

PRZYGOTOWANE PRZEZ REDAKCJĘ MAGAZYNU „RYNEK TURYSTYCZNY”

Vademecum turysty

Poradnik dla wymagających turystów

Zima 24/25



Rynek
Turystyczny

WYJĄTKOWY WIECZÓR POD WODĄ!



eventZOOone

JEŚLI SZUKASZ ORYGINALNEGO POMYSŁU
NA SPEDZENIE WIECZORU I CHCESZ
POCZUĆ PODWODNY KLIMAT,
NIC PROSZSZEGO!
WROCŁAWSKIE AFRYKARIUM PO
GODZINACH ZAMIENTA SIĘ W WYJĄTKOWĄ
PODWODNĄ RESTAURACJĘ.

WIECZÓR ROZPOCZYNA SIĘ PRYWATNYM
ZWIEDZANIEM Z PRZEWODNIKIEM, KTÓRY
ZDRADZI SEKRETY MIESZKAŃCÓW
AFRYKARIUM. ZWIĘCZENIEM WIECZORU
BĘDZIE KOLACJA W PODWODNYM TUNELU
W TOWARZYSTWIE RÓŻNYCH GATUNKÓW
RYB, REKINÓW I PŁASZCZEK!



eventzooone



eventZOOone



kontakt@eventzooone.pl



501 090 875

Spis treści

- 6 Dolny Śląsk czeka na turystów
- 10 Pieniny na zimę
- 12 Mazowsze na zimno
- 16 Po jod nad Bałtyk jesienią i zimą
- 18 Zima w Jeseníkach
- 20 Donovaly – mniej znana Słowacja na narty
- 22 Sezon w Czterech Dolinach rusza w połowie listopada
- 24 Zima w Livigno
- 26 Gran Canaria – arka na zimę
- 28 Odlecieć jesienią do Afryki
- 30 Gotowanie w podróży
- 32 O czym pamiętać, wybierając ubezpieczenie na sezon narciarski



ProMedia
POLSKIE WYDAWNICTWA SPECJALISTYCZNE

FOTO: ADOBE STOCK

REDAKCJA
Zbigniew Adamów-Bielkowicz

STUDIO GRAFICZNE
Ewelina Kościńska

KOREKTA
Dorota Ciepiewska

REKLAMA
Kierownik działu:
Małgorzata Grenda
Anna Sienkiewicz

NAKŁAD: 10 tys.
egzemplarzy

WYDAWCA
Polskie Wydawnictwa Specjalistyczne
ProMedia Sp. z o.o.
ul. Paca 37, 04-386 Warszawa
tel. 22 333 88 00
e-mail: biuro@pws-promedia.pl
www.pws-promedia.pl

Zima dopiero się zbliża, ale my już myślimy, jak ją najlepiej turystycznie spożytkować. Dlatego oddajemy w ręce naszych czytelników kolejne zimowe „Vademecum Turysty”. Oczywiście w pierwszej kolejności w takim okresie myśli się o śniegu, nartach itd. Niektórzy jednak mogą spędzić ten czas na turystyce miejskiej i kulturowej, zwiedzając miejsca i obiekty zwykle o tej porze roku nie zatłoczone, a wcale nie mniej interesujące.

Przedstawiamy również propozycje wypoczynku w znacznie cieplejszej atmosferze. Zarówno takiej w sam raz letniej, jak i naprawdę gorącej.

Skoro interesują nas o śnieg i narty, to piszemy oczywiście o kurortach narciarskich w Alpach, a także u naszych sąsiadów.

Jeśli chodzi o zimę w Polsce, to w tym roku piszemy o nartach nieco mniej, pokazując inne możliwości zimowego wypoczynku. Na początek poświęciliśmy parę stron Dolnemu Śląskowi, zwłaszcza jego południowej części. Niestety ostatnio głośno było o tych okolicach nie ze względu na ich piękno i atrakcje turystyczne, ale na żywioł, który zalał wiele miejscowości. I wprawdzie niektóre z nich jeszcze długo będą doprowadzane do stanu używalności, ale zdecydowana większość, z ich głównymi atrakcjami na czele, działa i przyjmuje gości normalnie. Wizyta teraz w tym regionie Polski będzie przyjemną dla turystów formą wsparcia lokalnej gospodarki. Nawet jeśli nie zostawimy swoich pieniędzy bezpośrednio w zniszczonych miejscowościach, to pamiętajmy, że pieniądze wydane w okolicy często i tak trafią w większej lub mniejszej części do poszkodowanych. Czy to jako zapłata za pracę (wszak niektórzy pracują w turystyce), czy też jako zarobek lokalnych przedsiębiorców.





ittf

WARSAW

Międzynarodowe **Targi Turystyczne**

20-22

LISTOPADA

2025



W
3 DNI
DOKOŁA
ŚWIATA!

ittfwarsaw.pl

ORGANIZERS:

mtp
GRUPA



LOKATION:

PAŁAC KULTURY I NAUKI
WARSAWA



Dolny Śląsk czeka na turystów

Stoki narciarskie, zamki, malownicze wsie i miasteczka
– w tym regionie można odpocząć od codzienności
i zregenerować siły w otoczeniu przyrody.

Właściwie wydaje się, że atrakcje turystyczne Dolnego Śląska, zwłaszcza jego południowej części, nie wymagają reklamy. Jednak, po pierwsze, nigdy za mało zachwytów nad tą częścią Polski, a po drugie, w tym roku po powodzi, która zniszczyła wiele tutejszych miejscowości, zimowy wyjazd w tę część Polski będzie nie tylko niezwykłym przeżyciem, ale również pomocą dla miejscowej gospodarki. Tak więc warto połączyć przyjemne z pożytecznym.

ZIMOWE ATRAKCJE DOLNEGO ŚLĄSKA, A ZWŁASZCZA KOTLINY KŁODZKIEJ

Zima na Dolnym Śląsku, a w szczególności w Kotlinie Kłodzkiej, to czas, który przyciąga turystów zarówno pasjonujących się sportami zimowymi, jak i tych szukających relaksu w pięknych, malowniczych scenariach. Region ten, pełen historycznych miasteczek, zamków, górskich krajobrazów i licznych źródeł zdrowotnych, staje się magicznym miejscem, w którym można odpocząć od codzienności i zregenerować

siły w otoczeniu przyrody. Zimowe atrakcje Dolnego Śląska kuszą każdego – od narciarzy, przez miłośników wędrówek, po osoby pragnące odkrywać lokalną kulturę i historię.

Kotlina Kłodzka to jedno z najbardziej malowniczych miejsc Dolnego Śląska, otoczone przez Góry Stołowe, Góry Bystrzyckie,

Góry Orlickie i Sudety Środkowe. Jest to region, który wyróżnia się nie tylko pięknymi krajobrazami, ale także bogatą historią, tradycją i wieloma atrakcjami turystycznymi. Zimą zmienia się on w prawdziwą krainę śniegu, a liczne ośrodki turystyczne, uzdrowiska i górskie wędrówki oferują wyjątkowe doświadczenia.





NARTY

Czarna Góra to jeden z najpopularniejszych ośrodków narciarskich w regionie, idealny dla miłośników zimowych sportów. Zlokalizowana w Górach Bystrzyckich w pobliżu miejscowości Sienna, oferuje trasy narciarskie o różnym stopniu trudności. Na narciarzy czekają dobrze przygotowane stoki, nowoczesne wyciągi, a także snowpark dla osób preferujących snowboard. Ośrodek dysponuje systemem sztucznego

naśnieżania, dzięki czemu warunki do uprawiania sportów zimowych są tu doskonałe przez cały sezon.

Stacja narciarska Czarna Góra ma doskonałą infrastrukturę, w tym wypożyczalnię sprzętu, szkoły narciarskie i gastronomię. Dla rodzin z dziećmi przygotowano specjalne strefy, w których maluchy mogą bezpiecznie uczyć się jazdy na nartach.

Kamienica to kolejna stacja narciarska, położona nieopodal Kłodzka w malowniczej

dolinie. Jest miejscem idealnym zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych narciarzy. Główne trasy są średniej trudności, ale nie brakuje atrakcji również dla osób szukających większych wyzwań. Kamienica jest mniejszym ośrodkiem niż Czarna Góra, co sprawia, że panuje tu spokojniejsza atmosfera – doskonała dla tych, którzy chcą uniknąć tłumów.

Zieleniec to jeden z najbardziej znanych ośrodków narciarskich w Polsce, położony w Górach Orlickich. Znajduje się tu wiele różnorodnych tras narciarskich, a także snowpark dla miłośników snowboardu. Zieleniec słynie z doskonałych warunków do uprawiania narciarstwa alpejskiego, a także z pięknych widoków na okoliczne góry. W ośrodku znajdują się liczne wyciągi, a także szkoły narciarskie, które cieszą się dużym uznaniem.

Łysa Góra to kolejne miejsce w Kotlinie Kłodzkiej, gdzie narciarze mogą liczyć na świetne warunki do suszowania. Ośrodek SkiArena oferuje różnorodne trasy, a także nowoczesne wyciągi. Warto zaznaczyć, że region ten cieszy się dużym zainteresowaniem także ze względu na dogodną lokalizację – Łysa Góra znajduje się w pobliżu Polanicy-Zdroju, jednego z najstarszych uzdrowisk w Polsce.





WĘDRÓWKI PO GÓRACH I SZLAKI TURYSTYCZNE

Zima w Kotlinie Kłodzkiej to także doskonały czas na piesze wędrówki. Okolica pełna jest malowniczych szlaków turystycznych, które w zimowej scenerii nabierają szczególnego uroku. Górskie szlaki pokryte śniegiem oferują niezapomniane widoki, a w połączeniu z czystym powietrzem tworzą idealne warunki do aktywnego wypoczynku.

Góry Stołowe to jedno z najpiękniejszych pasm górskich w Polsce. Charakteryzują się unikatową rzeźbą terenu, tworzącą niezwykle malownicze formacje skalne. Zimą te góry zmieniają się w zimową krainę pełną zamglonych wierzchołków i pokrytych śniegiem skał. Warto wybrać się na wędrówkę szlakiem prowadzącym do Szczelińca Wielkiego, najwyższego szczytu Gór Stołowych. Z jego wierzchołka rozciąga się zapierający dech w piersiach widok na okoliczne pasma górskie.

Zimą Góry Orlickie to doskonałe miejsce dla miłośników wędrówek wśród lasów i górskich przełęczy. Na uwagę zasługuje szlak prowadzący na najwyższy szczyt, Orlicę, który oferuje wspaniałe widoki na Kotlinę Kłodzką oraz Czechy.

