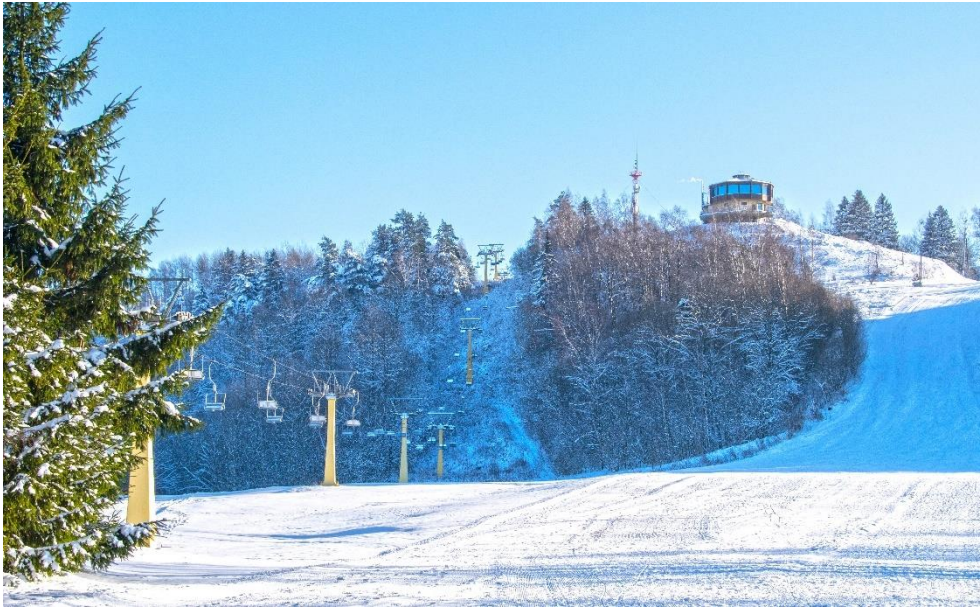




NEWSLETTER 2/2024

Najczystsze Uzdrowisko w Polsce – Gołdap	2
Olecko – miasto na północno – wschodnim krańcu Mazur	4
Wiewiórcza ścieżka – ścieżka pieszo-rowerowa wokół jeziora Oleckie Wielkie	6
Elk –miasto na wschodzie Mazur zaprasza	8
Ścieżka przyrodniczo-historyczna Węzła Obronnego Ruciane Guzianka.	10

Najczystsze Uzdrowisko w Polsce – Gołdap



arch. Fundacja Rozwoju Regionu Gołdap

W części uzdrowiskowej Gołdapi, nad jeziorem, prócz kompleksu sanatorium znajdują się położone obok siebie łożyska solankowe i pijalnia wód mineralnych. W zimie łożyska są nieczynne, ale latem korzysta z nich wielu kuracjuszy i turystów. Warto tu przyjechać na wiosnę, kiedy są uruchamiane – to czwarta co do wielkości inhalatornia w Polsce o wysokości 8 i długości 220 metrów. W zimie musi wystarczyć miniteźnia urządzona w pijalni wód. Tam też możemy oddać się relaksowi w grocie solnej – seans, podczas którego wdychamy powietrze nasycone jodem i wieloma innymi mikroelementami, poprawia odporność organizmu, działanie układu nerwowego i krwionośnego oraz reguluje funkcjonowanie tarczycy. W pijalni można raczyć się leczniczą wodą chlorkowo-sodową, czerpaną z głębokości 646 metrów, która działa pobudzająco na układ trawienny i poprawia przemianę materii. Z innego kurka leci woda mineralna, którą czerpie się z głębokości 426 metrów. Polecana jest szczególnie osobom aktywnym fizycznie jako uzupełnienie niedoborów elektrolitów. To idealna propozycja na wzmocnienie organizmu po dniu spędzonym na świeżym powietrzu.

