



Wędrówki po miastach partnerskich

Česká Skalice

Polanica-Zdrój

Bardo



Po okolicach miasta Česká Skalice
pomysł na jednodniową wycieczkę



Doliną Babuni z krasnoludkiem Wodorurkiem



Opis trasy: Autobusem Česká Skalice (rynek) – Slatina nad Úpou; po zielonym szlaku Slatina nad Úpou – Boušín; po czerwonym szlaku Boušín – Slatinský most – Červený most – Bílý most – pałac Ratibořice – Bažantnice – Česká Skalice.

Ciekawe miejsca na trasie: **Boušín** – niewielka osada z kościołem Nawiedzenia Marii Panny; Alojzy Jirasek w I tomie kroniki „U nas” stworzył sielankowy obraz życia w tej osadzie; **Červená Hora** – rodna wioska Witkorii Židovej, pierwowzoru postaci Wiktorki w powieści wybitnej czeskiej pisarki B. Niemcowej pt. „Babunia”; warto zobaczyć kaplicę z dzwonnicką; **Rýzmburský altán** – kolejne miejsce znane nam z twórczości B. Niemcowej; altany rozciąga się ładny widok na Góry Jastrzębie;

Jaz Wiktorki – na rzece Upie; **Stara Bielnia** – w pomieszczeniu bieleni znajdują się meble ludowe i rzeczy codziennego użytku; wakacje spędzone w tym miejscu zainspirowały B. Niemcową do napisania powieści „Babunia”; **Pomnik „Babunia z dziećmi”** – kamień węgielny pomniku autorstwa Otto Gutfreunda został położony przy okazji 100 rocznicy urodzenia B. Niemcowej; **Magiel** – napędzany wodą magiel z foluszem i urządzeniem do bielenia, drewniane młyńskie koło, wyposażenie pomieszczenia w młynie; **Młyn Rudry** – młyn z XVIII w. z zabytkowym wyposażeniem technicznym i z pokojami mieszkalnymi młynarza i jego rodziny; **Pałac Ratibořice** – letnia rezydencja księżnej Wilhelminy Żagańskiej.

Najlepszy okres na odwiedzenie: maj – wrzesień

Potrzebny czas: 4 godziny (13 km)

Stopień trudności: trasa średnio trudna

Polecane: dla turystów pieszych i rowerzystów, dla rodzin z dziećmi, dla wycieczek szkolnych

Możliwości wyżywienia na trasie: Česká Skalice – więcej możliwości, Ratibořice – Mlynářova zahrádka, kioski na parkingu

Oplaty wejścia: Pałac Ratibořice 90 Kč / zwykły, 40 Kč / ulgowy; Młyn 25 Kč / zwykły, 15 Kč / ulgowy; Magiel 10 Kč



Tradycyjne imprezy w Českiej Skalicy:

Szkoła Barunki albo Gdy Božena Niemcowa do szkoły chodziła – stylizowana nauka szkolna (czerwiec)

Ożywienie postaci z powieści „Babunia” Boženy Niemcowej – tradycyjne spotkanie z bohaterami książek Boženy Niemcowej (czerwiec)

Kramaření (Kramikowanie) – jarmark z programem towarzyszącym (lipiec)

Święto dalii – tradycyjna wystawa dalii z programem towarzyszącym (wrzesień)

Adwent w Ratibořicach – zwiedzanie świątecznie udekorowanych wnętrz pałacu (grudzień)



INFORMACJE TURYSTYCZNE:

ČESKÁ SKALICE:
Regionální informační centrum
Legionářská 33, 552 03
☎ +420 491 453 870
infocentrum@ceskaskalice.cz
www.centrumrozvoje.eu

BARDO:
Punkt Informacji Turystycznej w Bardzie
Plac Wolności 4, 57-256
☎ +48 748 171 666
pit@bardo.pl
www.bardo.pl

POLANICA-ZDRÓJ:
Biuro Informacji Turystycznej
ul. Parkowa 15, 57-320
☎ +48 748 680 644
info@polanica.pl
www.polanica.pl



Wędrówki po miastach partnerskich



Polanica-Zdrój



Bardo



Po okolicach miasta Česká Skalice pomysł na weekend



1. dzień: **Za śpiącym lwem w lesie łęgowym**

Opis trasy: Po niebieskim szlaku Česká Skalice (rynek) – Česká Skalice, Na Bojišti – Zlích; po zielonym szlaku Zlích – Zblon (Studnice) – Starkoč; po niebieskim szlaku Starkoč – Dubenská obora – Česká Skalice (rynek).

