



GDAŃSK

dla aktywnych



GDAŃSK
morze możliwości



Przez Gdańsk

- pieszo,
rowerem,
kajakiem

Gdańsk wraz z najbliższą okolicą uważany jest za jedno z bardziej atrakcyjnych pod względem turystycznym miejsc na mapie nie tylko Polski. Jest to zasługa bogatej, obfitującej w zabytki, historii miasta oraz jego położenia - między brzegiem Morza Bałtyckiego a zalesionymi wzgórzami morenowymi. Nie brakuje tu terenów wprost wymarzonych do uprawiania aktywnego wypoczynku. Można wsiąść w autobus i w dziesięć minut spotkać się z naturą. We Francji, a właściwie w całej Europie Zachodniej takich obszarów wokół miast już nie ma - zachwycał się, odwiedzając Gdańsk, Gerard Lemion, francuski przyrodnik.

W granicach miasta znajdują się trzy rezerваты przyrody, objęte ochroną, dwa zespoły przyrodniczo-krajobrazowe i około tysiąc pomników przyrody.

Najbliżej gdańszczanie mają nad morze. Od wschodu otacza miasto Zatoka Gdańska i ciągnące się kilometrami piaszczyste plaże. Od północnego zachodu niemal pod próg gdańskich domów podchodzi zieleń Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. Szerokie polodowcowe doliny i wzgórza porośnięte Lasami Oliwskimi to wielki, zwarty obszar leśny - oaza spokoju i piękna. Od południa - urokliwe przestrzenie Żuław gdańskich, kraina, którą człowiek wydarł żywiołom. Natomiast wśród miejskiej zabudowy wychnienie przynoszą zielone enklawy parków o kilkusetletniej historii.

Dzięki tym walorom w grodzie Neptuna, jak rzadko gdzie, można aktywnie, na wiele sposobów, spędzać czas w kontakcie z naturą.

NA SPACER

W Gdańsku kilometrami można wędrować wzdłuż morskich brzegów. Takie spacerki służą zdrowiu; od dawna wiadomo, że morskie areozole, którymi wypełnione jest powietrze w pasie przymorskim, mają właściwości lecznicze. Wykorzystanie klimatu morskiego do celów leczniczych nazywane jest talassoterapią - z greckiego thalassa 'morze' i therapeia 'leczenie'.

KU UJŚCIU WISŁY

Stogi - Górki Zachodnie

Najszerszą i najmniej uczęszczaną gdańską plażą są nieco oddalone od Śródmieścia Stogi. Spod dworca głównego PKP prowadzi tu trasa tramwaju nr 8, który podjeżdża niemal pod plażę. W kierunku północnym można spacerować zaledwie kilkaset metrów - do granicy terenów Portu Północnego. W przeciwną stronę trzykilometrowy odcinek morskiego brzegu, obfitujący w wyrzucane przez fale bursztynowe okruchy, wiedzie ku ujściu Wisły Śmiałej, bo półtora wieku temu rzeka przerwała tamy, przedostała się przez nadmorskie wyspy i sama wytyczyła sobie drogę do morza. Do dzisiaj pozostała niezbyt bezpieczna dla rybaków i żeglarzy, toteż uzbrojono ją w falochron i ostrzegawcze latarnie - warto zwrócić uwagę na te elementy morskiego krajobrazu. Nieopodal plaży, za wałem wydmy porośniętej sosnowym lasem, nad brzegiem rzeki znajdują się siedziby akademickich ośrodków żeglarskich. Aby poznać inne gdańskie kluby, trzeba przejść leśnym traktem ulicy Stogi, która omija łukiem bagienne, przyujściowe tereny i skrócić w leśną drogę na południowy wschód. Po około ośmiuset metrach ponownie dostrzeżemy obudowany pomostami brzeg rzeki i kołyszące się na wodzie jachty. Morski spacer kończy się w Górkach Zachodnich, przy pętli autobusu 111, który w ciągu pół godziny zawiezie nas do centrum miasta.