Nie dość, że Gołdap szczyci się najczystszym powietrzem, to również plasuje się w czołówce regionu jako ośrodek sportów zimowych. Na Górze Gołdapskiej (272 m n.p.m.) – zwanej Piękną Górą z racji roztaczających się z niej niesamowitych widoków – wytyczono pięć tras zjazdowych o łącznej długości dwóch kilometrów. Wszystkie są oświetlone i naśnieżane. Na narciarzy klasycznych czekają świetnie przygotowane trasy biegowe w okolicy Parku Zdrojowego. To tu co roku odbywa się bardzo popularny wśród narciarzy Bieg Jaćwingów. Do dyspozycji jest też tor saneczkowy o długości 300 metrów. Ale to atrakcja dla odważnych – można na nim rozgrywać nawet zawody

międzynarodowe. Osobom, które nie uprawiają sportów zimowych, można polecić wycieczki po okolicy – np. do mostów w Stańczykach lub piramidy w Rapie.

www.uzdrowiskogoldap.pl

Olecko – miasto na północno – wschodnim krańcu Mazur



Fot. Marta Kosakowska

Olecko – siedemnastotysięczne, malownicze miasto położone w Mazurach Garbatych zaprasza do odpoczynku z dala od zgiełku metropolii. Tu czas płynie wolniej, a dominująca zieleń lasów, błękit wód i śpiew ptaków sprzyjają relaksowi. Powietrze w tym rejonie należy do najczystszych w Polsce.

Przyczyniło się do tego m.in. oddalenie regionu od ośrodków wielkomiejskich. Olecko należy do sieci miast Cittaslow, których wizytówką jest niespieszny rytm życia, dbanie o środowisko naturalne, oraz wspieranie i rozwój lokalnych społeczności, twórców i inicjatyw oddolnych.

Miasto usytuowane jest wzdłuż linii brzegowej jeziora o nazwie Oleckie Wielkie (pow. 227 ha, maksymalna głębokość 45m). Miejscowość została założona w 1560r. Ślady minionych czasów można dostrzec przyglądając się kamieniczkom z przełomu XIX i XX wieku lub w zabudowie plaży miejskiej, przy której znajduje się drewniane molo z wieżą do skoków. O przynależności do Prus Wschodnich przypomina kamienna półtunda – pomnik ku czci mieszkańców poległych w I wojnie światowej wraz z kompleksem rekreacyjno-sportowym z 1927 r. Wśród ciekawych i atrakcyjnych turystycznie miejsc

należy wymienić również Plac Zamkowy, na którym znajduje się górujący nad jeziorem, strzelisty budynek dawnego starostwa powiatowego z 1897 r. Jest to ciekawy przykład publicznej budowli neogotyckiej z charakterystycznymi ostrymi łukami w okiennicach oraz ze sklepieniem krzyżowo-żebrowym w wejściu do budynku. W pobliżu znajduje się Amfiteatr Podzamcze. Wymienić trzeba także dawny młyn wodny (obecnie mieści regionalną piekarnię). To reprezentacyjny budynek z secesyjną elewacją i charakterystyczną w tamtych czasach, boniowaną ścianą parteru. **Na uwagę zasługuje również olecki rynek, który jest największym w Europie – jego powierzchnia, to ponad 6 ha!**

Rozplanowany był według zasad urbanistyki średniowiecznej (z naroży wybiegają po dwie ulice stanowiące przedłużenie pierzei rynkowych), dawniej służył jako miejsce targowe. Obecnie większą część rynku zajmuje park, fragment zajmuje Wzgórze Kościelne z Kościołem pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski oraz plac z fontanną. Odbywają się tutaj liczne wydarzenia: koncerty, jarmarki, festyny.

Olecko to znakomite miejsce dla osób aktywnych fizycznie. Znajdują się tu strzeżone, wyznaczone miejsca do kąpiel, wypożyczalnie sprzętu turystycznego, przystań żeglarska, klub płetwonurków, a w niedalekiej odległości od piaszczystej plaży miejskiej: stadion, boiska, hala widowiskowo-sportowa z pływalnią, korty tenisowe, obozowisko. Dla amatorów wędkarstwa przygotowano łowisko „Piskorz” na rozlewisku rzeki Legi. Przy tzw. Długim Mostku zlokalizowana jest polana, gdzie mieszczą się plac zabaw, skatepark, siłownia na powietrzu, pamp track i tor do jazdy na rolkach. W sierpniu przestrzeń tą przejmuje Active Festival Olecko – multidyscyplinarne wydarzenie pełne warsztatów, koncertów, zawodów sportowych, gier i zabaw. Prowadząca wokół jeziora Wiewiórcza Ścieżka przyciąga spacerowiczów, biegaczy i rowerzystów o każdej porze roku. Olecko stanowi świetną bazę wypadową do zwiedzania regionu. Sąsiaduje z Ełkiem, Suwałkami oraz Gołdapią. Niedaleko stąd również do granicy z Litwą, co zachęca do odwiedzenia Wilna czy zamku w Trokach. Podczas pobytu warto skosztować tradycyjnej kuchni wschodniej, w której prym wiodą takie potrawy jak kartacze, czy sękacz.

