



NEWSLETTER 1/2020

SPIS TREŚCI

Po zdrowie i relaks do sauny marsz!	2
Termy Warmińskie	9
Zimowa adrenalina na Warmii i Mazurach	11
Zimowy spływ kajakowy rzeką Krutynią	17

Po zdrowie i relaks do sauny marsz!

Gdy temperatura spada poniżej zera, ciemno robi się już o 15-tej, a często – zamiast malowniczych śnieżnych połaci – za oknem błoto i szarość, łatwo o pogorszenie nastroju czy przeziębienie. W tym czasie warto postawić na zadbanie o swoje zdrowie, wygląd i dobre samopoczucie, a nie ma chyba nic lepszego niż seans w saunie czy bani. Zachęcamy, aby w trakcie takich wypadów skorzystać z bogatej oferty obiektów Warmii i Mazur, w których saunowanie przemieniło się w styl życia i sztukę.

Ruska bania w Galinach



fot. arch. Pałac Galiny

Swoje dobroczynne właściwości ruska bania zawdzięcza znanemu od wieków, szczególnie przygotowanemu rytuałowi. Zbudowana z bali i naturalnego kamienia niepozorna chata wita uczestników odprężającym aromatem drewna i eterycznych olejków. Oprócz kąpeli, czyli przebywania w sercu bani – pomieszczeniu z piecem opalanym drewnem, na którym rozgrzewane są do czerwoności i polewane wodą kamienie – na gości czekają również napoje o właściwościach rozgrzewających i oczyszczających (np. kwas chlebowy, ziołowe napary również z dodatkiem miodu, sok malinowy lub brzoźowy). Najlepszy efekt na zakończenie rytuału przynosi wylanie na siebie kubła zimnej wody lub skok z pomostu do chłodnego stawu.

www.palac-galiny.pl

Strefa Saun w Hotelu Krasicki

Znajdująca się w podziemiach zamku Strefa Saun – złożona z sauny parowej, fińskiej i infra red zachwyca swoim designem oraz specjalną ofertą rytuałów. Miłośnicy kąpeli ciepłych i parowych mogą zapewnić sobie niesamowite doznania dla ciała i ducha. To doskonały relaks i silne pobudzenie zmysłów. Seans rozpoczyna się peelingiem ciała przeprowadzonym przy użyciu kosmetyków zawierających wyciąg z zielonej herbaty z kryształkami soli morskiej o silnych właściwościach odtruwających, remineralizujących i odżywczych. Kolejny etap to spektakularna ceremonia gorącymi, aromatycznymi ręcznikami z udziałem saunamistrza, zwieńczona chłodzącym, lodowym rytuałem. Lód przyniesie zapadające na długo w pamięć orzeźwienie, a skóra doskonale odżywi się i ujędrni. Na zakończenie na gości czeka degustacja orzeźwiającego zastrzyku energii w postaci bezalkoholowego drinka Mojito.

www.hotelkrasicki.pl

Sauny, prysznic wrażeń i tepidarium w Hotelu Ventus

W strefie wellness Hotelu Ventus Natural & Medical SPA w Gołdapi do dyspozycji gości są trzy sauny: sucha, parowa i infra red, a także prysznice wrażeń i tepidarium. Sauny są tu 2-3 osobowe, dzięki temu gwarantują komfort i intymną atmosferę. Różnorodność saun to możliwość wyboru tego, co dla każdego z nas najlepsze. W pełni pozytywny wpływ sauny odczuje ten, kto połączy naprzemiennie ogrzewanie ciała z jego ochładzaniem. Gwarantuje to odprężenie, relaks, regenerację mięśni, a także niweluje skutki stresu. Po saunach polecane jest wiaderko z zimną wodą i prysznice wrażeń, czyli podróż „Od Arktyki po tropiki”, podczas której naprzemiennie doświadczamy cudownej mocy bryzy polarnej, tropikalnego deszczu i deszczu arktycznego. W czasie seansu prysznic rozświetlają różnokolorowe światła oraz wypełniają zimne i ciepłe zapachy potęgujące doznania. Po seansie w saunie można skorzystać ze tepidarium – strefy relaksu z podgrzewanymi leżankami i Słoneczną Łąką, będącą doskonałym sposobem na naturalną, delikatną opaleniznę i wspaniałą nastrój.