W okresie zimowym w Górach Orlickich panują idealne warunki do spacerów po ośnieżonych lasach i polanach. Śnieżnik to jeden z najwyższych szczytów w Sudetach Wschodnich. Jego zimowy krajobraz przyciąga turystów szukających nie tylko pięknych widoków, ale także

szlaków o wyższym stopniu trudności. Wędrówka na Śnieżnik to idealny sposób na spędzenie dnia w górach, gdzie możemy podziwiać zimowe panoramy i oddychać czystym górskim powietrzem.

UZDROWISKA KOTLINY KŁODZKIEJ – RELAKS W ZIMOWEJ AURZE

Dolny Śląsk, w tym Kotlina Kłodzka, słynie z licznych uzdrowisk, które przyciągają turystów przez cały rok. Zima to doskonały czas, by skorzystać z oferty tych miejsc, które oferują regenerację i odpoczynek w komfortowych warunkach.



Polanica-Zdrój to jedno z najstarszych uzdrowisk w Polsce, które cieszy się dużą popularnością zarówno latem, jak i zimą. Zimą miasto zamienia się w oazę spokoju, gdzie można odpocząć od zgiełku miasta i zrelaksować się w jednym z wielu sanatoriów. Polanica-Zdrój oferuje liczne zabiegi zdrowotne, a także piękne zimowe krajobrazy i okoliczne szlaki turystyczne.

Duszniki-Zdrój to kolejne uzdrowisko w Kotlinie Kłodzkiej, które w zimie staje się miejscem idealnym do regeneracji. Miejscowość ta jest znana ze źródeł doskonałych wód mineralnych, a zimą oferuje wyjątkową atmosferę do relaksu w SPA i wellness. W Dusznikach-Zdroju odbywa się także wiele wydarzeń kulturalnych, które przyciągają turystów, takich jak Festiwal Chopinowski. Kudowa-Zdrój to znane uzdrowisko, które w zimie przyciąga turystów poszukujących ciszy i relaksu. Miejscowość jest idealna do korzystania z kąpeli solankowych, saun oraz masażu. Kudowa-Zdrój jest również bazą wypadową na wędrówki po Górach Stołowych oraz Górach Orlickich.

A MOŻE WODA I TROPIKI?

Stolica Dolnego Śląska, Wrocław, oferuje praktycznie wszystkie wielkomiejskie atrakcje i rozrywki. Można tu więc zwiedzać galerie sztuki czy muzea. Odwiedzenie Panoramy Raławickiej czy Muzeum Narodowego to obowiązkowe punkty. Ale Wrocław pośród licznych atrakcji podobnych do tych w innych miastach oferuje również zupełnie wyjątkowe.

Zimą chyba każdy czasem marzy, by odlecieć do ciepłych krajów. Ponieważ może to być raczej trudne, proponujemy w zamian pojechać do Wrocławia. A po

przybyciu udać się do wrocławskiego zoo i do Afrykarium. To niezwykle miejsce poświęcone jest zwierzętom żyjącym na Czarnym Łądzie, a jego częścią jest największe oceanarium w Polsce. W niezwyklej scenerii można na żywo podziwiać hipopotamy, pingwiny czy barwne ryby raf koralowych. Wizyta w tym niezwyklej miejscu wywiera niezwykle wrażenie na małych i dużych turystach.

A pozostając w klimatach wodnych, należy odwiedzić kolejną niezwyklej wrocławską placówkę – Hydropolis, czyli Centrum Edukacji Ekologicznej. To miejsce, w którym można się dowiedzieć o wodzie wszystkiego. W poszczególnych strefach można poznać rozmaite aspekty wody. Od jej udziału w ukształtowaniu się naszej planety, przez istniejące morza i oceany, po różne stany skupienia tej niezwyklej substancji. ❄️



Międzynarodowe

Targi Turystyki i czasu wolnego

21-23 **MARCA** 2025

WROCŁAW
TARCZYŃSKI ARENA

Zarezerwuj
swoje stoisko
już dziś!

biuro@mttwroclaw.pl
+48 534 800 180

www.mttwroclaw.pl

Pieniny na zimę

Pieniny to jeden z najpiękniejszych regionów Polski, który przyciąga turystów nie tylko latem, ale także zimą. Malownicze krajobrazy, bogata flora i fauna oraz liczne atrakcje sprawiają, że jest to idealne miejsce na zimowy wypoczynek.

Jak przystało na góry, Pieniny zimą są co najmniej równie atrakcyjnie jak latem. Dobrze rozbudowana baza noclegowa i oferta atrakcji gwarantują doskonały wypoczynek.

NARTY, SNOWBOARD

Zimą w górach musi pojawić się oferta dla narciarzy. Pieniny to świetne miejsce dla miłośników sportów zimowych. W pobliskich miejscowościach, takich jak Szczawnica, znajdują się ośrodki narciarskie, które oferują zróżnicowane trasy dla początkujących i zaawansowanych narciarzy.

Wyjątkowym miejscem jest Czorsztyn Ski i Kluszkowce. Położona na wygasłym wulkanie stacja oferuje trasy o różnym stopniu trudności. Miejsce jest szczególnie dobre dla rodzin z dziećmi.

Kolejną znaną stacją jest Palenica. To jedno z najpopularniejszych miejsc, gdzie można korzystać z narciarstwa alpejskiego oraz snowboardu. Jedną z jej licznych atrakcji jest widok na Trzy Korony i Sokolicę.

Znacznie mniejsza i mniej znana jest stacja Jaworki-Homole, położona na styku pasma Radziejowej i Małych Pienin. Temu położeniu zawdzięcza niezwykle bogactwo form krajobrazu.

Warto także spróbować narciarstwa biegowego, które staje się coraz popularniejsze. W Pieninach znajdują się odpowiednio przygotowane trasy, które umożliwiają odkrywanie zimowych krajobrazów w spokojny sposób. To idealna opcja dla tych, którzy cenią sobie aktywność na świeżym powietrzu w malowniczych okolicach. A trasy biegowe znajdziemy m.in. we wspomnianych Kluszkowcach.

PRZYRODA

Pieniny to pasmo górskie, które wyróżnia się niepowtarzalnymi formami skalnymi oraz pięknymi widokami. Najbardziej zna-

nym miejscem jest Pieniński Park Narodowy, który zachwyca zarówno latem, jak i zimą. Zimowe krajobrazy, pokryte śniegiem szczyty i zamrożone potoki tworzą bajkową scenerię. Park ten jest domem dla wielu rzadkich gatunków roślin i zwierząt, co czyni go doskonałym miejscem dla miłośników przyrody.

ZIMOWE SZLAKI TURYSTYCZNE

Pieniny oferują wiele szlaków turystycznych, które zimą stają się prawdziwą gratką dla miłośników wędrówek. Jednym z najpopularniejszych jest trasa prowadząca do



FOT. ADOBE STOCK



Sokolnicy, skąd rozpościera się zapierający dech w piersiach widok na Dunajec i otaczające góry. Szlak ten jest przystosowany do zimowych wędrówek, a śnieżna pokrywa dodaje mu uroku.

Innym ciekawym szlakiem jest trasa prowadząca do Trzech Koron – jednego z symboli Pienin. Zimą, przy sprzyjających warunkach, wędrówka na szczyt jest wyjątkowym przeżyciem. Panorama, która rozpościera się z wierzchołka, w zimowej aurze jest nie do opisanego – doliny pokryte białym puchem, a w oddali majestatyczne Tatry.

SPŁYW DUNAJCEM ZIMĄ

Choć spływy Dunajcem kojarzą się głównie z latem, zimą również można doświadczyć tej wyjątkowej atrakcji. W zimowej scenerii spływ jest nieco mniej popularny, ale nie mniej urokliwy. Zamarznięte brzegi rzeki i śnieżne szczyty Pienin tworzą niesamowitą atmosferę. Oczywiście, spływ zimą wymaga większej ostrożności i odpowiednich warunków, ale dla odważnych to niezapomniane przeżycie.

KULTURA I TRADYCJE

Pieniny to region bogaty w tradycje, które szczególnie widoczne są zimą. Warto odwiedzić lokalne wsie i miasteczka, gdzie

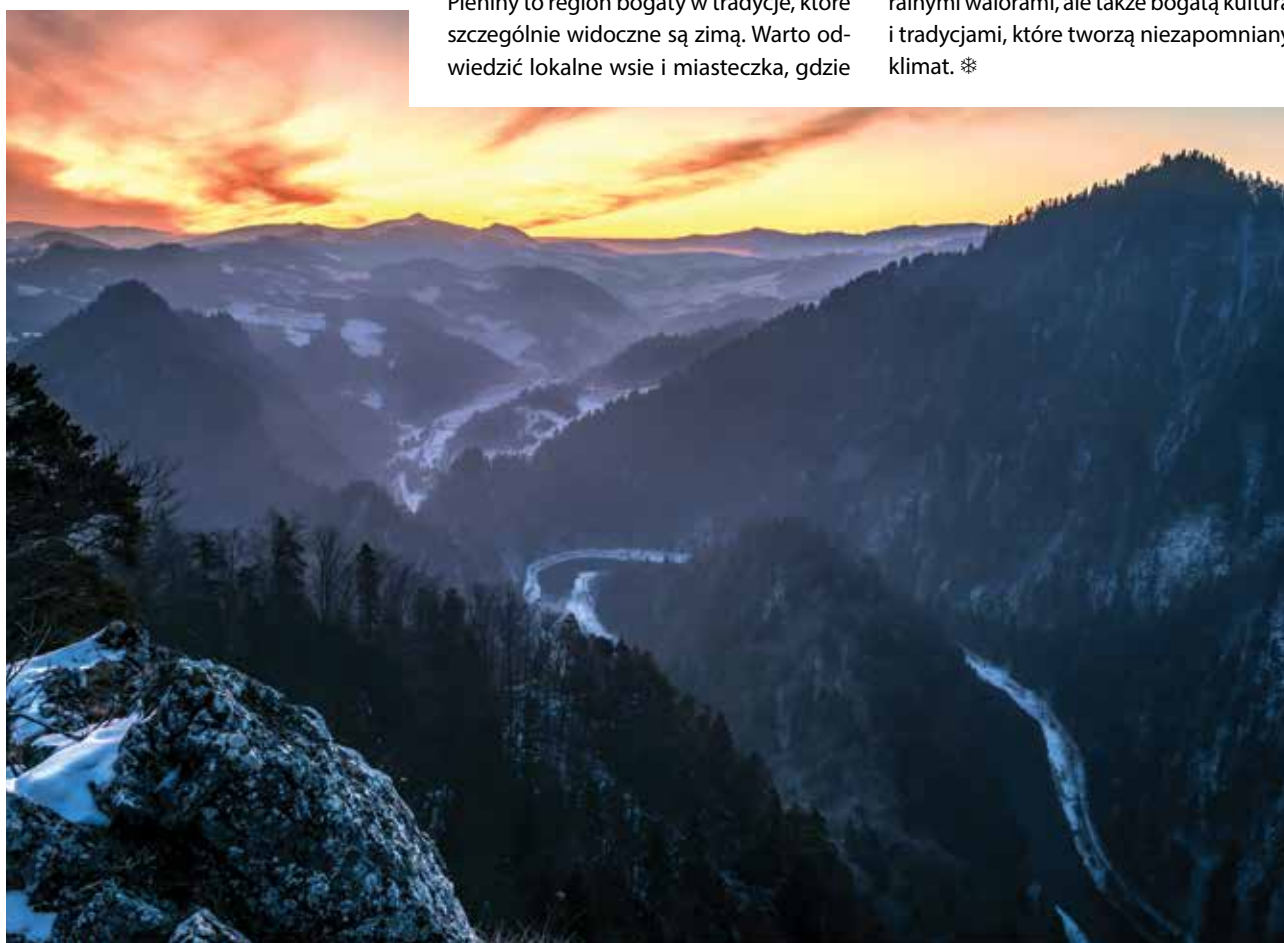
można zobaczyć, jak mieszkańcy obchodzą święta. Wiele z nich organizuje jarmarki bożonarodzeniowe, gdzie można kupić wyroby rękodzieła, regionalne przysmaki oraz tradycyjne ozdoby.