Plażą do Sopotu

Brzeźno - Jelitkowo - Sopot

Najdłuższy spacer morskim brzegiem dobrze jest rozpocząć w Brzeźnie, dokąd spod dworca PKP prowadzi trasa tramwaju nr 13. Tramwaj kończy bieg nieopodal przecinającej brzeźnieński park uliczki Zdrojowa,

którą dojdziemy do morza. Stąd plażą lub ulicą Jantarową - trasą wytyczoną równoległe do morskiego brzegu - można wędrować aż do granicy z oddalonym o około pięć kilometrów Sopotem. Jedną z atrakcji tego spaceru jest 130-metrowe, drewniane molo, do którego prowadzi też spacerowy trakt od strony dzielnicy Zaspa, na przedłużeniu alei Jana Pawła II. Nadmorska trasa z Brzeźna do Sopotu to ulubiony szlak spacerowiczów i rowerzystów. Gwaro tu o każdej porze roku i w każdą pogodę. Także zimą. W tym czasie, w niedzielne przedpołudnia, na tutejszej plaży można wraz z gdańskimi "morsami" zażyć zimowej kąpieli w Bałtyku. Atrakcją gdańskich plaż są także przylegające do nich pasy uporządkowanej zieleni. Parkowe alejki w sąsiedztwie osiedli Przymorza i Jelitkowa to również dobre miejsce do spacerów i relaksu.

Przez miejskie parki

Gdańsk przed wiekami był miastem ogrodów. Zatrzymały ten czas nazwy miejskich ulic: Długie Ogrody, Nowe Ogrody, Błądnik (czyli Labirynt). Wzbudzające podziw parki otaczały siedziby gdańskich patrycjuszów. Do dzisiejszych czasów przetrwały dwa historyczne ogrody.

Park Oliwski

Historia parku im. Adama Mickiewicza w Oliwie związana jest z zakonem cystersów, od XII wieku gospodarujących w dolinie Potoku Oliwskiego. Parkowe zieleńce i aleje otaczają pałac - dawną rezydencję opatów, w której dziś mieści się Dział Sztuki Współczesnej Muzeum Narodowego. Do parku od Alei Grunwaldzkiej prowadzi ulica, której patronem jest opat Jacek Rybicki - to on przed dwustu laty udostępnił to miejsce gdańszczanom. W południowej części parku strzyżone szpalery drzew, symetryczne formy krzewów, kwiatowe klomby są przykładem ogrodu francuskiego. Kontrastuje z nim północna, angielska część z nieregularnymi kępami drzew i krzewów.

W trzynastohektarowym parku jest gdzie spacerować i co podziwiać - wiele spośród rosnących tu drzew to wiekowe pomniki przyrody lub egzotyczne, sprowadzone z daleka rośliny. Atrakcją jest palmiarnia: rośnie w niej bananowiec, zasadzony jeszcze przez przedwojennych ogrodników. Uroku temu miejscu dodaje przepływający Potok Oliwski oraz utworzone na nim stawy i kaskady. Z parku trasa spaceru wiedzie ku sąsiadującej z nim XIV-wiecznej katedrze, za którą skręcając w prawo ulicą Cystersów i Opacką dojdziemy do ulicy Spacerowej, gdzie kierunkowskazy i zielone znaki szlaku wskażą drogę na wzgórze Pacholek (101 m). Z posadowionej na szczycie piętnastometrowej wieży widokowej można podziwiać rozległy widok na Dolinę Radości. Widoczne jest stąd również morze, ale tylko w porze, gdy okoliczne drzewa pozbawione są liści.

Park Oruński

Drugi słynny park im. Emilii Hoene na Oruni sięga historią XVI wieku. Jest obiektem o nieprzeciętnych walorach przyrodniczych i architektonicznych, dlatego wraz z sąsiadującą z nim doliną objęty został ochroną jako zespół przyrodniczo-krajobrazowy. Park, umiejscowiony nieopodal ruchliwego, wyprowadzającego z miasta, Traktu św. Wojciecha, zajmuje dolinę Potoku Oruńskiego. Aleje prowadzą wzdłuż potoku, dwóch malowniczych stawów i starych okazów drzew. Wśród potężnych buków, olch i lip wiele jest drzew pomnikowych. Na wzgórzach parku można znaleźć okazałe głazy narzutowe, o których krążą podania, że w zamierzonych czasach służyły jako pogańskie ołtarze. Na jednym z trzech parkowych wzgórz, nazwanym Górą Pięciu Braci, zachowała się wymurowana kamienna grotta, która niegdyś służyła jako lodownia. Na wzgórze z pobliskiego dworu prowadzi lipowa aleja. Warto też wspiąć się forsownym podejściem ulicy Raduńskiej na krawędź parkowej doliny - nagrodą jest piękny widok na ciągnącą się po horyzont depresję Żuław.



Punkty widokowe

W Gdańsku jest wiele punktów widokowych warty polecenia. Rozległe panoramy można obejrzeć po pokonaniu krętych schodów wyprowadzających na wieże Ratusza Głównego Miasta, Muzeum Archeologicznego lub kościołów Najświętszej Marii Panny i św. Katarzyny. Ale warto także przespacerować się na znajdującej się nieopodal dworca PKP Górę Gradową, na której ustawiono monumentalny krzyż, upamiętniający milenium Gdańska. Stąd podziwiać można znajdujące się w pobliżu militarne zabudowania XVIII-wiecznych fortów oraz rozległą panoramę na Stare i Główne Miasto.

