wydawca zabrania bezumownej sprzedaży numerów bieżących i archiwalnych magazynu „Świat Podróże i Kultura”. Działanie wbrew powyższemu zakazowi skutkuje odpowiedzialnością prawną.

Str.
16



Str.
24



Str.
36



Str.
48



Str.
64



Str.
72



Str.
86



ŚWIAT
PODRÓŻE I KULTURA

REDAKCJA:

02-134 WARSZAWA
ul. 1 Sierpnia 41 lok. 70
tel.: +48 664 377 518
www.magazynswiat.pl
promocja@magazynswiat.pl

WYDAWCA:

Dorota Olendzka
promocja@magazynswiat.pl

REDAKTOR WYDANIA:

Bożena Miller

WSPÓŁPRACA:

Jarosław Kałucki
Ewa Kubaczyk
Dorota Olendzka
Małgorzata Orlikowska
Magdalena Walusiak
Roderik Więcek
Agnieszka Wasztyl

REKLAMA:

promocja@magazynswiat.pl

KOREKTA:

Ewa Kubaczyk

TŁUMACZENIE:

Agnieszka Białousz

© COPYRIGHT

by Magazyn Świat

ISSN 1644-4183



JAROSŁAW KAŁUCKI
EKSPERT TRAVELPLANET.PL

Ciekawe miejsca poza utartym SZLAKIEM

INTERESTING PLACES OFF THE BEATEN TRACK

Zwykle nie ma ich na turystycznych listach „must see”. Ale gdy zboczycie z utartych szlaków, możecie oniemić z zachwytu. „Stonehenge się chowa”, „Pięknie niczym w parku Güell w Barcelonie”, „Chyba jestem w Hogwarcie i to z Yoko Ono”, „Urbi et orbi 2.0” albo „Pozdrowienia z Księżycą” – w takich podpisach pod zdjęciami wysyłanymi znajomym nie będzie grama przesady.

They are not usually on tourist “must see” lists. But when you get off the beaten track, you can be speechless with delight. “Stonehenge is hiding,” „Beautiful as in Güell Park in Barcelona,” „I think I’m at Hogwarts and with Yoko Ono,” „Urbi et orbi 2.0,” or „Greetings from the Moon” there won’t be an ounce of exaggeration in such captions for photos sent to friends.



WŁOCHY SYCYLIJSKA BARCELONA

Borgo Parrini, licząca sobie ponad 500 lat wioska, do 2010 roku uważana była za koniec świata. Nowe życie dał jej pochodzący stąd biznesmen, Giuseppe Gaglio, który – zaurczywszy się architekturą Antonio Gaudiego – kupił tu dom i udekorował go na barcelońską modłę. W jego ślad poszli mieszkańcy, którzy zaczęli remontować kolejne budynki, tworząc unikatowe, artystyczne miasteczko.

Ściany budynków pokryte są różnorodnymi malowidłami i kafelkami. Można na nich znaleźć słynne twarze, m.in. Fridy Kahlo, jak i inspirowane cytaty Gandhiego czy Jana Pawła II.

Zwiedzanie Małej Barcelony nie potrwa dłużej niż godzinę. Dotarcie do niej z odległego o 50 km Palermo – drugie tyle samochodem, ale jeśli środkiem lokomocji będzie pociąg, to od stacji w Partinico trzeba jeszcze doliczyć czterokilometrowy spacer.

ITALY SICILY'S BARCELONA

Borgo Parrini, a village over 500 years old, was considered the end of the world until 2010. The village was given a new lease of life by the businessman Giuseppe Gaglio, who, enchanted by the architecture of Antonio Gaudi, bought a house here and decorated it in the Barcelona style. He was followed by the residents, who began to renovate other buildings, creating a unique, artistic town.

The walls of the buildings are covered with a variety of paintings and tiles. You can find famous faces on them, including Frida Kahlo, as well as inspirational quotes by Gandhi or John Paul II.

A tour of Little Barcelona will not take more than an hour. To reach it from Palermo, 50 km away, it takes another 50 km by car, but if the means of transport is the train, a four-kilometre walk from the Partinico station must still be added.



Fot.: Patryk Kosmider – Adobe Stock

MALTA BASEN ŚWIĘTEGO PIOTRA KOŁO MARSAXLOKK

Jeśli Malta, to oczywiście jeden z jej najbardziej ikonicznych widoków – kolorowe łódki Luzzu kołyszające się w porcie rybackiej wioski Marsaxlokk. To również żelazny punkt programu dla interesujących się światową polityką – właśnie tu w 1989 roku George Bush ogłosił z Michałem Gorbaczowem koniec zimnej wojny pomiędzy USA i ZSRR.

Ale oprócz kolorowych łódek jest tu jeszcze jedno zjawiskowe miejsce, znane miejscowym i nie licznym turystom. 3 km wędrowki wąską szutrową drogą w stronę morza i jest: basen św. Piotra. Skąd ta nazwa? Bo kąpielisko wygląda niczym watykański plac: turkusowe wody obejmuje, niczym ramionami, półkole skalnych półek wysuniętych spod monumentalnych ścian piaskowca. Nie wiadomo, czy był tu Giovanni Bernini, który zaprojektował plac św. Piotra, ale ma się nieodparte wrażenie, że jeśli coś go zainspirowało, to właśnie ta zatoka opodal Marsaxlokk.

MALTA ST PETER'S POOL NEAR MARSAXLOKK

If Malta, then of course one of its most iconic sights – the colourful Luzzu boats bobbing in the harbour of the fishing village of Marsaxlokk. It's also a must-see for those interested in world politics – it was here in 1989 that George Bush together with Mikhail Gorbachev announced the end of the Cold War between the US and USSR.

But apart from the colourful boats, there is another phenomenal place here, known to locals and few tourists. A three-kilometre hike along a narrow gravel road towards the sea and there it is – St Peter's Pool. Why the name? Because the swimming pool looks like a Vatican piazza: the turquoise waters embrace, like arms, a semi-circle of rock shelves jutting out from under monumental sandstone walls. It is not known whether Giovanni Bernini, who designed St Peter's Square, was here. But one has the unmistakable impression that if anything inspired him, it was this bay near Marsaxlokk.

SZWECJA

WANAS, CZYLI HOGWART I MAGICZNE DRZEWKA YOKO ONO

Na północny-wschód od Malmö, w Wanås, kryje się iście wybuchowa mieszanka: średniowieczny zamek nad jeziorem, który jest otoczony lasem i parkiem angielskim kryjącym niesamowite rzeźby.

Wśród splątanych drzew, ścieżek, na trawnikach ogrodu, na środku jeziora napotykamy nagle kolosalnego pająka. Ogromne czerwone kule umieszczone wysoko w koronach drzew, wielki srebrno-lustrzany obiekt odbijający przestrzeń, piramidę z drewnianych schodów, dom bez ścian, ale z drzwiami.

Kolekcja jest ciągle wzbogacana, obecnie obejmuje około 70 dzieł sztuki, które zostały stworzone specjalnie dla tego miejsca przez artystów z całego świata, m.in. Yoko Ono, autorkę magicznych Drzewek Życzeń spełniających marzenia, Ann Hamilton, Pera Kirkeby'ego, Roxy Paine czy Louise Bourgeois, która stworzyła wielkiego pająka.

SWEDEN

WANÅS, OR HOGWARTS AND YOKO ONO'S MAGIC TREES

North-east of Malmö, in Wanås, hides a truly explosive mix: a medieval lakeside castle surrounded by a forest and an English park hiding amazing sculptures.

Among the tangled trees, paths, on the lawns of the garden and in the middle of the lake, one suddenly encounters a colossal spider. Huge red spheres perched high in the treetops. A huge silver and mirror object reflecting space, a pyramid of wooden stairs, a house without walls but with a door.

The collection is constantly being enriched, and now includes around 70 works of art that have been created especially for the site by artists from all over the world, including Yoko Ono and her magical Wish Trees that make dreams come true, Ann Hamilton, Dänen Per Kirkeby, Roxy Paine, and a large spider by Louise Bourgeois.



Fot.: Karlsson Photo – Adobe Stock



Fot.: Kirill – Adobe Stock

GRECJA KSIĘŻYCOWA WYPRAWA NA KALIMNOS

Jeśli nie macie dość pieniędzy na wyprawę w kosmos z firmami Richarda Bransona czy Elona Muska – spokojnie, za normalną stawkę możecie postawić nogę na Księżycu. Prawdę powiedziawszy, na czymś, co do złudzenia przypomina Księżyc. Wystarczy wybrać się na grecką wyspę Kalymnos, jej 100 km² niemal w całości jest pokryte gołoborzem.

Kalimnos, mekka wspinaczy, to wyspa znana przede wszystkim z połowiaczy gąbki morskiej. Po katastrofalnej dla żyjących z tego rzemiosła chorobie gąbek, połowiacze ograniczyli się do przetwarzania surowca, który przybywa do nich z Karaibów i Azji. Wciąż jeszcze kilka łodzi wychodzi regularnie z połowiaczami, a historię ich pracy można zobaczyć w miejscowym, niewielkim muzeum.

GREECE LUNAR EXPEDITION TO KALIMNOS

If you can not afford to go into space with Richard Branson's or Elon Musk's companies – rest assured, for a normal wage you can set foot on the Moon. As a matter of fact, on something that looks very much like the Moon. All you have to do is go to the Greek island of Kalymnos, whose 100 square kilometres are almost entirely covered with rocky outcrops.

A mecca for climbers, Kalimnos is an island known above all for its sea sponge fishermen. After the sponge disease, disastrous for those living off this craft, they have now confined themselves to processing the raw material that comes to them from the Caribbean and Asia. A few boats still go out regularly with the fishermen and the history of their work can be seen in the local small museum.

BUŁGARIA

KAMIENNY LAS W WARNIE

Stonehenge się chowa – to pierwsze wrażenie, gdy stajemy przed beziarnymi kamiennymi kikutami dochodzącymi do 10 m wysokości, o pochodzeniu równie tajemniczym co słynna angielska atrakcja. Ale w odróżnieniu od niej Kamienny Las, położony 25 km od Warny, stworzyła natura bez jakiegokolwiek ingerencji człowieka. Formacje przypominają ludzi, zwierzęta czy drzewa, a w samym środku znajduje się olbrzymi kamienny krąg, który jest już dziełem rąk ludzkich.

Pobiti Kamani – to oficjalna nazwa atrakcji rozciągającej się na przestrzeni 7 km². Obejmuje swoim terenem rezerwat przyrody o tej samej nazwie. Kamienny Las koło Warny był wielokrotnie przedmiotem sporów badaczy. Ostatecznie ustalono, że to ocieplenie klimatu, które doprowadziło do parowania wód morskich, erozji dna i wypłukania mniej trwałych elementów skalnych, spowodowało wytworzenie się tak fantazyjnych formacji.

BULGARIA

STONE FOREST IN VARNA

Stonehenge is hiding – that's the first impression when you are confronted with an immensity of stone stumps reaching 10 metres high, with an origin as mysterious as that of the famous English attraction. But unlike the English one, the Stone Forest 25 km from Varna was created by nature only, without any human interference. The formations resemble people, animals or trees, and at the very centre is a huge stone circle, which is already the work of human hands.

Pobiti Kamani – this is the official name of the attraction stretching over 7 sq km - is situated in the nature reserve of the same name. The provenance of Stone Forest near Varna was a subject of repeated disputes by researchers. It was eventually established that it was the warming climate, which led to the evaporation of seawater, erosion of the bottom and the washing out of less durable rock elements, that caused such fanciful formations to form.



Fot.: krivinis – Adobe Stock



Turystyka rowerowa

— bliżej **Polski**

Polska turystyka dynamicznie się rozwija, a nasz kraj staje się jednym z ulubionych kierunków podróży nie tylko dla rodzimych, ale także dla zagranicznych turystów. Potwierdza to znaczny wzrost liczby gości odwiedzających krajowe obiekty turystyczne, przekraczający poziomy przedpandemiczny. Jednym z mocnych punktów tego rozwoju jest turystyka rowerowa.

Warto podkreślić, że Polska jest obecnie w pierwszej dwudziestce najbardziej atrakcyjnych turystycznie krajów świata. Na taki stan rzeczy składa się zapewne wiele czynników. Z roku na rok widzimy coraz większe zainteresowanie odkrywaniem pięknych polskich regionów i to nie tylko w odniesieniu do miejsc znanych i popularnych, ale także tych nieoczywistych. Turyści krajowi i zagraniczni coraz częściej doceniają Polskę ze względu na wyjątkowe i zróżnicowane walory przyrodnicze, wszechstron-

ność oferty turystycznej czy wspaniałą kuchnię. Chwalą także znakomitą bazę noclegową, szlaki i atrakcje turystyczne na najwyższym światowym poziomie. To wszystko zauważalnie wpływa na większe zainteresowanie turystów polską ofertą.

Połączenie świetnie przygotowanej infrastruktury z zaletami umiarkowanego klimatu stwarza doskonałe warunki do aktywnego spędzania czasu, zwłaszcza w odniesieniu do turystyki rowerowej. Rower w naturalny sposób wpisuje się w coraz bardziej popularny trend zrównoważonego podróżowania. Dlatego też Polska Organizacja Turystyczna złożyła aplikację o utworzenie Narodowego Centrum Koordynacji EuroVelo (NECC) w Polsce, wchodząc tym samym w europejski system sieci Narodowych Centrów Koordynacji EuroVelo i stając się częścią Europejskiej Federacji Cyklistów. Stwarza to nowe możliwości dla promocji Polski w Europie i na świecie.

Turystyka rowerowa pozwala na odkrywanie kraju z innej perspektywy, często z dala od znanych szlaków i popularnych atrakcji. Daje możliwość bliższego poznania lokalnej kultury, kuchni czy po prostu ludzi, z ich gościnnością i niezwykłymi opowieściami. Na rowerze dostrzemy do miejsc niedostępnych dla innych środków transportu, dzięki czemu możemy w pełni zachwycić się rodzimą dziką przyrodą. Nieoceniony jest także w tym względzie oczywisty aspekt ekologiczny.

Jako prezes Polskiej Organizacji Turystycznej jestem dumny, że Polska wpisuje się w ten wspaniały światowy trend turystyczny. Jestem pewien, że będzie to doskonały pretekst do zaprezentowania naszego kraju jako niezwykle pięknego, bezpiecznego, a przede wszystkim gościnnego.

Rafał Szmytke
Prezes Polskiej Organizacji Turystycznej

Cycling tourism

— closer to **Poland**

Polish tourism is developing dynamically, and our country is becoming one of favourite destinations for both domestic and foreign tourists. This is confirmed by a significant increase in the number of visitors to domestic tourist facilities, exceeding the pre-pandemic levels. One of the strong points of this development is the cycling tourism.

It is worth noting that Poland is currently one of the top 20 most attractive tourist destinations in the world. This is probably due to many factors. Each year, we see increasing interest in exploring beautiful Polish regions, not only the well-known ones, but also those off-the-beaten-track. Domestic and foreign tourists are increasingly appreciating Poland for its unique and varied features, variety of tourist offerings and excellent cuisine. They also praise its excellent accommodation, trails, and tourist attractions, at the highest world level. All of this contributes noticeably to tourists' greater interest in Poland as a tourist destination.

The combination of a well-prepared infrastructure with the advantages of a temperate climate creates excellent conditions for active leisure activities, especially with regard to cycling. Cycling fits naturally into the increasingly popular trend of sustainable travel. Therefore the Polish Tourism Organisation has applied for the creation of the EuroVelo National Coordination Centre (NECC) in Poland, thus entering the European system of the network of EuroVelo National Coordination Centres and becoming a part of the European cycling federation. This creates new opportunities for the promotion of Poland in Europe and in the world.

Cycling tourism enables you to discover the country from a different perspective, often far from well-known routes and popular attractions. It provides an opportunity to get to know the local culture, cuisine and people with their hospitality and unique stories. By bike, we can reach places that are inaccessible by other means of transport. This allows us to fully enjoy the native wildlife. The obvious ecological benefits are invaluable in this respect, too.

As the President of the Polish Tourism Organisation, I am proud that Poland is part of this great global tourism trend. I am sure that this will be an excellent excuse to present our country as extremely beautiful, safe, and, above all, hospitable.

Rafał Szmytke
President of the Polish Tourism Organisation



Fot.: Halfpoint - Adobe Stock

Wzrost znaczenia POLITYKI ROWEROWEJ w Polsce

RODERYK WIĘCEK

Rozmowa z Małgorzatą Wilk-Grzywną – ekspertką w dziedzinie turystyki rowerowej i Wiceprezes POT. Koordynowała m.in. projekt „Green Velo” i odegrała kluczową rolę w tworzeniu Krajowego Centrum Koordynacji EuroVelo. Jej doświadczenie w zarządzaniu turystyką oraz działalność naukowa i dydaktyczna czynią z niej autorytet w obszarze przemysłu czasu wolnego, marketingu turystycznego oraz kształtowania polityki rowerowej w Polsce.

Dlaczego w strategii Polskiej Organizacji Turystycznej – wspierania branży turystycznej „polityka rowerowa” ma coraz większe znaczenie?

Rower to symbol nowoczesnej, odpowiedzialnej i zrównoważonej turystyki, a zarazem odpowiedź na oczekiwania coraz szerszego grona podróżnych. W ostatnich latach obserwujemy dynamiczny rozwój turystyki rowerowej na całym świecie, co jest związane zarówno z modą na aktywność fizyczną, jak i potrzebą podróżowania w sposób bardziej świadomy ekologicznie. Polska Organizacja Turystyczna dostrzega ten potencjał i od kilku lat traktuje turystykę rowerową jako strategiczny obszar działań. Dziś to już nie tylko promocja szlaków czy walorów krajozabrowych, ale kompleksowe podejście obejmujące infrastruk-



turę, jakość usług, certyfikację, integrację z transportem publicznym i standardy europejskie.

Dowodem na rosnącą wagę polityki rowerowej było historyczne wydarzenie, które miało miejsce w czerwcu tego roku podczas konferencji Velo-City w Gdańsku. Wówczas to w obecności międzynarodowych liderów złożyłam oficjalnie aplikację Polskiej Organizacji Turystycznej o utworzenie Narodowego Centrum Koordynacji EuroVelo (NECC). To nie był tylko formalny gest, ale wyraz dojrzałości naszych działań i aspiracji, by stać się jednym z liderów turystyki rowerowej w Europie.

Na czym polegają atuty tej formy turystyki?

Turystyka rowerowa niesie za sobą ogromne korzyści, zarówno dla lokalnych społeczności, jak i dla całego systemu turystyki w Polsce. Przede wszystkim jest to forma aktywności, która rozwija się równolegle z trendem tzw. slow tourism, czyli wolniejszego, bardziej świadomego podróżowania. Rowerzyści często wybierają mniej znane miejsca, zatrzymują się w lokalnych gospodarstwach, odwiedzają rodzinne restauracje, wspierają małe biznesy.

To również turystyka całoroczna i ponadregionalna. Dzięki dobrze zaprojektowanym trasom, takim jak VeloMałopolska czy trasy Pomorza Zachodniego oraz Pomorza, możemy przyciągać turystów nie tylko w sezonie letnim, ale też wiosną, jesienią, a nawet zimą. Dodatkowo rower to idealne narzędzie do poznawania przyrody, kultury i historii regionów. Umożliwia dotarcie do miejsc nieosiągalnych dla samochodu, jednocześnie nie obciążając środowiska. Co ważne, rozwój tej formy turystyki stymuluje inwestycje w infrastrukturę, transport publiczny i usługi komplementarne, takie jak wypożyczalnie rowerów, noclegi, gastronomia czy systemy informacji turystycznej.

W czym postrzegacie potencjał turystyki rowerowej w Polsce? Co wyróżnia nas na tle innych krajów?

Polska oferuje coś, czego dziś szuka coraz więcej tury-

Sćieżka rowerowa VeloDunajec w Łącku / VeloDunajec cycle path in Łąck



Fot.: Adobe - Adobe Stock



Rowerem po Krakowie / By bike around Krakow

The growing importance of CYCLING POLICY in Poland

An interview with Małgorzata Wilk-Grzywna, an expert in cycling tourism and Vice-President of the Polish Tourism Organisation (PTO). She coordinated the 'Green Velo' project, among others, and played a key role in establishing the National Coordination Centre of EuroVelo. Her experience in managing tourism, as well as her scientific and didactic activities, have established her as an authority in the field of leisure industry, tourism marketing, and the development of cycling policy in Poland.

Why is 'cycling policy' of increasing importance in the whole strategy of the Polish Tourism Organisation – supporting the tourism industry?

Cycling is a symbol of modern, responsible and sustainable tourism and at the same time a response to expectations of a growing number of travellers. In recent years we have observed a dynamic development of cycling tourism all over the world, which is connected both with the fashion for physical activity and the need to travel in a more environmentally conscious manner. The Polish Tourism Organisation has recognised that potential and for several years has been treating cycling tourism as a strategic area of activities. Today it is no longer just a promotion of routes or landscape values, but a comprehensive approach covering infrastructure, quality of services, certification, integration with public transport and European standards.

Proof of the growing importance of cycling policy was provided by a historic event that took place in June this year at the Velo-City conference in Gdańsk. During this event, attended by international leaders, I officially submitted an application on behalf of the Polish Tourism Organisation for the establishment of the EuroVelo National Coordination Centre (NECC). This was not just a formal gesture, but a sign of the maturity of our actions and aspirations to become one of the leaders of cycling tourism in Europe.



Fot.: Tomasz Warszawski – Adobe Stock

Rowerem po Jurze / Cycling through the Jura

stów: autentyczność, bliskość natury, brak tłumów i rosnąca jakość. Nasze krajobrazy, od nadbałtyckich plaż, przez pojezierza i puszcze, po karpaccie doliny i pogórza, są wyjątkowo różnorodne. To naturalna przewaga, którą wzmacniamy dzięki systematycznie rozwijanej infrastrukturze.

Wyróżnia nas także wysoki poziom zaangażowania regionów, z których kilka już dziś oferuje trasy spełniające standardy europejskie, świetnie przygotowane do obsługi turystyki rowerowej. Jednocześnie jesteśmy postrzegani jako kraj wciąż odkrywany, niezadeptany, co dla wielu podróżnych z Europy Zachodniej stanowi niebywałą wartość.

Jakie funkcje ma pełnić Krajowe Centrum Koordynacji EuroVelo? Kiedy ma rozpocząć pracę?

Centrum nie będzie budować tras – jego rola to integracja wysiłków na poziomie krajowym. Ma wspierać regiony w planowaniu, znakowaniu, promocji i standaryzacji tras EuroVelo. To będzie punkt kontaktowy dla wszystkich interesariuszy – od samorządów po turystów. Centrum zajmie się m.in. budową wspólnej bazy danych o infrastrukturze, ujednoliceniem i rozwijaniem systemu rekomendacji miejsc przyjaznych rowerzystom oraz promocją na poziomie krajowym i międzynarodowym. Formalne prace nad utworzeniem Centrum są zaawansowane. W lutym POT podpisała porozumienie o współpracy przy NECC ze Związkiem Województw RP, aplikacja do Europejskiej Federacji Cyklistów została złożona 12 czerwca, a ostateczna decyzja zapadnie we wrześniu br. Po jej uzyskaniu Centrum rozpocznie działalność operacyjną.

Jakie przewidujecie korzyści z funkcjonowania Centrum?

Dzięki NECC zyskamy spójność działań w skali kraju i Europy. Ułatwimy realizację inwestycji rowerowych, wesprzemy regiony w kontaktach z Europejską Federacją Cyklistów i wzmocnimy jakość usług. Promocja tras stanie się bardziej widoczna i profesjonalna. Co równie ważne, Centrum

What advantages does the development of this form of tourism bring?

Cycling tourism brings huge advantages to local communities and the wider tourism system in Poland. Firstly, it is an activity that is growing in popularity alongside the trend of slow tourism, i.e. slower, more mindful travel. Cyclists often choose less well-known places, stop at local farms, visit family restaurants and support small businesses.

It is also year-round and supra-regional tourism. Thanks to well designed routes, such as VeloMałopolska or routes of Western Pomerania and Pomerania, we can attract tourists not only in the summer season, but also in spring, autumn and even in winter. In addition a bike is an ideal tool to get to know nature, culture and history of regions. It allows you to reach places unreachable by car, at the same time not harming the environment. What is important, the development of that form of tourism stimulates investments in infrastructure, public transport and complementary services such as bike rental, accommodation, gastronomy or tourist information systems.

What potential do you see for cycling tourism in Poland? What distinguishes us from other countries?

Poland offers something that today more and more tourists are looking for: authenticity, proximity to nature, a lack of crowds and growing quality. Our landscapes, ranging from the Baltic beaches and lake districts to the forests and Carpathian valleys and foothills, are exceptionally diverse. This is a natural advantage that we strengthen with the systematically developed infrastructure.

We are also distinguished by a high level of involvement of the regions, several of which already offer routes meeting European standards, well prepared for cycling tourism. At the same time we are perceived as a country still being discovered, not trodden under foot, which for many travellers from Western Europe is an incredible value.

What functions is the EuroVelo National Coordination Centre supposed to perform?

When is it expected to start working?

The Centre will not build routes – its role is to integrate efforts at national level. It is to support regions in planning, signposting, promotion and standardisation of EuroVelo routes. It will be the contact point for all stakeholders – from local authorities to tourists. The Centre will deal, inter alia, with the construction of a common database of infrastructure data, standardisation and development of a recommendation system of cycling friendly places and promotion at the national and international level. Formal work on the creation of the Centre is well advanced. In February the PTO signed an agreement on co-operation on the NECC with the

będzie aktywnie współpracować z podmiotami zewnętrznymi: ministerstwami, organizacjami pozarządowymi, ECF, przewoźnikami, branżą turystyczną i przede wszystkim regionami – głównymi inwestorami tras EuroVelo.

W dłuższej perspektywie przełoży się to na wzrost liczby rowerzystów, większe zainteresowanie inwestorów i rozwój sektora usług okofoturystycznych. Dzięki temu rower stanie się pełnoprawnym segmentem krajowej gospodarki turystycznej.

Czy trasy rowerowe włączane do sieci EuroVelo muszą spełniać jakieś specjalne normy, parametry?

Tak – EuroVelo to europejska marka jakości, a każda trasa włączana w tę sieć musi spełniać standardy określone przez Europejską Federację Cyklistów. Trasy muszą być bezpieczne, czytelnie oznakowane, dostępne i spójne. Obejmuje to zarówno infrastrukturę fizyczną (np. nawierzchnie), jak i elementy usługowe – od informacji po serwis, noclegi czy gastronomię. Wymagana jest również integracja z transportem publicznym i dostępność dla różnych grup użytkowników. Dostosowanie tras do tych norm będzie jednym z priorytetów NECC.

Które z tras funkcjonujących w Polsce będą włączone w sieć EuroVelo?

W Polsce wytyczonych zostało sześć tras EuroVelo: EV2 (Szlak Stolic), EV4 (Europa Centralna), EV9 (Bałtyk–Adriatyk), EV10 (Rowerowy Szlak Morza Bałtyckiego), EV11 (Szlak Europy Wschodniej) oraz EV13 (Szlak Żelaznej Kurtyny). Razem stanowią blisko 5000 km tras o różnym stopniu zaawansowania budowy. Część z nich, np. EV10 i EV13 na Pomorzu, jest już w dużym stopniu ukończona, inne – jak EV11 – wymagają jeszcze wielu inwestycji.

Czy trasy na terenie Polski, które potencjalnie mogą być włączone do EuroVelo, będą wymagały przebudowy i specjalnego oznakowania?