Ciekawe miejsca na trasie: Cmentarz wojenny – miejsce ostatniego spoczynku żołnierzy poległych w wojnie prusko-austriackiej 1866 r., Zlích – na skrzyżowaniu pomnik pisarki Bożeny Niemcowej



z 1927 r.; **Rezerwat przyrody Dubno** – najbardziej na północ położony las łęgowy w Republice Czeskiej, najważniejsze siedlisko mięczaków w Czechach Wschodnich (aż 70 gatunków), mnóstwo roślin kwitnących; **Śpiący Lew** – pomnik z wojny prusko-austriackiej 1866 r. został wzniesiony na wspólnym grobie ok. 80 poległych żołnierzy.

Najlepszy okres na odwiedzenie:
kwiecień – październik

Potrzebny czas: 4 godziny (12 km)

Stopień trudności: trasa średnio trudna

Polecane: dla turystów pieszych i rowerzystów, dla rodzin z dziećmi

Możliwości wyżywienia na trasie:

Česká Skalice – więcej możliwości, Zlích – Hotel Holzbecher, Restaurace Barunka; Autocamping Rozkoš – kioski (fast food)

Opłaty wejścia: bez opłat



2. dzień: **Śladami Barunki**

Opis trasy: Autobusem Česká Skalice – Hořčiky; po żółtym szlaku Hořčiky – Lhota pod Hořčkami; po czerwonym szlaku Lhota pod Hořčkami – Větrník – Česká Skalice.

Ciekawe miejsca na trasie: Punkt widokowy Barunki – przepiękne widoki na okolice; Muzeum Bożeny Niemcowej – ekspozycje poświęcone życiu i twórczości pisarki Bożeny Niemcowej; co roku we wrześniu odbywa się tutaj Święto Dalii; Muzeum Włókiennictwa – Oddział Muzeum Artystyczno-Przemysłowego – jedyne czeskie muzeum specjalizujące się w historii włókiennictwa; Twierdza Maloskalicka – dostępna dla publiczności jako część trasy zwiedzania zespołu muzealnego w Českiej Skalice; Kościół Wniebowzięcia Marii Panny – w 1837 r. wzięła tu ślub Barbora Panklova



(B. Niemcowa) z Józefem Niemcem; Szkoła Barunki – plakieta autorstwa Quido Kociána zamieszczona na budynku szkoły przypomina o tym, że w tej szkole uczęszczała przyszła pisarka B. Niemcowa; Willa Čerych – w ogrodzie willi prowadzi ścieżka poznawcza „Droga Drzew”; ogród willi służył niedawno jako plan filmu Václava Havla „Odchodzenie”.

Najlepszy okres na odwiedzenie:
kwiecień – październik

Potrzebny czas: 4 godziny (11 km)

Stopień trudności: trasa średnio trudna

Polecane: dla turystów pieszych i rowerzystów, dla rodzin z dziećmi

Możliwości wyżywienia na trasie:

Česká Skalice – więcej możliwości; Hořčiky – Vila Barbora

Opłaty wejścia: Zespół muzealny w Českiej Skalice – 50 Kč / normalny, 30 Kč / ulgowy; Szkoła Barunki – 30 Kč / normalny, 20 Kč / ulgowy

3. dzień: **Dookoła „morza” Czech Wschodnich**

Opis trasy: Droga Česká Skalice (rynek) – ul. Zelená – wzdłuż zbiornika Rozkoš; trasą rowerową nr. 4058 zbiornik Rozkoš – Lhota u Nahořan – Provodov-Šonov;



–Šonov; trasą rowerową nr. 4055 Provodov-Šonov – Seřeč – Kleny – Dubno; po niebieskim szlaku Dubno – Autocamping Rozkoš – Česká Skalice (rynek).