Z góry zwraca uwagę widoczna u stóp czterorzędowa aleja lipowa, w której cieniu prowadzi droga dla samochodów, tramwajów, rowerów i pieszych do Wrzeszcza. Sędziwe lipy liczą dwieście lat, posadzono je z inicjatywy gdańskiego burmistrza Daniela Gralatha, na którego polecenie sprowadzono z Holandii 1416 lipowych sadzonek. Po obu stronach alei ciągną się parki - niegdyśjsze cmentarze. Blżej śródmieścia, po prawej stronie lipowej alei, znajduje się park Steffensów. Wśród ośmiu znajdujących się tu pomników przyrody najcenniejszym jest perełkowiec japoński, rosnący obok skrzyżowania alei, którymi prowadzi droga do przystanku Gdańsk Stocznia.

Wzdłuż opływu Motławy

Stare Przedmieście - Dolne Miasto

Kolejna wędrowka - wzdłuż opływu Motławy, jednego z najbardziej urokliwych zakątków Gdańska - będzie wyprawą w historię. Nadmotławskie fortyfikacje to pomnik historii - nie ma takich drugich w Polsce, a i w Europie jest ich niewiele. Pochodzące z początku XVII wieku obwarowania stanowią rzadki przykład dobrze zachowanych ziemnowodnych fortyfikacji szkoły staroholenderskiej. Bastiony otaczają Główne Miasto od południa i wschodu półkolistym wieńcem. Otaczała je podwójna fosa, biegnąca zygzakowatą linią. Z czternastu bastionów do dzisiaj przetrwało sześć: Królik, Miś, Wyskok, Wilk oraz, po drugiej stronie Kamiennej Grodzi - Żubr i św. Gertrudy, należące do zachodniego ciągu fortyfikacji. Pomiedzy bastionami Wilk i Żubr znajduje się kamienna śluza - unikatowy zabytek sztuki inżynierskiej z pierwszej połowy XVII wieku. Poprzez granitowe wrota śluzy wprowadzone zostały do miasta wody Motławy. Przy pomocy rzeki regulowano stan wody w fosach, a w razie oblężenia można było, zalewając wodą okolicę, odciąć dostęp do miasta. Śluza chroniła też Gdańsk przed powodzią od strony Żuław.

Spacer najlepiej zacząć na Placu Wałowym, gdzie przystaje autobus linii 123. Stojący przy placu charakterystyczny budynek Małej Zbrojowni, wzniesiony w latach 1643-46 przez Jerzego Strakowskiego, to jeden z elementów systemu obronnych umocnień, wzdłuż których prowadzi wytyczona trasa spacerowa. Fortyfikacje ziemnowodne powstały na początku XVII wieku. Ścieżka umożliwia wejście na koronę najwyższego z nich - bastionu św. Gertrudy. Z wysoka dobrze widać układ umocnień. Spacerowy trakt prowadzi wzdłuż brzegu opływu Motławy. Na wodzie zwraca uwagę Kamienna Śluza - unikatowy zabytek sztuki inżynierskiej. Śluza broniła wrogom dostępu do miasta i chroniła Gdańsk przed zalewem wody z Żuław.

Opływ Motławy to także enklawa zróżnicowanej zieleni. W zenicie lata budzą zachwyty kwitnące rośliny wodne - grążele i grzybienie. Warte uwagi nie tylko miłośnika przyrody są zarośla głogowe, ciągnące się przerywanym pasem wzdłuż opływu. Część krzewów rośnie tu od ponad stu lat, kiedy posadzono je jako obowiązkowy element fortyfikacji - ciemiste żywopłoty stanowiły przeszkodę nie do przebycia.

Spacer wzdłuż opływu Motławy kończy się na Dolnym Mieście - skąd ulica Łąkowa prowadzi do Podwała Przedmiejskiego, gdzie znajdują się przystanki tramwajowe i autobusowe.