Nie można zapomnieć o kuchni regionalnej. W zimowe dni warto spróbować lokalnych specjalów, takich jak kwaśnica, pierogi czy oscypek. W wielu schroniskach górskich serwowane są gorące napoje i potrawy, które doskonale rozgrzewają po zimowych wędrówkach.

WELLNESS I RELAKS

Zimowy wypoczynek w Pieninach to także doskonała okazja do skorzystania z usług wellness. W regionie znajduje się wiele ośrodków, które oferują zabiegi SPA, sauny oraz baseny termalne. Po dniu pełnym aktywności na świeżym powietrzu relaks w strefie wellness to idealny sposób na regenerację sił.

Pieniny zimą to miejsce pełne możliwości. Od wędrówek po malowniczych szlakach, przez sporty zimowe, aż po relaks w strefie wellness – każdy znajdzie tu coś dla siebie. Region ten zachwyca nie tylko swoimi naturalnymi walorami, ale także bogatą kulturą i tradycjami, które tworzą niezapomniany klimat. ✨





Mazowsze na zimno

Mazowsze jest regionem, gdzie znajdziemy wielkowiejskie rozrywki i dziką przyrodę.

Do tego sztukę, zabytki i możliwość uprawiania różnych sportów. Krótko mówiąc, oferuje zimę dla wszystkich.

Dzięki swojemu centralnemu położeniu oraz dobrej sieci komunikacyjnej, zarówno jeśli chodzi o transport indywidualny, jak i zbiorowy, bardzo łatwo można korzystać z różnych atrakcji i form wypoczynku. Łatwo się tu dostać z różnych części kraju, ale również łatwo jest poruszać się po samym województwie.

ZAMKI

Jak przystało na ziemię o bogatej historii i do tego graniczną, Mazowsze może pochwycić się licznymi budowlami obronnymi. Znajdziemy je w różnych częściach województwa. Budowle w większych miastach są znane i chętnie odwiedzane. Jednak znajdują się tu również warownie w mniejszych miejscowościach wcale nie





Z kolei na południu (a historycznie już nie na Mazowszu) znajduje się zamek zlokalizowany po sąsiedzku z malowniczym miastem Szydłowiec. Został zbudowany w XV wieku i łączy elementy gotyckie z renesansowymi. Jego budowniczymi byli Stanisław Szydłowiecki i jego syn Mikołaj, z rodu Odrowążów, którzy przybrali nazwisko od miasta, w którym rezydował. Choć nie możemy go podziwiać w stanie z czasu największej świetności, wciąż wywiera duże wrażenie. W odremontowanej i zadbanej budowli mieści się Szydłowieckie Centrum Kultury „Zamek” oraz Pracownia Historii Szydłowca i bardzo interesujące Muzeum Ludowych Instrumentów Muzycznych.

mniej ciekawe i urocze, za to zwykle rzadziej odwiedzane. We wschodniej części znajdziemy zamek w Liwie, a na południu – zamek Szydłowiec.

Budowę warowni w Liwie, strzegącej ówczesnej granicy z Litwą, na brzegach rzeki Liw (Liwiec) rozpoczęto już w początkach XV wieku. W okresie Rzeczypospolitej Obojga Narodów zamek znajdował się na Wielkim Gościńcu Litewskim, czyli trakcie łączącym Warszawę z Wilnem. Niestety nie zachował się w całej swojej krasie i dziś możemy oglądać odrestaurowane zabudowania zamkowe tylko w części, która ocalała. Zamek składa się z dwóch części. Jedna to pozostałości dawnej twierdzy – fragmenty murów i wieża bramna, druga zaś to dwór starościński. W części pozostałej po warowni – wieży bramnej

– znajduje się imponująca zbrojownia z bogatą ekspozycją broni od najdawniejszej po tę z okresu drugiej wojny światowej.



PŁOCKIE ZOO NA ZIMOWO

Płock sam w sobie jest fascynującym miastem słynącym z historii, której pamiętki można podziwiać na starym mieście



A jeśli komuś będzie za mało zimy, zawsze może założyć łyżwy i skorzystać z lodowiska na starym rynku. Sport i historyczna oprawa gwarantują wyjątkowe wrażenia.

NARCIARSKIE MAZOWSZE

Choć nie ma tu wysokich gór i stromych stoków narciarskich, to nie samym narciarstwem alpejskim człowiek żyje. Biegacze narciarscy znajdą na Mazowszu dużo

na nartach. I dotyczy to zarówno ściśle obszaru parku narodowego, jak i okolicznych terenów. Nawet w samej Warszawie można spotkać biegaczy, choćby w Lasku Bielańskim (na Bielanach działa nawet szkolny klub biathlonowy – UKS G8 Bielany) czy na Młocinach.

Po drugiej stronie miasta świetne tereny do biegania na nartach znajdziemy w Lesie Kabackim czy na granicy Wilanowa, Powsina i Konstancina. W niektórych z tych miejsc działają nawet wypożyczalnie sprzętu, a niekiedy organizowane są również szkolenia z biegania na nartach, można więc zaczynać od zera.

Kolejnym miejscem, które można wręcz nazwać centrum narciarstwa biegowego, są okolice Siedlec. Trasa Siedlce – Sekuła przygotowywana jest przez doskonałe szkolący klub narciarstwa biegowego – UKS Rawa Siedlce. ✨

czy udając się do malowniczo położonej bazyliki katedralnej. Warto wiedzieć, że znajdują się tam nie tylko groby Piastów Mazowieckich, ale także dwóch władców Polski: Władysława Hermana i jego syna Bolesława Krzywoustego. Do tego Muzeum Mazowieckie ze wspaniałą kolekcją secesyjnych przedmiotów.

Mniej znaną, a naprawdę godną uwagi atrakcją jest płockie zoo. Nie tak popularne jak ogrody warszawski czy wrocławski, ale naprawdę zajmujące. Szczególnie zimą, bo wyznaczono specjalną trasę zimowego zwiedzania. Spacerując szlakiem zimowych zwierząt, możemy spotkać m.in. żurawie mandzurskie, orłany, pantery śnieżne, tygrysy syberyjskie, makaki japońskie, foki pospolite, pandy małe czy renifery fińskie oraz wiele innych zwierząt. Mieszkańcy ogrodu w zimowej scenerii prezentują się zupełnie inaczej niż zazwyczaj. Dla niektórych z nich zima jest stanem naturalnym, dla innych nieoczywistym.

możliwości, by realizować swoje hobby. Chyba najbardziej znanym miejscem, gdzie można uprawiać narciarstwo biegowe na Mazowszu, jest Puszcza Kampinoska. Jeśli spadnie wystarczająco dużo śniegu, powstają tam doskonałe warunki do biegania





wPolsceNajlepiej.pl



Do zobaczenia
**w naszych
obiektach!**



Po spokój i zdrowie nad Bałtyk jesienią i zimą

Coraz więcej turystów decyduje się na spędzenie urlopu nad Bałtykiem poza sezonem, poszukując ciszy, spokoju i... dawki jodu. Co ważniejsze – są zadowoleni. Dlaczego warto wybrać Bałtyk właśnie teraz?

Lato nad Bałtykiem kojarzone jest z tłumami, straganami i smażalniami. Tymczasem tamtejsze kurorty już od września zmieniają swoje oblicze, oferując spokój, ciszę, puste plaże i pełne dramatycznego uroku morze. Pojawił się nawet nowy trend selfie vacation wśród turystów – ujęcia dzikiej czy sztor-mowej wersji Bałtyku.

Do tego taki wyjazd wspomaga również nasze zdrowie. Jakie korzyści zdrowotne oferuje?

- Świeże, nasycone jodem powietrze. Nadmorskie powietrze jest bogate w jod, co może posłużyć zwłaszcza osobom mającym problemy z tarczycą. Wspomaga jej funkcjonowanie – jest niezbędny do produkcji hormonów tarczycy (T3 i T4), które regulują metabolizm, wzrost oraz rozwój organizmu. Jod wspiera także odporność oraz pracę mózgu, pomaga w leczeniu stanów zapalnych.

- Relaks i redukcja stresu. Przyroda oraz bliskość morza sprzyjają relaksacji, obniżeniu poziomu stresu i poprawie samopoczucia psychicznego. Takiego wyciszenia potrzebuje dziś wiele osób, i to niezależnie od

wieku – także dzieci często potrafią być przebudźcowane.

WSPOMAGAMY TARCZYCĘ

Jod jest kluczowy dla prawidłowego funkcjonowania tarczycy, ponieważ jest niezbędny do syntezy hormonów odpowiedzialnych za regulację wielu procesów

metabolicznych w organizmie. To ważne, gdyż bez prawidłowego stężenia hormonów we krwi nie działa prawidłowo wiele narządów, np. mózg, układ nerwowy, krwionośny, przysadka mózgowa, serce, mięśnie i nerki.

– Gdy choruje tarczyca – choruje cały organizm – przekonuje dr Roman Duda, autor



i współautor ponad 60 prac naukowych i popularnonaukowych z zakresu wojskowej polowej farmacji stosowanej, balneochemii, balneologii, reumatologii. – Dzięki prawidłowemu stężeniu hormonów tarczycy organizm wytwarza odpowiednią ilość energii, utrzymuje właściwą temperaturę ciała, a przede wszystkim odpowiednią przemianę materii. Zatem prawidłowe stężenie jodu może ustrzec nas od wielu poważnych chorób.