Ciekawe miejsca na trasie: Zbiornik wodny Rozkoš – okolice zbiornika otoczone są Górą Orlickimi i Karkonoszami, podczas wędrówek odpoczywają tu rzadkie gatunki ptaków wędrownych, tama jest łęgowiskiem mew; Tama Rovenská – jej długość wynosi 1,7 km, na zachodniej części, niedaleko wsi Spyta, zabezpieczona jest betonowym pasem o długości 200 m, nie można więc przez nią przejść – wejście z wsi Seřeč; Autocamping Rozkoš – szeroka oferta sportowa i rekreacyjna.

Najlepszy okres na odwiedzenie: maj – wrzesień

Potrzebny czas: 5 godzin (17 km)

Stopień trudności: trasa średnio trudna

Polecane: dla turystów pieszych i rowerzystów, dla rodzin z dziećmi

Możliwości wyżywienia na trasie: Česká Skalice – więcej możliwości; Provodov-Šonov – Hostinec Ve Statku; Kleny – Motel Edison; Autocamping Rozkoš – kioski (fast food)

Opłaty wejścia: Autocamping Rozkoš – 20 Kč / normalny, 10 Kč / ulgowy (w lipcu i sierpniu)



Wędrówki po miastach partnerskich

Česká Skalice

Polanica-Zdrój

Bardo



Po okolicach miasta Bardo pomysł na jednodniową wycieczkę



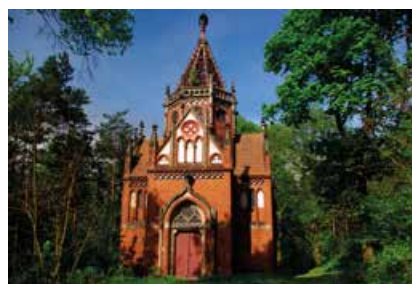
Bardo – miasto cudów



Opis trasy: Centrum miasta – Plac Wolności – Bazylika Nawiedzenia NMP i dalej po Miejskiej Trasie Turystycznej Wzgórze Różańcowe.

Ciekawe miejsca na trasie: Bazylika Nawiedzenia NMP – Sanktuarium Matki Bożej, Strażniczki Wiary, budynek zachował się w pierwotnym stanie; w głównym ołtarzu obraz autorstwa **Michaela Willmanna** (okrzykniętego „Rembrandtem Śląskim”); **figura Matki Boskiej Bardzkiej** – najcenniejszy zabytek w Bardzie znajduje się w głównym ołtarzu bazyliki; figurka wyrzeźbiona z lipowego drewna nazywana jest Uśmiechniętą Madonną; **organy** – drugie największe na Dolnym Śląsku; **klasztor redemptorystów** – obecnie mieści się w nim Muzeum Sztuki Sakralnej, którego ekspozycje zawierają cztery kręgi tematyczne: rzeźbiarstwo, malarstwo, rzemiosło artystyczne i historię Barda; **Pomnik Jana Pawła II** – na dziedzińcu klasztoru, drugi pomnik Papieża – Polaka na terenie Polski; **Ruchoma szopka** – została zbudowana z okazji 700-lecia ruchu pielgrzymkowego do Barda; **byłe zajazdy** – zabytkowe kamienice, które powstały dla obsługi pielgrzymów, niektóre z nich przetrwały do dziś; **Góra**

Różańcowa – łagodne wzgórze niedaleko centrum miasta, na którym na pocz. XX wieku ojcowie redemptoryści zaczęli budować kaplice poświęcone życiu i cierpieniu Jezusa Chrystusa. Z siedemnastu planowanych kaplic trzy nie zostały jeszcze zbudowane. Dla urozmaicenia każda z kapliczek została zbudowana w innym stylu architektonicznym. Po drugiej wojnie światowej kapliczki niszczały, a renowacji doczekały się dopiero w latach 80-ych XX wieku. Aleja różańcowa ma kształt rozrzuconego różańca.