W wielu przypadkach – tak. Choć w niektórych regionach trasy już spełniają standardy EuroVelo, to wiele odcinków

Euro Velo – Jezioro Czorszyńskie / Euro Velo – Lake Czorszyn



Fot.: p.kazmierczak – Adobe Stock



Fot.: Tomasz Warszawski – Adobe Stock

Rowerem po ziemi łódzkiej – w tle kolegiata w Tumie

Cycling through the Łódź region – the collegiate church in Tum

Union of Voivodeships of the Republic of Poland, the application to the European Cyclists' Federation was submitted on 12 June and the final decision will be taken in September this year. Once this is obtained, the Centre will begin its operational activities.

What benefits do you foresee from the Centre?

Thanks to the NECC we will gain coherence of activities on a national and European scale. We will facilitate the realisation of cycling investments, support regions in their contacts with the European Cyclists' Federation and strengthen the quality of services. The promotion of routes will become more visible and professional. Equally importantly, the Centre will actively co-operate with external stakeholders: ministries, NGOs, the ECF, transport operators, the tourist industry and above all the regions – the main investors of the EuroVelo routes.

In the long term, this will translate into an increase in the number of cyclists, greater investor interest in and the development of the tourism-related services sector. Thanks to that cycling will become a fully fledged segment of the national tourist economy.

Do cycling routes included in the EuroVelo network have to meet any special standards, parameters?

Yes – EuroVelo is a European quality brand and any route included in the network must meet the standards set by the European Cyclists' Federation. Routes must be safe, clearly signposted, accessible and consistent. This includes both the physical infrastructure (e.g. pavements) and the service elements – from information to service, accommodation or catering. Integration with public transport and accessibility for different user groups is also required. Bringing routes up to these standards will be one of the priorities of the NECC.

Which of the routes operating in Poland will be included in the EuroVelo route network?

Six EuroVelo routes have been designated in Poland: EV2 (Capital Cities Route), EV4 (Central Europe), EV9 (Baltic-Adriatic), EV10



Rowerem po Szczecinie / Cycling around Szczecin

wymaga modernizacji, lepszego oznakowania, poprawy bezpieczeństwa czy dostosowania do potrzeb użytkowników. Właśnie dlatego tak ważna jest rola NECC jako koordynatora tego procesu i partnera dla inwestorów i samorządów.

Czy polskie trasy wchodzące w skład EuroVelo będą łączyć się z podobnymi trasami na terenie Europy?

Zdecydowanie tak – to sedno idei EuroVelo. Polska ma szansę stać się rowerowym pomostem łączącym Skandynawię z Bałkanami i Europę Zachodnią ze Wschodnią, umożliwiając podróż rowerem przez granice, bez konieczności przerywania trasy. Dzięki centralnej lokalizacji Polska staje się kluczowym ogniwem sieci w Europie. Już teraz nasze trasy płynnie łączą się z siecią w Niemczech, Czechach czy na Słowacji.

Czym mogą wyróżniać się trasy EuroVelo przebiegające przez nasz kraj?

Jak już wspomniałam, nasze trasy charakteryzuje różnorodność: krajobrazowa, kulturowa i historyczna. Przykładem może być Małopolska, gdzie można podziwiać panoramę Tatr i jednocześnie zatrzymać się nad Jeziorą Czorszyńskim. Polska oferuje nie tylko piękne widoki, ale także autentyczne doświadczenia – coś, czego coraz częściej brakuje w mocno skomercjalizowanych destynacjach. Ponadto cechuje nas wyjątkowa gościnność, smaczna kuchnia i wysokie standardy świadczonych usług.

Przez jakie tereny Polski prowadzą trasy EuroVelo?

EV10 i EV13 ciągną się wzdłuż wybrzeża Bałtyku, EV9 prowadzi z Gdańska do granicy z Czechami, EV2 biegnie z zachodu na wschód przez Mazowsze i Podlasie, EV4 przez Małopolskę i Podkarpacie, a EV11 z południa Polski na Warmię i Mazury. Każda z nich przecina różne regiony, prezentując ich odrębność i unikalny charakter.

(Baltic Sea Cycling Route), EV11 (Eastern Europe Route) and EV13 (Iron Curtain Route). Together they represent nearly 5,000 km of routes with varying degrees of construction. Some of them, such as EV10 and EV13 in Pomerania, are already largely completed, others – such as EV11 – still require a lot of investment.

Will routes in Poland that could potentially be included in EuroVelo require reconstruction and special signage?

In many cases – yes. Although in some regions the routes already meet EuroVelo standards, many sections require modernisation, better signage, improved safety or adaptation to users' needs. This is why NECC's role as coordinator of this process and partner for investors and local authorities is so important.

Will the Polish routes included in EuroVelo connect with similar routes in Europe?

Definitely yes – this is the essence of the idea of EuroVelo. Poland has a chance to become a cycling bridge connecting Scandinavia with the Balkans and Western Europe with Eastern Europe, making it possible to travel by bicycle across the borders, without the need to break the route. Thanks to its central location Poland becomes a key link of the network in Europe. Our routes already seamlessly connect to the networks in Germany, the Czech Republic and Slovakia.

What are the distinctive features of the EuroVelo routes running through our country?

As I have already mentioned, our routes are characterised by diversity: landscape, cultural and historical. An example is Małopolska, where you can admire the panorama of the Tatra Mountains and at the same time stop at Lake Czorszyńskie. Poland offers not only beautiful sights, but also authentic experiences – something that is hardly ever found in heavily commercialised destinations. In addition, we are characterised by exceptional hospitality, tasty cuisine and high standards of service.

Through which areas of Poland do the EuroVelo routes run?

EV10 and EV13 stretch along the Baltic coast, EV9 leads from Gdańsk to the Czech border, EV2 runs from west to east through Mazovia and Podlasie, EV4 through Małopolska and Podkarpacie, and EV11 from southern Poland to Warmia and Masuria. Each of them crosses different regions, presenting their distinctiveness and unique character.

What countries have you mainly drawn inspiration from when creating EuroVelo routes in our country?

We are certainly inspired by Germany, the Netherlands and Austria – countries with a long tradition in creating cycling routes.

Z jakich krajów głównie czerpalicie inspirację przy tworzeniu u nas tras EuroVelo?

Z pewnością inspirują nas Niemcy, Holandia i Austria – kraje z długoletnią tradycją w tworzeniu tras rowerowych. Jednak Polska nie zamierza kopiować rozwiązań wprost – uczyliśmy się od najlepszych, ale chcemy budować swoją własną jakość, opartą na lokalnych walorach i potrzebach. Warto podpatrywać dobre rozwiązania stosowane z powodzeniem w innych krajach, również te związane z usługami, badaniami ruchu rowerowego czy systemem miejsc przyjaznych rowerzystom. Turystyka rowerowa to nie tylko infrastruktura i usługi, ale również szereg innych obszarów, które należy wspierać i monitorować.

Czy tego typu przedsięwzięcie turystyczne wymaga specjalnej promocji?

Promocja jest kluczowa. Chcemy, by o polskich trasach rowerowych mówiono nie tylko w Warszawie, ale też w Amsterdamie, Berlinie czy Brukseli. W planach mamy kampanie medialne, obecność na targach, współpracę z influencerami, przygotowanie przewodników i map, rozwój strony internetowej oraz działania edukacyjne. Promocja będzie niezwykle ważnym elementem aktywności NECC. Ponadto, wchodząc w europejski system sieci Narodowych Centrów Koordynacji EuroVelo i stając się częścią Europejskiej Federacji Cyklistów, zyskujemy niepowtarzalną szansę promocji na skalę europejską i światową, którą bardzo intensywnie prowadzi ECF.

Czy w ramach polityki rowerowej POT planowane są kolejne projekty?

Tak, rowerowa polityka to proces, nie projekt zamknięty. Pracujemy m.in. nad stworzeniem bazy danych tras rowerowych, ujednoliceniem i wdrożeniem systemu certyfikacji miejsc przyjaznych rowerzystom, nad integracją tras z transportem publicznym. Chcemy prezentować te trasy na dedykowanym portalu internetowym, a w przyszłości planujemy stworzenie aplikacji mobilnej. Planujemy również rozwój systemu zbierania danych o ruchu rowerowym i jakości tras. A wszystko to przy współpracy z regionami, środowiskiem NGO i sektorem prywatnym. Naszą ambicją jest, by Polska stała się liderem nowoczesnej, dostępnej i zrównoważonej turystyki rowerowej w Europie. Należy jednak pamiętać, że przed nami jeszcze wiele pracy i na spektakularne sukcesy trzeba będzie poczekać.

Zobacz więcej na:
See more on:



However, Poland does not intend to copy solutions directly – we learn from the best, but we want to build our own quality, based on local values and needs. It is worth to look at good solutions applied successfully in other countries, also those connected with services, cycling traffic surveys or a system of cycle friendly places. Cycling tourism is not only the infrastructure and services, but also a number of other areas, which should be supported and monitored.

Does this type of tourism venture require special promotion?

Promotion is key. We want the Polish cycling routes to be talked about not only in Warsaw, but also in Amsterdam, Berlin or Brussels. We are planning media campaigns, presence at trade fairs, cooperation with influencers, preparation of guides and maps, website development and educational activities. Promotion will be an extremely important part of the NECC's activities. In addition, by entering the European network system of EuroVelo National Coordination Centres and becoming part of the European Cyclists' Federation, we gain a unique opportunity for promotion on a European and global scale, which is very intensively pursued by the ECF.

Are further projects planned under the PTO's "cycling policy"?

Yes, the cycling policy is a process, not a closed project. We are working, among other things, on the creation of a database of cycling routes, on the standardisation and implementation of a certification system for cycle-friendly places, on integration of routes with public transport. We want to present these routes on a dedicated web portal, and in the future we plan to create a mobile application. We also plan to develop a system to collect data on cycling traffic and route quality. And all this in collaboration with the regions, the NGO community and the private sector. Our ambition is to make Poland a leader of modern, accessible and sustainable cycling tourism in Europe. However, it should be remembered that there is still a lot of work ahead of us and we will have to wait for spectacular successes.

Rowerem po Spiszu i Podhalu – przełęcz nad Łąpszanką
Cycling through Spisz and Podhale – the Łąpszanka Pass



Fot.: pkaż / iStock – Adobe Stock

ZANIM WSIĄDZIESZ NA ROWER

RODERYK WIĘCEK

Marzy Ci się wyprawa rowerowa w nieznaną? A może planujesz weekendowe wypadki za miasto lub dłuższy urlop na dwóch kółkach? Niezależnie od tego, czy chcesz przemierzać asfaltowe szosy, leśne duktory czy szutrowe ścieżki, dobrze dobrany rower to fundament udanej przygody.

Rower turystyczny nie tylko powinien być wygodny – musi także poradzić sobie ze zróżnicowanymi nawierzchniami, warunkami pogodowymi i – przede wszystkim – z Tobą i Twoim stylem jazdy. Dobrze dopasowany rower wpływa na komfort, bezpieczeństwo i przyjemność z jazdy. Żle dobrany? Może zniechęcić do dalszych wypraw.

Najczęściej spotykane typy rowerów turystycznych to: trekkingowe, crossowe, górskie (MTB), gravelowe, szosowe, miejskie, a ostatnio także elektryczne (e-bike'i) i fatbike'i. Wybór odpowiedniego roweru zależy od rodzaju planowanych tras, preferowanego stylu jazdy oraz naszych indywidualnych potrzeb.

RODZAJE ROWERÓW ODPOWIEDNIACH DO TURYSTYKI

1. Trekkingowy – klasyk turystyki rowerowej

To najbardziej uniwersalna opcja. Ma solidną ramę, błotniki, bagażnik, oświetlenie. Świetnie sprawdza się na asfalcie i utwardzonych drogach, z lekko szutrowymi trasami też sobie poradzi. Zaprojektowany do długich wypraw i wycieczek, oferuje wygodną pozycję podczas jazdy i możliwość zamontowania bagażników i sakw.

2. Gravel – nowoczesny nomad

Szybszy i lżejszy niż trekkingowy, a przy tym lepiej radzi sobie z nawierzchniami nieasfaltowymi. Nie ma amor-

tyzatorów, za to bardzo dobre przełożenia i miejsce na szerokie opony. Świetny wybór dla osób planujących trasy będące połączeniem asfaltu, szutrow i leśnych dróg.

3. MTB (górski) – na wymagające trasy

Jeśli planujesz jazdę po górskich szlakach, leśnych duktach, w bardziej wymagającym terenie – rower górski będzie idealny. Jednak na asfaltowych szosach może być mniej komfortowy. Nadaje się do bikepackingu (wielodniowych i długodystansowych wycieczek), ale wymaga modernizacji (np. montażu bagażników). W obrębie rowerów MTB wyróżnia się kilka podtypów, jak XC, enduro czy downhill, różniących się poziomem zaawansowania technicznego.

4. Rowery szosowe z bagażnikiem – dla lubiących szybkość

To rowery do szybkiej jazdy po asfaltowych drogach, preferowane przez miłośników prędkości i efektywności. Dla tych, którzy celują w duże dzienne dystanse na dobrej nawierzchni. Lekkie i szybkie, ale mniej komfortowe na nierównych drogach.

5. Fatbike – specjalista od piasku i śniegu

Szerokie opony dają przyczepność w ekstremalnych warunkach. Świetna opcja dla rowerowych odkrywców.

6. Rower elektryczny (e-bike) – nowy wymiar turystyki

To doskonałe wsparcie w dłuższych i trudniejszych trasach. Elektryczny napęd pomaga pokonywać wzniesienia, ułatwia jazdę z ciężkim bagażem i wyrównuje różnice kondycyjne między uczestnikami wycieczki. E-bike'i dostępne są w wersjach trekkingowych, górskich i miejskich. Jedynym ograniczeniem może być zasięg i dostęp do ładowania.

Prócz wymienionych, sprawdzają się także rowery miejskie, choć ich zastosowanie ogranicza się głównie do jazdy w miastach i po utwardzonych nawierzchniach.

NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ PRZY WYBORZE ROWERU TURYSTYCZNEGO?

Wybór roweru to coś więcej niż moda – to dopasowanie sprzętu do własnych potrzeb i planów.

BEFORE YOU GET ON YOUR BIKE

Are you dreaming of a bike trip into the unknown? Or maybe you are planning a weekend trip out of town or a longer vacation on two wheels? Regardless of whether you want to cross asphalt roads, forest tracks or gravel paths, a well-chosen bike is the foundation of a successful adventure.

A touring bike should not only be comfortable – it must also cope with varied surfaces, weather conditions and – above all – you and your riding style. A well-





Gdzie zamierzasz jeździć?

- Asfalt i drogi lokalne – rower trekkingowy lub gravel z cienkimi oponami,
- Szutry i leśne ścieżki – gravel lub MTB z możliwością bikepackingu,
- Góry i teren – MTB z większym skokiem amortyzatorów.

Rower elektryczny? Świetny wybór dla każdej z tych opcji – w wersji gravel, MTB czy trekking.

Długość wyprawy

- Jednodniowe wycieczki – lekki rower, bez zbędnych dodatków,
- Wielodniowe ekspedycje – potrzebujesz możliwości montażu bagażu, wygodnej geometrii i stabilności. E-bike pomoże ograniczyć zmęczenie.

Styl jazdy

- Spokojne tempo i widoki – trekking lub e-bike,
- Sportowo i dynamicznie – gravel, MTB, szosowy.

Transport bagażu

- Sakwy – typowe dla rowerów trekkingowych.
- Bikepacking – montaż lekkich toreb bez bagażnika (często na MTB i gravelu),
- Przyczepka – dla rodzin lub na dłuższe wyprawy.

Budżet

- Dobre rowery turystyczne zaczynają się od ok. 3000–4000 zł,
- Rowery elektryczne kosztują więcej (od ok. 5000 zł), ale używane modele to także dobra opcja,
- Nie zapomnij o wyposażeniu: kask, sakwy, narzędzia.

fitted bike contributes to your comfort, safety and riding pleasure. A poorly chosen one? It can discourage you from further trips.

The most common types of touring bikes are: trekking, cross, mountain (MTB), gravel, road, city, and recently also electric (e-bikes) and fatbikes. Choosing the right bike depends on the type of planned routes, preferred riding style and our individual needs.

TYPES OF BIKES SUITABLE FOR TOURISM

1. Trekking – a classic of bicycle tourism

This is the most universal option. It has a solid frame, mudguards, a rack, and lighting. It works great on asphalt and paved roads, and will also cope with slightly gravel routes. Designed for long trips and excursions, it offers a comfortable riding position and the possibility of mounting racks and panniers.

2. Gravel – a modern nomad

Faster and lighter than a trekking bike, and at the same time copes better with non-asphalt surfaces. It has no shock absorbers, but very good gear ratios and space for wide tires. A great choice for people planning routes that are a combination of tarmac, gravel and forest roads.

3. MTB (mountain) – for demanding routes

If you plan to ride on mountain trails, forest paths, in more demanding terrain – a mountain bike will be ideal. However, it may be less comfortable on asphalt roads. It is suitable for bikepacking (multi-day and long-distance trips), but needs upgrading (e.g. mounting racks). Within MTB bikes, there are several subtypes, such as XC, enduro or downhill, which differ in the level of technical advancement.

Rozmiar ramy

Absolutnie kluczowy. Niewłaściwy rozmiar równa się dyskomfort. Warto przymierzyć rower w sklepie albo skorzystać z kalkulatora online.

Amortyzacja

- Brak amortyzacji – gravel, trekkingi; lepsza efektywność na asfalcie,
- Przedni amortyzator – standard w MTB,
- Amortyzacja tylna – na trudniejszy teren, ale zwiększa wagę.

Napęd

- Przerzutki zewnętrzne – lekkie i łatwe w serwisie,
- Jednorzędowy – prosty, popularny w gravelach i e-bike'ach,
- Więcej przełożeń – większa elastyczność w terenie.

Hamulce

- Tarczowe mechaniczne – solidne, proste w naprawie,
- Tarczowe hydrauliczne – skuteczne, szczególnie w trudnych warunkach,
- V-brake – lekkie, ale słabsze w deszczu.

NIEZBĘDNE AKCESORIA W TRASIE

- Wodoodporne sakwy lub torby bikepackingowe,
- Uchwyt na bidon,
- Oświetlenie przednie i tylne,
- Uchwyt na telefon / GPS,
- Zestaw naprawczy + zapasowa dętka,
- Kask,
- Aplikacja do nawigacji (np. Komoot, Strava).

PRZYMIERZ SIĘ DO ZAKUPU

Przed zakupem – zrób jazdę próbną. Sprawdź pozycję ciała, dostęp do klamek hamulcowych i ogólne wrażenie. Jeśli kupujesz e-bika – upewnij się, że wspomaganie działa płynnie, a rower nie jest dla Ciebie zbyt ciężki. Rower turystyczny powinien być Twoim sprzymierzeńcem, nie przeciwnikiem.



4. Road bikes with a rack – for those who like speed

These are bikes for fast riding on asphalt roads, preferred by lovers of speed and efficiency. For those who aim for long daily distances on good surfaces. Light and fast, but less comfortable on uneven roads.

5. Fatbike – a specialist in sand and snow

Wide tires provide grip in extreme conditions. A great option for cycling explorers.

6. Electric bike (e-bike) – a new dimension of tourism

This is the excellent support on longer and more difficult routes. The electric drive helps overcome hills, makes it easier to ride with heavy luggage and compensates for differences in fitness between participants of a trip. E-bikes are available in trekking, mountain and city versions. The only limitation may be the range and access to charging.

In addition to the above, city bikes are also good, although their use is mainly limited to riding in cities and on paved surfaces.

WHAT TO LOOK FOR WHEN CHOOSING A TOURING BIKE?

Choosing a bike is more than just fashion – it's about matching your equipment to your needs and plans.

Where do you plan to ride?

- Asphalt and local roads – trekking or gravel bike with thin tires,
- Gravel and forest paths – gravel or MTB with bikepacking capability,
- Mountains and off-road – MTB with greater shock absorber travel.

An electric bike? A great choice for each of these options – gravel, MTB or trekking.

Trip length

- Day trips – a lightweight bike with no unnecessary extras,
- Multi-day expeditions – you need luggage fitting, comfortable geometry and stability. An e-bike will help reduce fatigue.

Riding style

- Relaxed pace and views – trekking or e-bike,
- Sporty and dynamic – gravel, MTB, road.

Luggage transport

- Panniers – typical for trekking bikes,
- Bikepacking – assembly of light bags without a rack (often on MTB and gravel),
- Trailer – for families or longer trips.

Budget

- Good touring bikes start at around PLN 3,000–4,000.,



Fot.: Biker – Adobe Stock

Co wybrać na początek?

- Rower trekkingowy lub gravelowy to uniwersalny wybór,
- Rower elektryczny – idealny, jeśli chcesz się mniej zmęczyć, jeździsz z bagażem lub planujesz dłuższe dystanse,
- MTB z akcesoriami bikepackingowymi – dla miłośników leśnych przygód i noclegu pod chmurką.

Rowerowa turystyka może być przygodą życia – czy to weekendowy wypad na Mazury, czy miesiąc szlakiem Green Velo. Kluczem do sukcesu jest dobrze dobrany sprzęt. Rynek daje dziś ogromne możliwości. Ważne, by wybrać rower nie „najlepszy na rynku”, ale najlepszy dla siebie.



Fot.: Biker – Adobe Stock

- Electric bikes cost more (from around PLN 5,000), but used models are also a good option,
- Don't forget about equipment: helmet, panniers, tools.

Frame size

Absolutely crucial. Incorrect size equals discomfort. It is worth trying on a bike in a store or using an online calculator.

Suspension

- No suspension – gravel, trekking; better efficiency on asphalt,
- Front suspension – standard on MTB,
- Rear suspension – for more difficult terrain, but adds weight.

Drive

- External derailleurs – lightweight and easy to service,
- Single-speed – simple, popular on gravel and e-bikes,
- More gears – more flexibility off-road.

Brakes

- Mechanical disc – robust, easy to repair.
- Hydraulic disc – effective, especially in difficult conditions.
- V-brake – lightweight, but weaker in the rain.

ESSENTIAL ACCESSORIES FOR THE ROAD

- Waterproof panniers or bikepacking bags,
- Bottle holder,
- Front and rear lights,
- Phone / GPS holder,
- Repair kit + spare tube,
- Helmet,
- Navigation app (e.g. Komoot, Strava).

TRY TO BUY

Before buying – take a test ride. Check your body position, access to the brake handles and general impression. If you are buying an e-bike – make sure the power steering works smoothly and the bike is not too heavy for you. A touring bike should be your ally, not your adversary.

What to choose to get started?

- A trekking or gravel bike is a universal choice,
- An electric bike – ideal if you want to get less tired, ride with luggage or plan longer distances,
- MTB with bikepacking accessories – for lovers of forest adventures and overnight stays in the open air.

Cycling tourism can be the adventure of a lifetime – whether it is a weekend trip to the Mazurian Lake District or a month on the Green Velo trail. The key to success is well-chosen equipment. The market today offers huge possibilities. It is important to choose a bike, which is not “the best on the market”, but the best for you.



TALARIA
RESORT & SPA

MIEJSCE STWORZONE DLA KOBIET
A PLACE MADE FOR WOMEN

W sercu Mazowsza, pośród 25 ha zieleni, powstał unikalny kompleks wellness dedykowany kobietom. Talaria Resort & SPA to przestrzeń regeneracji, inspiracji i kobiecej mocy – z tematycznymi pokojami, wyrefinowaną kuchnią i 1500 m² strefą SPA.

In the heart of Masovia, nestled among 25 hectares of greenery, a unique wellness complex dedicated to women has been created. Talaria Resort & SPA is a space of regeneration, inspiration, and feminine power – with themed rooms, refined cuisine, and a 1,500 m² spa area.

Każdy detal – od menu w restauracji Sophie i Suzanne, przez tematyczne 53 pokoje, po kojący wystrój SPA – został zaprojektowany tak, by wspierać regenerację i kobiecy dobrostan. Talaria oferuje 40 weekendów „For Ladies Only”, jogę, warsztaty rozwojowe, koncerty oraz programy wspierające zdrowie – w tym Onko-Tydzień i Akademię Wakacyjną.

Every detail – from the menu at the Sophie and Suzanne restaurant, the 53 themed rooms, to the soothing spa décor – has been designed to support regeneration and feminine well-being. Talaria offers 40 “For Ladies Only” weekends, yoga, self-development workshops, concerts, and health-supporting programmes – including Onco-Week and the Summer Academy.



Talaria Resort & SPA

08-455 Trojanów 158, tel. +48 22 39 77 308/309, +48 22 839 02 58
e-mail: recepja@talaria.pl; marketing@talaria.pl
www.talaria.pl; www.facebook.pl/TalariaLadiesSpa
GPS N 51° 69' 183" E 21° 81' 5526"

MAGDALENA WALUSIAK

PRZEZ MAZOWSZE NA DWÓCH KÓŁKACH

THROUGH MAZOVIA ON TWO WHEELS

Mazowsze. Samo serce Polski. Pozornie doskonałe znane widoki: pola i łąki po horyzont, podzielone wstążkami dróg i miedzami, przy których rosną wierzy. Nad malowniczym krajobrazem snują się dźwięki mazurków Chopina, bo to jego kraina i każdy o tym wie. Ale jak różnorodny potrafi być mazowiecki pejzaż, najlepiej orientują się ci, którzy przemierzali tysiące kilometrów szlaków Mazowsza na dwóch kółkach.

Fot.: New Africa – Adobe Stock



Pomnik Zygmunta Krasińskiego w Opinogórze / Monument to Zygmunt Krasiński in Opinogóra

RODZINNE WYPRAWY ROWEROWE

Mazowsze jest idealne na rowerowe wycieczki – od krótkich, kilkunastokilometrowych wypadów po wygodnych asfaltowych trasach, przez kilkudziesięciokilometrowe wyprawy po piachach i leśnych duktach wymagające solidnej kondycji, po gravelowe ultramaratony pozwalające poznać olbrzymi teren i wykonać pętlę wokół stolicy Polski.

Nie tylko długość tras i jakość dróg dyktują w województwie mazowieckim wybór szlaku. Można poznawać różnorodność przyrodniczą regionu bogatego w lasy (a nawet dzikie puszcze!), doliny rzek i nadrzeczne łąki zamglone o poranku, a także torfowiska i piaszczyste wydmy, bezkresne pola i olbrzymie sady owocowe. Można podążać szlakami tematycznymi, bo obecne województwo łączy kilka krain historycznych i etnograficznych, a to oznacza także różnorodność tradycji, historii, smaków i produktów kulinarnych oraz wiele ciekawostek architektonicznych.

Większość szlaków nie wymaga wyjątkowych umiejętności, wyzwaniem może być ich długość, dlatego właśnie na Mazowszu bardzo łatwo znaleźć atrakcyjne trasy dostępne dla całej rodziny oraz osób w różnym wieku i kondycji. Nad tą ostatnią da się tutaj swobodnie popracować z dala od wielkich miast, od których można się wcześniej oddalić pociągiem Kolei Mazowieckich lub WKD.

Mazovia. The very heart of Poland. Seemingly well-known sights: fields and meadows to the horizon, divided by ribbons of roads and baulks, with willows growing along them. Above the picturesque landscape the sounds of Chopin's mazurkas float over, because this is his land and everyone knows it. But how diverse the Mazovian landscape can be, is best known to those who have traveled thousands of kilometers of Mazovia's trails on two wheels.

FAMILY BICYCLE TOURS

Mazovia is ideal for bicycle trips – from short rides along comfortable asphalt routes, through trips of several dozen kilometers on sand and forest tracks requiring solid fitness, to gravel ultramarathons allowing you to get to know the vast terrain and make loops around the Polish capital.