Warto dodać, że naturalny jod nad morzem nie tylko wspomaga funkcjonowanie tarczycy, ale także korzystnie wpływa na drogi oddechowe, co jest ważną informacją np. dla astmatyków. Posłużą im zwłaszcza spacerować plażą w okresach o silnym wietrze. Ponadto klimat morski zawsze wpływał korzystnie na osoby z chorobami układu krążenia. Na Wybrzeżu panuje inna wilgotność powietrza, lepiej nam się oddycha, co normalizuje także wartości ciśnienia tętniczego. Dodatkowo w normalizacji ciśnienia mogą pomóc zajęcia jogi, które pozwalają uruchomić poddane ciągłemu stresowi i napięciu ciało, regenerują przebudzowany układ nerwowy, wprowadzają ciszę w umyśle. Oferowane są zarówno w wersji dynamicznej – na spacerze w nadmorskim lesie, jak i na siedząco, na macie. Bałtycki jod to „przyprawa”, która wzmocni całość praktyk.

WARTO WDYCHAĆ BAŁTYCKI JOD

Pobyć nad morzem jest zatem wskazany dla uzupełnienia poziomu jodu w organizmie. Jego maksymalne ilości w powietrzu występują między listopadem a marcem, a największe stężenie jodu nad polskim morzem jest oczywiście nad samym brzegiem,



w odległości maksymalnie 300 m od linii wody. Wdychanie jodu wyjątkowo korzystnie wpływa także na dzieci (jod wspomaga procesy wzrostu i rozwój umysłowy) oraz kobiety w ciąży (jod zapobiega zaburzeniom rozwoju płodu).

Wybrzeże Morza Bałtyckiego należy do najbogatszych w jod regionów na świecie. Morza o chłodniejszym klimacie, takie jak Bałtyk czy Północne, wyróżniają się jego wyższym poziomem w atmosferze. Dzieje się tak dlatego, że w tych rejonach woda paruje wolniej, a silniejsze wiatry oraz wyższe fale unoszą więcej jodu i innych minerałów, jak brom, wapń i magnez, tworząc leczniczy morski aerozol. Dzięki temu jod nad Bałtykiem jest bardziej dostępny, szczególnie podczas wietrznych dni, kiedy fale rozbijają się o brzeg. Takie

warunki pogodowe występują zwłaszcza późną jesienią, zimą i wczesną wiosną, dlatego wtedy stężenie jodu w powietrzu jest najwyższe.

DOKĄD SIĘ WYBRAĆ

Województwo zachodniopomorskie należy do pierwszej trójki najczęściej odwiedzanych, a jednym z jego najpopularniejszych kurortów są Międzyzdroje. Znane moło spacerowe, przestrzenna plaża i Woliński Park Narodowy to tylko niektóre z tutejszych atrakcji.

W Międzyzdrojach warto zatrzymać się w Bel Mare & Aqua Resort, który jest obecnie największym obiektem na Wybrzeżu przyjaznym dla rodzin. – Bel Mare jest już rozpoznawalny wśród rodzin i dzieci, dzięki jego atmosferze i atrakcjom, jak np. animacje, które trwają przez cały tydzień, siedem godzin dziennie. Zależy nam by Aqua Resort był tak samo doceniony przez dorosłych singli, pary czy grupy przyjaciół poszukujących aktywnego lub – wprost przeciwnie – wyciszającego wypoczynku nad Bałtykiem – mówi Piotr Puchała, prezes Grupy Prestige i inwestor Bel Mare & Aqua Resort.

Dodajmy, że jesień jest doskonałym momentem na wypad nad morze nie tylko ze względu na wspomnianą mgiełkę wodną, która powoduje, że jest lepsza podaż mikroelementów w powietrzu z wody morskiej. To również czas, kiedy jest mniej tłumów, a oprócz liści spadają też ceny. ✨



Zima w Jeseníkach

To drugie co do wysokości pasmo w Czechach. Leży na polsko-czeskiej granicy. Jego wyższa część z najwyższym szczytem Pradziadem (Praděd) znajduje się po stronie czeskiej. Tam też mieszczą się ośrodki narciarskie z ośrodkiem Dolni Morava na czele.

Pasmo górskie Jeseníki (Jesioniki), to jedno z najlepszych miejsc w Czechach do uprawiania sportów zimowych. Region oferuje bogaty wybór tras narciarskich, zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych narciarzy. Najpopularniejsze ośrodki narciarskie to Ramzova, Kouty nad Desnou oraz Dolni Morava.

DOLNI MORAVA

Ten ośrodek jest pod wieloma względami „naj” w Czechach. Znajduje się tu najdłuższa w tym kraju trasa narciarska – licząca 3,7 km. Ciekawą propozycją jest również długa, bo 3-kilometrowa, trasa rodzinna do rekreacyjnej jazdy. Łagodna i szeroka, w najwęższym miejscu ma 25 m szerokości. Na szukających mocniejszych wrażeń czeka profesjonalny Snow Cross Track. Odbywają się na nim regularnie zawody w boardercrossie i skicrossie. Lubiący boxy, slidy i inne przeszkody służące narciarskim i snowboardowym ewolucjom mają do dyspozycji snowpark. Jest on zaprojektowany

w ten sposób, że znajdą tam coś dla siebie zarówno początkujący, jak i zaawansowani riderzy.

Jest również Snow Fun Trail, na którym można ślizgać się na pośladowym torze i przejechać przez dwa tunele – ośmio- i dwunastometrowy. Dzieci znajdą dla siebie skipark Mamutikuv i Baby skipark.

Na turystów czeka tam również mający 721 m długości wiszący most. Jest to najdłuższy taki most w Europie. Znajduje się na wysokości ponad 1100 m n.p.m. W najwyższym miejscu wisi 95 m nad doliną.

Kolejną atrakcją jest ścieżka w chmurach. Wspina się ona na wysokość 50 m, nato-

miast jej długość to 710 m. Najodważniejsi mogą na koniec wrócić na dół, korzystając z mającej ponad 100 m zjeżdżalni.

PRADZIAD

Pradziad, najwyższy szczyt Jeseníków, mierzący 1491 m n.p.m., to również ośrodek narciarski. Jest on wprawdzie niewielki, ale ma kilka cech, które go wyróżniają. Przede wszystkim jest to miejsce z najdłuższą trawą sezonem narciarskim w Czechach. Dlatego bywa nazywany niekiedy żartobliwie morawskim lodowcem. Dzięki wysokości i położeniu śnieg potrafi się tu utrzymywać do maja. Tamtejsze trasy są najwyżej po-

łożone w Republice Czeskiej. To również doskonałe miejsce do uprawiania narciarstwa biegowego. W okolicy znajduje się schronisko, które oferuje ciepłe posiłki oraz gorącą herbatę. Po intensywnym dniu na stoku warto zrelaksować się w jednej z lokalnych saun lub skorzystać z oferty wellness w wielu ośrodkach wypoczynkowych. ❄️



Targi turystyczne
w Ostrawie


černá louka

Dovo lená



21—22 MARCA 2025



OSTRAVA!!!

Odkryj targi turystyczne na nowo!

Ostrawskie targi turystyki Dovo lená, które odbędą się **21 i 22 marca 2025** w centrum wystawienniczym Černá louka w Ostrawie to wydarzenie, gdzie Czesi, Polacy i Słowacy mogą zaprezentować całe piękno swoich regionów.

Idealne miejsce by pozyskać nowych partnerów, klientów a przede wszystkim turystów.

Na hali wystawienniczej **Černá louka** położonej w sercu Ostrawy znajdziesz nie tylko stoiska, ale również bogaty program towarzyszący z pokazami gotowania, prezentacjami regionu, wykładami czy rozmowami ze specjalnymi gośćmi z branży turystyki.

Dlaczego warto wybrać Ostrawę?

- **BLISKOŚĆ** - Zaledwie 15 km od Polskiej granicy i 50 km od granicy ze Słowacją
- **JĘZYK**-Mieszkańcy Ostrawy i okolicznych miejscowości dobrze znają język polski. Z nimi szybciej się porozumiesz niż z mieszkańcami Pragi czy Brna.
- **BOOM NA POLSKĘ** - Czescy turyści, biura podróży oraz inne organizacje dobrze wiedzą, że teraz właśnie przyszedł czas na Polskę. Warto „chwycić ten sprzyjający wiatr w żagle” i dobrze poprowadzić przyszłych turystów.
- **CENA** - Jedna z najkorzystniejszych cen w Europie Środkowej.

Zapraszamy do kontaktu!

Filip Witkowski +420 735 585 370 filip.witkowski@cerna-louka.cz www.dovolenaostrava.cz/pl

Donovaly

– mniej znana Słowacja na narty



Donovaly to górski kurort i ośrodek narciarski, który oferuje doskonały wypoczynek zwłaszcza dla rodzin z dziećmi, choć i ambitniejsi narciarze znajdą tu coś dla siebie. I to zaledwie półtorej godziny od polskiej granicy.

Słowackich kurortów narciarskich specjalnie nie trzeba polecać polskim turystom. W wielu z nich spotkamy całe rzesze narciarzy z naszego kraju, ale wbrew pozorom wciąż są takie miejsca, które dla wielu będą odkryciem. Takim właśnie ośrodkiem są Donovaly.

To spokojne miejsce z dobrze rozwiniętą i dobrej jakości bazą noclegową. Okolica jest malownicza, a stawiane tu hotele i pensjonaty zachowują górski klimat, dzięki czemu pomimo rozbudowanej infrastruktury okolica zachowała swój klimat.

Piękne widoki można podziwiać po wjechaniu kolejką na szczyt Małej Holi. Widać z niego panoramę Niżnych Tatr i Wielkiej Fatry. A przy odrobinie szczęścia i dobrej widoczności można również zobaczyć szczyty Tatr Zachodnich z dominującym Krywaniem.

KILOMETRY ZJAZDÓW

Na narciarzy czeka łącznie 11 km tras, podzielonych na dwie strefy: Záhradiste i Nová Hola. Pierwsza z nich jest idealna dla początkujących, natomiast druga – dla średnio zaawansowanych. Dla tych, którzy

chcą spędzić na stoku nieco więcej czasu, dostępne są wieczorne jazdy na oświetlonych trasach – stoki są czynne od 8.30 do 21.00. Choć ośrodek nie oferuje ekstremalnie długich tras, narciarze z pewnością będą mieli sporą dawkę jazdy.