www.ventushotel.pl

Saunarium w zamkowych podziemiach



fot. arch. Zamek Ryn

W podziemiach Hotelu Zamek Ryn znajduje się strefa nowoczesnych saun. Do wyłącznej dyspozycji gości obiektu oddano saunę fińską (suchą) i rzymską (mokrą). Strefa otwarta jest codziennie. Znajduje się w bezpośredniej bliskości słynnego podziemnego basenu z zabytkowym sklepieniem łukowym. Odrodzenie sił witalnych, dzięki mocy czterech żywiołów, czeka na gości w SPA Księżnej Anny. Tutaj wybierzecie się w podróż pachnącą wonnymi olejkami i ziołami, wprowadzającą w stan błogości i relaksu.

www.zamekryn.pl

Mazurska balia w Tajtach



fot. arch. Hotel Tajty

Hotel Tajty, znajdujący się w Wilkasach koło Giżycka, oferuje gościom niesamowity wypoczynek w zewnętrznej strefie SPA, w której znajdują się sauna fińska i mazurska balia. Jest to atrakcja czynna przez cały rok, a szczególnie polecana zimą. Mazurska balia to kąpiel, która odpręża i poprawia kondycję organizmu, a także prawdziwa uczta dla ciała i zmysłów.

www.hoteltajty.pl

Świat Saun Hotelu Mikołajki

Zdrowie i odpoczynek – to dwa słowa, wokół których kręci się cały Świat Saun w Hotelu Mikołajki. Zespół doświadczonych terapeutów pomaga gościom w dobraniu idealnego miejsca do relaksu, a tych jest wiele! Sauna sucha, solna, a także pieszcząca promieniami podczerwieni sauna infra red – wizyta w każdej z nich pozytywnie wpływa na zdrowie i urodę, pomaga zachować jędrność skóry i pozbyć się z organizmu szkodliwych toksyn. Warto również zajrzeć do łaźni parowej, aromatycznej i błotnej, w których o harmonię ciała dbają nie tylko wysoka temperatura i wilgotność powietrza. Obowiązkowym punktem do odwiedzenia są też misy do moczenia stóp i relaksujące, podgrzewane ławy.

www.hotelmikolajki.pl

Relaks w Robert's Port

Hotel Robert's Port swoim gościom oddaje do dyspozycji kompleks saun, na który składają się: sauna fińska, sauna infra red oraz łaźnia parowa. Trzy rodzaje nowoczesnych saun zapewniają wiele

możliwości relaksu i terapii. Korzystanie z sauny infra red ma szczególne walory zdrowotne, natomiast sauna sucha oraz łaźnia parowa sprzyjają szybkiemu usuwaniu toksyn z organizmu. Kompleks saun w Hotelu Robert's Port to nie tylko miejsce, w którym doznamy błęgiego relaksu ducha. To także miejsce, gdzie nasze ciało zregeneruje się i odzyska siły vitalne.

www.hotel-port.pl

Cztery rodzaje saun w Naturze Mazur

Hotel Natura Mazur Resort&Conference Warchały dysponuje rozbudowanym zapleczem wellness. Na gości czekają tu aż cztery rodzaje saun! Biosauna charakteryzuje się wysoką temperaturą utrzymującą się na poziomie 60°C. Seansowi w niej towarzyszy aromaterapia z zastosowaniem systemu dozowania naturalnych olejków eterycznych. Sauna fińska, w której kąpiel odbywa się w suchym powietrzu, a temperatura uzyskiwana dzięki piecowi z rozgrzаныmi kamieniami waha się od 85 do 100°C. Sauna parowa, której cechą charakterystyczną jest niska temperatura (ok. 50 °C) oraz wysoka wilgotność powietrza. Sauna infra red, w której zastosowane promienniki podczerwone emitują promieniowanie nagrzewające saunę do ok. 60°C. Dzięki takiej różnorodności, każdy tutaj znajdzie formę relaksu odpowiednią do preferencji i kondycji psychofizycznej.

www.naturamazur.pl

Bania z widokiem na jezioro w Masurii



fot. arch. Masuria Hotel &SPA Worliny

Piękne widoki, niezwykła atmosfera oraz atrakcyjna lokalizacja – to główne powody, dla których warto skorzystać z bani znajdującej się w Masuria Hotel&SPA w Worlinach. To, co zachwyca najbardziej, to jej wyjątkowe położenie – bezpośrednio na pomoście zbudowanym nad taflą jeziora – oraz panoramiczny widok na wodę i las rozpościerający się przez przeszkoloną ścianę. Dużą atrakcją jest także możliwość ochłodzenia się po wyjściu z bani w jeziorze. Polecamy zwłaszcza zimą!