Muzeum Romantyzmu w Opinogórze / Museum of Romanticism in Opinogóra



Fot.: Pixabay



Fot.: Dejan Gospodarek – Adobe Stock

Czerwińsk – Sanktuarium Pani Czerwińskiej / Czerwińsk – Sanctuary of Our Lady of Czerwińsk

Jak wybierać trasy? Gdzie szukać informacji o szlakach i atrakcjach, które się na nich znajdują? W punktach informacji turystycznej oraz na stronach internetowych promujących regionalną i lokalną turystykę znajdują się przewodniki i mapy z propozycjami wypraw i opisami atrakcji turystycznych.

PĘTLA WOKÓŁ WARSZAWY: RÓŻNE OBlicZA MAZOWSZA

Pierwszy Mazowiecki Gravel, czyli ultramaraton dookoła Mazowsza, wystartował w 2021 roku i wyznaczył pierwszą pętlę po regionie, liczącą ponad 500 km. Można ją z powodzeniem odtworzyć, korzystając z serii „Map rowerowych Mazowsza” wydanych przez samorząd województwa, a gigantyczną wyprawę obliczoną jako całość dla rowerzystów o znakomitej kondycji podzielić na wygodne odcinki. Zaletą tych czterech publikacji, poza poręcznością, jest zamieszczenie na odwrocie opisów najciekawszych miejsc i terenów na północ, południe, wschód i zachód od Warszawy.

Trasa, którą wyznaczył pierwszy Mazowiecki Gravel, zaczyna się w Warce i wiedzie przez teren sadów owocowych, w których królują jabłonie, do Bolimowskiego Parku Krajobrazowego. Kolejny etap przez Sochaczew dociera do Żelazowej Woli i Brochowa, czyli do krainy Chopina i Puszczy Kampinoskiej, a potem dalej, do Wyszogrodu, gdzie zaczyna się nowy histo-

But it's not just the length of the trails and the quality of the roads that dictate route choice in the Mazovia region. You can get to know the natural diversity of a region rich in forests (and even wilderness!), river valleys and riverside meadows misty in the morning, as well as marshes and sandy dunes, boundless fields and giant fruit orchards. You can follow thematic trails, as the current province combines several historical and ethnographic lands, and this also means a variety of traditions, history, tastes and culinary products, and many architectural curiosities.

Most trails do not require exceptional skills, it's their length that may be the challenge. That's why it's very easy to find attractive trails in Mazovia that are accessible to the whole family and pe-

Wisła w okolicy Wyszogrodu / Vistula near Wyszogród



Fot.: ongap – Adobe Stock

ryczny temat – dawne miasta królewskie w dolinach rzek, czyli Czerwińsk nad Wisłą z fenomenalną katedrą romańską, a później Ciechanów z Zamkiem Książąt Mazowieckich.

Opinogóra z Muzeum Romantyzmu znajduje się już na następnym odcinku, który zamyka przejazd przez miasto Różan nad Narwią. Można stąd wyruszyć na poznanie Puszczy Białej i spotkania z bezkresnymi nadbużańskimi łąkami. Cały kolejny etap to bliskie spotkania z naturą w Nadbużańskim Parku Krajobrazowym – jednym z największych takich parków w Polsce. Zmiana kierunku i tematu – oto droga do gminy Mrozy i Mazowsze na filmowo, czyli możliwość odwiedzenia miejsc, w których powstawał kultowy serial „Ranczo”. Stąd już niedaleko nad rzekę Świder i do Mazowieckiego Parku Krajobrazowego, czyli do krainy cudownej architektury drewnianej zwanej świdermajerem oraz nadwiślańskich torfowisk.

Po drugiej stronie Wisły czeka na rowerzystów pełna sakralnych zabytków Góra Kalwaria, zamek w Czersku, a właściwie jego pozostałości, oraz Chojnowski Park Krajobrazowy z piaszczystymi wydmy.

SMAKOWITY KAWALEK PODLASIA NA MAZOWSZU

Pod koniec 2023 roku do sieci trafiła mapa szlaków rowerowych Doliny Bugu, a w lutym 2024 roku zostały opisane szlaki przecinające m.in. Podlaski Przełom Bugu oraz południowo-wschodnią enklawę Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego

Turniej rycerski na zamku w Czersku / Knights' tournament at the castle in Czersk



Fot.: Jan Piotr – Adobe Stock

ople of all ages and fitness levels. It is here that the latter can be freely worked on away from the big cities, which you can leave earlier by train of Mazovia Railways or WKD.

How to choose routes? Where to look for information about the trails and the attractions along them? You can find guidebooks and maps with suggestions for excursions and descriptions of tourist attractions in tourist information points and on websites promoting regional and local tourism.

LOOP AROUND WARSAW: DIFFERENT FACES OF MAZOWSZE

The first Mazovian Gravel, an ultramarathon around Mazovia, started in 2021 and marked the first loop around the region of more than 500 km. It can be successfully recreated using the series of “Bicycle Maps of Mazovia” recently issued by the provincial government, and the gigantic expedition, calculated as a whole for cyclists in excellent shape, can be divided into convenient sections. The advantage of these four publications, in addition to handiness, are the descriptions of the most interesting places and areas north, south, east and west of Warsaw included on the back.

The route, which was mapped out by the first Mazovian Gravel, starts in Warka and leads through an area of fruit orchards, where apple trees reign supreme, to Bolimowski Landscape Park. The next stage through Sochaczew reaches Żelazowa Wola and Brochów, the land of Chopin and the Kampinos Forest, and

z Korczewem. Nad tymi projektami pracowała Lokalna Grupa Działania Tygiel Doliny Bugu, zbierając bezcenne dla miłośników turystyki rowerowej informacje w rozbudowany szlak „Bug rajem dla turysty”. Znalazły się na nim m.in.: Szlak Nadbużańskich Grodzisk, Szlak Pałaców, Dworów i Sądów Nadbużańskich i wiele innych, połączonych z międzynarodowym Wschodnim Szlakiem Rowerowym Green Velo przecinającym Polskę wzdłuż wschodniej granicy.

Z tego właśnie szlaku warto odbić na zachód, na lewy brzeg Bugu, prosto do malowniczego Parku Krajobrazowego Podlaski Przełom Bugu, który znajduje się na styku trzech województw – mazowieckiego, podlaskiego i lubelskiego.

Podróżując lewobrzeżem ostatniej dzikiej rzeki Europy, jak wciąż jeszcze bywa określany Bug, warto opracować sobie trasę śladem kulinarnych smakowitości nadbużańskiego Podlasia. Wiedzie ona z Borsuków, gdzie można znaleźć odrobinę Szampanii w gospodarstwie Francuza i jego żony Polki, którzy zakochali się we wschodnim krańcu Mazowsza i postawili dom wzorowany na szlacheckich dworach z piwniczką pełną francuskich win oraz kuchnią serwującą dania kuchni fusion łączącej tradycje z nad Sekwany z nadbużańskimi.

Kolejny przystanek to Serpelice – miejsce z piękną dziką plażą nad Bugiem i dostępem do wypożyczalni kajaków. W okolicy są też gospodarstwa agroturystyczne serwujące pyszne jedzenie z lokalnych produktów. W Zabuzu, tuż przy przeprawie promowej, można wpaść do restauracji hotelowej na dania kuchni polskiej i podlaskiej, z lokalnymi wędlinami z dziczyzny.

W Klimczycach produkowane są soki z owoców zbieranych w okolicznych sadach. Na przełomie maja i czerwca właśnie tam odbywają się uczty śniadaniowe, w czasie których na stołach królują różnorodne potrawy z uprawianymi na miejscu szparagami. Stąd już tylko chwila do pałacu w Korczewie

Pałac w Korczewie / Palace in Korczew



then continues on to Wyszogród, where a new historical theme begins – the former royal towns in the river valleys, i.e. Czerwińsk on the Vistula River with its phenomenal Romanesque cathedral, and later Ciechanów with the Castle of the Mazovian Princes.

The next section, which closes the drive, includes Opinogóra with the Museum of Romanticism. From there, you can set off to explore the White Forest and meet the boundless meadows of the Bug River. The next stage is all about close encounters with nature in the Nadbużański Landscape Park, one of the largest parks of its kind in Poland.

A change of direction and theme — here is the route to the municipality of Mrozy and the Mazovia region, as seen in the film. This is an opportunity to visit the places where the popular TV series “The Ranch” was filmed. From here, it is not far to the Świder River and the Mazovian Landscape Park, a wonderland of wooden architecture called Świdermajer, as well as the Vistula River marshes. On the other side of the Vistula, cyclists will find Góra Kalwaria, full of sacred monuments, and the castle in Czersk (or rather, its remains), and the Chojnowski Landscape Park, which features sand dunes.

A TASTY PIECE OF PODLASIE IN MAZOVIA

At the end of 2023, a map of the Bug River Valley bicycle trails was made available online. In February 2024, the following trails were described. These trails cross the Podlaski Gorge of the Bug River and the southeastern enclave of the Nadbużański Landscape Park, including Korczew. The Local Action Group ‘Tygiel Doliny Bugu’ worked on these projects collecting invaluable information for cycling enthusiasts in the developed trail “Bug – a paradise for tourists”. It included, among others: Trail of Bug River Hill Forts, Trail of Palaces, Mansions and Orchards of the Bug River and many others, connected to the international the Green Velo East of Poland Cycling Trail crossing Poland along the eastern border.

From this trail, it is worth turning west to the left bank of the Bug River and heading straight to the picturesque landscape park Podlaski Przełom Bugu. This park is located at the junction of three provinces: Mazowieckie, Podlaskie, and Lubelskie.

As you travel along the left bank of the Bug River, sometimes referred to as Europe’s last wild river, you can develop a route that follows the culinary delights of the Bug River region of Podlasie. The route leads from Borsuki, where a Frenchman and his Polish wife have a farm with a bit of Champagne. The couple fell in love with the eastern edge of Mazovia and built a house modeled after noble manor houses. The cellar is full of French wines, and



z restauracją mającą w menu sezonowe dania z lokalnych produktów wedle tradycyjnych przepisów. Smacznego!

KAMPINOSKI SZLAK ROWEROWY

Wracamy na koniec do nowiutkiej serii czterech „Map rowerowych Mazowsza”. Mapa prezentująca tereny na północ od Warszawy przyda się każdemu, kto zechce skorzystać z bogactwa szlaków rowerowych przecinających Kampinoski Park Narodowy, nazywany zielonymi płucami stolicy. Największy obszar leśny województwa polskiego jest ze stolicą komunikacją miejską i każdego dnia przyciąga wielu turystów spragnionych bliskiego kontaktu z naturą.

Miłośnicy wypraw rowerowych znajdą tu blisko 200 km tras rowerowych, często wymagających sporego wysiłku i kondycji. Najciekawszym wyzwaniem dla cyklistów jest Kampinoski Szlak Rowerowy poprowadzony wzdłuż granic puszczy.

Dodatkową pomocą w nawigacji może być internetowa mapa na stronie Kampinoskiego Parku Narodowego, na której zostały zaznaczone m.in. punkty noclegowe na obrzeżach i w otulinie puszczy oraz wszystkie ważne i ciekawe dla turysty miejsca, takie jak ścisłe rezerваты, pomniki przyrody, grodziska, miejsca pamięci oraz polany wypoczynkowe.

Tę samą mapę można wykorzystać później do poznawania z wysokości rowerowego siodła Twierdzy Modlin oraz innych okolic Nowego Dworu Mazowieckiego, a także szlaku wokół Jeziora Żegrzyńskiego.



Materiał opracowano na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego
Material prepared at the request of the Mazovian Voivodeship Management Board

the kitchen serves fusion cuisine combining traditions from across the Seine with those of the Bug River.

The next stop is Serpelice, a place with a beautiful, secluded beach on the Bug River and access to canoe rentals. There are also agritourism farms in the area that serve delicious food made with local products. In Zabuz, just off the ferry crossing, you can drop by a hotel restaurant specializing in Polish and Podlasie cuisine with local game meats.

Klimczyce produces juices from fruits harvested in the surrounding orchards, and in late May and June this is where breakfast feasts are held, featuring a variety of dishes with asparagus grown on site. From there, it’s only a short drive to the palace in Korczew, with a restaurant which has a menu of seasonal dishes made from local products according to traditional recipes. Enjoy your meal!

KAMPINOS BIKE TRAIL

Finally, we return to the brand-new series of four “Bicycle Maps of Mazovia”. The map presenting areas north of Warsaw will be useful to anyone wishing to take advantage of the wealth of trails and bicycle routes crossing the Kampinos National Park, called the green lungs of the capital. The largest provincial forest area is connected to the capital by public transportation and attracts many tourists each day who crave close contact with nature.

Cycling enthusiasts will find nearly 200 kilometers of bicycle routes that often require considerable effort and fitness. The most interesting challenge for cyclists is the Kampinos Bicycle Route, which winds along the forest’s borders.

An online map on the Kampinos Park website can serve as an additional aid to navigation. The map shows accommodation points on the outskirts and in the buffer zone of the forest, as well as all important and interesting places for tourists, such as strict reserves and nature monuments, fortified settlements, memorials, and resting glades.

The same map can be used later to explore Modlin Fortress and other areas of Nowy Dwór Mazowiecki, as well as the trail around Lake Żegrzyński. All from the height of a bicycle saddle.

Pobierz rowerowy przewodnik po Mazowszu





Pałac Radziwiłłów w Nieborowie / The Radziwiłł Palace in Nieborów

Fot.: D. Kwapisiewicz

ODKRYWAJ ŁÓDZKIE NA ROWERZE

EXPLORE LODZKIE REGION BY BIKE

Dla miłośników aktywnego wypoczynku, którzy chcą odkryć uroki województwa łódzkiego, rower to najlepszy wybór. To nie tylko zdrowy sposób podróżowania, ale też doskonała okazja, by poczuć klimat regionu.

If you're an active traveller looking to discover the charms of the Lodzkie Region, cycling is the best way to do it. Not only is it a healthy way to travel, it is also an excellent way to experience the region's atmosphere.



Fot.: arch. UM Uniejów

Zamek Arcybiskupów Gnieźnieńskich w Uniejowie
The Castle of the Archbishops of Gniezno in Uniejów

W Łódzkiem działa ponad 120 oznakowanych szlaków rowerowych – od krótszych, lokalnych, po długie magistrale. By pokazać najciekawsze miejsca Łódzkiego, a zarazem połączyć lokalne trasy ze szlakami przebiegającymi przez sąsiednie regiony, stworzono wojewódzki system turystycznych szlaków rowerowych obejmujący: magistrale ponadregionalne oraz trasy subregionalne i lokalne – oznakowane kolorem zielonym i żółtym.

Magistrale, oznaczone na mapach czerwonym kolorem, to rowerowe „autostrady” liczące około 200 km, na których znajdziemy miejscowości o ważnym znaczeniu turystycznym, bogate w zabytki architektoniczne i przyrodnicze. **Magistrala Wschód–Zachód** prowadzi m.in. przez Wartę, Łódź i Tomaszów Mazowiecki. **Magistrala Północ–Południe** biegnie przez Łęczycę, Łutomiersk i Radomsko. Z kolei **Szlak Grunwaldzki** (193 km) upamiętnia 600-lecie bitwy pod Grunwaldem i wiedzie historyczną trasą przemarszu wojsk Jagiełły. Prowadzi m.in. przez Żarnów, Sulejów, Wolbórz i Skierniewice. Żółty **Szlak Bursztynowy** liczy 275 km i biegnie wzdłuż Warty i Bzury. Umożliwia poznanie starożytnych traktów, którymi wędrowali kupcy w poszukiwaniu „złota północy”.

SZLAKI SUBREGIONALNE POZWALAJĄ ODKRYĆ UKRYTE PERŁKI REGIONU.

- Szlak W Centrum Polski (ponad 300 km) – jak sama nazwa wskazuje, przebiega przez Piątek, czyli geometryczny środek Polski, ale pozwala też odwiedzić np. gotycki zamek w Oporowie, Pałac Saski w Kutnie, zamek w Łęczycy, romańską kolegiatę i grodzisko w Tumie, skansen w Kwiatkówku oraz Zgierz z Parkiem Kulturowym Miasto Tkaczy.
- Szlak Gorących Źródeł (ok. 200 km) będzie idealny, jeśli po jeździe rowerem ma się ochotę na relaks w termach w Uniejowie lub Poddębicach. W Uniejowie można



Fot.: arch. ZPKWiL M. Ignaszak

Rowerem przez wydmy śródlądowe w okolicach rzeki Grabia
Cycling through the inland dunes near the Grabia River

There are over 120 marked cycle trails in the Lodzkie Region, ranging from short local routes to long arterial ones. To showcase the region's most captivating destinations and simultaneously connect local routes with those spanning neighbouring regions, a region system of tourist bicycle routes has been established. This system comprises supra-regional main routes, sub-regional routes, and local routes, which are distinguished by green and yellow markings.

The arterial roads, marked in red on the maps, form a network of cycling 'highways' totalling around 200 km. Along these routes, we can find towns of significant tourist importance, which are rich in architectural and natural monuments. The **East-West Magistral** runs, inter alia, through Warta, Łódź and Tomaszów Mazowiecki. The **North-South Magistral** passes through Łęczycę, Łutomiersk and Radomsko. The 193 km **Grunwald Trail** commemorates the 600th anniversary of the Battle of Grunwald, leading along the historical route of Jagiello's army's march. It passes through places such as Żarnów, Sulejów, Wolbórz and Skierniewice, among others. The 275 km **Yellow Amber Trail** runs alongside the Warta and Bzura rivers. It allows visitors to follow the ancient routes along which merchants travelled in search of the 'gold of the north'.

THE SUB-REGIONAL ROUTES ALLOW YOU TO DISCOVER THE REGION'S HIDDEN GEMS.

- The **W Centrum Polski** (In the Centre of Poland) trail (over 300 km) runs through Piątek – the geometric centre of Poland – and allows you to visit the Gothic castle in Oporów, the Saxon Palace in Kutno, the castle in Łęczycę, the Romanesque collegiate church and fortified settlement in Tum, the open-air museum in Kwiatkówka and Zgierz with its City of Weavers Cultural Park, among other places.
- The **Hot Springs Trail** (approx. 200 km) will be ideal if, after cycling, you feel like relaxing in the thermal springs in Uniejów or Poddębice. In Uniejów, you can also visit the



Fot.: arch. ZPKWL M. Ignaczak

Pomnikowe dęby w Pruszkowie w pobliżu szlaku Skarby Ziemi Sieradzkiej / Monumental oak trees in Pruszków, on the Treasures of the Sieradz Land route

również skorzystać z tężni solankowej o stężeniu jodu ośmiokrotnie wyższym niż nad Bałtykiem oraz zwiedzić Zamek Arcybiskupów Gnieźnieńskich z XIV wieku.

- **Szlaki Rowerowe Ziemi Sieradzkiej (420 km)** – to szlaki św. Maksymiliana Kolbego, Skarbów Ziemi Sieradzkiej i Osad Braci Czeskich – świetne dla tych, którzy lubią historię i lokalne legendy. Cztery odcinki – Szlak Węgla Brunatnego – prowadzi od Kleszczowa przez Bełchatów do Tuszyń. Każda z tras kryje inną historię i inny klimat.
- **Szlak Ziemi Rawskiej (250 km)** – zaprasza do odkrywania uroków okolic Brzeziny, Rogowa, Rawy Mazowieckiej i Białej Rawskiej. Daje możliwość poznania terenów Parku Krajobrazowego Wzniesień Łódzkich oraz doliny rzeki Rawki, która na całym swym odcinku jest rezerwatem przyrody.
- **Szlak Nad Pilicę (ok. 200 km)** prowadzi z Łodzi przez Piotrków Trybunalski do Maluszyna, a dalej wzdłuż rzeki Pilicy przez Przedbórz do Sulejowa. To przede wszystkim piękne krajobrazy – trasa wiedzie obok kilku rezerwatów przyrody oraz granicą Sulejowskiego Parku Krajobrazowego, ale także przez miejsca historyczne, np: Przedbórz, Bąkową Górę, Majkowice czy Sulejów.

Przemierzając szlaki województwa łódzkiego, mamy okazję poznać walory kulturowe i przyrodnicze regionu. Na każdym kroku czekają zabytki, barwne pejzaże, folklor, potrawy regionalne i wiele innych atrakcji. Podróżując rowerem, z bliska docenimy piękno regionu, jego zabytki, malownicze wsie czy urokliwe zakątki, które tak łatwo przeoczyć, jadąc samochodem.

Łódzkie ma wiele do zaoferowania – wystarczy wsiąść na rower i samemu się o tym przekonać. Każdy szlak to inna historia, każda trasa to inny krajobraz! Warto je wszystkie przemierzyć – ekologicznie i blisko przyrody!



Więcej informacji: / More information: www.lodzkie.pl/turystyka/szlaki-turystyczne/szlaki-rowerowe

brine graduation tower, which has an iodine concentration eight times higher than that of the Baltic Sea, and the 14th-century Castle of the Archbishops of Gniezno.

- **The Sieradz Land Cycling Trails (420 km)** include the St. Maximilian Kolbe Trail, the Sieradz Land Treasures Trail and the Bohemian Brothers' Settlement Trail, which are great for history and local legend enthusiasts. The fourth section, the Brown Coal Trail, leads from Kleszczów through Bełchatów to Tuszyń. Each route has a different story and atmosphere.
- **The 250 km Rawska Land Trail** invites you to discover the beauty of the areas surrounding Brzeziny, Rogów, Rawa Mazowiecka and Biała Rawska. The trail provides an opportunity to explore the Łódź Heights Landscape Park and the Rawka River valley, which is a nature reserve in its entirety.
- **The Pilica River Trail (approx. 200 km)** leads from Łódź through Piotrków Trybunalski to Maluszyn and on along the Pilica River through Przedbórz to Sulejów. The route passes several nature reserves and the border of the Sulejów Landscape Park, as well as historical sites such as Przedbórz, Bąkowa Góra, Majkowice and Sulejów, and is primarily about beautiful landscapes.

As we travel through the Lodzkie Region, we have the opportunity to experience the region's cultural and natural attractions. Monuments, colourful landscapes, folklore, regional cuisine and many other attractions await us at every turn. When travelling by bike, we can appreciate the beauty of the region up close, including its monuments, picturesque villages and charming nooks and crannies, which are easily overlooked when travelling by car.

The Lodzkie Region has a lot to offer — all you have to do is get on a bike and see it for yourself! Every trail tells a different story and every route reveals a different landscape! It's worth cycling them all — it's an ecological and natural way to travel!



POLSKIE
MARKI
TURYSTYCZNE

eno
TARNOWSKIE



45 minutes from Cracow to Tarnobrzeg
45 minut z Krakowa do Tarnobrzeg



from Cracow
z Krakowa



www.tarnobrzeg.travel



Ministerstwo
Sportu i Turystyki

Zadanie publiczne pn. „enoTARNOWSKIE – produkt turystyczny o wysokiej konkurencyjności” dofinansowano ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki zgodnie z zawartą umową nr 2025/0066/1601/UDOT/DT/BP/JB z dnia 13 czerwca 2025 r.



Fot.: Konrad Rogoziński

Szlak Wokół Tatr – Podczerwone i okolice / The Trail Around the Tatras – Podczerwone and Surrounding areas

MAŁOPOLSKA

zaprasza na rowery!

THE MAŁOPOLSKA REGION – INVITES YOU TO TAKE YOUR BIKE OUT FOR A RIDE!

**Jeździsz na rowerze tylko okazjonalnie?
A może rower to nieodłączna część Ciebie?
Marzysz o długich rowerowych wyprawach
czy wolisz jednodniowe wycieczki z bazą
w jednym miejscu? Szukasz propozycji na
weekendowy reset, a może chcesz
na rowerze spędzić wakacje?**

**W Małopolsce spełnisz każde rowerowe
marzenie. Podpowiadamy, gdzie pojechać
z rodziną, z jakich map korzystać, jak szukać
noclegów i gdzie na trasę można dojechać
transportem publicznym.**

**Or is cycling an inseparable part of your life?
Do you dream of long bike tours, or do you
prefer shorter trips based in one place?
Are you looking for a weekend getaway,
or would you like to spend your
holiday cycling?**

**In the Małopolska region, you can fulfil every
cycling dream. We can advise you on where
to go with your family, which maps to use,
how to find accommodation, and how
to get to the route by public
transport.**

MAPY I PRZEWODNIKI ROWEROWE PO MAŁOPOLSCE

Skarbnicą wiedzy i inspiracji o małopolskiej ofercie rowerowej jest strona internetowa narowery.visitmalopolska.pl. Znajdziesz tu propozycje na rodzinne wycieczki, wyprawy w rytmie ekologicznym czy informacje o bike parkach i pumtrackach. Z ich pomocą zwiedzisz najciekawsze atrakcje Małopolski, m.in. Szlak Orlich Gniazd, Pustynię Błędną, Dolinę Karpia, Puszcę Niepołomicką, Puszcę Dulowską, Dolinę Dłubni... i wiele innych malowniczych zakątków regionu. Przy okazji warto też odwiedzić i polubić fanpage „Małopolska na rowery”, gdzie pojawiają się najbardziej aktualne informacje o rowerowych wydarzeniach i ciekawostkach na trasach.

Jeśli wolicie samodzielnie planować trasę, pomocna będzie mapa on-line z aktualnym stanem rozbudowy tras rowerowych oraz z proponowanymi szlakami i wycieczkami rowerowymi. Dobrym źródłem informacji na temat atrakcji dla rowerzystów oraz miejsc, gdzie warto się udać na rowerze, są przewodniki rowerowe po Małopolsce wraz z plikami GPX do pobrania. Informacje o atrakcjach przy trasach VeloMałopolska znajdują się także na mapach do samodzielnego druku.

Do zaplanowania podróży, ale też do wykorzystania już na trasie pomocna będzie aplikacja mobilna „PTTK Szlaki turystyczne Małopolski”, portal velomapa.pl oraz głosowa nawigacja Rowerowa Małopolska. O wersje papierowe map i przewodników należy pytać w punktach Informacji Turystycznej.

MAPS AND CYCLING GUIDES OF MAŁOPOLSKA REGION

The website narowery.visitmalopolska.pl is a treasure trove of knowledge and inspiration about cycling in Małopolska. Here, you will find suggestions for family trips and eco-friendly routes, as well as information about bike parks and pumtracks. With their help, you can visit the region's most interesting attractions, including the Trail of the Eagles' Nests, the Błędną Desert, the Carp Valley, the Niepołomice Forest, the Dłubnia Valley and many other picturesque places. It is also worth visiting and liking the “Małopolska on bikes” fanpage, where the most up-to-date information about cycling events and interesting facts about the routes is published.

If you would prefer to plan your own route, an online map showing the current state of cycling route development, as well as suggested routes and cycling tours, will be helpful. The cycling guides of Małopolska region are a good source of information on attractions for cyclists and places worth visiting on a bike, and they offer GPX files to download. You can also find information on attractions along the VeloMałopolska routes on printable maps.

The mobile application “PTTK Tourist Trails of Małopolska”, bike.visitmalopolska.pl and the voice navigation “Rowerowa Małopolska” are useful for planning journeys and for use while travelling. Paper versions of the maps and guides can be requested from Tourist Information points.

Trasa VeloDunajec w Sromowcach / VeloDunajec route in Sromowce



Fot.: Konrad Rogoziński



Fot.: Konrad Rogozński

CO WARTO ZOBACZYĆ W KAŻDYM Z REJONÓW MAŁOPOLSKI?