Najlepszy okres na odwiedzenie: przez cały rok

Potrzebny czas: 5 godzin (wraz ze zwiedzaniem wnętrza, długość trasy: 3 km)

Stopień trudności: łatwy

Polecane: do turystyki indywidualnej, dla wycieczek szkolnych, dla rodzin z dziećmi, do turystyki grupowej, turystyki religijnej

Możliwości wyżywienia na trasie: Zajazd pod Złotym Lwem, Zajazd pod Złotym Gryfem

Opłaty wejścia: do 10 zł



Tradycyjne imprezy w Bardzie:

Jarmark Wielkanocny (Niedziela Palmowa)

Ogólnopolski Spływ Kajakowy Nysa Kłodzka – Przełom Bardzki (maj + czerwiec)

Noc Świętojańska + Dni Barda: Festiwal Bardzkich Cudów (czerwiec)

Sudety MTB Challenge (lipiec)

Międzynarodowy Festiwal Wratislavia Cantans (wrzesień)

MTB Jesień w mieście cudów (październik)

Transport z Česká Skalice do Barda:

samochodem: Česká Skalice – Náchod – Kudowa-Zdrój – Kłodzko – Bardo (60 km) (przejazd ok. 2 godz.)

pociągiem: Česká Skalice – Pardubice – Bardo (przejazd ok. 4 godz.)

autobusem: Česká Skalice – Náchod – Kudowa-Zdrój – Bardo (przejazd ok. 4 godz.)



INFORMACJE TURYSTYCZNE:

ČESKÁ SKALICE:

Regionální informační centrum
Legionářská 33, 552 03
☎ +420 491 453 870
infocentrum@ceskaskalice.cz
www.centrumrozvoje.eu

BARDO:

Punkt Informacji Turystycznej w Bardzie
Plac Wolności 4, 57-256
☎ +48 748 171 666
pit@bardo.pl
www.bardo.pl

POLANICA-ZDRÓJ:

Biuro Informacji Turystycznej
ul. Parkowa 15, 57-320
☎ +48 748 680 644
info@polanica.pl
www.polanica.pl



Wędrówki po miastach partnerskich



Polanica-Zdrój



Bardo



Po okolicach miasta Bardo pomysł na weekend



1. dzień – pieszo: **Malownicze widoki**

Opis trasy: Plac Wolności – ul. Główna – ul. Skalna i dalej po Miejskiej Trasie Turystycznej Kalwaria.

Ciekawe miejsca na trasie: Plac Wolności – zespół zabytków religijnych (patrz „wycieczka jednodniowa”); **Kolumna Maryjna** z 1721 r. związana z legendą o końcu świata; **gotycki kamienny most** przez Nysę Kłodzką z XVI. w.; **Droga Kalwaryjna** – siedem barokowych kapliczek odnoszących się do siedmiu boleści Matki Bożej; **ruiny średniowiecznego zamku**, który kiedyś służył jako warownia i do obrony miasta; **Źródło Maryi** – murowana kapliczka ze źródłem wody o cudownych właściwościach leczniczych; **Obryw Skalny** – potężne urwisko skalne z białym krzyżem upamiętniającym tragiczne obsuniecie zbocza góry z 1598 r.; **Kaplica Górska** z XVII. w. na szczycie Góry Bardzkiej (Kalwarii) została zbudowana na miejscu, w którym kiedyś według podań objawiła się Płacząca Matka Boska. Z góry wracamy tą samą drogą. Na dole koło rzeki polecamy odpoczynek przy parkingu kajakarskim. Z tego miejsca otwiera się piękny widok na panoramę miasta Bardo.