www.hotelmasuria.pl

Czego dusza zapragnie w Hotelu Anders



fot. arch. Hotel Anders

Hotel Anders w Starych Jabłonkach to tegoroczny laureat nagrody SPA Prestige Awards. Obiekt znalazł się w pierwszej trójce najlepszych hoteli SPA&Wellness w Polsce w dwóch kategoriach: Najlepsze Eco SPA i Najlepsze Family&Baby SPA oraz w pierwszej dziesiątce klasyfikacji generalnej najlepszych obiektów SPA&Wellness w kraju. Hotel dysponuje 8 gabinetami SPA oraz atrakcyjną strefą wellness. Znajdziecie w niej basen, jacuzzi, sauny (suchą, parową i infra red), a także wanny do hydromasażu i tepidarium. Tak bogata oferta wellness sprawia, że pobyt w Hotelu Anders sprzyja relaksowi oraz odnowie ciała i ducha.

www.hotelanders.pl

Mazurska sauna na wodzie



fot. arch. Mazurska Sauna

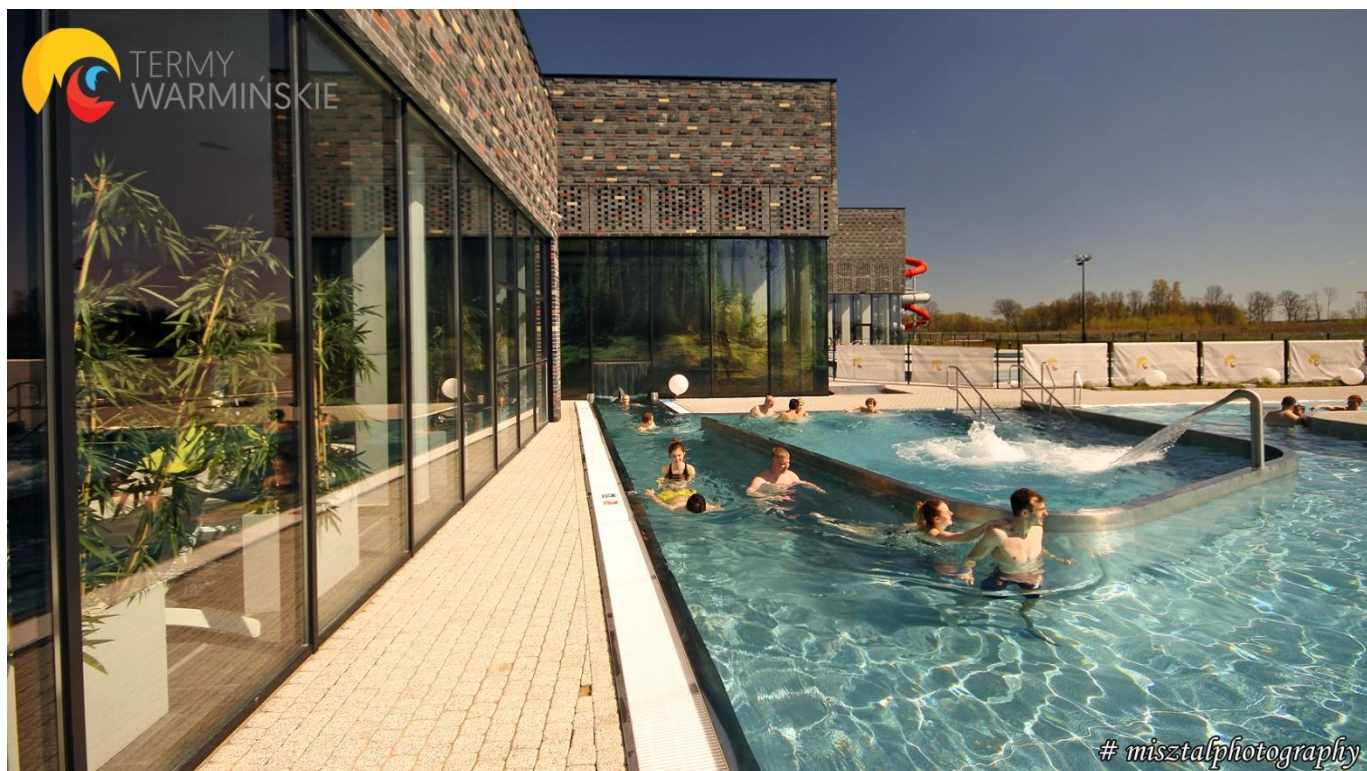
Czy w chłodne dni może być coś przyjemniejszego niż relaks w saunie? Jeśli dodać do tego wspaniałe widoki na wodę Wielkich Jezior Mazurskich – mamy przepis na relaks idealny.