Małopolskę można zwiedzać, nie schodząc z siodełka, lub planować krótsze wyprawy wokół większych ośrodków miejskich i turystycznych. Do każdego z nich dojedziesz ze stolicy regionu koleją regionalną, kursując tu też pociągi z innych miast Polski, m.in. z Katowic, Rzeszowa, Warszawy czy Wrocławia. Oficjalny portal rowerowy województwa małopolskiego (narowery.visitmalopolska.pl) to skarbnica wiedzy, z której skorzystać powinien każdy pasjonat rowerowych podróży. Znajdziecie w nim propozycje gotowych wycieczek blisko Krakowa, Tarnowa, Wadowic i Oświęcimia, szlaki rowerowe okolic Podhala oraz Beskidu Sądeckiego.

MAŁOPOLSKA – RAJ DLA ROWERZYSTÓW

Setki kilometrów płaskich i bezpiecznych tras rowerowych pod znakiem VeloMałopolska, tysiące kilometrów szlaków rowerowych o różnym poziomie trudności, a do tego niezliczona ilość atrakcji turystycznych, cudowne widoki i doskonała baza noclegowa oraz szeroka oferta Miejsc Przyjaznych Rowerzystom – to gwarancja udanej rowerowej przygody.

Obecnie dostępnych jest ponad 1000 km tras o europejskim standardzie, ta rozrastająca się sieć idealnie nadaje się dla początkujących rowerzystów, na rodzinne wyprawy rowerowe, pod szosówki oraz do turystyki długodystansowej. Wiślana Trasa Rowerowa, VeloDunajec, EuroVelo4 i EuroVelo11 oraz Szlak Wokół Tatr to trasy znane zarówno turystom polskim, jak i zagranicznym. Ci, szukający większych wyzwań, także znajdą tu propozycje wycieczek na rowery górskie i gravelowe. Dla miłośników MTB i ostrzejszej jazdy dostępna jest infrastruktura powstała głównie wokół ośrodków narciarskich. Bike parki oraz górskie trasy rowerowe w Małopolsce to m.in. Bike Park Kasina, Bike Park Kluszkowce, Zawoja Mosorny Groń i pobliskie Babia Góra Trails czy Bike Park Słotwiny Arena.



Bikeparki oraz górskie trasy rowerowe w Małopolsce znajdziecie na stronie: [Bikeparks and mountain bike trails in Małopolska](https://narowery.visitmalopolska.pl/mtb) can be found on the website: <https://narowery.visitmalopolska.pl/mtb>

WHAT IS WORTH SEEING IN EACH REGION OF MAŁOPOLSKA?

You can explore the region without getting off your bike, or plan shorter trips around major urban and tourist centres. All of these destinations can be reached from the region's capital by regional rail, and there are also trains from other Polish cities, including Katowice, Rzeszów, Warsaw and Wrocław. The official cycling portal of the Małopolska region contains a wealth of information that every cycling enthusiast should consult. Here you will find proposals for ready-made trips close to Krakow, Tarnów, Wadowice and Oświęcim, as well as cycling routes around Podhale and Beskid Sądecki.

MAŁOPOLSKA REGION – A PARADISE FOR CYCLISTS!

With hundreds of kilometres of flat, safe cycling routes under the VeloMałopolska sign, thousands of kilometres of routes of various levels of difficulty, countless tourist attractions and wonderful views, not to mention excellent accommodation and a wide range of Cycling Friendly Places, a successful cycling adventure is guaranteed.

Currently, there are more than 1,000 km of European-standard routes available. This growing network is ideal for beginner cyclists, family cycling trips, road cycling and long-distance tourism. Well-known routes include the Vistula Cycle Route, VeloDunajec, EuroVelo4 and EuroVelo11, as well as the Route Around the Tatra Mountains, which are popular with Polish and foreign tourists alike. Those looking for greater challenges can also find suggestions for mountain bike and gravel tours. MTB enthusiasts and those who enjoy rougher terrain will appreciate the infrastructure mainly located around ski resorts. Well-known bike parks and mountain bike trails in Małopolska include Bike Park Kasina, Bike Park Kluszkowce, Zawoja Mosorny Groń, and the nearby Babia Góra Trails and Bike Park Słotwiny Arena.



Link do map do samodzielnego druku znajdziecie na stronie: [The link to the maps for self-printing can be found at: https://narowery.visitmalopolska.pl/-/mapy-papierowe-i-do-dru-1](https://narowery.visitmalopolska.pl/-/mapy-papierowe-i-do-dru-1)

WHERE TO STAY DURING A CYCLING TRIP IN MAŁOPOLSKA REGION?

Additional facilities on cycling routes in Małopolska region include MORs (Cyclist Service Points – MOR) and shelters, where you can take cover from the rain, rest before continuing your journey or have a family picnic. All MORs and some local shelters for cyclists are equipped with stationary repair kits. For longer stops, we recommend Cyclists-Friendly Places.

GDZIE ZATRZYMAĆ SIĘ PODCZAS WYCIEZKI ROWEROWEJ W MAŁOPOLSCIE?

Dodatkowym udogodnieniem na trasach rowerowych Małopolski są Miejsca Obsługi Rowerzystów (MOR) oraz wiaty, gdzie można schronić się przed deszczem, odpocząć przed dalszą podróżą czy urządzić rodzinny piknik. Wszystkie MOR-y oraz niektóre lokalne wiaty dla rowerzystów wyposażone zostały dodatkowo w stacyjne zestawy naprawcze. Na dłuższy postój polecamy Miejsca Przyjazne Rowerzystom

MIJESKA PRZYJAZNE ROWERZYSTOM W MAŁOPOLSCIE

Znajdują się wśród nich atrakcje turystyczne, punkty usługowe – w tym wypożyczalnie rowerowe, miejsca noclegowe i gastronomiczne oraz punkty informacji turystycznej. W każdym z nich znajdziecie m.in. bezpieczny parking rowerowy, narzędzia do podstawowych napraw rowerów, aktualne informacje o pobliskich punktach serwisowych i sklepach rowerowych lub sprzedaży części zamiennych do rowerów. W przypadku miejsc noclegowych – dodatkowo istnieje możliwość skorzystania z pobytu na jedną noc oraz bezpiecznego przechowania rowerów wraz z bagażami w trakcie pobytu.



Oferta Miejsc Przyjaznych Rowerzystom znajdziecie na stronie: [Cyclist-friendly places information can be found at: https://narowery.visitmalopolska.pl/miejscaprzyjazne-rowerzystom](https://narowery.visitmalopolska.pl/miejscaprzyjazne-rowerzystom)

RAJDY I WYDARZENIA ROWEROWE W MAŁOPOLSCIE

Małopolska nie tylko buduje świetne jakościowo trasy rowerowe, ale również współorganizuje wiele imprez rowerowych, w tym wyścigi dla amatorów i zawodowców; również patronuje wielu z nich. Mogą to być złoty miłośników dwóch kółek, ale też najbardziej wymagające rajdy (nie tylko dla rowerzystów).



Informacje oraz kalendarz aktualnych wydarzeń dostępny jest na stronie: [Information and a calendar of current events is available at: https://narowery.visitmalopolska.pl/kalendarium](https://narowery.visitmalopolska.pl/kalendarium)

Do zobaczenia na trasie! Małopolska na rowery!

VeloDunajec nad Jeziorem Czorszyńskim / VeloDunajec on Lake Czorszyn



Fot.: Łukasz Lisiecki



Fot.: Arch. UMWM

EuroVelo4 w Niepołomicach / EuroVelo4 win Niepołomice

CYCLIST-FRIENDLY PLACES IN MAŁOPOLSKA REGION

These include tourist attractions, service points offering bicycle rentals, accommodation, catering facilities, and tourist information points. You will find secure bicycle parking, tools for basic repairs and up-to-date information about nearby service points, bicycle shops and spare parts stores in each of them. If you are staying overnight, you can also take advantage of secure storage for your bicycles and luggage.

RALLIES AND CYCLING EVENTS IN MAŁOPOLSKA REGION

Małopolska builds excellent-quality cycling routes and co-organises and sponsors many cycling events, including amateur and professional races. These include rallies for two-wheel enthusiasts and the most demanding rallies (not only for cyclists).

See you on the trail – explore Małopolska by bike!

EuroVelo11 w Miliku / EuroVelo11 in Milik



Fot.: Arch. UMWM

msiT Małopolski System Informacji Turystycznej

Projekt sfinansowany z budżetu Województwa Małopolskiego
The project was financed from the budget of the Małopolska Voivodeship



Kampery w norweskich fiordach / Camping in the Norwegian fjords

SKANDYNAWIA

– NA ROWERZE, KAMPEREM I PIESZO!

SCANDINAVIA — EXPLORE BY BIKE, CAMPER VAN OR ON FOOT!

Wakacje i sezon urlopowy tuż, tuż. Marzysz o podróży, która pozwoli Ci na nowo odkryć wolność, przygodę i uroki natury? Skandynawia – ze swoimi malowniczymi krajobrazami, świetnie rozwiniętą infrastrukturą i przyjaznymi przepisami – jest wymarzonym celem dla miłośników caravanningu, kempingu oraz wypraw rowerowych. Pamiętaj, że w Szwecji, Norwegii czy Finlandii obowiązuje słynne „prawo każdego człowieka” (*Allemansrätten*), które pozwala na korzystanie z natury i rozbijanie biwaku na dzikich terenach zarówno państwowych, jak i prywatnych – oczywiście z poszanowaniem prywatności i spokoju innych.

Dlatego Północ to idealny kierunek dla wszystkich, którzy lubią podróżować we własnym tempie – niezależnie od tego, czy będzie to rower czy kamper. Natomiast promy Unity Line dają Ci świetną możliwość, aby wyruszyć do Skandynawii bez rezygnowania z wygody.

DLA WIELBICIELI DWÓCH I CZTERECH KÓLEK

Bez względu na to, czy chcesz zwiedzić Skandynawię na rowerze, czy wolisz podróż kamperem lub przyczepą kempingową, promy Unity Line to najlepszy sposób, by dotrzeć na miejsce – wystarczy, że wejdiesz na stronę:



UNITY LINE – prom Polonia / Unity Line – Ferry Polonia

www.unityline.pl. Następnie wybierz kierunek oraz datę i określ, ile osób będzie podróżować, jakim pojazdem lub z jaką liczbą rowerów. W kolejnym kroku wyświetlą Ci się dostępne oferty. To takie proste!

O czym warto pamiętać? Z Unity Line rower przewieziesz zupełnie za darmo! Wymagana jest jedynie żółta kamizelka na terenie terminala promowego. Dlatego szczególnie namawiamy do samodzielnego odkrywania wielu malowniczych tras widokowych Skandynawii z perspektywy rowerowego siodełka.

LUBISZ PODPOWIEDZI? SPRAWDŹ OFERTY SPECJALNE

Oczywiście w stałej ofercie Unity Line znajdziesz bestsellery stworzone zarówno z myślą o zmotoryzowanych, jak i podróżujących pieszo:

- „Rodzinny pakiet z dzieckiem” – idealna opcja, jeśli chcesz zabrać rodzinę na wspólną przygodę, nie martwiąc się o budżet. Dorośli i dzieci w wieku 8–18 lat podróżują razem, a dla maluchów do lat 7 – brak ograniczeń. Możesz podróżować pieszo lub samochodem/kamperem – wybór należy do Ciebie.
- „Bilet do Kopenhagi” – pakiet, który daje więcej niż zwykły bilet. W cenie masz przejazd promem dla siebie i auta/kampera, a do tego wjazd na most nad Sundem z Malmö do Kopenhagi. Reszta zależy już od Twojej wyobraźni!

KAMPER I ROWER TO NIE TWOJA BAJKA?

Każdy lubi podróżować po swojemu. Piesze zwiedzanie to nie tylko sposób na aktywny wypoczynek, ale także możliwość wnikliwego poznania kultury i atmosfery odwiedzanego miejsca. Spacerując, można dostrzec szczegóły,

The holiday season is just around the corner. Do you dream of a journey that will allow you to experience freedom, adventure, and the beauty of nature once again? Scandinavia – with its picturesque landscapes, well-developed infrastructure and friendly regulations – is a dream destination for caravanning, camping and cycling enthusiasts. In Sweden, Norway and Finland, you can enjoy the famous ‘everyone’s right’ (*Allemansrätten*), which allows you to camp in public and private wilderness areas – as long as you respect the privacy and peace of others, of course.

That’s why the North is the perfect destination for anyone who likes to travel at their own pace, whether by bike or camper van. Unity Line’s ferries offer a great way to travel to Scandinavia in comfort.

FOR LOVERS OF TWO-WHEELERS AND FOUR-WHEELERS!

If you want to explore Scandinavia by bicycle or would prefer to travel by camper van or caravan, Unity Line ferries are the best way to get there. Visit www.unityline.pl to find out more. Then select your destination and travel dates, and specify how many people will be travelling and in which vehicle.

What should you keep in mind? With Unity Line, you can transport your bike completely free of charge! All you need is a yellow high-visibility vest at the ferry terminal. We particularly encourage you to discover Scandinavia’s many picturesque routes from the perspective of a bicycle saddle.

Kopenhaga – zwiedzanie z wyobraźnią / Copenhagen – sightseeing with imagination



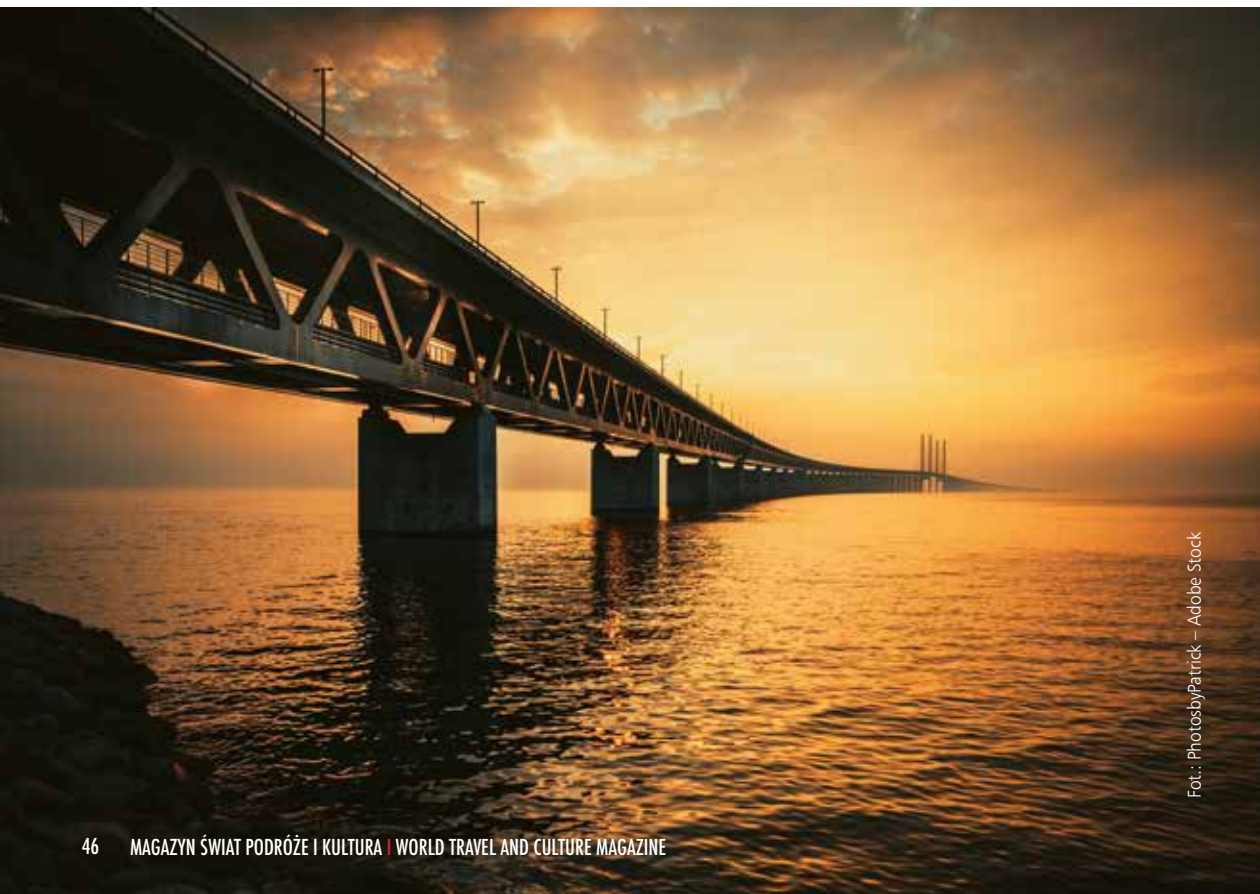
które umykają podczas szybkich przejazdów – urokliwe zaułki, lokalne restauracje czy niepowtarzalną architekturę. To także szansa na kontakt z mieszkańcami i autentyczne przeżycia, które na długo zostają w pamięci. Unity Line doskonale rozumie tę potrzebę. Dlatego dba również o tych pasażerów, którzy wolą odkrywać nowe miejsca samemu. Lubisz piesze wyprawy? Skorzystaj z dopasowanej oferty Unity Line.

- „Pasażer mały i duży... ceny dla każdego” – skorzystaj z aktualnej promocji stworzonej wyłącznie z myślą o pasażerach pieszych! Możesz kupić bilet do Skandynawii w jedną lub dwie strony – zarówno na rejsy dzienne, jak i nocne – w bardzo atrakcyjnej cenie. Nie przegap tej okazji i pamiętaj tylko, że ostatni rejs powinien się odbyć 24 sierpnia 2025 roku.

A jeśli myślisz o krótkim wyjeździe w duchu city break, warto pamiętać o jednym z bestsellerów Unity Line.

- „Odkryj Ystad w jeden dzień”, czyli krótki, intensywny wypad dla tych, którzy chcą poczuć klimat Szwecji, ale mają ograniczony czas wolny. Dlaczego warto odwiedzić Ystad? Dla unikalnej zabudowy szachulcowej, urokliwego klimatu, świetnej kawy i... kryminalnych historii Henninga Mankella!

Most nad Sundem / The Øresund Bridge



Fot.: PhotosbyPatrick – Adobe Stock

DO YOU LIKE HINTS? TAKE A LOOK AT OUR SPECIAL OFFERS!

In Unity Line's permanent offer, you will find bestselling options for both motorists and travellers on foot:

- The 'Family package with child' is the ideal option if you want to take the family on an adventure together without worrying about the budget. Adults and children aged 8–18 can travel together, and there are no restrictions for toddlers under 7. You can travel on foot or by car – the choice is yours.
- The 'Ticket to Copenhagen' package gives you more than a regular ticket. The price includes a ferry ride for you and your car or camper van, plus entry to the Øresund Bridge from Malmö to Copenhagen. The rest is up to you!

NOT INTO CAMPING OR CYCLING?

Everyone likes to travel in their own way. Exploring on foot is a form of active relaxation and an opportunity to gain an insight into the culture and atmosphere of your chosen destination. Walking allows you to spot details that would otherwise escape you, such as charming backstreets, local restaurants and unique architecture. It's also a chance to interact with locals and enjoy an au-



Ystad – unikalna zabudowa szachulcowa / Ystad – unique half-timbered buildings

DLACZEGO SKANDYNAWIA?

Bo to miejsce, które zaskakuje na każdym kroku, ale tylko pozytywnie! Jest pełne zachwycających widoków oraz inspirujących kontrastów, gdzie nowoczesność spotyka się z dziką przyrodą.

Niezależnie od tego, czy poruszasz się pieszo, na dwóch czy czterech kółkach – prom Unity Line to świetny, bezpieczny i przede wszystkim wygodny sposób, by wyruszyć do Skandynawii. Na pokładzie czeka moc atrakcji: od bogato zaopatrzonych barów, sklepów i restauracji, po parkiet oraz specjalną strefę dla dzieci.

Czy Ty też masz wrażenie, że w ciepłe, słoneczne dni – zwłaszcza w wakacje lub na urlopie – czas płynie jakby szybciej? Dlatego nie czekaj! Wykorzystaj lato w pełni. Wejdź na: unityline.pl i rozpocznij sezon na dobre podróżowanie!

30 lat / years
UNITY LINE

Rezerwacje telefoniczne miejsc na promach:

tel: +48 91 88 02 90 lub mailen: rezerwacje@unityline.pl



Telephone reservations for ferry:

phone: +48 91 88 02 90

or e-mail: booking@unityline.eu

thentic experience that you'll remember for a long time. Unity Line understands this perfectly. That is why it caters for passengers who prefer to discover new places on their own. Do you enjoy hiking? Take advantage of Unity Line's special offer.

- 'Passengers of all sizes... prices for everyone!' Take advantage of the current promotion, created exclusively with walking passengers in mind! You can purchase one – or two-way tickets to Scandinavia for day or night sailings at attractive prices. Don't miss out on this opportunity, but remember that the last sailing is on 24 August 2025.

If you're considering a short city break, it's worth bearing in mind one of Unity Line's most popular offers:

- 'Discover Ystad in one day' is an intensive trip designed for those who want to experience Swedish culture but have limited free time. Why visit Ystad? For its unique half-timbered buildings, charming atmosphere, great coffee and... Henning Mankell's crime stories!

WHY SCANDINAVIA?

Because it's a place that surprises you at every turn – and always in a positive way! It is full of stunning views and inspiring contrasts where modernity meets wildlife.

Whether you're travelling on foot or by two or four wheels, the Unity Line ferry offers a safe and comfortable way to travel to Scandinavia. On board, you'll find a variety of activities, including well-stocked bars, shops, restaurants, a dance floor and a special area for children.

Have you ever noticed that time seems to go by faster on warm, sunny days, especially during holidays? So don't wait! Make the most of summer! Visit unityline.eu and get your summer off to a flying start!

UNITY LINE – prom Skania / Unity Line – Ferry Skania



Fot.: arch. UNITY LINE

SRI LANKA.

Z WIZYTĄ U WEDDÓW

AGNIESZKA WASZTYL

Fot.: Agnieszka Wasztyl

SRI LANKA. WITH A VISIT TO THE VEDDAS

Nazywani są ludźmi lasu. Żyją na obrzeżach lankijskich parków narodowych, w skromnych, wręcz spartańskich warunkach. Wielu z nich nigdy nie uczęszczało do szkoły, a część nawet nie zna dokładnej daty swoich narodzin. Weddowie – rdzenni mieszkańcy Sri Lanki – stanowią dziś mniej niż jeden procent populacji kraju, a ich liczba wciąż się zmniejsza. Właśnie dlatego zależało mi, by podczas naszej podróży po Ceylonie, odwiedzić jedną z ich wiosek.

Przed nami trzy godziny drogi z Kandy do wioski Dambana. Nasz kierowca nie jest zachwycony. Laksitha chce nam pokazać swój kraj z jak najlepszej strony. Dla niego wioski Weddów to nic specjalnego – nie rozumie, że dla kogoś z dalekiego zakątka świata kontakt z inną kulturą może być największą atrakcją. Dla mnie to najbardziej fascynująca część wyprawy, zwłaszcza że tradycja Weddów powoli zanika. Ich dawne zwyczaje, język, rytuały i styl życia są coraz bardziej wypierane przez wpływ współczesnej kultury lankijskiej oraz nacisk państwa na asymilację. Wielu Weddów przystosowało się do stylu życia dwóch największych grup na Sri Lance – Syngalezów i Tamilów.

Coraz więcej młodych ludzi przenosi się do miast lub rezygnuje z tradycyjnego trybu życia. Dodatkowo utrata dostępu do lasów – które przez wieki były dla nich domem i źródłem utrzy-

Wioska Weddów – Dambana / Vedda village – Dambana

They are called people of the forest. They live on the outskirts of Sri Lanka's national parks, in humble, even spartan conditions. Many of them have never attended school and some do not even know the exact date of their birth. The Veddas – Sri Lanka's indigenous people – today make up less than one per cent of the country's population, and their numbers continue to shrink. That is why I was keen to visit one of their villages during our tour of Ceylon.

We have a three-hour drive ahead of us from Kandy to the village of Dambana. Our driver is not thrilled. Laksitha wants to show us his country at its best. For him, the Vedda villages are nothing special – he doesn't understand that for someone from a far corner of the world, contact with another culture can be the biggest attraction. For me, this is the most fascinating part of the trip, especially as the tradition of the Veddas is slowly disappearing. Their ancient customs, language, rituals and lifestyle are being increasingly supplanted by the influence of modern Sri Lankan culture and the state's emphasis on assimilation.

Many Veddas have adapted to the lifestyles of the two largest groups in Sri Lanka – the Sinhalese and Tamils. More and more young people are moving to the cities or giving



Fot.: Agnieszka Wasztyl



Fot.: Agnieszka Wasztyl

Uruwarige Wannila Aththo – wódz Weddów / Uruwarige Wannila Aththo – chief of the Veddas

mania – sprawia, że Weddom coraz trudniej jest pielęgnować swoje dziedzictwo. Dawniej byli myśliwymi-zbieraczami. Wyznawali animizm. Jeszcze na początku XX wieku uważano ich za jeden z najbardziej pierwotnych ludów na ziemi. Weddowie robią wszystko, by przetrwać we współczesnym świecie, choć nie zawsze jest to łatwe. Podczas wyborów w 2024 roku członkowie społeczności przyszli zagłosować z tradycyjnymi siekierami na ramionach. Nie zostali wpuszczeni przez urzędników. Oburzeni rdzenni mieszkańcy zdecydowali, że nie będą uczestniczyć w głosowaniu. Ostatecznie zostali wpuszczeni do lokali wyborczych, ale jeszcze długo mówili o pogwałceniu ich praw.

POZNAJEMY WODZA WEDDÓW

Czas w podróży mija nam szybko. Najpierw zatrzymujemy się w miejscu, które ewidentnie przygotowano z myślą o turystach. Stragany z pamiątkami wykonanymi przez Weddów kuszą kolorami, ale to nie jest to, czego szukamy. Do Laksithy podchodzi krępy mężczyzna w średnim wieku. Ma 37 lat, gęste czarne włosy związane w kucyk i zabarwione na czerwono dziąsła. To przez betel – popularną używkę, która składa się z liści pieprzu żuw nego, orzeszków areki i mleka wapiennego. Czasem dodawany jest także tytoń. Szacuje się, że betel żuje około 15 procent ludzkości. To czwarta najpopularniejsza używka na świecie. Mężczyzna przedstawia się nam, ale nie mogę zapamiętać jego imienia. Dopiero po chwili zauważam,

up their traditional lifestyles. In addition, the loss of access to the forests – which have been their home and livelihood for centuries – is making it increasingly difficult for the Veddas to cherish their heritage. Historically, they were hunter-gatherers. They professed animism. As late as the early 20th century, they were still considered one of the most primitive peoples on Earth. The Veddas are doing their best to survive in the modern world, although it is not always easy. During the 2024 elections, community members came to vote with traditional axes on their shoulders. They were not allowed in by officials. Outraged, the indigenous people decided not to vote at all. They were eventually allowed into the polling stations, but still spoke at length about the violation of their rights.

GETTING TO KNOW THE CHIEF OF THE VEDDAS

Our travel time passes quickly. First we stop at a place that has clearly been prepared with tourists in mind. Stalls selling souvenirs made by the Veddas tempt with their colours, but this is not what we are looking for. Laksitha is approached by a stocky middle-aged man. He is 37 years old, with thick black hair tied in a ponytail and gums stained red. This is because of betel – a popular stimulant that consists of chewed pepper leaves, areca nuts and lime milk. Sometimes tobacco is also added. It is estimated that betel is chewed by about 15% of humanity. It is the fourth most popular stimulant in the

że nie ma wielu zębów. Szybko okazuje się, że będzie naszym przewodnikiem. Oczywiście taka przyjemność kosztuje. Nie ma nic za darmo. Cenę już wcześniej ustalił nasz kierowca – 15 dolarów od osoby. Pieniądze pójdą na wioskę.