Najlepszy okres na wycieczkę: od kwietnia do października

Potrzebny czas: 4 godziny (10 km)

Stopień trudności: łatwy (kilka stromych wejść, polecamy twarde obuwie)



Polecane: do turystyki indywidualnej, dla wycieczek szkolnych, dla rodzin z dziećmi, do turystyki grupowej

Możliwości wyżywienia na trasie: Zajazd pod Złotym Lwem, Zajazd pod Złotym Gryfem, Smażalnia Pstrąga Bardo – Przystań SKI-RAFT

Oplaty wejścia: zabytki kościelne – do 10 zł

2. dzień – na rowerze: **Krainą Gór Bardzkich**

Opis trasy: Bardo (ul. Główna) – Opolnica – Wilcze Wądroże – Wieś Wilcza – przełęcz Wilcza – Mikołajów – Brzeźnica – Potworów – Bardo (zielona trasa rowerowa).

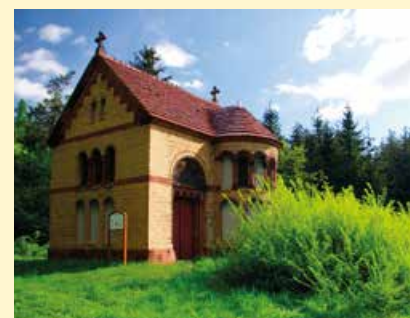
Ciekawe miejsca na trasie: **Przełom Bardzki** – malownicza dolina Nysy Kłodzkiej, która w XI wieku tworzyła granicę polsko-czeską; **Opolnica** – wieś z kościołem ewangelickim oraz źródłem wody mineralnej „Opolniczanek”; **jaz w Opolnicy** – elektrownia wodna z 1921 r. jest głównym dostawcą energii do Bardo i najbliższych okolic; **potok Wilcza** – stanowił kiedyś granicę pomiędzy Śląskiem a Czechami; **Wilcza** – jedna z najładniejszych wiosek Gór Bardzkich; **Przełęcz Mikołajowska** na wysokości 575 m n.p.m.; **Mikołajów** – ruiny bunkra wojskowego, będącego częścią umocnień fortyfikacyjnych w Górach Bardzkich, pochodzących prawdopodobnie z okresu wojny trzydziestoletniej; **Potworów** – barokowe krzyże przydrożne i po-



kutne; **Góra Różańcowa** – wzniesienie w bliskim sąsiedztwie Bardo, na którym zbudowano 14 kapliczek w różnych stylach architektonicznych (patrz „wycieczka jednodniowa”)

Najlepszy okres na wycieczkę: od kwietnia do października

Potrzebny czas: 3 godziny (24 km)



Stopień trudności: łatwy

Polecane: do turystyki indywidualnej, dla rodzin z dziećmi, do turystyki grupowej

Możliwości wyżywienia na trasie: Zajazd pod Złotym Lwem, Zajazd pod Złotym Gryfem

Oplaty wejścia: wszystkie obiekty są ogólnodostępne, bez opłat

3. dzień – po wodzie: **Splyw Przełomem Bardzkim – Cudem Sudetów**



Na spływ rzeką Nysa Kłodzka można wyruszyć z własnym sprzętem albo skorzystać z oferty **Przystani Wodnej SKI-RAFT** w Bardzie (ul. Skalna). Przystań oferuje wysokiej jakości sprzęt wodny, zapewniający bezpieczny spływ (pontony, kajaki). Oferta zjazdów indywidualnych dla min. 2 osób jak również zjazdów grupowych dla maks. 250 osób.

W Bardzie jest bogaty wybór ofert zakwaterowania różnych kategorii. Cena za osobodobę – od 30 zł.

Nysa Kłodzka zaliczana jest do rzek górskich, zjazdy indywidualne nie są więc wskazane dla początkujących kajakarzy. Polecamy wcześniejsze sprawdzenie stanu wody.

Kontakt: +48 725 300 303

e-mail: kontakt@ski-raft.pl

web: www.ski-raft.pl

Oplata: 38 zł – dorośli, 28 zł – dzieci do 15 lat, emeryci, renciści

Zniżka dla grup: 5–15 %

Cena obejmuje: miejsce na pontonie lub kajaku, niezbędne wyposażenie, transport, szkolenie, parking.