To właśnie na Mazurach Małgosia z Pawłem mają dla wszystkich miłośników saunowania miłą niespodziankę – saunę wzorowaną na tej z Finlandii i... **pływającą po jeziorze**. Piec – stanowiący serce pomieszczenia – opalany jest drewnem, a dostęp do malowniczych krajobrazów w trakcie seansu (obok doznań w postaci delikatnego kołysania się na wodzie) jest wliczony w cenę.

Do sauny można dotrzeć własną łódką, ponieważ sauna nie jest połączona z brzegiem. Zapewnia to pełną intymność. Można też zadzwonić do właścicieli sauny, którzy zapewniają transport motorówką z i na brzeg. Gospodarze Mazurskiej Sauny zapraszają na seanse przez cały rok!

www.mazurskasauna.pl

Termy Warmińskie



fot. arch. Termy Warmińskie

Termy Warmińskie są pierwszym ośrodkiem termalnym zlokalizowanym na północy Polski, w Lidzbarku Warmińskim. Obiekt termalny w wyjątkowy sposób łączy wysoki standard usług hotelowych z bogatą ofertą SPA. To doskonałe miejsce do wypoczynku i relaksu, zarówno dla tych, którzy aktywnie uprawiają sport, jak i dla tych, którzy mają ochotę na chwilę wytchnienia od codzienności.

Kompleks sportowo - rekreacyjny podzielony jest na dwie części - sportową i relaksacyjną. W części sportowej można skorzystać z pełnowymiarowego basenu pływackiego, basenu wielozdaniowego czy z sezonowej zewnętrznej dzikiej rzeki. W tej części znajduje się także mnóstwo atrakcji dla dzieci. Dla najmłodszych przygotowano specjalny basen z urządzeniami do zabawy, m.in.: kanał dla statków, grzybek wodny, fontanny czy armatki wodne. W części relaksacyjnej odwiedzający mogą skorzystać z basenu witalnego z leżankami wodnymi, wodospadem i dyszami masującymi, terapeutycznego basenu solankowego, basenu hipertermicznego i całorocznego basenu zewnętrznego. Czas spędzony w Termach ucieszy także miłośników aktywnego spędzania czasu w plenerze. W SPA można korzystać z szerokiego wachlarza zabiegów na ciało oraz masaży. Kąpiele ciepłe, odprężające masaże i peelingi czy sauny sosnowe o umiarkowanej wilgotności to tylko niektóre z propozycji. **Nowych form odprężenia dostarczają także rytuały spa, które pozwalają zadbać o ciało, odnaleźć harmonię i**

rozkoszować się wspaniałymi doznaniem. W saunarium Term Warmińskich codziennie o stałych porach odbywają się aromatyczne rytuały saunowe. Seanse prowadzone są przez wykwalifikowanych saunamajstrów, którzy dbają o to, by w saunie panowała odpowiednia atmosfera, podkreślona pożądaną nutą zapachową. Tych, którzy chcą zostać na dłużej, Termy Warmińskie oferują wygodne i urządzone z wielką dbałością o szczegóły bardzo przestronne jedno- i dwupoziomowe apartamenty. Piękne widoki rozpościerające się z okien i tarasów niosą ukojenie i relaks dla ciała i ducha, a komfortowe wnętrza sprzyjają odpoczynkowi.

www.termywarmińskie.pl

Zimowa adrenalina na Warmii i Mazurach



fot. Marcin Kędzierski

Nieco niższe temperatury i dłuższa zima sprawiają, że Warmia i Mazury są doskonałym miejscem również na zimowe wypady. Dzięki temu, że co roku powstają tu nowe (lub rozbudowywane są już istniejące) atrakcje zimowe i ośrodki, już nie trzeba jechać w góry, by aktywnie i atrakcyjnie spędzić zimowe ferie.

Łyżwy dla całej rodziny

Większość mazurskich jezior zimą zamarza, jednak aby bezpiecznie i komfortowo poślizgać się na łyżwach, warto skorzystać z któregoś ze sztucznych lodowisk przygotowanych w sezonie w wielu miastach regionu. Działają również dwa obiekty całoroczne – w Giżycku oraz Mikołajkach. Pozostałe zapraszają łyżwiarzy zimą. Lodowiska zwykle czynne są codziennie i prawie każde z nich dysponuje wypożyczalnią łyżew, a na terenie lub w pobliżu niektórych można skorzystać z punktów gastronomicznych. Łyżwiarstwo to sport mało wymagający – szybko można nauczyć się podstawowych ruchów i cieszyć się z tej rozrywki z całą rodziną.