Idziemy w głąb lasu. Tu turystów rzeczywiście nie ma, a my wzbudzamy zainteresowanie Weddów. Po drodze poznajemy wodza wioski, który jest sympatycznym starszym panem z siwiejącą brodą. Uruwarige Wannila Aththo ma goły tors i nosi sarong. Sarong to bawełniana tkanina, często z wzorami geometrycznymi lub w kratkę. Mężczyźni noszą go zawiązanego w pasie lub na biodrach. Nierzadko zakładają do niego zwykłą koszulkę lub T-shirt. Wódz pozwala nam zrobić pamiątkowe zdjęcia. Widać, że nie tylko Weddowie liczą się z jego zdaniem. Jako szef tutejszej społeczności bierze udział w spotkaniach z przedstawicielami najwyższych lankijskich władz, podczas których reprezentuje interesy Weddów.

STRZELANIE Z ŁUKU I TRUDNA SZTUKA ROZPALANIA OGNI

Nasz lokalny przewodnik mówi trochę po angielsku. Skończył kilka klas, chodził do szkoły i czasem jeździ do miasta. Jest miły, lekko nieśmiały, ale po kilkunastu minutach lody zostają przełamane. Weddowie, których odwiedzamy, mieszkają w skromnych chatkach z gliny. Domy mają jednak doprowadzoną elek-

world. A man introduces himself to us, but I cannot remember his name. Only after a while do I notice that he doesn't have many teeth. It quickly becomes apparent that he will be our guide. Of course, such a pleasure costs money. There is nothing for free. The price had already been set by our driver – \$15 per person. The money will go to the village.

We go deep into the forest. There are indeed no tourists here, and we arouse the interest of the Veddas. On the way, we meet the village chief, who is a friendly old man with a grey beard. Uruwarige Wannila Aththo has a bare torso and wears a sarong. A sarong is a cotton cloth, often with geometric or checkered patterns. Men wear it tied at the waist or on the hips. They often wear a plain shirt or T-shirt with it. The chief allows us to take souvenir photos. It is apparent that the Veddas are not the only ones who count with his opinion. As a chief of the local community, he attends meetings with top Sri Lankan officials where he represents the interests of the Veddas.

ARCHERY, FIRE AND TREACHEROUS BETEL

Our local guide speaks a little English. He has completed a few classes, gone to school and sometimes goes to town. He is friendly, slightly shy, but after a few minutes or so the ice is broken. The Veddas we visit live in modest clay huts. The houses do, however, have electricity, although apparently not

Pokaz polowania na dziką zwierzynę / Wild game hunting show



Fot.: Agnieszka Wasztyl



Fot.: Agnieszka Wasztyl

Pamiątki zrobione przed Weddów / Souvenirs made by the Veddas

tryczność, choć podobno nie wszędzie jest do niej dostęp. Mieszkańcy wioski utrzymują się z uprawy roli. Na spotkanie z nami wychodzi smukły, przystojny mężczyzna. Wygląda na 35–40 lat, choć on sam nie wie, kiedy się urodził. Na świat przyszedł w domu, kiedy jeszcze nikt nie prowadził statystyk. Nie chodził do szkoły, nie zna angielskiego. Ma piękne, delikatne rysy twarzy, poważne spojrzenie i gęste, lśniące kruczoczarne włosy, które sięgają mu do ramion. Wygląda jak wojownik i tak go nazywam w myślach. Niewiele mówi. Ma na sobie tylko czerwoną przepaskę na sznurku. Podejrzewam, że ubrał się tak specjalnie dla nas, żeby przybliżyć swoją kulturę.

Razem z Weddami idziemy przez gęsty las. Dołącza do nas mężczyzna po dwudziestce i 12-letni chłopiec, który chwali się, że chodzi do szkoły. Dziś jednak nie poszedł. Nastolatek z rozbijającym uśmiechem wyjaśnia, że czasem opuszcza zajęcia. W lesie Weddowie starają się nas zaznajomić ze swoimi zwyczajami. W chaszczach improwizują polowania na zwierzyne. Jakaś kobieta śpiewa tradycyjne pieśni, ale jest bardzo skrupowana, przez co ja też czuję się nieswojo. Niepewnie się nam przygląda i się nie uśmiecha. Widać, że jest zestresowana. Prawdopodobnie mąż kazał jej zaśpiewać, bo turyści przyjechali i zapłacili. Z jednej strony ich występ jest trochę nieudolny, wygląda jak nie do końca dopracowane przedstawienie. Ale z drugiej, nie ma w nim sztuczności. To nie jest komercyjny show skrojony na potrzeby turystyki. Doceniamy to. Nastę-

everywhere there is access to it. The villagers make their living by farming. A slender, handsome man comes out to meet us. He looks to be 35-40 years old, although he himself does not know when he was born. He was born at home, when no one was keeping statistics yet. He did not go to school and does not speak English. He has beautiful, delicate facial features, a serious look and thick, shiny raven-black hair that reaches his shoulders. He looks like a warrior and that's what I call him in my mind. He doesn't speak much. He is wearing only a red headband on a string. I suspect he has dressed like this especially for us, to introduce us to his culture.

Together with the Veddas, we walk through the dense forest. We are joined by a man in his twenties and a 12-year-old boy who boasts that he goes to school. Today, however, he did not go. The teenager explains with a disarming smile that he sometimes misses classes. In the forest, the Veddas try to introduce us to their habits. In the scrubland they improvise game hunts. A woman sings traditional songs, but she is very uncomfortable, which makes me feel uncomfortable too. She looks at us uncertainly and does not smile. You can see that she is stressed. Probably her husband made her sing because the tourists came and paid. On the one hand, their performance is a bit lacklustre, it looks like an unrefined performance. But on the other hand, there is no artificiality. This is not a commercial show tailored for tourism. We appreciate

nie Weddowie pokazują, jak rozpaść ogień, używając kamieni. Przychodzi im to z łatwością. Po chwili próbuję i ja. Niestety, to nie jest takie proste, jak się wydaje. Staram się, ale nic z tego, tylko zdzieram sobie opuszki palców.

ZDRADLIWY BETEL

Potem wojownik podaje nam łuk i pokazuje, jak z niego strzelać. To już wychodzi mi lepiej. Mogłabym polować – śmieję się w duchu. Na koniec chłopiec i dwudziestoparolatek prezentują nam jeszcze tradycyjny taniec, pełen energii i rytmicznych ruchów, po którym zostajemy zaproszeni na herbatę. Gorący napar ma wyraźnie ziołowy posmak. Jeden z Weddów podaje nam betel. W sumie, czemu nie? Raz nie zaszkodzi. Jestem ciekawa, jak smakuje. Betel podobno dobrze działa na trawienie i zabija pasożyty. Podczas żucia uwalniane z orzechów areki alkaloidy stymulują wydzielanie większej ilości śliny, a betel puszcza czerwony sok. Nie wolno go połykać, bo można się zatruć. Sok trzeba wypłuć. Weddowie pokazują, jak zrobić to z gracją. Nieśmiało wkładam betel do buzi i zaczynam żuć. Ma bardzo gorzki smak. Po chwili czuję, że moje ślinianki pracują intensywnie. Muszę wypłuć sok. Próbuję to zrobić jak dama. Niestety tym razem się nie udaje. Krztuszę się i charczę, opluwając się przy tym, co wywołuje salwy śmiechu. Żegnamy się w serdecznej atmosferze i ruszamy w drogę powrotną.

Weddowie, choć dumnie trwają przy swoich korzeniach, muszą stawić czoła ogromnym wyzwaniom. Przez całą drogę mam w głowie mężczyznę z łukiem, kobietę śpiewającą pieśń, Weddów uczących nas swoich zwyczajów. Choć żyją na skraju nowoczesności, to nadal są przywiązani do tradycji, która od wieków tworzy ich tożsamość.

that. Next, the Veddas demonstrate how to light a fire using stones. They do this with ease. After a while, I try it too. Unfortunately, it is not as easy as it seems. I try, but to no avail, I just rip off my fingertips.

TREACHEROUS BETEL

Then the warrior hands us a bow and shows us how to shoot it. This is already working out better for me. I could hunt – I laugh in my spirit. At the end, the boy and the twenty-year-old present us with a traditional dance, full of energy and rhythmic movements, after which we are invited to tea. The hot brew has a distinctly herbal aftertaste. One of the Veddas serves us betel. All in all, why not? Once won't hurt. I'm curious to see what it tastes like. Betel is said to be good for digestion and kills parasites. When chewed, alkaloids are released from the areca nuts, which stimulate the secretion of more saliva, and betel lets off red juice. It must not be swallowed, as one can be poisoned. The juice must be spit out. The Veddas show you how to do it gracefully. I tentatively put the betel in my mouth and start chewing. It has a very bitter taste. After a while I feel my salivary glands working intensely. I have to spit out the juice. I try to do it like a lady. Unfortunately it doesn't work. I chuckle and grunt, spitting in the process, which provokes bursts of laughter. We say our farewells in a cordial atmosphere and set off on our return journey.

The Veddas, while proudly standing by their roots, face enormous challenges. All along the way I have in my mind a man with a bow, a woman singing songs, the Veddas teaching us their customs. Although they live on the edge of modernity, they are still attached to the traditions that have formed their identity for centuries.

Pamiątkowe zdjęcie z Weddami z okolic wioski Dambana / A souvenir photo with the Veddas from the area around the village of Dambana



Fot.: Agnieszka Wasztyl

EWA KUBACZYK

ORADEA – MIASTO W STYLU ART NOUVEAU

Niespełna godzina lotu dzieli Warszawę od rumuńskiego miasta Oradea. To miejsce pochówku królów, w czasach Kolumba punkt, przez który przechodził południk zero, a dziś perełka architektoniczna ciesząca oko secesją. I choć na razie nie jest zbyt popularna wśród polskich turystów, to zdecydowanie warto do niej zajrzeć i dać się zaskoczyć.

Do Oradei dolecimy LOT-em i jest to jedno z nielicznych połączeń, które obsługuje lokalne lotnisko. Błyszczące nowością, również ono zaskakuje. Rejsy z Warszawy odbywają się cztery razy w tygodniu i taki układ pozwala na dowolne zaplanowanie pobytu.

MIASTO HISTORII I NAUKI

Oradea – położona w północno-zachodniej części Rumunii, w okręgu Bihor, liczy ponad 200 tysięcy mieszkańców, ale jej historia sięga dziesięciu stuleci. Krzyżowały się tu różne wpływy – węgierskie, osmań-

skie, rumuńskie, była też ośrodkiem kultury, czego dowodem są tablice astronomiczne „Tabula Varadiensis” (Varadiensis, bo taką nazwę nosiła wówczas Oradea), opracowane przez astronoma Johannesa Mullera, zgodnie z którymi przez Oradeę przebiegał południk zerowy. Wszystko to w czasach Krzysztofa Kolumba, który na ich podstawie wyznaczył kurs w poszukiwaniu Nowego Świata.

Inną ciekawostką astronomiczną jest mechanizm odmierzający fazy księżyca ulokowany w wieży cerkwi

Oradea, plac Unirii z posągami króla Ferdynanda / Oradea, Uniria Square with the statue of King Ferdinand



Fot.: Willy Mobilo - Adobe Stock



Błękitna kamienica Moskovitsa Miksy / The Blue tenement of Moskovits Miksa

pw. Najświętszej Maryi Panny. To czarno-złota kula, która zmienia ułożenie w zależności od fazy księżyca. Z tego powodu cerkiew zwana jest też Księżycowym Kościołem.

MIASTO KOŚCIOŁÓW I ART NOUVEAU

Dziś Oradea to miasto świątyń (jest ich tu ponad setka, i to różnych wyznań, w tym największa w Rumunii katedra Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny), bajkowych kamieniczek i aquaparków. Spacer ulicami jest zachwycającym i... zaskakującym doświadczeniem. Każdy zaułek odsłania kolejne pełne kolorów kamienice, a każda z nich ma swoją historię.

Tak jak Pałac Czarnego Orła, jedna z najbardziej reprezentacyjnych budowli wzniesiona przez Ede Kurlandere i Emila Adorjana. Aby sfinansować inwestycję, założyli własny bank, aby dostarczyć odpowiednią ilość budulca – uruchomili swój kamieniołom. Opłaciło się – dziś to jeden z najpiękniejszych przykładów art nouveau, z restauracjami, sklepami i biurami. W innej, równie pięknej kamienicy, mieści się Muzeum Art Nouveau – niegdyś była to własność bankiera Alfreda La Roche, która do dziś zachwyca modernistycznym designem, bogac-

Pałac Czarnego Orła / The Black Eagle Palace



Fot.: Calin Stan - Adobe Stock

ORADEA

– AN ART NOUVEAU CITY

A flight of less than an hour separates Warsaw from the Romanian city of Oradea. This is the burial place of kings, in Columbus' times the point through which the zero meridian passed, and to this day an architectural gem of Art Nouveau. And although it has not been very popular among Polish tourists so far, it is definitely worth visiting and letting yourself be surprised.

Oradea can be reached by LOT and is one of the few connections served by the local airport. Shining with newness, it also surprises. Flights take place four times a week and such an arrangement allows you to plan your stay as you wish.

CITY OF HISTORY AND SCIENCE

Oradea – located in the north-western part of Romania, in the Bihor county, has over 200 thousand inhabitants, but its history dates back ten centuries. Various influences crossed here – Hungarian, Ottoman, Romanian, and it was also a cultural centre, as evidenced by the astronomical tables “Tabula Varadiensis” (Varadiensis, as Oradea was then called), developed by astronomer Johannes Muller, according to which the zero meridian ran through Oradea. All this in the times of Christopher Columbus, who used them to set a course in search of the New World.

Another astronomical curiosity is the mechanism measuring the phases of the moon located in the tower of the church of the Blessed Virgin Mary. It is a black and gold sphere that changes its position depending on the phase of the moon. For this reason, the church is also called the Moon Church.

CITY OF CHURCHES AND ART NOUVEAU

Today, Oradea is a city of churches (there are more than a hundred of them, and of various denominations, including the largest in Romania, the Cathedral of the Assumption of the Blessed Virgin Mary), fairytale tenement houses and aquaparks. Walking along the streets is a delightful and... surprising experience. Each backstreet reveals another colourful tenement house, and each of them has its own story. Just like the Black Eagle Palace, one of the most representative buildings erected by Ede Kurlandere and Emil Adorjan. In order to finance the investment, they founded their own bank and to provide the right amount of building material – they set up their own quarry. It paid off – to-



Widok z lotu ptaka na cytadelę / Bird's eye view of the citadel

twem mebli, malowideł i tapet. Stąd już niedaleko do Calea Republici – ulicy będącej sercem Oradei. Wypełniona restauracjami, kawiarniami i sklepami tętni życiem za dnia i w nocy. To przy niej znaleźć można najciekawsze architektonicznie – i pięknie odrestaurowane – kamienice. Co ciekawe, dwa narożne secesyjne pałace – jeden śnieżnobiały, drugi w odcieniu błękitu (dawna własność Moskovitsa Miksy, a przy tym jedna z najpiękniejszych budowli Oradei) – nawiązują szczytami do szachowych figur króla i królowej. Podobno cała dzielnica, widziana z lotu ptaka, przypomina układem szachownicę.

Do starszej niż XX-wieczne kamienice historii nawiązuje średniowieczna cytadela wzniesiona za czasów króla Władysława I Świętego. Ten właśnie władca ufundował na tym terenie warowny klasztor, a później ustanowił biskupstwo – w Wielkim Waradynie, czyli dzisiejszej Oradei. Cytadelę zniszczyły najazdy Tatarów, ale odbudowano ją w XIV wieku, dodając w jej wnętrzu katedrę. Przez wieki chowano tu królów węgierskich, w tym m.in. Zygmunta Luksemburskiego, cesarza niemieckiego, a jednocześnie króla Węgier, Włoch i Czech. Obecnie w budowlu wzniesionej na planie pięciokąta znajduje się muzeum i Instytut Sztuk Pięknych. To też przyjemne miejsce na spacer wzdłuż jezior i pagórków.

UZDROWISKOWE BĂILE FELIX

Niespełna 10 km od Oradei znajduje się jedno z popularniejszych uzdrowisk w Rumunii. Choć

day it is one of the most beautiful examples of art nouveau, with restaurants, shops and offices. Another, equally beautiful building houses the Art Nouveau Museum – once the property of the banker Alfred La Roche. It still delights with its modernist design, rich furniture, paintings and wallpapers.

From here it is not far to Calea Republicii – the street that is the heart of Oradea. Filled with restaurants, cafés and shops, it is bustling with life day and night. It is here that you can find the most interesting architecturally – and beautifully restored – tenement houses. Interestingly, two corner Art Nouveau palaces – one snow-white, the other in a shade of blue (the former property of Moskovits Miksa, and one of the most beautiful buildings in Oradea) – allude with their gables to the chess pieces of the king and queen. Apparently, the entire district, seen from a bird's eye view, resembles a chessboard in layout.

The medieval citadel, built during the reign of King Ladislaus I the Saint, refers to a history older than the 20th-century tenement houses. It was this ruler who founded a fortified monastery in this area and later established a bishopric – in Great Varadin, which is today's Oradea. The citadel was destroyed by Tatar raids, but was rebuilt in the 14th century, adding a cathedral inside. Over the centuries, Hungarian kings were buried here, including Sigismund of Luxembourg, the German emperor and king of Hungary, Italy and Bohemia. Today, the pentagonal building houses a museum and the Institute of Fine Arts. It is also a pleasant place for walks along the lakes and hills.

SPA BĂILE FELIX

Less than 10 km from Oradea is one of the most popular spas in Romania. Although it does not compare to our Krynica-

do naszej Krynicy-Zdroju się nie umywa, to z pewnością może się pochwalić wyjątkowymi walorami wód termalnych. Obok licznych pensjonatów, willi i hoteli ostały się ogromne gmachy sanatoriów z czasów komunistycznych, dziś raczej straszące z oddali. Powstają za to nowe obiekty, jak np. President & Hotel Resort – to w sumie pięć hoteli ze strefami basenowymi, osobny aquapark i miejsce na organizację eventów. Co ciekawe, woda termalna w basenach, bogata w minerały, w tym w fosfor, wapń, siarkę i sód, i o silnych właściwościach zdrowotnych, wymieniana jest codziennie, a właściwie – co noc. Właśnie ze względu na lecznicze walory wód termalnych jest to popularne miejsce na pobyty sanatoryjne – leczy się tu schorzenia układu nerwowego, pokarmowego, ruchu czy bóle mięśni i stawów.

MIASTO PATRZĄCE W PRZYSZŁOŚĆ

W sumie obiekty noclegowe Oradei i Băile Felix oferują 4 tysiące łóżek (ponad 3 tysiące w samej Oradei). Między nimi są też znane sieci hotelowe, jak np. Double Tree by Hilton czy Ramada by Wyndham. W przepięknej secesyjnej kamienicy mieści się czterogwiazdkowy Hotel Astoria Oradea – wyposażenie i pokoje zachowują klimat minionych dni. Bo czasy świetności na pewno to rumuńskie miasto jeszcze czekają – w końcu to bajkowy zakątek Rumunii, z ogromnym potencjałem i ambitnymi planami na przyszłość.

Panorama Oradei, na pierwszym planie aquapark / Oradea panorama, aquapark in the foreground



Zdrój in Poland, it can certainly boast the exceptional qualities of its thermal waters. Alongside numerous guesthouses, villas and hotels, there are still huge buildings of communist era sanatoriums, now rather scary from afar. Instead, new facilities are being built, such as the President & Hotel Resort – a total of five hotels with swimming pool areas, a separate aquapark and a venue for organizing events. Interestingly, the thermal water in the pools, rich in minerals, including phosphorus, calcium, sulphur and sodium, and with health properties, is changed daily, or rather every night. It is precisely because of the therapeutic qualities of the thermal waters that this is a popular destination for spa stays – diseases of the nervous system, digestive system and movement system as well as muscular and joint pains are treated here.

A CITY LOOKING TO THE FUTURE

In total, the accommodation facilities in Oradea and Băile Felix offer 4,000 beds (over 3,000 in Oradea alone). Among them are also well-known hotel chains, such as Double Tree by Hilton and Ramada by Wyndham. In a beautiful Art Nouveau tenement house is the four-star Hotel Astoria Oradea – the furnishings and rooms retain the atmosphere of days gone by. For the glory days are certainly still to come for this Romanian city – after all, it is a fairytale corner of Romania, with great potential and ambitious plans for the future.

WYSOCZYNA

KALEJDOSKOP ATRAKCJI

MAŁGORZATA
ORLIKOWSKA

THE VYSOČINA REGION A KALEIDOSCOPE OF ATTRACTIONS

Fot.: JackF – Adobe Stock

Leżąca na pograniczu dwóch krain: Moraw i Czech, Wysoczyzna to niezwykle malowniczy zakątek Republiki Czeskiej. Gwarantujemy, że szybko się zakochacie w jej pagórkowatym krajobrazie wypełnionym kolorowymi łąkami, rozległymi polami i klimatycznymi lasami, pomiędzy którymi schowane są nie mniej urokliwe miasteczka. Równie prędko zauroczy Was oferta turystyczna tego regionu. Wysoczyzna ma z jednej strony znakomite warunki do uprawiania sportów, z drugiej do odkrywania ciekawej historii i kultury. Wszystko to na obszarze wielkości nieco mniejszej niż województwo opolskie. Wystarczy weekend, żeby zobaczyć, jakie skarby skrywa region, choć my rekomendujemy pozostać w nim co najmniej tydzień – atrakcji jest mnóstwo!

Lying on the border of two lands, Moravia and Bohemia, Vysočina is an extremely picturesque corner of the Czech Republic. We guarantee that you will quickly fall in love with its hilly landscape filled with colourful meadows, vast fields and atmospheric forests, with equally charming towns hidden in between. You will also quickly become enchanted by the region's tourist offer. The Vysočina Region has excellent conditions for sports on the one hand, and for discovering interesting history and culture on the other. All this in an area slightly smaller than the Opole Voivodeship. A weekend is enough to see the region's treasures, although we recommend staying at least a week – the attractions are plentiful!



Fot.: Branislav Branislav – Adobe Stock

Wysoczyna to również raj dla miłośników dwóch kółek / Wysoczyna is also a paradise for two-wheeler enthusiasts

WYSOCZYNA DOBRA NA WĘDRÓWKI, RAJDY I NARTY

Pofalowany teren Wysoczyny zachęca do podejmowania aktywności na świeżym powietrzu. Amatorów wędrowek można spotkać np. w Górach Zdziarskich – idealnych na niezbyt forsowne spacery. Ze szczytów wzniesień rozciągają się piękne widoki na okolice, w tym na zaporę wodną Vír we wsi o tej samej nazwie. To ważne miejsce dla miłośników wspinaczki. Na bazie istniejących w sąsiedztwie zapory formacji skalnych stworzono dwie via ferraty, które pokonają zarówno doświadczeni, jak i początkujący wspinacze. Położone nieopodal Nowe Miasto na Morawie jest z kolei znane miłośnikom narciarstwa biegowego.

Wysoczyna to również raj dla miłośników dwóch kółek. Region pokryty jest gęstą siecią dróg dla jednośladów, zatem rowerem można dojechać wszędzie. I choć nie brakuje wymagających tras z męczącymi podjazdami, bez trudu znajdą się również szlaki mniej wyczerpujące, dobre dla początkujących lub małych turystów.

OBIEKTY Z LISTY UNESCO

Turystów do regionu przyciągają także światowej klasy zabytki, m.in. te wpisane na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Podczas pobytu w regionie koniecznie je

THE VYSOČINA REGION IS IDEAL FOR HIKING, RACING AND SKIING.

The undulating terrain of the Highlands is ideal for outdoor activities. Hiking enthusiasts, for example, can be found in the Zdziarska Mountains, which are perfect for less strenuous walks. The hilltops offer beautiful views of the surrounding area, including the Vír dam in the village of the same name. This is an important place for climbing enthusiasts. The via ferrata there can be conquered by both young and old. The nearby town of Nové Město na Moravě, in turn, is well known among cross-country skiing enthusiasts.

The Vysočina Region is also a paradise for cycling enthusiasts. The region is covered by a dense network of single-track roads, allowing you to reach any destination by bike. While there is no shortage of demanding routes with strenuous climbs, there are also less exhausting trails that are suitable for beginners and younger hikers.

UNESCO WORLD HERITAGE SITES

The region also attracts tourists with its world-class monuments, including those on the UNESCO World Heritage List. Be sure to visit them during your stay. In particular, we recommend the historical centre of Telč, sometimes referred to as the "Moravian Venice" due to its burgher houses with Renaissance and Baroque gables. We especially recommend paying attention to the beautiful Renaissance chateau. Another notable site is the pilgrimage church of

odwiedźcie. Mowa o zabytkowym centrum Telcza, który bywa nazywany „morawską Wenecją” z uwagi na mieszczkańskie domy z renesansowymi i barokowymi szczytami. Waszej uwadze polecamy zwłaszcza piękny renesansowy pałac. Kolejny obiekt to kościół pielgrzymkowy św. Jana Nepomucena na Zielonej Górze w Zdziarze nad Sazawą – bodaj pierwsza tak duża świątynia poświęcona temu świętemu. Charakterystyczna bryła kościoła (zbudowano go na planie pięcioramienną gwiazdy) to odniesienie do legendy o śmierci Jana Nepomucena. Podobnych powiązań jest we wnętrzu świątyni więcej! Trzeci obiekt na słynnej liście znajduje się w Třebíczu. Jest nim kompleks byłego klasztoru benedyktynów z bazyliką św. Prokopa i dzielnicą żydowską.

KRAINA ZAMKÓW I PAŁACÓW

Powyższe obiekty to zaledwie początek długiej listy ciekawych miejsc do odwiedzenia w regionie. Dość wspomnieć, że na obszarze Wysoczyny znajduje się ponad 40 zamków, pałaców oraz ruin. Trudno orzec, który jest najpiękniejszy lub najciekawszy, bo każdy jest jedyny w swoim rodzaju, każdy też skrywa interesującą, niekiedy tragiczną historię. Weźmy np. późnogotycki zamek Roštejn postawiony malowniczo na skalistym wzgórzu. Pierwotnie służył celom obronnym, z czasem jednak zmienił się w rezydencję myśliwską. Historię tego miejsca przybliżają interaktywne wystawy – dla młodszych i starszych odwiedzających. Neorenesansowy pałac Světlá nad Sázavou służy dziś nie tylko jako hotel, również muzeum z jedną z największych na świecie kolekcji historyczne-



Neorenesansowy pałac Světlá nad Sázavou
The Neo-Renaissance Chateau of Světlá nad Sázavou

St John of Nepomuk in Zdikov nad Sázavou, which is probably the first large church dedicated to this saint. Its distinctive star-shaped design is said to be a reference to the legend of John of Nepomuk's death. There are more similar connections inside the church! The third building on the famous list is located in Třebíč. This is the former Benedictine monastery complex, which includes the Basilica of St Procopius and the Jewish Quarter.

THE LAND OF CASTLES AND CHÂTEAUX!