Ośrodek znajduje się pomiędzy dwoma parkami narodowymi – Niżnymi Tatrami i Wielką Fatrą. Oba pasma górskie cieszą się dużą popularnością wśród polskich turystów, w przeciwieństwie do samego ośrodka, który wciąż pozostaje w cieniu większych atrakcji. Okolica jest jednak godna uwagi – zabudowa jest harmo-

nijna, a architektura hoteli utrzymana na odpowiednim poziomie, co sprawia, że obiekty nie rażą brakiem spójności z otoczeniem. W pobliżu ośrodka znajdują się nie tylko komfortowe pensjonaty i hotele, ale także niezbędne punkty usługowe, takie jak sklepy czy restauracje. Choć oferta après ski nie jest główną atrakcją regionu, – działa tu sprawnie – w okolicach stoków na co dzień funkcjonują bary, a do tego regularnie organizowane są różne imprezy, więc osoby poszukujące rozrywki z pewnością ją znajdą.





WIELKIE NARCIARSKIE PRZEDSZKOLE

Tutejszy Fun Park to największy ośrodek narciarski dla dzieci na Słowacji i jeden z największych w Europie Wschodniej. Zajmuje powierzchnię około 12,5 tys. m kw. i oferuje najmłodszym narciarzom aż dziewięć wyciągów taśmowych. Dzięki temu dzieci już od trzeciego roku życia mogą rozpocząć swoją przygodę z narciarstwem. Nauka odbywa się zarówno pod okiem rodziców, jak i profesjonalnych instruktorów, ponieważ w ośrodku działają szkoły narciarskie, które oferują kompleksowe wsparcie.

Starsze dzieci, które lubią wyzwania, znajdą też doskonale wyposażony snowpark, jeden z najlepszych na Słowacji. Riders Park Záhradište oferuje przeszkody o różnym stopniu trudności, co sprawia, że mogą się tu bawić zarówno zaawansowani riderzy, jak i ci, którzy dopiero zaczynają ćwiczyć triki na jednej lub dwóch deskach. Od czasu do czasu odbywają się tu także zawody, które stanowią dodatkową atrakcję.

PSIE ZAPRZĘGI, NARTY BIEGOWE I... LATANIE

Oferta zimowa ośrodka to jednak nie tylko narty. W malowniczej okolicy przygoto-

wano 18 km tras do narciarstwa biegowego. Przed każdym weekendem są one starannie przygotowywane do biegania w stylu dowolnym. Dodatkowo w regionie oferowane są przejażdżki skuterami śnieżnymi, a także psie zaprzęgi – doskonała atrakcja zarówno dla młodszych, jak i starszych turystów. Dla fanów literatury,

którzy znają twórczość Jacka Londona, ta aktywność będzie szczególnie wyjątkowa, ale i ci, którzy nie czytali jego książek, na pewno docenią tę ciekawą formę zimowej rozrywki.

A ci, którzy lubią bujać w obłokach, mogą to zrobić dosłownie i sobie... polatać. Na paralotni i oczywiście w tandemie. ✨



Sezon w Czterech Dolinach rusza w połowie listopada

Ze szwajcarskimi Czterema Dolinami jest jak w tej reklamie supermarketu handlującego elektroniką:

„Janusz, a gdyby tak na narty z dziećmi?” – „Do Nendaz”.

„Ale żeby poszaleć poza trasami?” – „Do Nendaz”.

„No ale żeby jeszcze piękne widoki” – „Do Nendaz”.



Śmiem twierdzić, że to jeden z najpiękniejszych w Alpach. Nie jestem tu pierwszy raz, ale choć spodziewałem się, co ujrzę, wrażenie wywiera wciąż tak samo ogromne. Korona najwyższych alpejskich szczytów, miasta i osady w dole, które przypominają gęsto utkane główki od szpilek.

Płaskowyż, na którym położone jest Nendaz, rozciąga się po północnej stronie doliny Rodanu, na wysokości 1300-1400 m n.p.m., z fantastycznym widokiem na Alpy Berneńskie, Pennińskie i Wadlandzkie.

JAK PUDEŁKO SZWAJCARSKICH CZEKOLADEK

Cztery Doliny są ogromne i rozciągnięte pomiędzy kilkunastoma miejscowościami. Łączą je 94 wyciągi i 412 km tras zjazdowych. Cały region spina również 15 tras tourowych, które przechodzą przez najciekawsze widokowo tereny.

Jeśli więc wybrać się tam na narty z planem zjechania regionu od wschodu do zachodu w tydzień, to jest to plan tylko dla naprawdę świetnych i zapalonych narciarzy, którzy

To miejscowość położona centralnie w Czterech Dolinach, największym ośrodku w Szwajcarii i trzecim co do wielkości w Europie. A temają wszystko: ponad 400 km

nartostrad, tereny freeride'owe, lodowiec, najwyższą w Alpach tyrolkę, jedną z najbardziej stromych wymuldzonych ścian w Alpach, najwięcej słonecznych dni w roku i ten wspaniały widok na dolinę Rodanu.

zamieszkają w miasteczkach na skraju tego skiresortu. Dlatego optymalnym wyborem jest centralnie położone Nendaz.

Samo miasteczko wygląda jak pudełko szwajcarskich czekoladek: rustykalne domy, apartamentowce i hotele mocno nawiązujące do alpejskiej architektury, klimatyczne restauracje i puby. Ośrodek turystyczny rozrósł się wokół centrum uroczej wioski z tradycyjnymi drewnianymi domami, spichlerzami i oborami.

W Nendaz co roku organizowany jest Międzynarodowy Festiwal Gry na Rogu Alpejskim. To stolica tego instrumentu, który jest jednym z symboli Szwajcarii. Tu można się zapisać na warsztaty gry na rogu lub zwiedzić miejsca, gdzie są one wytwarzane.

RODZINY MILE WIDZIANE

Nendaz chlubi się znakiem „Rodziny mile widziane”. Nadaje go Szwajcarska Federacja Turystyki miejscowościom gwarantującym odpowiednie warunki wypoczynku rodzinnego. W Nendaz oferta atrakcji dla dzieci obejmuje m.in. ścieżki dostępne dla spacerowiczów z wózkami dziecięcymi, wypożyczalnie zabawek, place zabaw i wiele innych miejsc i rzeczy niezbędnych dla małych gości. Przedszkola narciarskie przyjmują nawet dwulatków, oferując duże zniżki dla rodzin chcących razem uczyć się jeździć. Na najmłodszych czekają kolorowe place zabaw nie tylko na stokach, ale również w miasteczku oraz inne atrakcje, jak lodowiska, trasy saneczkowe (najdłuższa ma 3,5 km długości) czy psie zaprzęgi. Jest więc sporo możliwości, by nienarciarskich członków eskapady nie pozostawiać po prostu w hotelu czy apartamencie, samemu rozkoszując się jazdą na deskach.

220 LUB 415 KM NARTOSTRAD

Tereny narciarskie są ogromne, dlatego pojeżdżą tu sobie i narciarskie wygi, i ci, którzy preferują przede wszystkim niebieskie, łagodne trasy. 415 km nartostrad rozciągających się od 1350 do 3330 m n.p.m. stwarza takie możliwości i jednym, i drugim.

Sześciodniowy karnet dla dorosłych na Cztery Doliny kosztuje ok. 400 franków w kasie przy stoku i ok. 340 franków, jeśli kupimy go przez stronę internetową.

Dla dzieci dostaniemy je za mniej więcej połowę tych kwot. Można zdecydować się na wersję Printze – zaoszczędzimy wówczas odpowiednio po ok. 50 franków, ale wówczas możemy korzystać z 220 km tras (w Nendaz, Veysonnaz Siviez i Thyon) i około połowy wyciągów. Na karnet Printze nie można wjechać na Mont Fort ani do Verbier, a słynną wymuldzoną ścianę Tortin zobaczymy tylko od dołu.

Moim zdaniem nie warto rezygnować z obejrzenia Verbier, mekki snowboardzistów, a przede wszystkim z wjazdu na Mont Fort – nawet jeśli większość tamtejszych odcinków pokonamy na kanapach lub w gondolach (choć zjazd stąd do Verbier rozczaruje miłośników czarnych tras i stromizn). Na szczycie Mont Fort (3330 m n.p.m.) znajduje się platforma widokowa, która pozwala odwiedzającym cieszyć się oszałamiającym widokiem. A jest na co patrzeć – jak na dłoni mamy najważniejsze



alpejskie szczyty: Matterhorn, Mont Blanc i Grand Combin.

SWISS WALL RAZY CZTERY

Za to powrót gondolą z Mont Fort nawet dobrym narciarzom ujmie nie przyniesie. Półtorakilometrowy zjazd do przełęczy Gentianes to przedzieranie się przez ogromne muldy (ok. 400 m różnicy poziomów). To tylko wstęp do zjazdu słynną trasą Gentianes – Tortin, pełną monstualnych muld opadających ostro w dół (różnica poziomów ok. 900 m) przez ponad 3 km i uważaną za jedną z najtrudniejszych w całych Alpach. Ta okrzyknięta najtrudniejszą w Szwajcarii, Swiss Wall (w regionie Bramy Słońca), ma jednak 1,3 km przy różnicy poziomów 330 m. Gdyby zsumować równie wymuldzony zjazd z Mont Fort aż do dolnej stacji gondoli Tortin, to pokonujemy 4,8 km przy różnicy poziomów blisko 1300 m. To pod każdym względem około czterech razy tyle co Swiss Wall.

Ale z Mont Fort do przełęczy Gentianes można zjechać znacznie szybciej niż na nartach czy gondolą. Od kilku lat działa tam tyrolka, na której rozpędzamy się do 130 km/godz.

Narciarze, którzy wolą przygotowane, a zwłaszcza niebieskie trasy, najwięcej znajdą ich w Verbier lub w okolicach Thyon i Veysonnaz – w tych dwóch ostatnich wypadkach to tereny objęte tańszym skispassem Printze. Trudne trasy tutaj to tylko niespełna 30 km z ponad 200 km. Sezon narciarski 2024/2025 w Czterech Dolinach rusza 16 listopada. ✨

Jarosław Kałucki
Autor jest ekspertem narciarskim
Travelplanet.pl



Zima w Livigno



Coraz chętniej wybieramy słoneczne Włochy, żeby naładować baterie na kolejną część roku. Szukamy tu idealnych warunków do jazdy na nartach, relaksu na skrzących się w słońcu stokach, zabawy na modnych après-ski oraz zapierających dech w piersiach krajobrazów. Gdzie powinni wybrać się miłośnicy aktywnego wypoczynku i dobrej zabawy? Zimowe marzenia spełniają się w miasteczku zwanym „małym Tybetem Europy”.