Kryte Lodowisko w Bartoszychach

www.bosir.pl

Lodowisko w Iławie

www.sport-ilawa.pl-lodowisko

Mazurskie Centrum Sportów Lodowych

www.lodowiskogizycko.pl

Lodowisko w Lubawie

www.osir.lubawa.pl/obiekty/lodowisko

Lodowisko w Kętrzynie

www.mosir-ketrzyn.pl

Lodowisko w Elblągu

www.mosir.elblag.eu

Lodowisko Sztuczne w Ełku

www.mosir.elk.pl/stadioniejski/lodowisko

Lodowiska w Olsztynie

www.osir.pl

Lodowisko Kurza Góra

www.kurzagora.pl/lodowisko

Hotel Gołębiowski w Mikołajkach

www.golebiowski.pl/mikolajki/atrakcje/lodowisko

Morsowanie dla odważnych

Morsowanie, czyli zimowa kąpiel w jeziorze, to dość szalona i kojarząca się z dyskomfortem czynność. Jednak nie jest to tak straszne, jak się wydaje – morsowanie może być bardzo korzystne dla ludzkiego organizmu. Gdy za oknem pojawia się mróz i śnieg, a większość z nas szuka ciepła pod kocem czy pierzyną, morsy szukają przerębla. A jeśli nie przerębla, to przynajmniej głębszej wody w plenerze, w której mogą się zanurzyć. Na Warmii i Mazurach takich miejsc można znaleźć mnóstwo. Amatorów morsowania również w regionie nie brakuje.

Fromborskie Morsy

www.morsy-frombork.blogspot.com

Olsztyński Klub Morsów Igło

www.olsztynskiemorsy.pl

Kąpiący się zimą Olsztyn

www.morsy.olsztyn.pl

Ełckie Morsy „Pogodoodporni”

www.serwer1713585.home.pl/elckiemorsy.pl/zapraszamy.html

Klub Morsów Arktyka w Ełku

www.facebook.com/klub.arktyka

Klub morsów Zmarzlak Ostróda

<https://www.facebook.com/Morsy-Ostr%C3%B3da-191222804287495/>

Elbląskie Morsy

www.facebook.com/morsy.elblag

Lodowaci - Iławski Klub Morsów

www.facebook.com/Lodowaci

Giżycki Klub Morsów "Zimny Ptak"

www.facebook.com/gizyckiklubmorsow

Biskupieckie Morsy

www.facebook.com/BiskupieckieMorsy

Ekstremalne nurkowanie

Nurkowanie pod lodem to dosyć ekstremalna forma tego sportu, która odkrywa przed nami nowe oblicze podwodnego świata. Jeziora, które tak dobrze znamy, ukazują się nam z zupełnie nowej strony, gdy zanurzamy się w nich pod pokrywą lodu. Zimą przejrzystość wody jest doskonała – dzięki niskiej temperaturze wody oraz pozbawieniu toni wodnej planktonu. Nurkowanie pod lodem to jednak nie lada wyzwanie i sposób na przekraczanie własnych barier. Nie tylko tych fizycznych, lecz także emocjonalnych. Przebywaniu pod lodem towarzyszy przede wszystkim adrenalina i skupienie, lecz jednocześnie uczucie dobrej zabawy i zaspokojenia ciekawości.

Centrum Nurkowe Diver

www.ckdiver.pl

Akademicki Klub Płetwonurków SKORPENA
www.skorpenna.pl
Krokodyle - Centrum Niezwykłych Nurkowań
www.kurzagora.pl/lodowisko
Aquadiver
www.aquadiver.pl
Mazurskie Centrum Nurkowe
www.mcn.mazury.pl/mcn,kontakt.html
Warmińsko – Mazurskie Centrum Nurkowe
www.nurkowanie-kolakowski.pl