The above sites are just the beginning of a long list of places of interest in the region. There are more than 40 castles, palaces and ruins in the Vysočina area alone. It is hard to say which is the most beautiful or interesting, as each one is unique and has an intriguing, sometimes tragic, history. Take the late Gothic Roštejn Castle, picturesquely perched on a rocky hill. Originally used for defence purposes, it was later converted into a hunting lodge. The history of this place is presented through interactive exhibitions for visitors of all ages. Today, the Neo-Renaissance Světlá nad Sázavou chate-

Kościół pielgrzymkowy św. Jana Nepomucena na Zielonej Górze w Zdziarze nad Sazawą / The Pilgrimage Sanctuary of St. John of Nepomuk at Zelená Hora



Fot.: Marie – Adobe Stock

go szkła europejskiego, co jest nawiązaniem do tradycji hutniczych regionu. Ruiny zamku Lipnice nad Sazavou to pozostałości jednego z najpotężniejszych obiektów tego typu w kraju. W przeszłości rozgrywały się w nim ważne wydarzenia historyczne, np. akt święcenia pierwszych husyckich księży w Księstwie Czeskim.

ŚLADAMI HAŠKA I MAHLERA

Jako ciekawostkę warto zdradzić, że swego czasu przewodnikiem po tym zamku był nie kto inny jak Jaroslav Hašek, autor kultowych „Przygód dobrego wojaka Szwejka”. To dlatego jedna z komnat poświęcona jest pamięci słynnego pisarza. Tu też zobaczycie stół, przy którym powstało słynne dzieło. W sąsiedztwie ruin znajduje się muzeum Haška oraz cmentarz, na którym został pochowany. W drodze z muzeum na cmentarz wstąpcie do gospody U České koruny. Jest prowadzona przez prawnuka pisarza, Martina Haška, który chętnie opowie wam o słynnym przodku i zaserwuje gulasz, specjalność zakładu.

To nie jedyna znana dla czeskiej kultury postać związana z regionem. W stolicy Wysociny – Iglawie – znajduje się Dom Gustava Mahlera, XIX-wiecznego kompozytora i dyrygenta, który spędził w mieście swoje dziecięce lata. Wizyta w muzeum mu poświęconym to znakomity wstęp do poznania Iglawy i jej historii.

au not only serves as a hotel, but also as a museum housing one of the world's largest collections of historical European glass, in reference to the region's glassmaking traditions. The Lipnice nad Sázavou castle ruins are the remains of one of the most powerful buildings of its kind in the country. Important historical events took place there in the past, one example being the ordination of the first Hussite priests in the Czech Duchy.

IN THE FOOTSTEPS OF HAŠEK AND MAHLER

Interestingly, the castle's guide at one time was none other than Jaroslav Hašek, author of the cult classic The Good Soldier Švejk. One of the chambers is therefore dedicated to the memory of this famous writer. You can also see the table at which he wrote his famous work. Nearby are Hašek's museum and the cemetery where he was buried. On your way from the museum to the cemetery, be sure to stop at the U České Koruny pub. It is run by Martin Hašek, the writer's great-grandson, who will be happy to tell you about his famous ancestor and serve you the pub's speciality: goulash.

Hašek is not the only famous Czech cultural figure connected with the region. The capital of Vysočina, Iglava, is home to the Gustav Mahler House. Mahler, a 19th-century composer and conductor, spent his childhood years in the town. Visiting the museum dedicated to him is an excellent way to get to know the town of Iglava and learn about its interesting history.

Iglawa – stolica Wysociny / Iglava – the capital of Vysočina



Fot.: Rastislav – Adobe Stock



Międzynarodowe Targi Turystyczne

**20-22
LISTOPADA 2025**



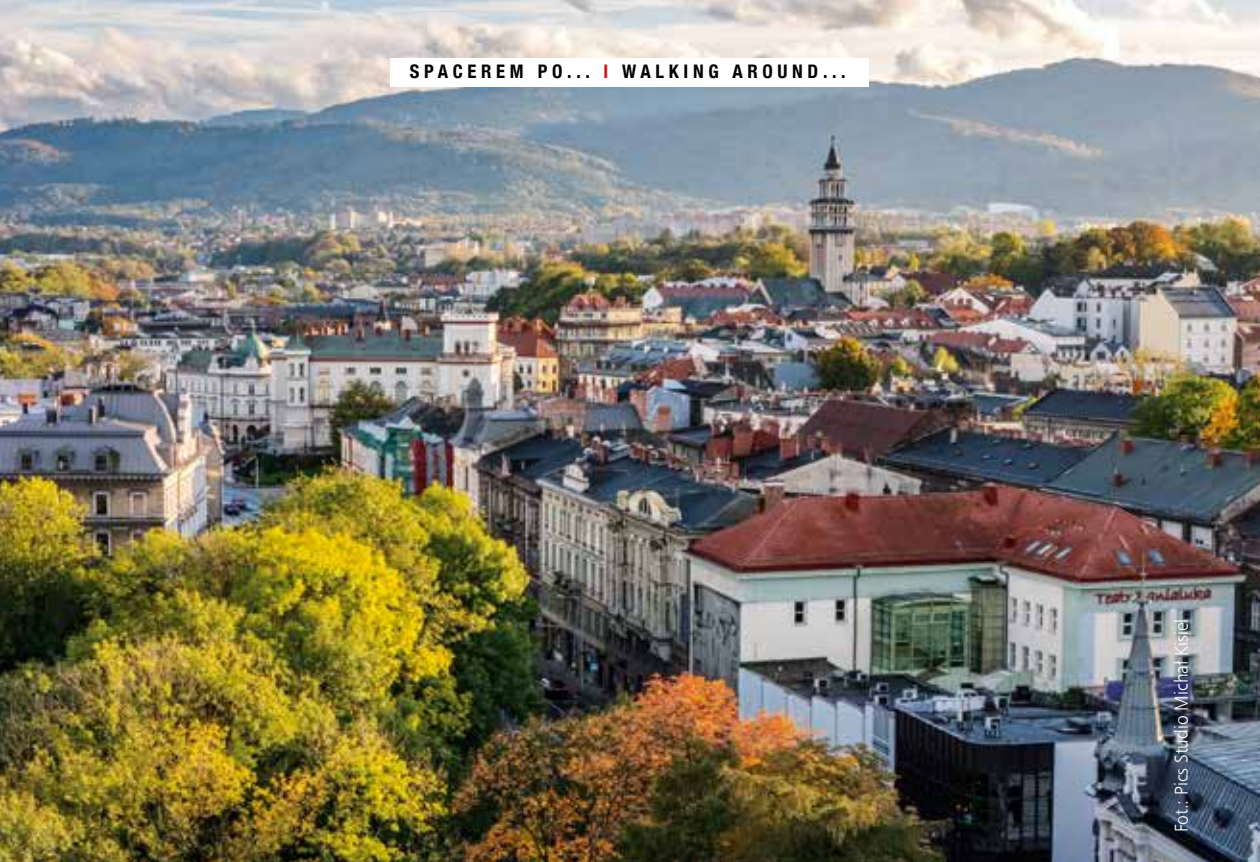
LOKALIZACJA
PAŁAC KULTURY I NAUKI
Plac Defilad 1
00-901 Warszawa



ORGANIZATORZY:



ittfwarsaw.pl



Bielsko-Biała – panorama miasta / Bielsko-Biała – a city panorama

BIELSKO-BIAŁA

— MIASTO W GÓRACH

BIELSKO-BIAŁA – A CITY IN THE MOUNTAINS

Bielsko-Biała położone jest w otoczeniu Beskidu Śląskiego i Małego. Nic więc dziwnego, że całe aktywne życie mieszkańców i turystów kręci się wokół gór. Z każdego niemal miejsca widać otaczające miasto szczyty, a jest ich niemało. W granicach miasta leży kilkanaście gór, wśród nich Szyndzielnia, Dębowiec, Klimczok. Turysta znajdzie tu wszystko, czego szuka: gwar lub samotność, piękno beskidzkiej przyrody, niesamowite widoki i wiele więcej.

W GÓRĘ

Wędrówkę po bielskich górach warto zacząć od niewielkiego szczytu, jakim jest Dębowiec (686 m n.p.m.). Jest to jedno z ulubionych miejsc nie tylko mieszkańców miasta, ale i turystów, gdyż jego zdobycie nie zajmie więcej niż 25 minut. Jeśli jednak jesteśmy zbyt zmęczeni lub mamy ograniczoną ilość wolnego czasu, na wierzchołku Dębowca możemy znaleźć się już w pięć minut! Wygodna i nowoczesna kolejka krzesełkowa wwiezie nas na samą górę, zapewniając po drodze niesamowite widoki.

Kolejnym szczytem do zdobycia jest Szyndzielnia – z Dębowca dotrzemy na nią w niecałe dwie godziny, ale czas ten możemy znacznie skrócić, korzystając z kolei gondolowej, która wwiezie nas pod szczyt Szyndzielni w około osiem minut. Wszystkie wagoniki wyposażone są w specjalne uchwyty rowe-

Fot.: Dorota Koperska



Schronisko Szyndzielnia / Szyndzielnia Mountain Shelter

rowe i są przystosowane do przewozu wózków dziecięcych oraz osób poruszających się na wózkach inwalidzkich. Przy górnej stacji kolejki znajduje się 18-metrowa wieża widokowa, z której przy dobrej pogodzie można spojrzeć na Tatry. Na szczycie Szyndzielni warto odwiedzić schronisko PTTK, które jest bez wątpienia jednym z najpiękniejszych schronisk w polskich górach.

Otoczające miasto szczyty polecają się nie tylko na krótkie wędrówki – tutaj swój symboliczny start (i koniec) ma Wielka Pętla Beskidzka The Loop. To długodystansowa trasa w całości przeprowadzona po szlakach PTTK i zintegrowana z siecią schronisk górskich. To niezapomniana przygoda, podczas której pokonamy pieszo blisko 250 km i łącznie ponad 11 000 m przewyższeń, a wszystko to obcując z niezwykłą przyrodą Beskidu Śląskiego, Żywieckiego i Małego. www.theloop.travel

Z GÓRY

Jeśli jednak nie lubimy chodzić, możemy zjeżdżać. Bielsko-Biała to centrum polskiego enduro. Kompleks górskich ścieżek rowerowych Enduro Trails w Bielsku-Białej to sieć jednokierunkowych tras rowerowych, tzw. singletracków. Trasy zlokalizowane są w masywie Klimczoka, pomiędzy Szyndzielnia i Kozia Góra. Bez żadnej przesady można powiedzieć, że enduro to od paru lat najszybciej rozwijający się trend w kolarstwie górskim. Dlaczego? Prawdopodobnie dlatego, że upatruje się w tej dyscyplinie swego powrotu do źródeł, do zwykłej eksploracji gór na rowerze, do jazdy tak po prostu, dla przyjemności, szybko w dół i skutecznie do góry. www.endurotrails.pl

BAJKOWE MIASTO W GÓRACH

Bielsko-Biała to nie tylko góry, bo trudno o bardziej bajkowe polskie miasto – tutaj narodzili się tacy bohaterowie jak Bolek i Lolek, Reksio, Baltazar Gąbka i wielu innych. W Bielsku-Białej powstają kolejne bajkowe pomniki oraz ulice i place z bajkowymi patronami, które wspólnie tworzą szlak „Bajkowe Bielsko-Biała”. Na szlaku tym spotkać można: Bolka i Lolka, Reksia, Pampaliniego łowcę zwierząt wraz z hipopotamem,

Bielsko-Biała is located in the Beskid Śląski and Mały mountain ranges. It's no surprise, then, that the lives of the city's inhabitants and tourists revolve around the mountains. The peaks surrounding the city are visible from almost everywhere, and there are quite a few of them. Several mountains lie within the city borders, including Szyndzielnia, Dębowiec and Klimczok. Tourists will find everything they are looking for here: bustle or solitude, the beauty of Beskid nature, incredible views, and much more.

UP!

If you're planning a hike in the Bielsko Mountains, it's worth starting from the small peak of Dębowiec (686 m above sea level). It is a popular place for both the city's inhabitants and tourists, as it takes no more than 25 minutes to reach the top. However, if you're feeling tired or short of time, you can reach the top in just five minutes! A comfortable, modern chairlift will take you there, providing amazing views along the way.

The next peak to be conquered is Szyndzielnia. It takes less than two hours to get there from Dębowiec on foot, but this journey can be shortened considerably by taking the gondola lift, which will take us to the top in around eight minutes. All carriages are equipped with special bicycle holders and are adapted for transporting prams and people in wheelchairs. The upper station of the cable car has an 18-metre-high observation tower, offering views of the Tatra Mountains on clear days. Once you reach the summit of Szyndzielnia, be sure to visit the PTTK mountain shelter, widely regarded as one of the most beautiful in the Polish mountains.

The surrounding mountain peaks are perfect not only for short hikes – this is also where the symbolic start (and end) of the Great Beskid Loop, known as The Loop, can be found. This long-distance route is entirely on PTTK trails and is integrated with a network of mountain shelters. This unforgettable adventure covers nearly 250 km on foot, with a total elevation gain of more than 11,000 m, all while communing with the extraordinary nature of the Silesian, Żywiec and Little Beskids. www.theloop.travel

Rzeźba Pampalini i hipopotam / The Pampalini and hippopotamus sculpture



Fot.: Jacki - L. Cykarski



Centrum Bajki i Animacji „OKO” / OKO Story and Animation Center

Smoka Wawelskiego, Bartłomieja Bartoliniego Herbu Ziemia Pietruszka i Szpiega z Krainy Deszczowców – Don Pedra de Pomidore.

Od 25 maja postaci ze Studia Filmów Rysunkowych można spotkać również w Interaktywnym Centrum Bajki i Animacji „OKO”. To nowoczesne centrum rozrywki i edukacji proponuje dzieciom naukę przez zabawę z wykorzystaniem nowoczesnych technik multimedialnych. Jednym z kluczowych elementów jest przestrzeń muzealno-wystawiennicza, gdzie można zwiedzić zarówno wystawy stałe, jak i czasowe. Każda opowiada o tym, jak ewoluowała polska animacja oraz przedstawia historię jej tworzenia. W OKU znajduje się również sala konferencyjna i warsztatowa. Ważną częścią jest też nowoczesna sala kinowa, gdzie reaktywowano Kino Studyjne. www.sfr.pl

POLSKA STOLICA KULTURY 2026

Ustanowiony przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego program Polskich Stolic Kultury jest odpowiedzią na apel miast zakwalifikowanych do finału konkursu o tytuł Europejskiej Stolicy Kultury 2029. Miasta te będą prezentować swoją tożsamość, wpływ na rozwój regionalny oraz nowoczesne technologie w sektorze kreatywnym, szczególnie w kontekście edukacji i aktywizacji młodzieży. W Bielsku-Białej kultura to nie tylko sztuka i wydarzenia artystyczne, ale też wspólne działania w mieście oraz dbanie o otoczenie – przyrodę, architekturę, a także obecność w świecie wirtualnym. W 2026 roku Bielsko-Biała stanie się Polską Stolicą Kultury, oferując unikalny i innowacyjny program, który podkreśli potencjał miasta.



Wydział Kultury i Promocji Urząd Miejski w Bielsku-Białej

pl. Ratuszowy 1, 43-300 Bielsko-Biała

e-mail: kp@um.bielsko-biala.pl, www.bielsko-biala.pl

DOWN

But if walking isn't your thing, you can always ride downhill. Bielsko-Biała is the centre of Polish enduro. The Enduro Trails mountain biking complex in Bielsko-Biała is a network of one-way cycling routes, known as singletracks. The trails are located in the Klimczok massif, between Szynkielnia and Kozia Góra. Enduro has undoubtedly been the fastest-growing trend in mountain biking for some years now. Why? Probably because it is seen as a return to the sport's origins: exploring the mountains for the pure pleasure of it, riding downhill quickly and efficiently uphill.

www.endurotrails.pl

A FAIRYTALE CITY IN THE MOUNTAINS

Bielsko-Biała is not just a city surrounded by mountains; it is also home to some of the most enchanting cartoon characters in Poland, including Bolek and Lolek, Reksio, and Baltazar Gąbka. More and more statues of storytime characters are appearing in Bielsko-Biała, and the streets and squares containing these storytime heroes together form the “Bielsko-Biała Storytime” trail. On this trail, you can encounter the following characters: Bolek and Lolek, Reksio, Pampalini the hunter with his hippopotamus, the Wawel Dragon, Bartholomew Bartolini of the Green Parsley Coat of Arms, and Don Pedro de Pomidore, the spy from the Land of Rain.

Since 25 May, the characters from the Animated Film Studio have also been appearing at the OKO Story and Animation Center. This modern entertainment and education centre uses modern multimedia techniques to offer children the opportunity to learn through play. A key element is the museum and exhibition space, which features both permanent and temporary exhibitions. Each exhibition tells the story of how Polish animation has evolved and presents the history of its creation. OKO also has a conference and workshop room. Another important feature is the modern cinema room, where the Studio Cinema has been reactivated.

www.sfr.pl

POLISH CAPITAL OF CULTURE 2026

The Polish Capitals of Culture programme, established by the Ministry of Culture and National Heritage, is a response to the appeal of cities that have qualified for the final of the European Capital of Culture 2029 competition. These cities will present their identity and influence on regional development, with a focus on modern technologies in the creative sector, particularly in relation to education and youth engagement.

In Bielsko-Biała, culture encompasses not only art and artistic events, but also collective action within the city and stewardship of the environment, including nature, architecture, and the digital landscape. In 2026, Bielsko-Biała will become the Polish Capital of Culture, offering a unique and innovative programme that will highlight the city's potential.

Tego lata odkryj... Białystok

This summer discover... Białystok

Białystok to wiele kultur, religii i tradycji. To miasto kościołów, cerkwi i meczetów. Panująca tu gościnność i spokojne tempo życia dają możliwość odpoczynku, znalezienia czasu dla siebie i rodziny. To tutaj możecie odkryć wyjątkowe smaki kresowych specjałów lub aktywnie wypocząć w pobliskiej puszczy. A to tylko dwie godziny drogi od Warszawy.

Białystok is a mix of cultures, religions and traditions. It is a city of Catholic and Orthodox churches, as well as mosques. The hospitality and slow pace of life that prevail here offer an opportunity for relaxation, for finding time for yourself and your family. It is a place where you can discover the unique flavours of borderland delicacies or engage in active leisure in the nearby forests. And it is just 2 hours from Warsaw.





Pełen uroku Elbląg przyciąga wodnym klimatem i doskonałą lokalizacją, wymarzoną wprost do aktywnego wypoczynku. Miasto położone nad rzeką Elbląg to świetny punkt wypadowy na rejsy po Kanale Elbląskim czy Zalewie Wiślanym. To także doskonałe tereny na rowerowe wyprawy – zarówno po mieście, jak i po jego malowniczych okolicach. Rowerowa wycieczka to doskonały sposób na poznanie Elbląga i jego otoczenia.

NOWOCZESNA INFRASTRUKTURA DLA MIŁOŚNIKÓW WODNYCH PRZYGÓD

Jeśli mowa o wodnych atrakcjach, Elbląg ma się czym pochwalić. Z miasta można wyruszyć w rejs jednym z najbardziej niezwykłych zabytków inżynierii na świecie – Kanalem Elbląskim. „Statek po trawie”, czyli podróż wodną trasą z unikalnym systemem pochylni i śluz, dostarcza niezapomnianych wrażeń i świetnie sprawdza się jako pomysł na rodzinną wyprawę. Miłośnicy żeglarstwa również znajdą tu coś dla siebie – nowoczesna przystań oraz port morski zapewniają wygodny dostęp do wody i możliwość rejsów w stronę Krynicy Morskiej.

W sezonie letnim 2025 Elbląg zyska nową atrakcję, która z pewnością przyciągnie mieszkańców i turystów. Na prze-

The charming city of Elbląg attracts with its water climate and excellent location for active recreation. The city situated on the Elbląg River is a great starting point for cruises on the Elbląg Canal or the Vistula Lagoon. It is also a perfect area for bicycle trips – both around the city and its picturesque surroundings. A bicycle trip is a great way to get to know Elbląg and its surroundings.

MODERN INFRASTRUCTURE FOR WATER ADVENTURE LOVERS

When it comes to water attractions, Elbląg has a lot to boast about. From the city, you can embark on a cruise along one of the most remarkable engineering monuments in the world – the Elbląg Canal. „Ship on grass”, a journey along a water route with a unique system of ramps and locks, provides an unforgettable experience and works great as a great idea for a family trip. Sailing enthusiasts will also find something for themselves here – a modern marina and seaport provide convenient access to the water and the possibility of cruises towards Krynica Morska.

In the summer season of 2025, Elbląg will gain a new attraction that will certainly attract residents and tourists.

łomie czerwca i lipca planowane jest otwarcie nowoczesnego, zewnętrznego parku wodnego z kompleksem basenów.

To miejsce zaprojektowane z myślą o różnych grupach użytkowników – idealne zarówno do rodzinnego relaksu, jak i aktywnego spędzania czasu. Baseny rekreacyjne, strefy sportowe oraz przestrzeń do wypoczynku pod gołym niebem będą świetną alternatywą na gorące, letnie dni.

ROWEROWY RAJ W ELBLĄGU

Miasto z perspektywy dwóch kółek? W Elblągu to najlepszy sposób na aktywne zwiedzanie. Warto wiedzieć, że to właśnie w Elblągu rozpoczyna się jeden z najbardziej rozpoznawalnych szlaków rowerowych w Polsce – Green Velo. Trasa biegnie wzdłuż Zalewu Wiślanego w kierunku Fromborka, a dalej prowadzi przez pięć województw Polski Wschodniej. Z niemal 2000 km długości Green Velo to najdłuższy i jeden z najbardziej malowniczych szlaków rowerowych w kraju.

Wśród popularnych tras nie można pominąć Nadzalewowej Trasy Rowerowej (187 km), znanej również jako Międzynarodowy Szlak Rowerowy R64. Szlak prowadzi wokół Zalewu Wiślanego – od Pisków na Mierzei Wiślanej aż po Braniewo. To doskonały sposób, by z siodełka roweru podziwiać zróżnicowane krajobrazy regionu: od nadmorskich wydm i Żuław Wiślanych, przez Wysoczyznę Elbląską, aż po Nizinę Warmińską.

Na krótszą, ale równie malowniczą wyprawę warto wybrać się niebieskim szlakiem wokół Jeziora Drużno. Trasa liczy 45,7 km i wiedzie z Elbląga do Komorowa Żuławskiego, m.in. przez Raczkę Elbląską – miejsce znane jako najniższy położony punkt w Polsce.

Z kolei w samym Elblągu warto skorzystać z propozycji lokalnych – Miejskie Wycieczki Rowerowe to świetna opcja zarówno dla początkujących, jak i bardziej doświadczonych rowerzystów. To nie tylko okazja do aktywnego spędzenia

Elbląg – panorama miasta / Elbląg – a view of the city panorama



At the turn of June and July, a modern, outdoor water park with a swimming pool complex is scheduled to open.

This place is designed with various groups of users in mind – ideal for both family relaxation and active leisure. Recreational pools, sports zones and space for outdoor relaxation will be a great alternative for hot summer days.

CYCLING PARADISE IN ELBLĄG

A city from the perspective of two wheels? In Elbląg it is the best way to actively explore. It is worth knowing that it is in Elbląg that one of the most recognizable cycling routes in Poland – Green Velo – begins. The route runs along the Vistula Lagoon towards Frombork, and then continues through five voivodeships of Eastern Poland. With almost 2,000 kilometres in length, Green Velo is the longest and one of the most picturesque cycling routes in the country.

Among the popular routes, it is impossible to miss the Nadzalewowa Bicycle Route (187 km), also known as the International Bicycle Route R64. The route leads around the Vistula Lagoon – from Piski on the Vistula Spit to Braniewo. It is an excellent way to admire the diverse landscapes of the region from the saddle of a bike: from the seaside dunes and Vistula Marshland, through the Elbląg Upland, to the Warmian Lowland.

For a shorter but equally picturesque trip, it is worth taking the blue trail around Lake Drużno. The route is 45.7 km long and leads from Elbląg to Komorowo Żuławskie, including through Raczkę Elbląską – a place known as the lowest point in Poland.

In Elbląg itself, on the other hand, it is worth taking advantage of the local offers – Urban Cycling Tours are a great option for both beginners and more experienced cyclists. It is not only an opportunity to spend time actively, but also to discover lessknown corners of the city and its surroundings in an organized, friendly group of people.

THE POWER OF SUMMER EVENTS

Elbląg does not slow down at any time of the year, but it is the summer months that bring the most cultural excitement.

☐ Already in June, the streets resound with the Elbląg Music Festival (20–22.06.2025), which fills the city

czasu, ale również do odkrywania mniej znanych zakątków miasta i jego okolic w zorganizowanej, przyjaznej grupie.

MOC LETNICH WYDARZEŃ

Elbląg nie zwalnia tempa o żadnej porze roku, ale to letnie miesiące przynoszą największą kulturalnych emocji.

- ☐ Już w czerwcu na ulicach rozbrzmiewa **Elbląskie Święto Muzyki** (20–22.06.2025), które wypełnia przestrzeń miejską koncertami i spontanicznymi występami artystów.
- ☐ Tydzień później przychodzi czas na jedno z największych wydarzeń w kalendarzu – **Dni Elbląga** (27–29.06.2025), czyli trzy dni koncertów, animacji i atrakcji dla całych rodzin.
- ☐ Lipiec to z kolei czas dla miłośników jazzu – **Jazzbląg** (25–26.07.2025) przyciąga do Elbląga zarówno uznanych muzyków z Polski, jak i zagranicznych artystów, tworząc wyjątkowy klimat pełen jazzowych brzmień i improwizacji.
- ☐ W sierpniu Elbląg zaprasza na **Dni Morza** (9–10.08.2025) – święto pełne morskiej symboliki, rodzinnej atmosfery i atrakcji na świeżym powietrzu. Na uczestników czekają koncerty, pokazy na wodzie oraz wiele atrakcji dla dzieci i dorosłych.
- ☐ Miłośnicy sportowych wrażeń także znajdą coś dla siebie. Już 5 lipca Elbląg stanie się areną zawodów pływackich z cyklu **Aqua Speed Open Water Series**, a dzień później – 6 lipca – na starcie staną uczestnicy **Garmin Triathlon Tour**, mierząc się z pływaniem, jazdą na rowerze i biegiem w jednej z najpopularniejszych imprez triathlonowych w Polsce.
- ☐ Na stałe wpisało się w kalendarz jedno z najbardziej lubianych wydarzeń – **Elbląskie Święto Chleba** (20–24.08.2025). To doskonała okazja, by spróbować lokalnych wypieków, poczuć smak tradycji i zanurzyć się w festynowym klimacie miasta.
- ☐ Równie wyjątkowy klimat tworzy grudniowy **Elbląski Jarmark Bożonarodzeniowy** (4–7.12.2025), który rozświetla miasto świątecznymi dekoracjami, napęnia zapachami i muzyką. A na zakończenie roku Elbląg zaprasza na **Sylwestra w Formie**: plenerową zabawę pełną muzyki i pozytywnej energii.

Elbląg to miasto całorocznych możliwości. Od wydarzeń kulturalnych, przez ofertę gastronomiczną, aż po codzienną przestrzeń do odpoczynku – każdy znajdzie tu coś dla siebie. To miejsce, które łączy klimat z dostępnością, a tradycję z nowoczesnością.



Foto: U. J. Alexander - Adobe Stock

space with concerts and spontaneous artistic performances.