Przełom Bardzki, zwany również Cudem Sudetów, jest malowniczym odcinkiem Nysy Kłodzkiej o długości 15 km pomiędzy Ławicą-Młynów a Bardem. Rzeka meandrując stworzyła w Górach Bardzkich

głębokie kaniony. W epoce lodowcowej lodowiec skandynawski przesunął się przez te miejsca aż do Kotliny Kłodzkiej. Rzeka szybko płynie w meandrach szerokimi miejscami na aż 60 metrów. Podczas spływu można podziwiać piękne krajobrazy i zobaczyć dzikie zwierzęta, takie jak: muflony, salamandry, czaple lub pstragi.

Najlepszy okres na wycieczkę: od maja do połowy października

Długość spływu: 15 km

Stopień trudności: średni, niektóre odcinki raczej trudne

Polecane: do turystyki indywidualnej, dla rodzin z dziećmi, do turystyki grupowej

Możliwości wyżywienia na trasie: Smażalnia Pstrąga Bardo – Przystań Wodna SKI-RAFT – można tu zjeść świeżego pstrąga z własnej hodowli



Wędrówki po miastach partnerskich



Polanica-Zdrój



Po okolicach miasta Polanica-Zdrój pomysł na jednodniową wycieczkę



Poznajemy Polanicę-Zdrój z kijkami nordic walking



Najlepszy okres na odwiedzenie: przez cały rok

Potrzebny czas: 6,5 km (wraz ze zwiedzaniem wnętrza), długość trasy: 3 km

Stopień trudności: łatwy

Polecamy dla: turystyki indywidualnej, rodzin z dziećmi, wycieczek szkolnych, turystyki zespołowej

Możliwości wyżywienia na trasie: restauracja Piekielko

Opłaty wejścia: wszystkie obiekty są ogólnodostępne, bez opłat



Opis trasy: Od Centrum Informacji Turystycznej przy ul. Parkowej idziemy pętlą oznaczoną symbolem Nordic Walking.

Ciekawe miejsca na trasie: Centrum Informacji Turystycznej znajduje się w **Parku Szachowym** – część Parku Zdrojowego (powierzchnia: 13 ha), który jest chronionym zabytkiem kultury; kolorowa **fontanna wodna** w sezonie letnim w weekendy i święta po zmroku zapala się przy dźwięku muzyki szesnastoma kolorami światła i tworzy obrazy tryskające z 726 dysz na wysokość aż 12 m; sanatorium **Wielka Pieniawa** (w budynku z 1913 r.); **Las Zdrojowy** (nieдалеko trasy) z rzeźbą niedźwiedzia polarnego – patrona miasta; zbocze **Piekielnej Góry** (556 m n.p.m.); u restauracji **Piekielko** otwiera się przed nami piękny widok na **Dolinę Piekielną**, kamieniołom w urwisku Wysokiego Kamienia i Góry Bystrzyckie; **huta szkła** z tradycyjną produkcją szkła artystycznego; **Złoty Widok** – punkt widokowy; **letni tor saneczkowy Góralka**; centrum miasta z **deptakiem** (który został odnowiony

po niszczącej powodzi w 1998 r.) rozkładającym się po obu stronach rzeki Bystrzycy Dusznickiej, który dzięki licznym sklepikom i kawiarenkom stał się ulubionym miejscem turystów i miejscowych ludzi; **kościół Wniebowzięcia NMP** został zbudowany w 1912 r. obok dawnego dworu jezuickiego (obecnie najstarszy budynek w mieście); **Teatr Zdrojowy im. Mieczysława Cwiklińskiego** jest częścią Międzynarodowego Centrum Konferencyjno – Kulturalnego.