Szybując po śniegu

Snowkiting zawiera elementy kilku dziedzin sportu, związanych nie tylko z zimą. Jest to zimowa odmiana kitesurfingu, łącząca jazdę na snowboardzie lub na nartach z puszczeniem latawców i paralotniarstwem. Tego fascynującego połączenia nie da się porównać z żadnym innym zimowym sportem. Do snowkitingu wystarczy trochę zaśnieżonego terenu lub zamrożone jezioro z warstwą śniegu. Niepotrzebne są natomiast żadne wyciągi ani góry, bo te bywają czasami kilkaset kilometrów dalej. Wystarczy jedno z warmińsko-mazurskich jezior i już. Iceboarding to z kolei żeglarstwo lodowe. Osiągane prędkości mogą być zaskoczeniem dla sportowców. Jest to ekstremalne wyzwanie dla amatorów wiatru na otwartej przestrzeni. Używanie kasku i ochraniaczy to konieczność, gdyż jest i ślisko, i bardzo szybko. Coraz popularniejsze w Polsce żeglarstwo lodowe umożliwia poruszanie się po akwenach z prędkością przekraczającą nawet 70-80 km/h, choć są też zawodnicy, którzy na „liczniku” mają nieco ponad 100 km/h. Giżycko jest idealnym miejscem do uprawiania tej dyscypliny, a jezioro Niegocin jest nawet areną rywalizacji o mistrzostwo Polski.

Bojerem po lodzie

Żeglarstwo lodowe, nazywane też bojerami, to jedna z wizytówek Krainy Wielkich Jezior Mazurskich. Jest to coraz bardziej popularna dyscyplina i niezwykle fascynująca forma zimowej rozrywki na lodzie. Pozwala na przeżycie niesamowitych doznań okraszonych dużą dawką adrenaliny – dzięki dynamicznym przyspieszeniom i rozwijanym prędkościom. Żeglarstwo lodowe to sport dla każdego. Nie trzeba być wprawionym żeglarzem, aby latać na bojerach. Ślizganie bojerami jest możliwe przy odpowiednich warunkach lodowych. Codzienne sprawdzanie akwenu (tj. kontrola grubości lodu oraz jego wytrzymałości) gwarantuje, że jest to bezpieczna rozrywka.

Snowkiting

Wioska Surfów
www.wioskasurfow.pl

Bojery

Bojery Mazury Caligula
www.bojerymazury.pl
Gospoda pod Czarnym Łabędziem
www.gospoda.pl/oferty-specjalne/83-bojery-na-mazurach.html
QRS Mazury
www.kursmazury.com/oferta/bojery-zeglarstwo-lodowe
Cicha Zatoka Mikołajki
www.mazury.info.pl/cicha-zatoka/bojery.html

Z górki na pazurki

Snowtubing to bezpieczna jazda po śniegu na dmuchanych dętkach. Siadamy na wielki „ponton” i zaczepieni do wyciągu jedziemy w górę. Jednak to nie wjazd jest największą atrakcją. Zaraz po wjeździe na górę czeka super wyzwanie – zjazd. Dostarcza on sporo radosnej zabawy i emocji. Z jazdy snowtubingiem korzystają nie tylko dzieci. Najczęściej są to całe rodziny, świetnie bawiące się na kawałku gumy pędzącym z góry. Podobną propozycję można znaleźć też w Rydzewie w Gospodzie pod Czarnym Łabędziem, jednak tam dętka doczepiana jest do quada lub skutera śnieżnego, a jazda odbywa się po zamrożniętej tafli jeziora.

Snowtubing

Ośrodek Narciarski Kurza Góra w Kurzętniku

www.kurzagora.pl/tubing

Hotel Gołębiowski Mikołajki

www.golebiewski.pl/mikolajki/wyciag-narciarski/karuzela-pontonowa-wyciag-tasmowy-saneczki#home

Gospoda pod Czarnym Łabędziem

www.gospoda.pl/oferty-specjalne/88-atrakcje-aktywnego-wypoczynku-zima-na-mazurach.html

Surfowanie po śniegu

Snowboard powstał z tęsknoty za surfingiem... na śniegu. Oprócz używania deski, surferów, snowboardzistów i skateboardzistów łączy nastawienie na zabawę. Ten sport upodobali sobie przede wszystkim młodzi ludzie. Snowboard to, po narciarstwie, druga najpopularniejsza aktywność zimowa w Polsce. Zaprawionym snowboardzistom polecamy najlepszy snowpark w regionie, znajdujący się w ośrodku Piękna Góra Rudziewicz w Gołdapi. Stoki są naśnieżane i ratrakowane, a po zmroku oświetlane. Na miejscu można skorzystać z porady instruktorów szkoły narciarskiej. Tuż obok wyciągów znajdują się wypożyczalnie sprzętu do narciarstwa zjazdowego i snowboardu, parkingi oraz kasy. W wypożyczalniach są kaski ochronne i sprzęt – także dla maluchów.