www.um.olecko.pl/

Wiewiórcza ścieżka – ścieżka pieszo-rowerowa wokół jeziora Oleckie Wielkie



fot. Józef Kunicki

Wiewiórcza Ścieżka prowadzi wokół długiego rynnowego jeziora Oleckie Wielkie. Trasa Wiewiórczej Ścieżki jest urozmaicona i ciekawa pod względem krajobrazowym i przyrodniczym. Biegnie przez 2 km po obrzeżach Olecka, 0,7 km terenem starej drogi w okolicach wypływu rzeki Legi przy Placu Zamkowym, 5,6 km przez obszary leśne, 3 km przez tereny o zadrzewionej skarpie i blisko 2,5 km przez plaże i kąpieliska. Prawie na całej długości, to jest 12 km 67 m, ścieżka udostępniona jest dla pieszych i rowerzystów. Jej zwiedzanie trwa około 5- 6 godzin. W kilkunastu miejscach wyznaczono przystanki z tablicami informacyjnymi, na których opisane zostały ciekawe skupiska roślin lub pojedyncze okazy drzew i zwierząt. Początek Wiewiórczej Ścieżki zlokalizowano przy drewnianym moście nad Legą przy jej wypływie z jeziora. Przemierzając ścieżkę kierujemy się ku przystani żeglarskiej i poruszając się wzdłuż brzegu pokonujemy kilkusetmetrową trasę wyłożoną kostką brukową, a po minięciu plaży miejskiej wędrujemy utwardzoną żwirową ścieżką. Na tym odcinku zwracają uwagę swoim pokrojem i rozmiarami rodzime gatunki drzew. Zachowując ciszę możemy liczyć na spotkanie wiewiórki - gryzonia, którego imię nosi ścieżka. Oprócz walorów przyrodniczo-krajobrazowych na ścieżce napotkamy także ciekawe miejsca związane z historią miasta. Wśród nich należy wymienić „Chatę Mazurską” – drewniany budynek z okresu międzywojennego, dawny kompleks rekreacyjny „Dworek Mazurski („Masurenhof”) oraz kurort letni z przełomu XIX i XX wieku „Liebchensruh”, a także symbol miasta – zabytkowe molo zakończone wieżą do

skoków o wysokości ok. 7 m. Zbaczając nieco ze ścieżki można również zobaczyć pomnik upamiętniający poległych w I wojnie światowej w formie charakterystycznej kamiennej półrotundy (był to drugi co do wielkości tego typu pomnik w Prusach Wschodnich) oraz zabytkowy, gotycki budynek dawnego starostwa, który widoczny jest również z oddali na niektórych fragmentach ścieżki. Wędrując „Wiewiórczą Ścieżką” można odpocząć w jednej z kilku altan rekreacyjnych lub na jednym z dwóch kąpielisk: „Skoczni” (bliżej centrum miasta) lub „Szyjce” (przy zwężeniu jeziora). Turyści mogą tam skorzystać z leżaków, boiska do siatkówki, grilla. W sezonie działa również wypożyczalnia sprzętu wodnego oraz rowerów. Na wzniesieniu sąsiadującym ze ścieżką ulokowane jest pole namiotowe oraz tuż obok Hala Lega (znajdziemy tutaj min. basen, ściankę wspinaczkową, saunę, squasha oraz strefę zabaw dla dzieci). I choć Mazury kojarzą się głównie z latem, „Wiewiórcza Ścieżka” jest idealnym miejscem na trekking lub spacer o każdej porze roku.