Tradycyjne imprezy w Polanicy-Zdroju:

Międzynarodowy Festiwal Muzyki
Uzdrowskiej Muzyka Świata (lipiec)

Festiwal Szachowy im. Akiby Rubinsteina
(sierpień)

Bike Maraton (wrzesień)

TĘCZA Polska (październik)

Poeści bez granic (listopad)

Jarmark Bożonarodzeniowy (grudzień)

Transport z Českiej Skalice do Polanicy-Zdroju:
samochodem: Česká Skalice – Kudowa-Zdrój – Polanica-Zdrój (42 km)

autobusem: Česká Skalice – Náchod – (Kudowa-Zdrój) – Polanica-Zdrój (przejazd ok. 2 godz.)



INFORMACJE TURYSTYCZNE:

ČESKÁ SKALICE:

Regionální informační centrum
Legionářská 33, 552 03
☎ +420 491 453 870
infocentrum@ceskaskalice.cz
www.centrumrozvoje.eu

BARDO:

Punkt Informacji Turystycznej w Bardzie
Plac Wolności 4, 57-256
☎ +48 748 171 666
pit@bardo.pl
www.bardo.pl

POLANICA-ZDRÓJ:

Biurowo Informacji Turystycznej
ul. Parkowa 15, 57-320
☎ +48 748 680 644
info@polanica.pl
www.polanica.pl



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ / EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO
PŘEKRAČUJEME HRANICE / PRZEKRACZAMY GRANICE



Materiał promocyjny dla turystów został wydany przez Centrum Rozwoju Česká Skalice w ramach czesko-polskiego projektu transgranicznego „Efektywna promocja trójkąta partnerskiego” nr rejestracyjny mikroprojektu CZ.3.22/3.3.02/12.03037. Projekt jest współfinansowany ze środków ERDF za pośrednictwem Euroregionu Głagencja.



Wędrówki po miastach partnerskich



Polanica-Zdrój



Po okolicach miasta Polanica-Zdrój pomysł na weekend



1. dzień: **Za Niedźwiadkiem – patronem miasta uzdrowskiego**

Opis trasy: Od deptaku przejdziemy pętlą oznakowaną znakiem niedźwiedziej łapki i tablicami informacyjnymi.

Ciekawe miejsca na trasie: Wyruszymy na pieszy spacer śladami polarnego niedźwiedzia – patrona miasta. Trasa jest stylowo oznakowana symbolem niedźwiedziej łapki. Trasa zaczyna się na deptaku koło kina Światowid, kontynuuje przez Park Zdrojowy i Park Szachowy, dalej prowadzi obok siedziby Informacji Turystycznej przez mostek na

leśną drożkę, która prowadzi do betonowej rzeźby Polanickiego Niedźwiadka. Rzeźba oznacza miejsce zasięgu lądolodu skandynawskiego. Trasa kontynuuje przez park leśny przez ul. Jana Pawła II. do punktu widokowego, gdzie otwiera się widok na letni tor saneczkowy Góralka. Na torze o długości 450 m można osiągnąć prędkości aż 40 km/godz. Droga dalej kontynuuje ulicą Bystrzycką przez most z powrotem na deptak. Spacer można zakończyć posiedzeniem w jednej z licznych kawiarenek i restauracji. Po zmroku warto obejrzeć pokaz kolorowej fontanny przed sanatorium Wielka Pieniawa. Miasto uzdrowskie przez cały rok pulsuje bogatym życiem kulturalnym. W zależności od zainteresowań można skorzystać z oferty Teatru Zdrojowego im. Mieczysława Cwiklińskiej, w którym gościnnie występują amatorskie i profesjonalne zespoły teatralne. Kino Światowid gra najnowsze filmy, a bogata jest również oferta wydarzeń (np. koncerty) organizowanych przez Miejskie Centrum Kultury lub domy uzdrowskie.