Gdy deski są dwie

Ciągnące się kilometrami malownicze trasy dla narciarzy biegowych i pofałdowane tereny pełne pagórków idealnych do zjazdów – to wszystko sprawia, że na Warmii i Mazurach narciarstwo zjazdowe i biegowe mają się dobrze. Ośrodki narciarskie położone w Gołdapi, Mrągowie, Lubstynku czy Kurzętniku i Okrągłym, oprócz tras zjazdowych o różnych stopniach trudności, są zazwyczaj sztucznie naśnieżane, oświetlane i ratrakowane. W okolicy wyciągów działają wypożyczalnie sprzętu narciarskiego, szkoły oraz restauracje.

Snowboard, narty zjazdowe i biegowe

Ośrodek Narciarski Kurza Góra w Kurzętniku

www.kurzagora.pl

Ośrodek Mazurski Okrągłe

www.skimazury.pl

Góra w Lubstynku koło Lubawy

www.facebook.com/WyciagLubstynek/

Piękna Góra Rudziewicz w Gołdapi

www.zajazd-rudziewicz.pl/stoki-narciarskie

Hotel Gołębiowski Mikołajki
www.golebiewski.pl/mikolajki
Kartasiówka
www.kartasiowka.pl
Góra Czterech Wiatrów
www.gora4w.com.pl
Jabłoń Resort&SPA
www.jablon-resort.pl/biegowki-mazury/
Wioska Narciarska Wiartel
www.wioskanarciarska.pl/

Z wędką na łodzie

Zapaleni wędkarze nie zwracają uwagi na pogodę, wczesną godzinę czy porę roku – zawsze chętnie zarzucą wędkę. A gdzie, jak nie na Mazurach, są do tego najlepsze warunki? Zimą większość jezior zamarza i wejście na lód jest na tyle bezpieczne, że można się pokusić o wyprawę na ryby ze świdrem do lodu w dłoni.

Polski Związek Wędkarski PZW
www.pzw.olsztyn.pl
Gospodarstwo Rybackie Szwaderki
www.szwaderki.pl
Gospodarstwo rybackie Bartoły Wielkie
www.bartoły.pl

Zimą na kajaku

Spyływy kajakowe zimą? Czemu nie! W przeciwieństwie do jezior, większość mazurskich rzek zimą nie zamarza, więc znakomicie nadają się one do spływów kajakowych. Choć wydaje się, że jest to sport dla wąskiej grupy ludzi, wcale tak nie jest – pływanie w niskich temperaturach jest bezpieczne, a okolica podziwiana z tej perspektywy przedstawia się bardzo ciekawie. Na początek warto jednak wybierać łatwiejsze odcinki poszczególnych rzek. Do popularnych szlaków kajakowych na Mazurach zalicza się np. Szlak Rzeki Krutyni.

www.mazuryp ttk.pl
www.splywydrweca.pl
www.starejablonki.pl

Mknąc po śniegu

Przepiękne Mazury zasypane śniegiem, widoki jak z obrazków, bezpośredni kontakt z przyrodą, wspaniałe chwile w dobrym towarzystwie i poczuciu spełnienia – to elementy składające się na prawdziwy relaks podczas jazdy skuterkami śnieżnymi. Ciekawą propozycją dla bardziej wymagających jest Snow Tour by Night, organizowany przez FunSail. To 3-godzinna nocna wyprawa na skuterkach śnieżnych. Uczestnicy otrzymują niezbędny sprzęt oraz dwuosobowy skuter Arctic Cat, którym pod opieką instruktora wyjeżdżają na nocną wyprawę. W połowie wycieczki przewidziana jest gorąca herbata i poczęstunek przy ognisku.

FunSail
www.skuterysniezne.com/wyprawy_na_skuterach_snieznych_mazury_id_405.html

Gra na lodzie

Miłośnicy ciekawych sportów zimowych z pewnością odwiedzą Gospodę pod Czarnym Łabędziem w Rydzewie, gdyż właśnie tu można pograć w curling. Mimo, że w wielu krajach to niszowy sport, ma on długoletnie tradycje (powstał prawdopodobnie w późnym średniowieczu w Szkocji). W Rydzewie mecz można zorganizować nawet nocą – z kolacją grillową na lodzie, przy oświetlonych pochodniach i reflektorach.