AKTYWNY WYPOCZYNEK W DOBRYM STYLU

Miłośnicy jazdy na nartach na pewno znają Alpy. Góry te od lat są jednym z najchętniej wybieranych kierunków turystycznych na zimę. Alpy są różnorodne – w zależności od miejscowości, do której się wybieremy, poznamy odmienną tradycję, kuchnię i kulturę. Jednak jest miasteczko, które wyróżnia się na tle pozostałych – mowa o leżącym w samym sercu Alp Livigno. Z racji swojego położenia na wysokości 1800 m od początku grudnia do końca kwietnia oferuje świetne warunki do uprawiania sportów zimowych, magiczne krajobrazy oraz strefę wolnocłową, dzięki czemu zakupy w tutejszych butikach to prawdziwa gratka dla miłośników włoskiego stylu. Pomimo popularności tutejsza architektura zachowała tradycyjny charakter, a centrum miasteczka wygląda jak urokliwa, tradycyjna wioska pełna butikowych hoteli, rodzinnych pensjonatów i stylowych restauracji. W centrum znajdują się wyciągi narciarskie, tak że wystarczy wyjść za próg i możemy zaczynać aktywny dzień na stoku.



DLA FANÓW SPORTÓW ZIMOWYCH

W każdym sezonie Livigno, popularny narciarski kurort, odwiedzane jest przez rzesze turystów z całego świata. Gości przyciągają głównie sporty zimowe – fani nart i snowboardu znajdują tu 115 km dobrze przygotowanych i oznaczonych tras zjazdowych, nowoczesne wyciągi, ścieżki do narciarstwa biegowego oraz nowo otwartą trasę cross country. To także doskonałe miejsce dla fanów dwóch kółek, dla których przygo-

towano liczne trasy do fatbikingu, czyli jazdy na specjalnych rowerach z grubymi oponami. Jednak to nie wszystko – szukający mocniejszych emocji mogą spróbować paralotniarstwa i ekstremalnych wypraw narciarskich, w tym freeride'u, narciarstwa skitourowego czy helisking.

W Livigno można uczyć się jazdy i szlifować swoje umiejętności dzięki 150 instruktorom czekającym na nas w sezonie. Każdy z nich został przeszkolony przez Włoską Szkołę Narciarską, która jest jedną z najlepszych na świecie, a wielu potrafi dać nam instrukcje... po polsku. Tym, którzy chcieliby poćwiczyć triki i skoki, Livigno oferuje Mottolino, największy snowpark we Włoszech. Znajdują się tu odpowiednio przygotowane tory z przeszkodami na różnych poziomach trudności – freestyle mogą tu ćwiczyć zarówno profesjonalni zawodnicy, nawet ci olimpijcy, jak i zupełni amatorzy.

Odwiedzający Livigno chętnie wybierają nie tylko narty czy snowboard, ale też piesze wędrówki – wystarczy odpowiednio się ubrać i można ruszać na niekończące się



górskie szlaki. Jest tu w końcu mnóstwo tras z zapierającymi dech w piersiach widokami – najlepiej pokonywać je w raketach śnieżnych, dostępnych w wypożyczalniach w miasteczku. Okolice jest piękna przez cały rok, jednak prawdziwy urok zyskuje z nadejściem zimy – kiedy wzgórza, stoki i lasy malowniczej doliny Valtelliny otula śnieżny puch.

APRÈS-SKI NA RÓŻNE GUSTA

Livigno jest nie tylko zimowym rajem znanym z nart, ale słynie też z licznych butików, stylowych zakupów, dobrego jedzenia i rozgrzewających koktajli, m.in. powstałego tu i popularnego także w innych alpejskich kurortach Bombardino. W centrum miejscowości, która zachowała swój unikatowy, górski charakter, znajduje się ponad 250 sklepów – są to butiki z włoską biżuterią i butami, sklepy z odzieżą sportową czy urocze chatki, w których ukryte są lokalne bary i restauracje. Jak wiadomo, Włosi kochają jeść, dlatego znajdziemy tu zarówno miejsca serwujące zaledwie kilka lokalnych dań, jak i restauracje z kuchnią fusion, dzięki której wybierzemy się w magiczną kulinarną podróż po włoskich (i nie tylko) smakach. Na kolację zdecydowanie warto wybrać się choć raz do jednego ze schronisk górskich – trudno o bardziej klimatyczne miejsce niż drewniana skrzypiąca chata z widokiem na morze gwiazd i ośnieżone stoki.

Dla tych, którzy szukają relaksu, idealnym miejscem w Livigno jest centrum wellness z parkiem wodnym. Aqua Granda to jedno z największych oraz najwyżej położone

centrum odnowy biologicznej w Europie. Obiekt ten może się pochwalić niedawno powiększoną strefą zewnętrzną oraz nowoczesną sauną, która pomieści do 100 osób. Ta spektakularna sauna została specjalnie zaprojektowana do organizacji rytuałów Aufguss, prowadzonych przez saunamistrzów w rytm relaksującej lub energetyzującej muzyki. Aqua Granda oferuje szeroką gamę udogodnień wellness, w tym łaźnie termalne, sauny o różnej temperaturze i stopniu wilgotności, łaźnię turecką oraz jacuzzi z dyszami masującymi. Goście mogą również korzystać tu z basenu ze słoną wodą, strefy zimnej, w której znajduje się śnieg i lód, małego basenu z zimną wodą, a także wybierać spośród szerokiej gamy masażu i zabiegów pielęgnacyjnych. Dzięki barowi wellness, ścieżce Kneippa, trzem strefom relaksu i przestrzeni relaksu na świeżym powietrzu Aqua Granda zapewni swoim gościom idealną równowagę aktywności i odpoczynku.

DROGA NA OLIMPIADĘ 2026

Livigno szykuje się do roli jednego z organizatorów Zimowych Igrzysk Olimpijskich w 2026 r., dlatego w zbliżającym się sezonie odbędzie się wiele wydarzeń związanych z przygotowaniem do tej prestiżowej imprezy sportowej. 6 lutego 2025 r. w Livigno odbędą się specjal-

ne uroczystości upamiętniające poprzednią zimową olimpiadę – będą one jednocześnie startem odliczania do kolejnej. Do innych kluczowych wydarzeń organizowanych w Livigno zaliczyć można zawody La Sgambeda zaplanowane w tym roku na 15 grudnia. Jest to jeden z najważniejszych maratonów narciarstwa biegowego w Europie, który przyciąga sportowców z całego świata. W ostatnich latach kilkakrotnie na podium stawała tam Justyna Kowalczyk. W dalszej części sezonu, 13 i 14 marca 2025 r., odbędzie się Coppa delle Alpi, prestiżowy wyścig samochodowy przecinający Alpy, będący częścią słynnej serii Mille Miglia. Z kolei 9-13 maja rozegrane zostaną zawody testowe Moguls and Aerials, które będą kluczowym sprawdzianem dla sportowców przed Igrzyskami Olimpijskimi. ❄️



Gran Canaria

– arka na zimę

Czy jest coś lepszego na zimę, słońce albo mróz niż słońce, plaża i dobra kuchnia? Dlatego szczególnie w okresach, gdy nasza aura jest niezbyt miła, warto wyskoczyć na Gran Canarię podładować akumulatory. Bo Gran Canaria to miejsce, gdzie lato w jego najlepszym wydaniu trwa cały rok.

Wyspa kontynent, bo tak bywa nazywana Gran Canaria, faktycznie oferuje możliwości wypoczynku niczym kontynent. Jest coś zarówno dla leniwych wygniataczy plaży, jak i aktywnych biegaczy czy kolarzy. Miłośnicy sportów wodnych w ogóle nie będą chcieli wyjechać.

PIASEK I SŁOŃCE

Oczywiście jak przystało na wyspę, w którąkolwiek stronę się udamy, zawsze prędzej czy później trafimy na plażę. Dzięki 60 km linii brzegowej jedyny kłopot będzie z wyborem – jest tu dużo więcej plaż, niż zdołamy odkryć podczas jednego urlopu. Od wydm Maspalomas po czarny piasek Arguineguin, ulubioną plażę surferów i windsurferów Pozo Izquierdo i miejską plażę Las Canteras, znaną z rzeźbiarzy zamków z piasku.





Wyjątkową atrakcją, raczej dla starszych dzieci, choć dorośli będą równie zachwyceni, jest możliwość oglądania delfinów i wielorybów. Wiele tych zwierząt żyje w wodach oblewających archipelag. Na miejscu działają firmy oferujące tego typu rejsy.

WIATR I WODA

Fale i wiatr to coś, co na Gran Canarii jest najlepszej jakości. Nic dziwnego, że są tu organizowane regaty, a miłośnicy żeglarstwa we wszystkich jego formach chętnie przybywają na wyspę. Na wind- i kitesurferów czeka ponad 20 spotów uważanych za bardzo dobre. Warunki naturalne powodują, że zawsze znajdziemy na którymś z nich odpowiedni dla nas wiatr.

Nurkowie mogą podziwiać nie tylko niezwykle życie morskie, ale również wraki. Bardziej tradycyjni żeglarze znajdują tu m.in. największą na całym archipelagu marinę, zlokalizowaną w Las Palmas.

PARKI ROZRYWKI

Poza standardowymi rozrywkami, jakie mamy w większości nadmorskich kurortów, Gran Canaria oferuje mnóstwo dodatkowych rozrywek i pomysłów. Można wybrać się np. na safari na wielbłądach albo na wycieczkę żółtą łodzią podwodną. Na wyspie

znajdują się rozmaite parki rozrywki i muzea i oczywiście parki wodne. Można więc udać się na Dziki Zachód albo podziwiać morskie stworzenia w akwariu Poema del Mar.

DLA SMAKOSZY

Miłośnicy kulinariów, ale również zwykli turyści znajdują na tej niezwykłej wyspie znakomite możliwości poznawania wspaniałych smaków tamtejszej kuchni i produktów spożywczych. Mieszanka kultur, doskonały klimat dały efekt w postaci wybornych potraw i napojów.



Klimat panujący na Gran Canarii umożliwia uprawę wszelkiego rodzaju owoców tropikalnych. Najczęściej uprawianym tu owocem jest banan, który często można spotkać w kuchni – smażony banan, banan z gofio, banan panierowany... Ale nie tylko bananem żyje Gran Canaria. Można tu zjeść soczyste mango, papaję czy awokado. Mało znany jest fakt, że na wyspie uprawia się kawę. Jest to jedno z niewielu takich miejsc w Europie. Niestety produkcja kawy jest stosunkowo niewielka i dlatego można ją znaleźć w niewielu miejscach poza Gran Canarią. Toteż będąc tam, nie można pominąć okazji do degustacji tego wyjątkowego napoju. Zwłaszcza że uważana jest ona za wyjątkową.