www.um.olecko.pl/strona-443-opis_trasy.html

Ełk –miasto na wschodzie Mazur zaprasza



fot. Zbigniew Chojeła

Zapraszamy do Ełku, miasta na wschodzie Mazur, gdzie natura splata się z historią, a spokój z aktywnością. Warto odwiedzić jedną z dwóch plaż, popływać łódką po Jeziorze Ełckim czy wziąć udział w spływie kajakowym rzeką Ełk. Przy plaży znajdują się kryte korty tenisowe, a nieco dalej wieża widokowa. Miłośników adrenaliny zapraszamy do parku linowego w koronach drzew, skąd rozciąga się widok na jezioro.

Ełk jest także chętnie odwiedzany przez miłośników karawaniingu, którzy mogą zaparkować swoje „domy na kółkach” na jednym z kempingów przy samym jeziorze. Dzięki międzynarodowej trasie S61- Via Baltica z Warszawy do Ełku już teraz dojedziesz w około 2 godziny.

Największym atrybutem Ełku jest Jezioro Ełckie, wzdłuż którego położone jest miasto. Nad brzegiem jeziora rozciąga się prawie 7-kilometrowa promenada pieszo-rowerowa. Jest to doskonale miejsce na spacer, jazdę na rowerze czy rolkach. Jest tutaj wypożyczalnia kajaków, łódek i rowerów, a także plaże miejskie, z których chętnie skorzystają miłośnicy letnich kąpiel. Jezioro sprzyja również pływaniu na SUPach i uprawianiu innych sportów wodnych. Do jeziora wpływa rzeka Ełk, która cieszy się powodzeniem wśród amatorów spływów i nie tylko.

Przy promenadzie znajdują się liczne restauracje (funkcjonujące przez cały rok), puby, w tym pub na wodzie, gdzie serwowane są tradycyjne mazurskie potrawy. Warto spróbować ełckich kartaczy i świeżych mazurskich ryb.

Ełk to idealne miejsce do jazdy rowerem, do czego zachęcają liczne ścieżki rowerowe. Część ścieżek rowerowych łączy się z podmiejskimi, tworząc malownicze trasy wśród jezior, pól i lasów. Nieopodal plaży miejskiej położony jest skate park i parkour park dla młodzieży, a także Park Kopernika, gdzie

wrażenie robi układ słoneczny z ogromnych granitowych kul. Dzieci mogą bawić się na licznych placach zabaw (przy jednym z nich znajduje się m.in. boisko do gry w mini golfa). W Ełku wybudowany został również Montessoriański Ogród Sensoryczny podzielony na dziewięć stref stymulujących zmysły.

Gdy pogoda nie dopisuje, można odwiedzić Park Wodny w Ełku, w którym znajdują się 3 baseny: sportowy, z łózkami do hydromasażu oraz rekreacyjny. Ten ostatni wyposażony jest w: masaże wodne, wodospady, wodotryski, biecze wodne, zjeżdżalnie dziecięce, liny do wspinaczki, beczkę, kosze do gry w koszykówkę wodną oraz siłownię wodną (rowerki do aqua spinningu i bieżnia). Dodatkowo w Parku Wodnym znajdują się: zjeżdżalnia wodna o długości 106 metrów, jacuzzi, sauny suche, parowe oraz infra-red, a także grota lodowa. Przemierzaj ścieżki historii w malowniczym centrum miasta. Zwiedzaj zabytkowe kościoły, odrestaurowane kamienice, czy zabytkowy most z XX w., które opowiadają fascynujące opowieści o naszej bogatej przeszłości. Dla miłośników sztuki i kultury, organizujemy unikalne wystawy i wydarzenia.

Zabytkowa Ełcka Kolej Wąskotorowa – przejazdy turystyczne

Ełk jest jednym z nielicznych miast w Polsce, gdzie można wybrać się na malowniczą przejażdżkę zabytkową Koleją Wąskotorową. W okresie letnim organizowane są cykliczne wydarzenia, łączące przejazd koleją z koncertami. Po powrocie warto odwiedzić Park Odkrywców Kolei z wystawą zabytkowych parowozów. Kolejka jest częścią Muzeum Historycznego w Ełku. Szczegółowy rozkład jazdy dostępny na stronie: www.muzeum.elk.pl.