- ☐ A week later, it is time for one of the biggest events in the calendar – **Elbląg Days** (27–29.06.2025), three days of concerts, animations and attractions for entire families.
- ☐ July, in turn, is the time for jazz lovers – **Jazzbląg** (25–26.07.2025) attracts both renowned musicians from Poland and foreign artists to Elbląg, creating a unique atmosphere full of jazz sounds and improvisations.
- ☐ In August, Elbląg invites you to the **Sea Days** (9–10.08.2025) – a celebration full of maritime symbolism, a family atmosphere and outdoor attractions. Participants can expect concerts, water shows and many attractions for children and adults.
- ☐ Sports enthusiasts will also find something for themselves. On July 5, Elbląg will become the arena of swimming competitions of the **Aqua Speed Open Water Series**, and a day later – July 6 – participants of the **Garmin Triathlon Tour** will take part in one of the most popular triathlon events in Poland – swimming, cycling and running.
- ☐ One of the most popular events, the **Elbląg Bread Festival** (20–24.08.2025), has become a permanent fixture on the calendar. It is a great opportunity to taste local pastries, feel the taste of tradition and immerse yourself in the city's festive atmosphere.
- ☐ The **December Elbląg Christmas Fair** (4–7.12.2025) creates an equally unique atmosphere, illuminating the city with holiday decorations, scents and music. And to end the year, Elbląg invites you to '**New Year's Eve in the Form**': an outdoor party full of music and positive energy.

Elbląg is a city of year-round opportunities. From cultural events, through gastronomic offers, to everyday space for relaxation – everyone will find something for themselves here. This is a place that combines climate with accessibility, tradition with modernity.



REKORDOWY FESTIWAL GÓRNEJ ODRY – ponad 200 tysięcy odwiedzających!

THE RECORD-BREAKING UPPER Odra FESTIVAL ATTRACTED OVER 200 THOUSAND VISITORS!

W dniach 27–29 czerwca region Górnej Odry po raz kolejny udowodnił, że jest turystycznym sercem Śląska. Tegoroczna edycja Festiwalu Górnej Odry przyciągnęła aż 200 669 odwiedzających, bijąc dotychczasowe rekordy frekwencji.

Przez trzy dni na uczestników czekało 130 atrakcji w ponad 30 lokalizacjach, obejmujących m.in. kultowe Pływadła, atrakcje turystyczne w niecodziennej odstonie, promocję turystyki aktywnej na wodzie i lądzie, koncerty, warsztaty, spływy kajakowe, rajdy rowerowe i liczne animacje dla całych rodzin. Bogaty program i różnorodność wydarzeń sprawiły, że każdy – niezależnie od wieku – mógł znaleźć coś dla siebie.

Festiwal odbywał się pod honorowym patronatem Prezesa Polskiej Organizacji Turystycznej oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki. Głównym partnerem wydarzenia był GAZ-SYSTEM S.A., a wsparcie zapewniła również Śląska Organizacja Turystyczna.

Organizatorzy już dziś zapowiadają kontynuację festiwalu w przyszłym roku – 26–28 czerwca 2026 – z jeszcze większym rozmachem. Polska Marka Turystyczna Kraina Górnej Odry rośnie w siłę jako turystyczna perełka regionu i miejsce, które warto odwiedzić, nie tylko od święta.

From 27 to 29 June, the Upper Odra region proved once again that it is the heart of Silesia's tourism. This year's festival attracted 200,669 visitors, breaking all previous attendance records.

For three days, participants could enjoy 130 attractions in over 30 locations, including an unusual version of the iconic Pływadła (swimming constructions competition) tourist attraction, the promotion of active tourism on water and land, concerts, workshops, kayaking trips, bike rallies, and entertainment for entire families. The variety of events and the richness of the programme meant that everyone, regardless of age, could find something for themselves.

The festival was held under the honorary patronage of the President of the Polish Tourist Organisation and the Ministry of Sport and Tourism. GAZ-SYSTEM S.A. was the event's main partner, and the Silesian Tourism Organisation also provided support.

The organisers have announced that the festival will continue next year, from 26 to 28 June 2026, with an even greater scope. The Polish tourist brand 'Kraina Górnej Odry' (Eng. The Upper Odra Land) is growing stronger as a tourist gem of the region and a place worth visiting, not only on special occasions.





Szczecin – Wały Chrobrego / Szczecin – Chrobry Embankment

Układ urbanistyczny wzorowany na Paryżu, rozległe tereny zielone inspirowane ideą miasta ogrodu Ebenezera Howarda, monumentalna architektura, nowoczesne muzea i... zapach czekolady unoszący się znad Łasztowni. Kolejne oblicza miasta odsłaniają się powoli. Bo Szczecin nie opowiada swojej historii na głos – trzeba się wsłuchać i odkryć ją samemu. Najlepiej podążając Czerwonym Szlakiem Turystycznym – namalowaną na chodnikach linią, która niczym przewodnik prowadzi przez najciekawsze, najbardziej zaskakujące miejsca Szczecina.

MIASTO ZIELENI I CISZY

Szczecińska opowieść zaczyna się wśród drzew. Bo czego jak czego, ale zieleni w Szczecinie nie brakuje. Jasne Błonia – rozległe i spokojne, otoczone wiekowymi platanami i klonami – skrywają rzeźby, fontannę i pomnik Jana Pawła II. Park Kasprzowicza pochwalić się może amfiteatrem Teatru Letniego, który po modernizacji stał się

jedną z najnowocześniejszych scen plenerowych w Europie. Tuż obok Ogród Różany z ponad setką odmian róż, który o każdej porze roku wygląda jak pocztówka. Nawet Cmentarz Centralny, największy w Polsce i trzeci w Europie, to nie tylko miejsce spoczynku, ale i ogród dendrologiczny, oaza ciszy i krajobraz pełen symboli.

MIASTO SMAKU I SPOTKAŃ

Kiedy Czerwony Szlak wprowadza nas na starówkę, zmienia się ton miasta. Gęściej, głośniejsze, bardziej miejskie – i smakowicie! Szczecin znany jest z nieformalnego Szlaku Browarów, którego wizytówką jest Browar Pod Zamkiem – lokal z własnym piwem, dobrą kuchnią i klimatem idealnym na networking lub kolację po dniu pełnym wrażeń. Na lunch polecamy – Przełomy Kafe, tuż przy Centrum Dialogu Przełomy, z bułką ze śledziem i paprykarzem – klasyką smaków regionu. Ten kulinarny symbol Szczecina narodził się w szczecińskich zakładach

Szczecin

Miasto, które zaskakuje

DOROTA GLENDZKA

Są miasta, które kocha się od pierwszego wejrzenia. Inne trzeba odkrywać powoli, warstwa po warstwie – i właśnie do nich zalicza się Szczecin. Dawna rezydencja książąt pomorskich, pruskie miasto portowe, przedwojenna twierdza i powojenna mozaika kultur – Szczecin wciąż zaskakuje tych, którzy dają się mu poprowadzić.

Szczecin

A city that surprises

There are cities that you love at first sight. Others have to be discovered slowly, layer by layer – and Szczecin is one of them. A former residence of the Dukes of Pomerania, a Prussian port city, a pre-war fortress and a post-war mosaic of cultures – Szczecin still surprises those who let themselves be guided by the city.

An urban layout modelled on Paris, vast green areas inspired by Ebenezer Howard concept of a garden city, monumental architecture, modern museums. Not to mention the smell of chocolate rising from Łasztownia.

The city's other faces of the city are revealed slowly. Because Szczecin does not tell its story out loud – you have to listen and discover it yourself. The best way to do this is to follow the Red Tourist Trail – a line painted on the pavements, which will guide you through the city's most interesting, most surprising places.

Zamek Książąt Pomorskich w Szczecinie / Pomeranian Dukes' Castle in Szczecin





Fot.: Dejan Gospodarek – Adobe Stock

Filharmonia im. Mieczysława Karłowicza w Szczecinie / Mieczysław Karłowicz Philharmonic in Szczecin

rybnych i był odwołaniem do afrykańskiego dania chop-chop, w którym rozsmakowali się technologdzy firmy Gryf. Dziś to duma miasta... i produkt wpisany do rejestru produktów tradycyjnych. Inne rybne akcenty i lokalne wina czekają w Paprykarzu, a egzotyczne nuty i autentyczne dania Ameryki Południowej – w Brasileirinho na Starym Mieście.

MIASTO HISTORII I DUCHA

Obowiązkowym punktem programu jest oczywiście spacer wzdłuż Wałów Chrobrego. Każdego zachwyci panorama Odry, z podświetlonymi nocami Dźwigozaurami w tle, gdzie monumentalne fasady Muzeum Narodowego i Politechniki Morskiej tworzą scenę jak z filmu. Kilka kroków dalej znajduje się lodowa bryła Filharmonii Szczecińskiej, perła architektury na-

Smaki morza w restauracji Paprykarz / Sea flavors at the Paprykarz restaurant



Fot.: Dorota Olenicka

A CITY OF GREEN AND SILENCE

The story of Szczecin begins among the trees. There is no shortage of greenery here. Jasne Błonia, a vast and peaceful expanse surrounded by centuries-old plane trees and maples, is home to sculptures, a fountain and a monument to John Paul II.

Kasprowicz Park can boast the amphitheatre of the Summer Theatre, which following modernisation has become one of the most state-of-the-art open-air stages in Europe. Right next to it is the Rose Garden with over a hundred varieties of roses, which looks like a postcard at any time of year. Even the Central Cemetery, the largest in Poland and third largest in Europe, is not only a place of rest, but also a dendrological garden and an oasis of silence and a landscape full of symbols.

CITY OF TASTE AND ENCOUNTERS

As the Red Trail brings us to the old town, the city's character changes. It becomes denser, louder, more urban – and delicious! Szczecin is renowned for its informal Brewery Route, the highlight of which is Pod Zamkiem Brewery – a place with its own beer, good cuisine and an atmosphere perfect for networking or enjoying dinner after a day full of impressions. For lunch, we recommend – Przełomy Kafe, right next to the Przełomy Dialogue Centre, with a roll with herring and paprykarz – a classic regional dish. This culinary symbol of Szczecin originated in the city's fish plants and was a reference to the African chop-chop dish, which the technologists at the Gryf company relished. Today, it is the pride of the city... and a product entered into the register of traditional products. Other fish accents and local wines await you in Paprykarz, while exotic flavours and authentic South American dishes are on offer at Brasileirinho in the Old Town.

gradzana na całym świecie. Tuż obok – Centrum Dialogu Przełomy z podziemną wystawą o tożsamości Szczecina. Warto zajrzeć też do Zamku Książąt Pomorskich – siedziby książęcej dynastii Gryfitów, dziś tętniącego koncertami i wystawami czy też bazyliki św. Jakuba z unikatowymi organami i 110-metrową wieżą widokową, z której rozpościera się zapierający dech widok na miasto.

MIASTO TECHNIKI I WYOBRAŹNI

Układ urbanistyczny Szczecina ponoć inspirowany był... Paryżem. Promieniście rozchodzące się aleje to dzieło planistów z XIX wieku wzorujących się na Haussmannowskiej przebudowie stolicy Francji. Szczecin jest też jednym z niewielu miast, które nie mają klasycznego rynku – jego przestrzeń wyznaczają place, bulwary i skwery. By obejrzeć inne techniczne ciekawostki miasta warto zajrzeć do Muzeum Techniki i Komunikacji – Zajezdni Sztuki mieszczącej się w odrestaurowanej zajezdni tramwajowej z 1912 roku przy ul. Niemierzyńskiej.

Tu historia szczecińskiej motoryzacji łączy się ze sztuką współczesną. Tramwaje, motocykle, auta czasów PRL, prototypy i interaktywne Motoeksperymentarium przyciągają małych i dużych. Z kolei na szczecińskiej Łasztowni, tuż nad Odrą, mieści się Morskie Centrum Nauki z planetarium i interaktywnymi wystawami o wodzie, żegludze i technice. Bulwary Szczecińskie zapraszają do spacerów i rekreacji, podobnie jak plaża na pobliskiej Wyspie Grodzkiej. Potem jeszcze rejs katamaranem, a na finał – relaks w Fabryce Wody, która oprócz aquaparku oferuje saunarium, strefę sportu, rozrywki, kręgielnię, ściankę wspinaczkową i interaktywne Edukatorium.



Centrum Informacji Turystycznej
(otwarte codziennie 10⁰⁰ – 18⁰⁰)
pl. Żołnierza Polskiego 20,
70-551 Szczecin
tel. +48 914 340 440
e-mail: info@visitszczecin.eu
www.visitszczecin.eu



Muzeum Techniki i Komunikacji – Zajezdnia Sztuki w Szczecinie
Museum of Technology and Transport in Szczecin – Art Depot in Szczecin

CITY OF HISTORY AND SPIRIT

A must-see is, of course, a walk along the Chrobry Embankment. The panorama of the Oder River, with the Cranesauruses illuminated at night in the background and the monumental facades of the National Museum and the Maritime University of Technology, is sure to enchant everyone. A few steps away is the ice block of the Szczecin Philharmonic, a pearl of architecture awarded all over the world. Right next to it – the Przełomy Dialogue Centre with an underground exhibition about the identity of Szczecin. Other places of interest include the Pomeranian Dukes' Castle – the former seat of the princely Gryfit dynasty which now hosts concerts and exhibitions, or the Basilica of St. James with its unique organs and a 110-metre observation tower offering breathtaking views of the city.

CITY OF TECHNOLOGY AND IMAGINATION

The urban layout of Szczecin was supposedly inspired by... Paris. The radiating avenues are the work of 19th-century planners following the example set by Haussmann reconstruction of the French capital. Szczecin is also one of the few cities without a traditional market square, instead – its space is marked out by squares, boulevards and greenery places. To see other technical highlights of the city, it is worth visiting the Museum of Technology and Communication – the Art Depot located in a restored tram depot from 1912 on Niemierzyńska Street.

This is where the history of Szczecin's automotive industry combines with contemporary art. Trams, motorcycles, cars from the communist era, prototypes and the interactive Motoeksperymentarium attract visitors of all ages. In turn, in Szczecin's Łasztownia, right on the Oder, there is the Maritime Science Centre, which features a planetarium and interactive exhibitions about water, sailing and technology.

The SzczecinBoulevards are perfect for strolling and relaxing, as is the beach on the nearby Grodzka Island. Next, enjoy a catamaran cruise, followed by relaxation in the Water Factory, which, in addition to the aquapark, offers saunas, a sports and entertainment zone, a bowling alley, a climbing wall and an interactive Edukatorium Education Centre.



Fot.: Łukasz Brechman – Adobe Stock

Szczecinek – widok na pomost i zamek / Szczecinek view of the pier and the castle

SZCZECINEK

ZAPRASZA PRZEZ CAŁY ROK!

SZCZECINEK – WELCOMES YOU ALL YEAR ROUND!

Szczecinek to pełne uroku miasto, w którym ponad siedem stuleci burzliwej historii spleta się z niosącą nowe wyzwania współczesnością. Malowniczo położone wśród lasów, jezior i morenowych wzgórz, na pograniczu trzech historycznych krain: Pomorza Zachodniego, Pomorza Gdańskiego i Wielkopolski. Miasto z charakterem – stawiające na aktywny wypoczynek, turystykę i kulturę.

SPORTOWE CENTRUM POMORZA

Jeden z najdłuższych na świecie wyciągów do nart wodnych, Regionalne Centrum Tenisowe, pełnowymiarowe hale sportowe, nowoczesny stadion piłkarski, zespół krytych basenów, skatepark – to tylko niektóre z obiektów, które sprawiają, że Szczecinek odwiedzany jest przez miłośników sportu i rekreacji oraz wyczynowych sportowców. To miejsce wymarzone na obozy treningowe, ale i na organizację licznych zawodów, w tym już odbywających się tutaj mistrzostw i pucharów Polski oraz Europy w triathlonie, pięcioboju nowoczesnym i narciarstwie wodnym. Bardzo silną i rozpoznawalną marką w polskim i międzynarodowym środowisku lekkoatletycznym jest też cykliczny Bieg Uliczny Memoriał Winanda Osińskiego. Miasto szczególnie upodobał sobie również piloci owianych legendą statków powietrznych z Polski i z wielu innych krajów, spotykający się na corocznych Festiwalach Balonowych. Towarzyszące im kultowe już Nocne Gale Balonowe to jeden z obowiązkowych punktów na turystycznej mapie Pomorza Zachodniego.

WYPOCZYNEK NAD WODĄ W ŚRODKU MIASTA

Znakomicie czują się w Szczecinku turyści i wczasowicze, którzy szukają tu ciszy i wakacyjnego wytchnienia. Na pewno docenią walory jezior położonych w środku miasta, będących prawdziwym rajem dla wędkarzy. Uwagę przyciągają też malownicze alejki pięknego Parku Miejskiego z egzotycznymi okazami roślin i drzew, dwupoziomowy taras widokowy czy liczne kafejki i restauracje, gdzie można odpocząć po długim spacerze. Albo po przejażdżce rowerem (do dyspozycji są wypożyczalnie rowerów) czy rejsie tramwajem wodnym.

WYCIĄG DO NART WODNYCH I WAKEBOARDU

Warto skorzystać z jednego z najdłuższych wyciągów w Europie położonego nad jeziorem Trzesiecko, u dysytuowanego w otoczeniu zabytkowego Parku Miejskiego. Okolica nasycona zielenią sprawia, że odwiedzany jest przez narciarzy wodnych oraz wakeboardzistów nie tylko dla sportowych atrakcji, ale również wyjątkowego klimatu miejsca.

ŚLADY HISTORII

Warto zajrzeć do Szczecinka także po to, by bliżej poznać jego burzliwe dzieje. Zjazdy monarchów, przemarsze wojsk napoleońskich, wizyty słynnych wodzów i strategów, a w ostatnim stuleciu budowa umocnień Wału Pomorskiego – ślady tych wydarzeń wciąż można znaleźć w mieście. A jest za czym się rozglądać! Secesyjna zabudowa, klimatyczny deptak, zabytkowy ratusz na placu Wolności oraz liczne murałe tworzące swoisty szlak spacerowy sprawiają, że niejeden turysta będzie miał ochotę przechadzać się ulicami miasta od świtu do zmierzchu.

Szczecinek is a charming city, where more than seven centuries of turbulent history intertwines with the present day, bringing new challenges. Picturesquely situated among forests, lakes and moraine hills, on the border of three historic lands: Western Pomerania, Gdansk Pomerania and Greater Poland. A city with character – focusing on active recreation, tourism and culture.

SPORTS CENTRE OF POMERANIA

One of the world's longest water ski lifts, the Regional Tennis Centre, full-size sports halls, a modern football stadium, a complex of indoor swimming pools and a skatepark are just some of the facilities that make Szczecinek visited by sports and recreation enthusiasts and professional athletes. It is a perfect place for training camps, but also for organising numerous competitions, including Polish and European championships and cups in triathlon, modern pentathlon and water skiing. A very strong and recognisable brand in Polish and international athletics circles is also the cyclical Winand Osiński Memorial Street Run. The city is also particularly popular among pilots of legendary aircraft from Poland and many other countries, who meet at the annual Balloon Festivals. The accompanying iconic Night Balloon Galas are one of the must-see events on the tourist map of West Pomerania.

RELAX BY THE WATERFRONT IN THE HEART OF THE CITY!

Szczecinek is also a popular destination for tourists and holiday-makers looking for peace and quiet. They will certainly appreciate the city's lakes, which are a real paradise for anglers. Other attractions include the picturesque alleyways of the beautiful City Park, which boasts exotic plants and trees; the two-storey observation deck; and the numerous cafés and restaurants,

Wyciąg do nart wodnych i wakeboardu w Szczecinku
Water ski and wakeboard lift in Szczecinek



Fot.: Archiwum SAPIK

Prawdziwą perłą wśród zabytków Szczecinka jest niewątpliwie Zamek Książąt Pomorskich. Położony na półwyspie w otoczeniu zieleni zapewnia odwiedzającym niezapomniane widoki. Gruntownie odrestaurowany w 2013 roku, pełni obecnie – jako Centrum Konferencyjne ZAMEK – rolę ważnego ośrodka biznesu, kultury i sztuki Szczecinka.

MUZYKA I KULTURA PRZEZ CAŁY ROK

Szczecinek to także ważne miejsce na kulturalnej mapie Polski Północnej. Koncerty plenerowe i klimatyczne koncerty klubowe, spektakle teatrów ulicznych, wernisaże wystaw czy spotkania poetów to tylko wybrane propozycje z wypełnionego po brzegi kalendarza wydarzeń. Dzięki temu przez cały rok znajdują coś tutaj dla siebie miłośnicy muzyki klasycznej i rozrywkowej, teatru i kabaretu, tańca towarzyskiego i współczesnego, a także ambitnego kina, literatury i sztuk plastycznych. Do tego latem odbywają się w Szczecinku wielkie koncerty plenerowe oraz festiwale przyciągające wielotysięczną widownię: Art Piknik Festival, wspomniany już Festiwal Balonowy, Materiafest oraz Festiwal Światła.

Zamek w Szczecinku / Castle in Szczecinek



Fot.: Robson90 – Adobe Stock



Samorządowa Agencja Promocji i Kultury w Szczecinku
Local Government Agency for Promotion and Culture in Szczecinek
ul. Wyszyńskiego 65, 78-400 Szczecinek
tel. + 48 94 712 83 02, www.sapik.pl

where you can relax after a long walk. The same goes for after a bike ride (bike rental facilities are available) or a water tram cruise.

WATER SKI LIFT AND WAKEBOARD

Try out one of Europe's longest water ski lifts on Lake Trzesiecko. It is situated within the grounds of a historic city park. The lush green surroundings attract not only water skiers and wakeboarders, but also those seeking the unique atmosphere of the place.

TRACES OF HISTORY

Szczecinek is also worth a visit if you want to learn more about its turbulent history. From the conventions of monarchs and the marches of Napoleonic armies to the visits of famous commanders and strategists and the construction of the Pomeranian Wall fortifications in the last century, traces of these events can still be found in the town. There is plenty to look for! The Art Nouveau buildings, atmospheric promenade and historic town hall on Plac Wolności, not to mention the numerous murals forming a peculiar walking trail, will tempt many tourists to stroll the city's streets from dawn to dusk.

A real highlight among Szczecinek's monuments is undoubtedly the Pomeranian Dukes' Castle. Situated on a green, wooded peninsula, it provides visitors with unforgettable views. Thoroughly renovated in 2013, it now operates as the ZAMEK Conference Centre, playing an important role in Szczecinek's business, cultural and artistic scenes.

MUSIC AND CULTURE ALL YEAR ROUND

Szczecinek is also an important place on the cultural map of northern Poland. From outdoor and atmospheric club concerts to street theatre performances, art exhibition openings and poetry events, there is something for everyone. Consequently, lovers of classical and popular music, theatre and cabaret, ballroom and contemporary dance, as well as ambitious cinema, literature and visual arts, will find something to enjoy all year round. In addition, Szczecinek hosts great open-air concerts and festivals in the summer, attracting thousands of visitors: the Art Picnic Festival, the aforementioned Balloon Festival, Materiafest, and the Festival of Light.

Ratusz w Szczecinku / Szczecinek Town Hall



Fot.: Darek Bednarek – Adobe Stock



HOTEL JAN

ODKRYJ UROK POLSKIEGO MORZA

Zanurz się w kojących dźwiękach fal, poczuj świeże morskie powietrze nasycone jodem i pozwól sobie na wypoczynek, na który naprawdę zasługujesz. Nadmorski klimat sprzyja zdrowiu, a spacery brzegiem morza przywracają spokój ducha i radość z każdego dnia.



MORZE SPOKOJU, ZDROWIA I RELAKSU



BAZA ZABIEGOWA

Bogata oferta pakietów zabiegowych dostosowana do indywidualnych potrzeb



WELLNESS & SPA

Kompleks basenów, sauna, grota oraz łaźnia solankowa, a także rozbudowana strefa SPA



BOGATE POSIŁKI

Połączenie swoich i różnorodnego menu w formie bufetu szwedzkiego



NADMORSKI AZYL

Przestrzeń spokoju i relaksu, z dala od zgiełku miasta



Chcesz dowiedzieć się więcej?

Skontaktuj się z nami, a nasz zespół chętnie odpowie na Twoje pytania i pomoże w zaplanowaniu idealnego pobytu. Oferujemy atrakcyjne pakiety dla seniorów w promocyjnych cenach, stworzone z myślą o zdrowiu, regeneracji i komfortowym wypoczynku.

Telefon kontaktowy



94-314-31-20 lub 517-744-194



Słowiańska 24, Darłowo Wsch.



www.hoteljan.pl



recepca@hoteljan.pl

DOROTA OLENDZKA

SERCE POLSKIEGO WYBRZEŻA

THE HEART OF THE POLISH COAST



Odkryj piękno polskiego wybrzeża z Darłowską Lokalną Organizacją Turystyczną w dorzeczu Wieprzy i Grabowej!

Zapraszamy Cię do spędzenia niezapomnianych chwil nad Bałtykiem, w miejscach pełnych historii i niepowtarzalnych atrakcji. Poznaj Darłowo, miasto legendarnego króla Eryka, wikinga, który mieszkał w tutejszym Zamku Książąt Pomorskich. Spaceruj śladami Leopolda Tyrmanda, odkrywając uroki miejsca, które zainspirowało go do napisania „Siedmiu dalekich rejsów”.

Wicie zachwyci Cię swoim spokojem i malowniczym położeniem – plaża, klify i szlaki rowerowe czekają tu na Ciebie. Dąbki, najmłodsze uzdrowisko w Polsce, z szeroką plażą, jeziorem Bukowo i Centrum Sportów Wodnych zapewni Ci zdrowie, pełen wypoczynek i mnóstwo atrakcji dla dzieci. Natomiast Bobolin, znany z tajemniczych bunkrów z czasów II wojny światowej, to idealne miejsce dla aktywnych – na rowery, kajaki, nordic walking.

Nie zapomnij też o Jarosławcu, prawdziwej perełce na mapie polskiego wybrzeża. Latarnia morska, klify, zdjęcia godne pocztówki i romantyczne spacer – wszystko czeka na Ciebie!

Zaplanuj swoją wyprawę już teraz i odkryj niezapomniane uroki polskiego wybrzeża z Darłowską Lokalną Organizacją Turystyczną w dorzeczu Wieprzy i Grabowej!

Discover the beauty of the Polish coast with the Darłowska Local Tourist Organisation in the Wieprza and Grabowa Basin!

We invite you to spend unforgettable moments by the Baltic Sea, among places full of history and unique attractions. Explore Darłowo, the town of the legendary king Eric, a Viking who lived in the local Pomeranian Dukes' Castle. Walk in the footsteps of Leopold Tyrmand, discovering the charms of the place that inspired him to write „Seven Long Voyages”.

Wicie will delight you with peace and picturesque location – the beach, cliffs and bicycle trails are waiting for you. Dąbki, the youngest health resort in Poland, with a wide beach, Lake Bukowo and the Water Sports Center, ensure health and complete relaxation, as well as lots of attractions for children. However, Bobolin, known for its mysterious bunkers from World War II, is an ideal place for active people – for bicycles, kayaks, Nordic Walking.

Don't forget about Jarosławiec, a real gem on the map of the Polish coast. A lighthouse, cliffs, postcard-worthy photos and romantic walks – everything is waiting for you!

Plan your trip now and discover the unforgettable charms of the Polish coast with the Darłowska Local Tourist Organisation in the Wieprz and Grabowa Basin!



serce
polskiego
wybrzeża

DARŁOWSKA LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA W DORZECZU WIEPRZY I GRABOWEJ

W sezonie przy DARLOCIE działają trzy całoroczne Centra Obsługi Turystycznej oraz siedem letnich Punktów Informacji Turystycznej, w których turyści mogą uzyskać kompleksową pomoc i informacje na temat regionu. W ten sposób DARLOT zachęca do poznawania atrakcji w okolicy dorzecza Wieprzy i Grabowej. Oferuje wskazówki dotyczące tras spacerowych, szlaków rowerowych i transportu publicznego. W niektórych punktach można zaopatrzyć się w pamiątki, wyroby rzemieślnicze czy lokalne produkty spożywcze.