Jak przystało na wyspę żeglarzy, Gran Canaria może poszczycić się również produkcją rumu. Centrum upraw trzciny cukrowej zlokalizowane jest w Arucas. Tutaj też powstaje rum Arucas i tu stworzono jego wyjątkowe odmiany, z rumem z miodu na czele.

Na wyspie produkuje się również wina – czerwone, białe, z nutami owocowymi, ale zawsze doskonałe. Szczególnym punktem, który powinni odwiedzić miłośnicy Bachusa, jest Santa Brígida. W tej miejscowości znajduje się Muzeum Dom Wina na Gran Canarii. ✨

Odlecieć jesienią do Afryki

Kiedy w naszej części świata robi się zimno, w innych nadal jest ciepło. Do tego jeśli wybierzemy się np. do Afryki, możemy nie tylko przedłużyć sobie lato, ale przede wszystkim poznać fascynującą przyrodę i egzotyczne kultury.

Jesień to doskonały czas, aby odkrywać różnorodne zakątki Afryki – kontynentu, który zachwyca malowniczymi krajobrazami i bogactwem kulturowym. Niezależnie od tego, czy marzymy o safari, wędrowkach po dzikiej przyrodzie czy o relaksie na słynnych plażach, Afryka to wszystko oferuje. Planując podróż do tego niezwykłego miejsca, powinniśmy nie tylko wybrać region i rodzaj aktywności, ale także zadbać o bezpieczeństwo w postaci niezbędnych szczepień i odpowiedniego ubezpieczenia podróżnego.

TOP 5 ATRAKCJI W AFRYCE

- Safari w RPA. Park Narodowy Krugera to jedno z najbardziej znanych miejsc

na świecie umożliwiających obserwację dzikiej przyrody. To tutaj można spotkać słynną „wielką piątkę Afryki”: słonia, lwa, nosorożca, bawołu i lamparta. Co ciekawe, określenie „wielka piątka” nie odnosi się do rozmiaru tych zwierząt, ale do stopnia trudności, z jakim dawni myśliwi mierzyli się podczas polowań na nie.

- Trekking do goryli. W Ugandzie i Rwandzie można wziąć udział w wyjątkowym trekkingu, który prowadzi do goryli górskich żyjących w swoim naturalnym środowisku. Te majestatyczne zwierzęta należą do najbardziej zagrożonych gatunków na świecie, a spotkanie z nimi to niezapomniane doświadczenie. Co warte uwagi, dzięki skutecznej ochronie i odpowiedzialnej turystyce, populacja goryli górskich w ostatnich latach zaczęła rosnąć.

- Wodospad Wiktorii. Usytuowany na granicy Zambii i Zimbabwe, jest jednym z największych i najbardziej imponujących wodospadów na świecie. Lokalni mieszkańcy nazywają go Mosi-oa-Tunya, czyli „dym, który grzmi”. W porze deszczowej rozpryskująca się woda tworzy widowiskową mgłę, którą można dostrzec nawet z odległości 50 km.

- Fasil Ghebbi. Etiopia jest jednym z dwóch afrykańskich państw, które nigdy nie zostały skolonizowane. W stolicy dawnego imperium, Gonderze, znajduje się kompleks zamków Fasil Ghebbi, wpisany na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Ten imponujący średniowieczny zabytek był niegdyś siedzibą etiopskich cesarzy i stanowi ważne świadectwo bogatej historii tego kraju.



● Kilimandżaro. Wspinaczka na najwyższy wolnostojący szczyt na świecie (5895 m n.p.m.) to marzenie wielu podróżników. Ciekawostką jest, że na jego wierzchołku, mimo tropikalnego klimatu Tanzanii, znajdują się lodowce, które powoli topnieją z powodu zmian klimatycznych. Co więcej, Kilimandżaro jest jedynym miejscem na świecie, gdzie można przejść przez pięć różnych stref klimatycznych – od tropikalnych lasów deszczowych u podstawy, aż po ośnieżony szczyt.

WAKACJE W AFRYCE – JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO PODRÓŻY

Oprócz wyboru odpowiedniego czasu i miejsca, warto pomyśleć o przygotowaniach praktycznych. Jeśli planujemy wizytę w regionach tropikalnych, należy zadbać o szczepienia. Szczepienia zalecane dla osób podróżujących na te tereny oraz informacje dotyczące aktualnej sytuacji epidemiologicznej można znaleźć na stronie <https://www.gov.pl/web/gis/zalecane-szczepienia-dla-podrozujacych>. Warto też sprawdzić, jakie wymagania dotyczące wiz obowiązują w krajach, do których się wybieramy.

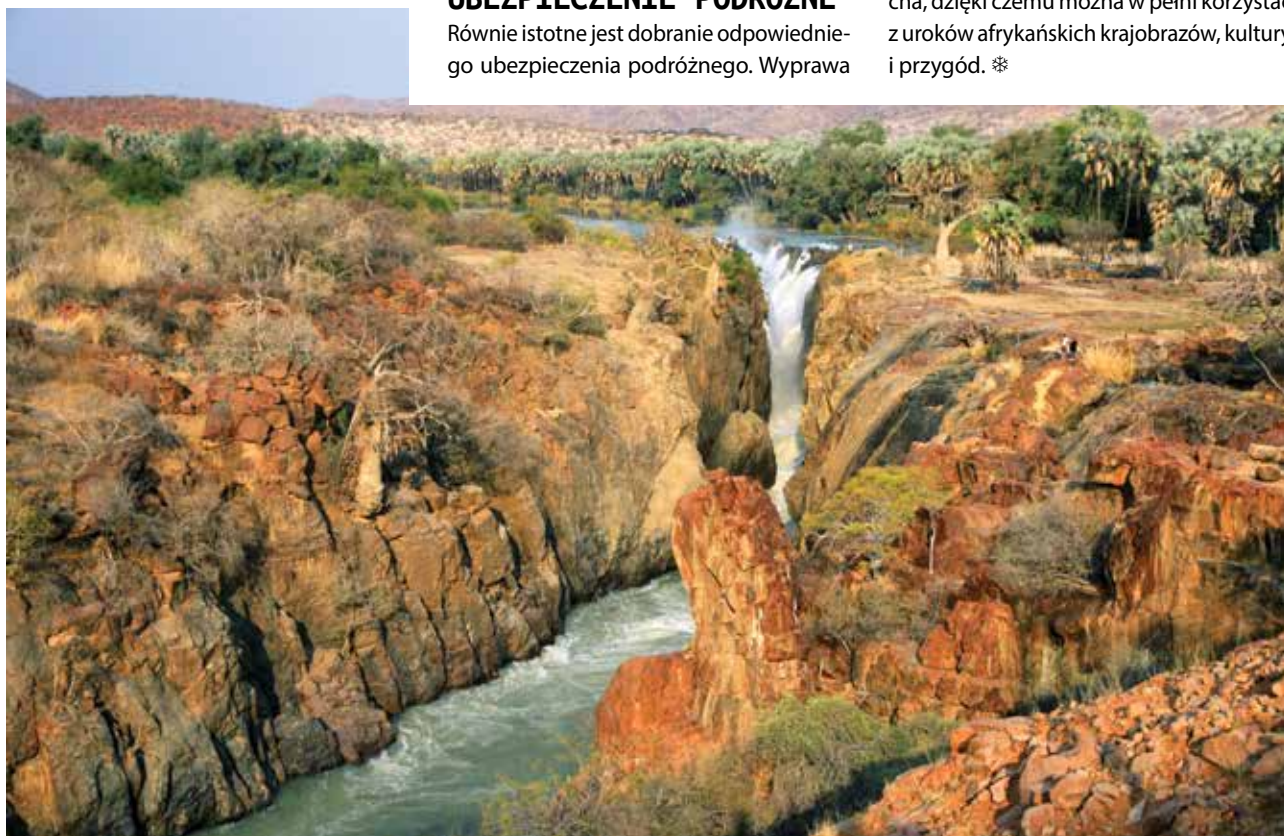
UBEZPIECZENIE PODRÓŻNE

Równie istotne jest dobranie odpowiedniego ubezpieczenia podróżnego. Wyprawa

do Afryki, z jej zróżnicowanymi warunkami klimatycznymi i geograficznymi, niesie ze sobą dodatkowe wyzwania – od długich safari w surowych terenach, po podróże w regionach tropikalnych, gdzie dostęp do służby zdrowia może być utrudniony.

– Wykupienie ubezpieczenia na podróż zagraniczną, zwłaszcza do egzotycznych regionów, takich jak Afryka, to rozsądna decyzja, która przynosi wiele korzyści. Przede wszystkim zapewnia ochronę zdrowia, ułatwiając dostęp do opieki medycznej w przypadku nagłego zachorowania, wypadku czy zapadnięcia na któreś z tropikalnych schorzeń podczas pobytu na kontynencie afrykańskim. Ubezpieczenie podróży Balcia obejmuje również koszty leczenia związane z wirusem małpiej ospy, którym zagrożenie ostatnio wzrosło. Dodatkowo, w zależności od wyboru ubezpieczającego, ochrona może obejmować następstwa wypadków, odpowiedzialność cywilną, bagaż, a także opóźnienie dostarczenia bagażu, co może być istotne w krajach, gdzie infrastruktura transportowa bywa nieprzewidywalna – radzi Maciej Białka, product manager w Balcia Insurance SE.

Posiadanie odpowiedniego ubezpieczenia podróżnego nie tylko chroni zdrowie i finanse, ale również zapewnia spokój ducha, dzięki czemu można w pełni korzystać z uroków afrykańskich krajobrazów, kultury i przygód. ✨



Gotowanie w podróży

Wyposażenie przyczep kempingowych, kamperów czy jachtów jest dziś coraz lepsze. Dzięki niemu w polowych warunkach możemy robić wiele rzeczy z komfortem nie mniejszym niż w domu. Od czasu gotowania na ognisku czy później na butli gazowej wiele się zmieniło.



W dzisiejszych czasach przebywanie na łodzi czy kempingu nie musi już oznaczać naprawdę surowych warunków. Postęp technologiczny poza lotami w kosmos zaoferował nam liczne udogodnienia, w tym takie, które uprzyjemniają życie w trakcie różnych wypraw.