Miasto Ełk jest ważnym węzłem komunikacyjnym: drogowym i kolejowym. Przez miasto przebiegają m.in drogi krajowe: nr 16 do granicy z Litwą, w drugą stronę prowadząca do Olsztyna, a także międzynarodowa ekspresowa trasa S61 – Via Baltica oraz linia kolejowa Rail Baltica. Dwie ostatnie są częścią transeuropejskiego korytarza transportowego.

Latem w Ełku odbywają się liczne wydarzenia. Wiele turystów przyciągają między innymi Mazurskie Zawody Balonowe. Zawody ekip balonowych z Polski i zagranicy. Zachwycające loty nad miastem i jeziorem.

www.elk.pl.

Pobierz także aplikację mobilną „Mazury, Pojezierze Ełckie”:



Ścieżka przyrodniczo-historyczna Węzła Obronnego Ruciane Guzianka.



arch. Urząd Miasta i Gminy Ruciane Nida

Ścieżka przyrodniczo-historyczna Węzła Obronnego Ruciane Guzianka zlokalizowana jest na terenie leśnym pomiędzy ul. Mazurską a ul. Guzianka oraz jeziorami Guzianka Wielka i Guzianka Mała. Szlak prowadzi przez teren bogaty w walory przyrodnicze i krajobrazowe oraz w obiekty architektury militarnej z początku XX wieku. Spacerując tym szlakiem możemy cieszyć się otaczającą przyrodą, a dzięki umieszczonym na trasie tablicom informacyjnym mamy okazję dostrzec powszechnie występujące u nas gatunki drzew. Przy okazji takiej wędrowki możemy obejrzeć obiekty historyczne, które w okresie I wojny światowej wmacniały ten obszar przed ewentualną agresją ze strony Rosji.

Ścieżka rozpoczyna się przy ul. Mazurskiej w Rucianem-Nidzie ok. 100 m za ciągiem restauracji. Wyznaczone zostały dwie trasy. Amatorzy krótkich spacerów powinni skrócić na zielony szlak (580 m), zaś bardziej zaprawieni w wędrowkach piechurzy mogą wybrać szlak brązowy (2 760 m). Obie ścieżki schodzą się przy śluzie Guzianka I naprzeciw muzeum w wieży karabinów maszynowych, prowadzonym przez Stowarzyszenie Nad Nidzkim w Rucianem-Nidzie.

Węzeł Obronny Ruciane Guzianka został zbudowany w 1900 roku i stanowił część fortyfikacji obronnej zwanej Linią Wielkich Jezior Mazurskich, która miała umożliwić obronę Prus Wschodnich przed inwazją wojsk rosyjskich w

czasie I wojny światowej i obok Giżycka był to największy kompleks umocnień tego zespołu architektonicznego. Węzeł służyć miał obronie szlaku kolejowego oraz zabezpieczeniu przed obejściem Puszczy Piskiej od południa i od Guzianki. Główne umocnienia węzła zlokalizowano przy drodze do śluzy Guzianka, a także przy moście kolejowym i drodze do Pizsa. Składały się one z trzech wież karabinów maszynowych (tzw. bunkrów wieżowych), w których ulokowano stanowiska broni maszynowej, pięciu punktów oporu piechoty dla połowy plutonu (tzw. dzieł piechoty) złożonych z umocnień ziemnych i jednokierunkowego schronu oraz ze stanowiska artylerii.

Ścieżka umożliwia dotarcie do dwóch punktów oporu piechoty (dzieła piechoty nr 3 i 4), stanowiska artylerii oraz wieży karabinów maszynowych przy śluzie Guzianka I.

Podczas spaceru warto też zatrzymać się chociaż na chwilę przy urokliwym leśnym jezioru o dość oryginalnej nazwie Jezioro Śmierci. Tak złowroga nazwa została nadana prawdopodobnie w takim celu, by odstraszyć ewentualnych amatorów kąpieli, gdyż jezioro jest niebezpieczne ze względu na grubą warstwę mułu na jego dnie.

www.ruciane-nida.pl/dla-turysty/dla-aktywnych/sciezki-edukacyjne