DARLOT pełni także ważną rolę w życiu mieszkańców regionu, organizując Regionalbus czy prowadząc Uniwersytet Trzeciego Wieku. Na pierwszym miejscu stawia zrównoważony rozwój turystyki, organizując spotkania dla turystów, na których przekazywane są informacje dotyczące odpowiedzialnego zachowania wobec środowiska naturalnego.

DARŁOWSKA LOCAL TOURIST ORGANISATION IN THE WIEPRZA AND GRABOWA BASIN

During the season, three year-round Tourist Service Centers and seven summer Tourist Information Points operate at DARLOT, where tourists receive comprehensive assistance and information about the region. In this way, DARLOT encourages you to explore the attractions in the area of the Wieprza and Grabowa Basin. It offers tips on walking routes, cycling routes and public transport. At some points you can buy souvenirs, handicrafts and local food products.

DARLOT also plays an important role in the lives of the region's inhabitants, organizing Regionalbus and running the University of the Third Age. It puts the sustainable development of tourism first, organizing meetings for tourists where information on responsible behavior towards the natural environment is provided.



Centrum Obsługi
Turystycznej w Darłowie
ul. Pocztowa 6, 76-150 Darłowo
☎ + 48 519 30 30 32
✉ cot@darlot.pl
🌐 www.darlot.pl

Regionalne Centrum
Obsługi Turystycznej
ul. Dworcowa 4, 76-100 Sławno
☎ + 48 519 30 30 31
✉ rcot@darlot.pl
🌐 www.darlot.pl

Centrum Obsługi Turystycznej
Terminal Turystyczny
ul. Kotwiczna 14, 76-150 Darłowo
☎ + 48 732 66 99 19
✉ cot2@darlot.pl
🌐 www.darlot.pl

Darłowska Lokalna Organizacja Turystyczna aktywna również na portalach społecznościowych: Facebooku i Twitterze. 📱 darlot.pl

DARLOT
DARŁOWSKA
LOKALNA
ORGANIZACJA
TURYSTYCZNA
W DORZECZU
WIEPRZY I GRABOWEJ



Podziemna kolejka / Underground railway

KOPALNIA ŻŁOTA

W ŻŁOTYM STOKU NA DOLNYM ŚLĄSKU

Miejsce pełne tajemnic, historii i niezwykłych atrakcji. Nadchodzące nowości to prawdziwy strzał w dziesiątkę – dla całych rodzin, seniorów i dzieci. Pozwól się zabrać w świat przygody i wiedzy! Sztolnię Czarnej nie trzeba nikomu przedstawiać – zachwyca jedynym w Polsce podziemnym wodospadem, malowniczo podświetlonym i majestatycznym. Głęboko pod ziemią, z wysokości dziesięciu metrów, woda z hukiem spada tuż przed odwiedzającymi, nierzadko ochlapując twarze zachwyconych turystów.

PODZIEMNE CUDA – KLASYKA I NOWOŚCI

Stałym punktem programu jest także Chodnik Śmierci – historyczny tunel (i związane z nim legendy), który wzbudza emocje nie tylko nazwą, ale i historią. To tutaj skazywano na śmierć górników podejrzanych o kradzież złota. Teraz zwiedzanie Chodnika wzbogaca dodatkowy efekt światło/audio, który jeszcze bardziej wydobywa mroczny klimat i sprawi, że poczujesz się jak prawdziwy poszukiwacz tajemnic.

Nowością jest za to ścianka wspinaczkowa – tuż przy Chodniku, z certyfikowanym sprzętem, która pozwoli poczuć dreszczyk emocji w bezpiecznych warunkach.

EMOCJE POD ZIEMIĄ

Jedną z ciekawszych atrakcji w Kopalni Żłota jest 300-metrowa trasa podziemna, którą można pokonać pomarańczowym tramwajem. Przejazd kolejką pozwala zobaczyć kopalnię z nieco innej strony, a przy tym gwarantuje powiew wiatru i podróż w czasie.

„Titanic” – podziemny spływ łodzią – to kolejny hit Kopalni Żłota. Pod tą oryginalną nazwą kryje się rejs 200-metrową podziemną trasą, który zapewnia prawdziwą morską przygodę w środku kopalni.

TAJEMNICZY ŚWIAT GERTRUDY I GNOMA

A skoro jesteśmy w kopalni, to z pewnością towarzyszyć nam będą lokalne duchy i skrzaty. Duch Ger-

trudy, witający w Sztolnię Gertruda, opowiada dramatyczną historię żony górnika, która wyruszyła pod ziemię w poszukiwaniu zaginionego męża. Można też tu napotkać Gnoma Szarego/Czarnego. Według legendy to właśnie gnomy w dawnych czasach pilnowały kopalni. Dziś to element dodatkowego efektu świetlnego nad wodospadem i w Chodniku Śmierci.

MIEDZY HISTORIĄ A NOWOCZESNOŚCIĄ

Co ciekawego jeszcze czeka w Kopalni Żłota? Warto zajrzeć do średniowiecznej osady górniczej – unikat na skalę europejską, na którą składają się repliki urządzeń Leonarda da Vinci w skali 1:1. To wyjątkowa forma edukacji przez zabawę dla wszystkich pokoleń.

Natomiast głęboko ukryta Sztolnia Ochrowa to miejsce, w którym natura i historia tworzą niezwykły krajobraz. Koniecznie trzeba pokonać 130 metrów tunelu z charakterystyczną pomarańczową ochrą i wodą arsenowo-żelazową i podziwiać wyjątkowy, kolorowy spektakl natury.

Skarbiec / Vault



GOLD MINE IN ŻŁOTY STOK IN LOWER SILESIA

Places full of secrets, history and extraordinary attractions. The upcoming novelties are a real hit – for entire families, seniors and children. Let yourself be taken into the world of adventure and knowledge! The Black Adit needs no introduction – it delights with the only underground waterfall in Poland, picturesquely illuminated and majestic. Deep underground, from a height of ten meters, water falls with a roar right in front of the visitors, often splashing the faces of delighted tourists.

UNDERGROUND WONDERS – CLASSICS AND NOVELTIES

A permanent highlight of the programme is also the Pavement of Death – a historical tunnel (and the legends associated with it), which arouses excitement not only with its name, but also with its history. It was here that miners suspected of stealing gold were sentenced to death. Now, visiting the Pavement is enriched by an additional light/audio effect, which further brings out the dark atmosphere and makes you feel like a real mystery hunter.

A new feature, however, is the climbing wall – right next to the Pavement, with certified equipment, which will allow you to feel the thrill of emotions in safe conditions.

EMOTIONS UNDERGROUND

One of the most interesting attractions in the Gold Mine is a 300-meter underground route, which can be covered by an orange tram. A ride on the train allows you to see the Mine from a slightly different perspective, and at the same time guarantees a gust of wind and a journey through time.

“Titanic” – an underground boat trip – is another hit of the Gold Mine. This original name covers a 200-meter cruise on an underground route, which provides a real sea adventure inside the mine.

THE MYSTERIOUS WORLD OF GERTRUDE AND THE GNOME

And since we are in the mine, we will certainly be accompanied by local ghosts and gnomes. The Ghost of Gertrude, welcoming you to the Gertrude Adit, tells the dramatic story of a miner's wife who set off underground in search of her missing husband. You can also encoun-



Pokoje gościnne Auroom / Auroom Guest Rooms

NOWE, INTERAKTYWNE DOŚWIADCZENIA I WARSZTATY

- **Warsztaty dla seniorów** – specjalne spotkania edukacyjne o minerałach, ich własnościach, historii ich wydobywania i z warsztatami plastycznymi.
- **Interaktywne obrazy & SOWA** – nowoczesne multimedia i tablice dostępne w Strefie Odkrywania, Wyobraźni i Aktywności (SOWA), korzystające z doświadczeń Centrum Nauki Kopernik – nauka w swobodnym, twórczym formacie.
- **Plac zabaw dla dzieci** – strefa pełna atrakcji i zabawy, w całości z certyfikatami bezpieczeństwa, aby najmłodszy mógł poznawać świat w łagodnej, bezpiecznej atmosferze.
- **Płukanie złota, wybijanie monet, odlewanie sztabek** – znane atrakcje, które teraz dopracowano. Pojawiły się dodatkowe stanowiska, materiały historyczne i praktyczne wskazówki pomagające zrozumieć proces powstawania kruszców.

GDZIE ODPOCZAĆ I ZJEŚĆ?

A kiedy zmęczeni, ale i zachwyceni wyjdziemy na powierzchnię, koniecznie spróbujemy dań serwowanych w restauracji Stara Kuźnia Smaków. Potrawy przygotowywane są ze świeżych składników, a posiłek zapewni klimat pełen dolnośląskich tradycji. W menu znajdują się specjalności dla dzieci i opcje wegańskie i wegetariańskie.

W razie potrzeby można też skorzystać z noclegu na terenie kopalni. W sumie to trzy obiekty oferujące komfortowe zakwaterowanie, z opcją dla rodzin i seniorów, umożliwiające przy tym pełne wykorzystanie wszystkich atrakcji kopalni w wersji weekendowej.

- 📍 Kopalnia Złota, ul. Złota 7
57-250 Złoty Stok
- ☎ + 48 74 817 55 74
- ✉ biuro@kopalniazlota.pl
- 🌐 www.kopalniazlota.pl



ter the Grey/Black Gnome here. According to legend, it was the gnomes who guarded the mine in the old days. Today, it is an element of additional lighting effects above the waterfall and in the Pavement of Death.

BETWEEN HISTORY AND MODERNITY

What else is there to see in the Gold Mine? It is worth visiting the medieval mining settlement – a unique site on a European scale, which consists of replicas of Leonardo da Vinci's devices in a 1:1 scale. This is an exceptional form of education through play for all generations.

Meanwhile, the deeply hidden Ochre Adit is a place where nature and history create an extraordinary landscape. You must definitely explore the 130-metre tunnel with characteristic orange ochre and arsenic-iron water and admire the unique, colourful spectacle of nature.

NEW, INTERACTIVE EXPERIENCES AND WORKSHOPS

- **Workshops for seniors** – special educational meetings about minerals, their properties, the history of their extraction and art workshops.
- **Interactive images & SOWA** – modern multimedia and boards available in the Discovery, Imagination and Activity Zone (SOWA), drawing on the experience of the Copernicus Science Centre – learning in a free, creative format.
- **Playground for children** – an area full of attractions and games, all with safety certificates, so that the youngest can learn about the world in a gentle, safe atmosphere.
- **Gold panning, coin minting, bar casting** – well-known attractions that have now been refined. Additional stations, historical materials and practical tips have appeared to help understand the process of creating the ore.

WHERE TO REST AND EAT?

And when we emerge to the surface, tired but also delighted, be sure to try the dishes served in the "Stara Kuźnia Smaków" restaurant. The dishes are prepared from fresh ingredients, and the meal provides an atmosphere full of Lower Silesian traditions. The menu includes specialities for children, as well as vegan and vegetarian options.

If necessary, you can also use the accommodation on the mine site. In total, there are three facilities offering comfortable accommodation, with options for families and seniors, allowing you to take full advantage of all the attractions in the weekend version.

WAKACYJNE KALENDARIUM HOLIDAY CALENDAR



ATHENS & EPIDAUROS FESTIVAL – GRECJA

Spektakularne koncerty i klasyczne tragedie w teatrze Dionizosa i na legendarnej scenie w Epidauros. Spectacular concerts and classical tragedies performed at the Theatre of Dionysus and on the legendary stage in Epidauros.

- 📅 czerwiec – sierpień 2025 (dokładne dni przedstawień w lipcu i sierpniu podawane są na bieżąco)
August 2025 (exact performance dates in July and August are announced continuously)
- 📍 Ateny i starożytne Epidauros / Athens and ancient Epidauros
- 🌐 <https://aefestival.gr>



TOUR DE FRANCE – FRANCJA

Najbardziej prestiżowy wyścig kolarski świata, rozgrywany na oczach milionów kibiców. / The world's most prestigious cycling race, followed by millions of fans.

- 📅 5–27 lipca 2025 / July 5–27, 2025
- 📍 Cała Francja (meta na Polach Elizejskich w Paryżu)
across France (finishing on the Champs-Élysées in Paris)
- 🌐 www.letour.fr/en

FIESTA DE SAN FERMÍN – HISZPANIA

Gonitwy byków ulicami miasta zakończone fiestą do białego rana.

Bull runs through the city streets, ending with parties that last until dawn.

- 📅 6–14 lipca 2025 / July 6–14, 2025
- 📍 Pampeluna, Nawarra
- 🌐 www.turismo.navarra.es



REGGAE SUMFEST – JAMAJKA

Największy na świecie festiwal reggae, pulsujący jamajskim rytmem. The biggest reggae festival in the world, pulsing with authentic Jamaican rhythm.

- 📅 13–19 lipca 2025 / July 13–19, 2025
- 📍 Montego Bay
- 🌐 <https://reggaesumfest.com>

TOMORROWLAND – BELGIA

Najbardziej znany festiwal EDM na świecie, bajeczna scenografia i artyści z najwyższej półki. The world's most famous EDM festival, with magical stage designs and top-tier artists.

- 📅 18–20 lipca oraz 25–27 lipca 2025
July 18–20 and July 25–27, 2025
- 📍 De Schorre, Boom, Antwerpia
- 🌐 <https://belgium.tomorrowland.com/en/welcome>



POLAND'ROCK FESTIVAL – POLSKA

Ogromna scena, tysiące fanów muzyki i niepowtarzalna atmosfera wolności. A giant stage, thousands of music fans, and an unrepeatable atmosphere of freedom.

- 📅 31 lipca – 2 sierpnia 2025 / July 31 – August 2, 2025
- 📍 Lotnisko Czaplinek–Broczyno, woj. zachodniopomorskie
- 🌐 <https://en.polandrockfestival.pl>

SZIGET FESTIVAL – WĘGRY

Święto muzyki, sztuki i wolności, z rockiem, popem i elektroniką na kilkunastu scenach. A Music Festival Celebration, Arts and Liberty, with rock, pop, and electronica on a dozen of stages.

- 📅 6–12 sierpnia 2025 / August 6
- 📍 Wyspa Óbuda, Budapeszt / Island, Budapest
- 🌐 <https://szigetfestival.com/en>



BRISTOL INTERNATIONAL BALLOON FIESTA – UK

Spektakularny pokaz ponad setki kolorowych balonów unoszących się o świcie i podczas nocnych pokazów. A spectacular display of over a hundred colourful hot air balloons rising at dawn and lighting up the night sky.

- 📅 8–10 sierpnia 2025 / August 8th – 10th, 2025
- 📍 Ashton Court Estate, Bristol
- 🌐 www.bristolballoonfiesta.co.uk

BOLESŁAWIECKIE ŚWIĘTO CERAMIKI – POLSKA

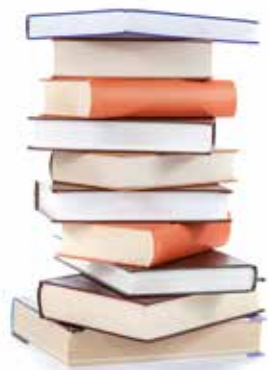
Kolorowe targi, warsztaty garncarskie, spektakle i koncerty, a wszystko w sercu słynnego miasta ceramiki. Markets, pottery workshops, performances and concerts all set in the colourful heart of Poland's famous ceramics town.

- 📅 13–17 sierpnia 2025 / August 13th – 17th, 2025
- 📍 Bolesławiec, Dolny Śląsk / Bolesławiec, Lower Silesia
- 🌐 www.swietoceramiki.pl



KSIĄŻKI DO WALIZKI

Lato tuż, tuż, a my pakujemy walizkę, by wyruszyć w nieznane. Warto do niej dorzucić jedną lub dwie książki – będą doskonałym remedium na deszczowe dni. Albo źródłem informacji, dzięki którym na dane miejsce spojrzymy z zupełnie innej strony. Zapraszamy do lektury, z nadzieją, że nasze książkowe polecanki ubarwią Waszą podróż.



OLIWIA DOBRZYŃSKA WĘDRÓWKI Z PSEM. 87 PSIOLUBNYCH MIEJSC W POLSCE

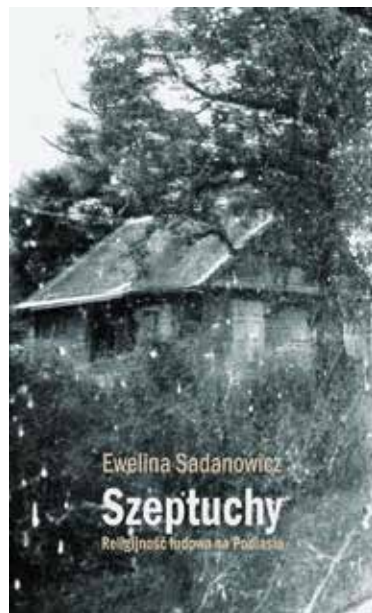
Znak Literanova

Zdecydowanie pozycja na lato, dla wszystkich, którzy przed urlopem zastanawiają się, co zrobić z ukochanym pupilem. „Wszystko zaczęło się od moich marzeń o posiadaniu psa” – pisze we wstępie swojej książki Oliwia Dobrzyńska. Wielu z nas marzy o psie, a gdy marzenie się spełnia, napotykamy na różne przeszkody do pokonania, takie jak np. brak możliwości zabrania pupila ze sobą na wakacje. „Wędrówki z psem” to przewodnik po miejscach w całej Polsce, w których psy są mile widziane. A są to miejsca sprawdzone przez samą autorkę i jej psy rasy border collie. Swoje doświadczenia przekazuje teraz w książce, w której oprócz praktycznych wskazówek podróżniczka uwzględniła psią perspektywę i potrzeby. Z pewnością książkę doceni każdy miłośnik wycieczek ze swoim pupilem. Na razie została dostrzeżona przez jury Nagród Magellana – książka otrzymała nagrodę główną w kategorii „Przewodnik dla aktywnych”.

EWELINA SADANOWICZ SZEPTUCHY. RELIGIJNOŚĆ LUDOWA NA PODLASIU

Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku

Wybieracie się na Podlasie? Koniecznie zabierzcie ze sobą Szeptuchy! Książka Eweliny Sadanowicz to opowieść o tajemniczym świecie podlaskich ludowych uzdrowicieli. To fascynująca podróż w świat lokalnych wierzeń, rytuałów i tradycji, które wciąż odgrywają istotną rolę w życiu mieszkańców Podlasia. Regionu, w którym nadal znaleźć można miejsca niemal nietknięte zrębem cywilizacji, a mieszkanka kultur pozwala doświadczyć swoistej podróży w czasie. Szeptuchami nazywane są osoby (najczęściej starsze kobiety), które za pomocą tradycyjnych metod diagnozują i leczą choroby, zdejmują klątwy i uroki, a nawet rozwiązują sąsiedzkie i miłosne problemy. Autorka (pracownik Zakładu Socjologii Poznawczej Uniwersytetu w Białymstoku) na podstawie badań etnograficznych, dzięki „obserwacji uczestniczących” i „autoetnografii” z bliska przygląda się ich praktykom: co i w jaki sposób leczy babka, jak się nazywają ludowe choroby i do czego służą świece, ikony i zawiniątka z solą lub chlebem. Dowiemy się, czy współcześnie też można kogoś zauroczyć i jak według tradycyjnych wierzeń można się przed urokiem ustrzec. Zwiedzając Podlasie, warto mieć pod ręką książkę Sadanowicz i razem z nią odkrywać misterny świat tradycji ludowych, w którym „babki”, „szeptuchy”, „wiedźmy” odgrywały niebagatelną rolę.



KRZYSZTOF LUBCZYŃSKI PARYŻ. PRZEWODNIK LITERACKO-HISTORYCZNY

Wydawnictwo Iskry

To nie jest typowy przewodnik, choć o Paryżu opowiada pięknie i ze swadą. To spotkanie z pisarzami i postaciami historycznymi, dzięki którym Paryż zyskał obecną postać. „Paryż. Przewodnik literacko-historyczny” łączy w sobie elementy literatury i historii, co czyni go wyjątkowym narzędziem dla każdego turysty. Autor oprowadza czytelników po mieście śladami osobistych fascynacji i zainteresowań, zatrzymując się przy kolejnych adresach najważniejszych dzielnic i punktów stolicy Francji. Przywołuje atmosferę minionych dni, przytacza anegdoty, opowieści doprawia smaczkami, prowadzi czytelnika śladami Guy de Maupassanta, Emila Zoli, Balzaka, Wiktora Hugo, Gustawa Flauberta, a także wielu bohaterów literackich. Są tu też wątki polskie, związane np. z Fryderykiem Chopinem czy Krzysztofem Lubczyńskim – publicystą, krytykiem literackim i eseistą, autora m.in. zbiorów wywiadów z wybitnymi luminarzami polskiej kultury, nauki, sztuki czy życia społecznego. Paryż. Przewodnik literacko-historyczny po raz pierwszy ukazał się w 1997 roku, teraz wznowiany ponownie zabiera nas w podróż po magicznym mieście.

KAROLINA BEDNARZ KWIATY W PUDEŁKU. JAPONIA OCZAMI KOBIET

Wydawnictwo Czarne

Z czym kojarzy się Japonia? Z gejszami, samurajami, rozwojem technologicznym. W tych wyobrażeniach kobiety przesuwają się na dalszy plan i stanowią raczej ozdobę. Świat kobiet w Japonii nie jest jednak taki prosty, jak mogłoby się wydawać – zmagają się z dyskryminacją, podwójnymi standardami i nierównością płci. Te, które nie spełniają społecznych wymogów, nazywa się: „przegranymi psami”, „kobietami kamieniami” czy „świętym ciastem”. Te pracujące w biurze – „kwiatami biurowymi”, a np. żeńską drużynę siatkówki media określały mianem „kwiatów igrzysk”. Z tego tradycyjnego układu trudno się wyrwać, może dlatego kobiety, które pragną mieć wpływ na rodzinne decyzje, które nie chcą dać się wtłoczyć w ramy, które potrafią odejść od męża, pokłócić się z szefem i tworzyć własne zasady w labiryncie społecznych konwenansów, nazywa się z kolei „mięsożernymi”. Karolina Bednarz przygląda się Japonii przez pryzmat kobiet – krytycznie, ale z empatią, celnie wskazując bolączki i wyzwania, z którymi na co dzień mierzą się mieszkanki Kraju Kwitnącej Wiśni. I pokazuje siłę kobiet, które mimo różnych trudności coraz głośniejszą mówią o swoich problemach. Warto ten fascynujący kraj poznać również od tej strony.



SŁAWOMIR GORTYCH SCHRONISKO, KTÓRE ZOSTAŁO ZAPOMNIANE

Wydawnictwo W.A.B.

Z czerwcowych nowości, idealnych na wakacyjną lekturę proponujemy tym razem... kryminał. Najlepiej zabrać go w góry, bo „Schronisko, które zostało zapomniane” to kolejna pozycja w Karkonoskiej Serii Kryminalnej – a czy jest coś lepszego od czytania powieści osadzonych w miejscu wypoczynku? W nowej książce czytelnik odwiedza hotel Sanssouci – najpierw w 1944 roku, gdy spotykają się w nim niemieccy dyplomaci i omawiają tajne sprawy, potem w 1992 roku, podczas wywoływania duchów przez młodzież, wreszcie w 2008 roku, kiedy to w czasie remontu odnaleziona zostaje zamurowane ciało. Wokół odkrycia zaczynają narastać plotki, na jaw wychodzą makabryczne sekrety starego hotelu, historia zatacza koło. Reszta to odkrywanie kolejnych warstw tajemnicy przez bohatera – pisarza Tomka Wilczurę w zapomnianym schronisku. Gortych popularność zdobył dzięki powieści „Schronisko, które przestało istnieć”, która stała się wstępem do karkonoskiej serii Kryminalnej (zdobyła tytuł Książki Roku 2022). Prywatnie miłośnik tych gór, prowadzi blog „Zagubiony w Karkonoszach”.



HOSTEL „ZACHODNI”

- Idealna lokalizacja przy Dworcu Autobusowym i Dworcu PKP Warszawa Zachodnia,
- W samym sercu stolicy, świetny dojazd do lotnisk, atrakcji turystycznych, centrów handlowych i najważniejszych punktów miasta,
- 168 miejsc noclegowych w pokojach 1–4-osobowych,
- W cenie: śniadanie, dostęp do prysznica, lodówki, żelazka oraz bezpłatna przechowalnia bagażu,
- Do dyspozycji gości całodobowa recepcja, czynna 7 dni w tygodniu,
- W bezpośrednim sąsiedztwie: bankomaty, poczta, kioski, biletomaty ZTM i dalekobieżne, sklepy, drogeria, punkty gastronomiczne i wiele innych,
- Hostel „Zachodni” – wygodnie, blisko, bez stresu.

Tu odpoczniesz przed dalszą podróżą albo zaczniesz przygodę z Warszawą!

Sprawdź, jak może wyglądać nocleg w centrum stolicy.



RECEPCJA HOSTELU
24 h/7

HOSTEL ZACHODNI
Al. Jerozolimskie 144
02-305 Warszawa

☎ Telefon: +48 22 817 63 92
Mobile: +48 728 472 182

✉ e-mail: repcja@hostelzachodni.pl

🌐 website: hostelzachodni.pl

HOSTEL “ZACHODNI”

- Ideal location – the Bus Station and the Warsaw West Railway Station,
- It is in the heart of the capital and offers great access to airports, tourist attractions, shopping centres and the city's most important landmarks,
- 168 beds in rooms for 1-4 people,
- Included in the price are breakfast, access to a shower, fridge, iron, and free luggage storage,
- There is a 24-hour reception open seven days a week,
- In the immediate vicinity: ATMs, a post office, kiosks, ZTM and long-distance ticket machines, shops, a drugstore, places to eat and many other amenities,
- The Zachodni hostel is comfortable, close and stress-free.

Rest before your journey
or begin your Warsaw adventure!

Check out what accommodation
in the centre of the capital can look like.



Хостел «Західний»

- Ідеальне розташування – Автовокзал та Західний залізничний вокзал Варшави,
- У самому серці столиці, чудовий доступ до аеропортів, туристичних пам'яток, торгових центрів та найважливіших пунктів міста,
- 168 місць у кімнатах 1-4-місних,
- У вартість входить: сніданок, користування душем, холодильником, праскою та безкоштовне зберігання багажу,
- Цілодобова стійка реєстрації, працює 7 днів на тиждень,
- У безпосередній близькості: банкомати, пошта, кіоски, квиткові автомати міського транспорту та міжміських поїздів, магазини, аптека, пункти громадського харчування та багато іншого,
- Хостел «Західний» – комфортно, близько, без стресу.

Тут ви можете відпочити перед тим,
як продовжити свою подорож
або розпочати свою пригоду з Варшавою!

Перевірте, як може виглядати
проживання в центрі столиці.



1, 2, 3 oraz 8, 9, 10 sierpnia
GNIEZNO, PLAC ŚW. WOJCIECHA

Milenium Koronacji Bolesława Chrobrego

największe widowisko historyczne w regionie

Bilety w cenie 20 zł na: Gniezno2025.pl

Organizator:



Dofinansowanie:



Patronat:



Partner:



Zeskanuj QR i kup bilet!



Odkrywaj Łódzkie!



ŁÓDZKIE



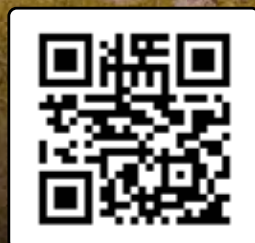


POLSKA
ORGANIZACJA
TURYSTYCZNA



ZŁOTY CERTYFIKAT

BAŁTOWSKI KOMPLEKS TURYSTYCZNY



www.certyfikaty.polska.travel