W tej chwili żeglarze czy użytkownicy kamperów nie są ograniczani przez zimę. Oczywiście zwłaszcza w przypadku żeglarstwa zimowa pogoda na morzu jednak w pewien sposób ogranicza możliwe aktywności, jednak dobry żeglarz, jak powiadają, poradzi sobie w każdych warunkach. Jachty i kampery dziś mają zwykle sprawne systemy grzewcze. Mają też coraz lepsze systemy ułatwiające gotowanie.

PRZYJEMNOŚĆ A NIE WYZWANIE

Gotowanie w warunkach polowych zawsze było odrębną sztuką. Od czasu wykopywania małych kuchni polowych i gotowania na ogniu przeszliśmy dość długą drogę. Dawniej gotowanie w takich

warunkach było wyzwaniem, dziś jest przyjemnością.

Jednym z ciekawszych rozwiązań są ceramiczne pyty gazowe polskiej firmy Dynaxo. Firma ta nie tylko produkuje ceramiczne płyty gazowe, ale stale pracuje nad ich rozwijaniem i zdobywa kolejne patenty na swoje rozwiązania. Do tego oferuje produkty przeznaczone do łodzi i pojazdów (produkuje również płyty do kuchni domowych), jak specjalna seria Camper & Yacht, która doskonale pasuje do małych i precyzyjnie zaprojektowanych wnętrza łodzi czy przyczep kempingowych.



BEZPIECZEŃSTWO

W gruncie rzeczy to kluczowy aspekt gotowania na jachcie czy w kamperze. Jeśli zjemy niesmaczny posiłek, będzie to co prawda nieprzyjemne, ale nie stworzy żadnego zagrożenia. Jeśli jednak wybuchnie pożar albo co gorsza dojdzie do ulatniania się gazu z powodu zgaszonego przeciągiem palnika, skończyć może się to tragedią.

Umieszczenie procesu spalania pod ceramiczną płytą eliminuje najniebezpieczniejsze cechy klasycznego gotowania na gazie. Otwarty ogień zawsze stwarza niebezpieczeństwo poparzenia czy zażęcia się ogniem otoczenia. W przypadku płyt DynaCook proces spalania jest ukryty, a ciepło jest przekazywane przez ceramiczną płytę. Wszystkie modele mają zabezpieczenie przed dziećmi i sygnalizację ulatniania się gazu. Mają również system Auto Stop, czyli zabezpieczenie przed niekontrolowanym wyciekami gazu.

WYDAJNOŚĆ

Przez to, że spalanie nie odbywa się bezpośrednio pod



naczyniem, oszczędzana jest znaczna część energii. W efekcie, jak deklaruje producent, ten system gotowania jest cenowo bezkonkurencyjny i znacznie tańszy niż tradycyjne kuchenki palnikowe czy płyty indukcyjne. Wydajność jest szczególnie ważna w przypadku dalekich wypraw czy po falach, czy po drogach. Dzięki niej nie tylko oszczędzamy pieniądze, ale zyskujemy również większą niezależność, bo jedna butla wystarczy na znacznie dłużej. Zużycie prądu jest również minimalne, nie obciąża więc szczególnie akumulatorów.

Do tego spalanie gazu w płytach ceramicznych firmy DynaCook powoduje

dużo mniejsze wytwarzanie dwutlenku węgla i innych produktów spalania. Poza aspektem ekologicznym dzięki temu otoczenie nie jest osmalane ani nie pokrywa się tłustym nalotem, który powstaje w dłuższej perspektywie.

DO MAŁYCH I DUŻYCH

Płyty DynaCook z serii Camper & Yacht oferowane są w różnych wielkościach. Najmniejsza z tej serii to DynaCook C&Y X2 mini. Oferuje ona dwa pola grzejne, ulokowane na płycie szerokości zaledwie 46 cm. Dzięki temu w małych wnętrzach możemy uzyskać maksymalne wykorzystanie przestrzeni. Najmniejszy model, a zachowuje wszystkie funkcje i użyteczności gazowych płyt ceramicznych DynaCook. Oferowany jest również model X2 na nieco większej płycie, bo mierzącej 54,4 cm. Największa wersja to DynaCook C&Y X3.

W tym przypadku użytkownicy mają do dyspozycji trzy pola grzejne na płycie o szerokości 59 cm. *



O czym pamiętać, wybierając ubezpieczenie na sezon narciarski

Wielkimi krokami zbliża się sezon narciarski – już niebawem narciarze i snowboardziści ruszą tłumnie na polskie oraz zagraniczne stoki. Fani sportów zimowych skrupulatnie planują wyjazdy, szykują sprzęt i sprawdzają warunki pogodowe. Czy dbają także o to, co najważniejsze – bezpieczeństwo i zdrowie?

Troszcząc się o swoje bezpieczeństwo podczas zimowych szaleństw, warto pamiętać o wyborze odpowiedniego ubezpieczenia, szczególnie jeżeli preferujemy zagraniczne eskapady. Jeśli ulegniemy nieszczęśliwemu wypadkowi w polskich górach, nie będziemy musieli pokrywać kosztów akcji ratowniczej przeprowadzonej przez GOPR czy TOPR. Gdy jednak doznamy kontuzji poza granicami kraju, będziemy musieli zapłacić za udzieloną na miejscu pomoc medyczną. Dzięki wykupieniu odpowiedniej polisy możemy nie tylko uzyskać refundację kosztów leczenia, lecz także uniknąć po-



FOT. ADOBE STOCK



do pokrycia kosztów leczenia lub naprawy czyjejs własności, np. nart czy deski snowboardowej.

Zakres ubezpieczenia wyjazdu na narty – ubezpieczenia podróżnego – można dobrać samodzielnie. Może obejmować koszty leczenia ambulatoryjnego i szpitalnego, transport medyczny, usługi assistance, usługę kierowcy zastępczego oraz straty spowodowane utratą bagażu czy wreszcie odpowiedzialnością cywilną. Ważne, aby wybrać zakres, który uwzględni to, czego dana osoba może doświadczyć na konkretnym wyjeździe, nie zapominając także o sposobie, w jaki zamierza dotrzeć do miejsca docelowego.

Odrębne ubezpieczenie, o którym także warto pamiętać, to ubezpieczenie kosztów rezygnacji z podróży. Może okazać się ono przydatne nie tylko do momentu wyjazdu, ale także w trakcie podróży, gdy ta zostanie przerwana z powodu nieszczęśliwego wypadku lub nagłego zachorowania. Przed każdym wyjazdem warto poświęcić chwilę na przemyślanie zakupu ubezpieczenia pasującego do naszych potrzeb. Dla przykładu, w przypadku ubezpieczenia oferowanego przez Colonnade koszty leczenia wynikające z zaostrzenia choroby przewlekłej ujęte są w standardowym zakresie.

ważnych obciążeń finansowych w razie doznania urazu. Ubezpieczenie daje komfort psychiczny i ekonomiczny, pozwalając beztrudno cieszyć się urlopem.

INDYWIDUALNIE DOPASOWANA OFERTA

Dobrze skonstruowana polisa turystyczna z odpowiednim rozszerzeniem zapewnia maksymalną ochronę w przypadku przykrych zdarzeń na stoku. Koszty leczenia za granicą, transportu medycznego czy ratownictwa w zależności od kraju mogą sięgać dziesiątków tysięcy euro. Zawsze istnieje też ryzyko wyrządzenia szkody osobie trzeciej, wskutek czego ubezpieczony może zostać zobowiązany





NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ PRZY WYBORZE UBEZPIECZENIA PODRÓŻNEGO

Wariant ubezpieczenia należy dopasować do indywidualnych potrzeb – tylko wtedy w 100 proc. spełni swoją funkcję. Przed zakupem konkretnego produktu warto się upewnić, że ubezpieczenie pokryje ewentualne opłaty pobierane przez placówki medyczne w kraju, do którego podróżujemy. Większość firm ubezpieczeniowych oferuje ubezpieczenia turystyczne. Różnią się one zakresem usług, sumą ubezpieczenia oraz limitami. Dla przykładu, w Colonnade koszty leczenia i assistance mogą wynosić nawet do 10 000 000 euro.

CO, JEŚLI TRZEBA ODWOŁAĆ WYJAZD?

Co się stanie, jeśli z jakichś powodów będziemy zmuszeni zrezygnować z zaplanowanej i opłaconej wycieczki? W momencie zakładania rezerwacji i wnoszenia pierwszych opłat za wyjazd warto wykupić ubezpieczenie kosztów rezygnacji z podróży.

Niektóre ubezpieczenia obejmują pokrycie kosztów rezygnacji z podróży w przypadku, gdy podróżny musi odwołać wyjazd z powodu nieoczekiwanych problemów zdrowotnych lub rodzinnych, takich jak śmierć w rodzinie, utrata pracy lub inne nagłe sytuacje. Ważne, aby sprawdzić warunki rezygnacji i upewnić

się, jak szeroka jest lista sytuacji objętych ubezpieczeniem. Zakup takiej polisy możliwy jest tuż nabyciu biletów, wykupieniu pobytu czy wycieczki. *

Anna Wieconkowska,
menedżer produktu w Colonnade Insurance
SA Oddział w Polsce





PALAC I FOLWARK
ŁOCHÓW



ARCHE PAŁAC I FOLWARK ŁOCHÓW

Witamy optymistycznie w Pałacu i Folwarku Łochów, położonym godzinę drogi od Warszawy w malowniczym otoczeniu Nadbużańskiego Parku Krajobrazowego, gdzie spędzisz niezapomnianą chwilę!



468

pokoi w trzech częściach obiektu co daje 900 miejsc noclegowych



Plac zabaw

i dwie sale zabaw dla młodszych i starszych dzieci



Udogodnienia dla dzieci

łóżeczka, wanienka, mata antypoślizgowa, podest łazienkowy i wiele innych



Wellness & SPA

7 gabinetów SPA, kryty basen, sauny, siłownia



2 restauracje

+ przestrzeń lobby bar i zewnętrzny bar Gwiazda



40ha terenów zielonych

z dostępem do rzeki Liwiec oraz części zabytkowej.



Animacje

zabawy sportowe, warsztaty plastyczne, mini kino i wiele innych.



Mini zoo

Zagroda dla Folwarkowych zwierząt z codziennym karmieniem

Wszystkie dzieci do lat 3, nocujące z rodzicami, mają pobyt za darmo! Dysponujemy rodzinnymi pokojami.

Posiadasz Kartę Dużej Rodziny? Poinformuj nas o tym przy rezerwacji i skorzystaj ze specjalnej promocji: rabat na noclegi i gastronomię w hotelu.

SPOTKAJMY
SIĘ WE

visitWroclaw.eu

WROCLAWIU

na najpiękniejszym
Jarmarku Bożonarodzeniowym

29.11.2024–07.01.2025



Wrocław miasto spotkań