Zimowy parasailing

W Gospodzie pod Czarnym Łabędziem można spróbować swoich sił w zimowym parasailingu. Jest to spadochron holowany za quadem lub samochodem terenowym. Ta atrakcja zapewnia niesamowitą adrenalinę i przepiękne widoki – zimowy krajobraz widziany z góry robi niesamowite wrażenie.

Curling, parasailing, skutery śnieżne

Gospoda pod Czarnym Łabędziem

www.gospoda.pl

Sauna fińska i ruska bania

Po tych wszystkich zimowych atrakcjach, na koniec dnia rekomendujemy rozgrzewającą i relaksującą wizytę w saunie lub ruskiej bani. Dla osób, które pragną zredukować poziom stresu i złagodzić odczuwanie niektórych dolegliwości zdrowotnych, polecane są suche sauny fińskie z piecem. Wykazano, że mają one bardzo pozytywny wpływ na cały organizm. Spędzanie w nich czasu pozwala także zredukować stres, a nawet może pomóc spalać kalorie i łagodzić ból. Ruska bania to odmiana sauny w formie balii (beczek) z gorącą wodą. Poza funkcją higieniczną jest ona także miejscem zbiorowych kąpiei, będących formą wspólnego spędzania czasu. W dawnej obyczajowości chłopskiej koedukacyjne kąpiele w bani dawały okazję do bliższego poznania się, rozmów i biznesów. Często bania ulokowana jest przy beczce z zimną wodą nad rzeką lub jeziorem, co ułatwia kąpiele w zimnej wodzie. Ciekawą propozycją dla wielbicieli saunowania jest pływająca sauna ulokowana na jeziorze Bocznym w pobliżu Giżycka .

Sauny i banie ruskie

Masuria Hotel & SPA -www.hotelmasuria.pl

Mazurska Sauna – www.mazurskasauna.pl

Szarejkowe Wzgórza -www.szarejki.pl/mazurskie-spa

Pałac i Folwark Galiny - www.palac-galiny.pl

Zimowy spływ kajakowy rzeką Krutynią



Fot. arch. Mazury PTTK

Aktywny wypoczynek w kajaku kojarzony jest z okresem letnim. Nic bardziej mylnego, na Mazurach coraz bardziej popularne są spływy zimą. Niepowtarzalne krajobrazy jakie można podziwiać o tej porze roku zachwycą każdego turystę. Idealną na tego typu eskapadę jest rzeka Krutynia. Spływ Krutynią jest prosty technicznie i bezpieczny a dzięki dostępności oferty turystycznej również łatwy do zorganizowania.

Ciekawą propozycją jest weekendowy wypoczynek organizowany przez Mazury PTTK, podczas którego uczestnicy będą zakwaterowani w sercu Mazurskiego Parku Krajobrazowego - stancy wodnej PTTK w miejscowości Krutyń. Podczas pierwszego etapu spływu uczestnicy pokonają 14 kilometrów szlaku z Krutyni do miejscowości Ukta. Odcinek ten jest uważany za jeden z najbardziej malowniczych na całym szlaku. Latem gwarny od turystów, zimą spokojny i cichy daje możliwość podziwiania przyrody w zupełnie innej atmosferze. Po drodze na uczestników spływu będzie czekała jedna niedługa przenoska kajaków, przewidziana jest również przerwa na ciepły posiłek. Po spływie czas wolny można przeznaczyć na spacer do rezerwatów przyrody „Zakręt” oraz „Krutynia”.

Drugiego dnia na uczestników czeka znacznie krótszy odcinek spływu, zaledwie 7 kilometrowy z Ukty do Nowego Mostu. Uczestnicy pokonają go w około 2 godzin, w całości etap przebiegać będzie przez teren rezerwatu przyrody „Krutynia Dolna”. Po zakończeniu spływu uczestnicy zostaną przewiezieni do stancy wodnej PTTK Krutyń na obiad.

Oferta Mazury PTTK zapewnia nowoczesne kajaki polietylenowe wyposażone w fartuchy, które chronią przed wodą. Wieczory zaś umilą wspólne spotkania, przy kominku w kameralnej restauracji stancy wodnej PTTK Krutyń.

Reasumując zimowy spływ Krutynią jest ciekawą formą aktywnego wypoczynku, która dostępną jest również dla początkujących kajakarzy. Dostarczy jego uczestnikom niezapomnianych wrażeń i pozwoli na podziwianie mazurskiej przyrody z zupełnie innej perspektywy.

www.mazuryp ttk.pl