Najlepszy okres na wycieczkę:

od kwietnia do października

Potrzebny czas: min. 3 godziny (4,5 km)

Stopień trudności: łatwy

Polecamy dla: turystyki indywidualnej, wycieczek szkolnych, rodzin z dziećmi, turystyki zespołowej

Możliwości wyżywienia na trasie: restauracje zlokalizowane na deptaku, restauracja Piekietko, restauracja Góralka

Oplaty wejścia: wszystkie obiekty ogólnodostępne bez opłat, tor saneczkowy Góralka – 5 zł / os. / jazda



2. dzień: **Piesza wycieczka za Skalnymi Grzybami**

Oznakowany kolorem niebieskim szlak turystyczny prowadzi z Polanicy-Zdroju przez Borowinę, dolinę wzdłuż wzniesienia Borowa Kopa na parking przy Moście Hutniczym. Trasa dalej kontynuuje po niebieskim szlaku do rozdroża z szlakiem żółtym, gdzie należy skręcić w prawo i wrócić po żółtym szlaku z powrotem do Mostu Hutniczego i huty szkła w Batorowie. Stąd prowadzi zielony szlak przez wsi Borek i Bukowa wzdłuż Skał Zbojeckich do Polanicy-Zdroju.

Skalne Grzyby – długi grzebień skalny, który przed wieloma laty został przekształcony do niniejszego wyglądu. Wiele z tych aż 20 metrów wysokich skał ma charakterystyczny kształt grzybu. Nazwę związaną z grzybami nosi więc nie tylko cały teren, ale



również poszczególne formy skalne – np. Trzy borowiki, Dwa borowiki, Prawdziwek, Borowik i inne. Wiele z miejscowych form skalnych łączy się z regionalnymi legendami, których większość została przejęta od niemieckiej ludności mieszkającej wcześniej na tych terenach. Obszar ten jest łatwo dostępny i dobrze oznakowany.

Najlepszy okres na wycieczkę:

od kwietnia do października

Potrzebny czas: 7 godzin (pętla 30 km)

Stopień trudności: średni

Polecamy dla: turystyki indywidualnej, rodzin z większymi dziećmi, turystyki zespołowej

3 dzień: **Zasłużony wypoczynek rekreacyjny**



Spędzając kilka dni w mieście uzdrowskim nie można ominąć zabiegów spa lub uzdrowskich. Są one korzystne nawet dla osób, które nie mają żadnych problemów zdrowotnych. W sanatorium Wielka Pieniawa na to, dlatego oferują jednodniowe programy spa & wellness. Nawet w niesprzyja-

jącej pogodzie można wykorzystać basen kryty i kąpiele słoneczne na jedynej swojej rodzaju plaży w Polsce. Poza tym można skorzystać z bogatej oferty zabiegów: kąpiele, masaże, kriosaua, magnetoterapia. Około 1 km od sanatorium znajduje się hotel Sana z kolejnym krytym basenem rehabilitacyjnym.

Kontakt:

Sanatorium Wielka Pieniawa

ul. Parkowa 4, Polanica-Zdrój

tel.: +48 748 680 200

e-mail: biuro@polanica.zuk-sa.pl

web: <http://wielka.pieniawa.pl/>

Polecamy zarezerwować zabiegi z wyprzedzeniem.

Najlepszy okres na wycieczkę: przez cały rok

Potrzebny czas: min. 4 godziny

Stopień trudności: całkowicie łatwe

Polecamy dla: wszystkich

Możliwości wyżywienia na trasie: w sanatorium

Oplaty wejścia: od 93 zł / 1 dzień zabiegów;

basen Sana 8 zł / godz / zwykły;

6 zł / godz / ulgowy

Wypocząć można również spacerując w Parku Zdrojowym (o obszarze 13 ha), który wpisany jest do rejestru zabytków. Miasto można zwiedzić również z siedzenia ciuchci. Wycieczka z przewodnikiem trwa ok. 30 minut.

Ciuchcia jest czynna:

kwiecień – czerwiec, wrzesień – październik

sob-nie 14:00–18:00

lipiec – sierpień

pon-pią 14:00–19:00

sob-nie 11:00–19:00

Cena: 10 zł / zwykle; 6 zł / ulgowe

W Polanicy-Zdroju jest bogaty wybór ofert zakwaterowania różnych kategorii. Cena za osobodobę – od 40 zł.