TRÓJMIEJSKI PARK KRAJOBRAZOWY

Leśnym duktem

Naturalnym zapleczem turystycznym i rekreacyjnym dla gdańszczan jest Trójmiejski Park Krajobrazowy - ogromny kompleks leśny, sięgający od Gdańska po Wejherowo. Do najcenniejszych walorów przyrodniczych

tych lasów należy unikatowa w skali Europy, polodowcowa rzeźba terenu, uformowana ponad 15 tysięcy lat temu - gęsta sieć różnej wielkości dolin, często wielokrotnie rozgałęzionych. Leśny park zachwyca różnorodnością świata roślin i zwierząt. Oprócz dominujących buków rosną dęby, sosny, ale i egzotyczne daglezie. Nad spływającymi z wysoczyzny strumieniami nierzadko natrafić można na rośliny, które zwykle rosną w terenie podgórskim. Wiele jest życiodajnych torfowisk i źródlisk. O nieprzeciętnej wartości przyrodniczej tych obszarów świadczą zamieszkujące je zwierzęta. Najlepiej poznane są ptaki, których występuje około 150 gatunków. Z dużych ssaków żyją w parku m.in. dzik, sarna, jeleni szlachetny.

Tereny Trójmiejskiego Parku stanowią nieprzebrane możliwości wędrówek. Turyści mają do wyboru cztery oznakowane szlaki: żółty - "Trójmiejski", zielony - "Skarszewski", niebieski - "Kartuski" i czarny - "wzgórz Szymbarskich". Dla mniej wyczynowych piechurów już w XIX wieku wytyczono w przygdańskich lasach spacerowe aleje.

Szlak Królewski

Nawiązaniem do tej tradycji jest przypomniany "Szlak Królewski", który wyznaczony został w latach 30. ubiegłego wieku i nosił wówczas nazwę Drogi Prezydenckiej („Präsidentweg”). Szlak rozpoczyna się w centrum Wrzeszcza w Dolinie Królewskiej i wiedzie aż do Sopotu. Gdański odcinek ma swój kres w Oliwie.

Początek szlaku wyznacza leśny dukt za Domem Studenckim przy ul. Do Studzienki 64. Droga prowadzi w górę na grzbiet rozdzielający Dolinę Królewską od Jaśkowej. Stąd kilkanaście kroków w prawo i stajemy przy kamiennej wieży, stanowiącej punkt widokowy Wzniesienia Królewskiego (98 m n.p.m.). Dalszą drogę wyznaczają żółte znaki szlaku turystycznego, które przez ulicę Jaśkowa Dolina wiodą do Teatru Leśnego, wzorowanego na sopockiej Operze Leśnej - historia tego miejsca sięga XIX wieku. Niedawno odnowiony teatr zaprasza w letnie wieczory na koncerty. Za teatrem szlak mija od wschodu Cmentarz Komunalny Srebrzysko i za ulicą Słowackiego wiedzie w stronę kościoła przy ul. M.Gomółki. Stąd prowadzi tunelem pod nasypem nieczynnej przedwojennej trasy kolejowej do alei brzoźowej znajdującej się nieopodal osiedla Niedźwiednik. Leśny dukt doprowadza do Doliny Samborowo słynącej z bogatej roślinności, toteż wytyczona tu została ścieżka przyrodnicza. Obejmuje ona między innymi aleję dębową, którą tworzy 11 pomnikowych dębów szypułkowych, liczących od 150 do 300 lat. Specyficzny mikroklimat doliny sprawia, że spotykamy tu rośliny typowe dla gór. Kolejny pomnik przyrody - głaz narzutowy - znaleźć można na skraju parkingu, przy końcu ulicy Abrahama.

Z Samborowa Szlak Królewski wiedzie Doliną Zieloną, mija od zachodu Dolinę Zajęcą i ponownie wspina się na wzgórze Głowica i następne Wiecha, skąd już widoczne są zabudowania Starej Oliwy.





Dolina Radości

Ze Starej Oliwy można także wybrać się na spacer do jednej z najpiękniejszych leśnych dolin Gdańska - Doliny Radości. Droga prowadzi ulicą Kwietną - na jej końcu, przy skrzyżowaniu z ulicą Bytowską znajduje się XVI-wieczna Kuźnia Wodna. Przy ulicy Bytowskiej warte uwagi są stare kompleksy dworskie. Droga wytyczona skrajem łąki doprowadza do lasu. W dolinie i na jej zboczach znajduje się wiele drzew i głazów narzutowych objętych ochroną jako pomniki przyrody. Aby dotrzeć do największego głazu narzutowego w Lasach Oliwskich - Diabelskiego Kamienia o obwodzie 12,5 m. - trzeba skręcić w prawo przy parkingu na końcu ul. Bytowskiej i przejść około 300 m. Głaz leżący na prawo od drogi, na Czarcim Wzgórzu, jest dobrze widoczny. Nieopodal znajduje się źródłiskowa łąka - siedlisko rzadkich gatunków roślin, postulowana przez przyrodników do objęcia ochroną. Położony w Dolinie Radości rezerwat "Źródlika w Dolinie Ewy" obejmuje część Doliny Prochowego Potoku o niezwyklej bioróżnorodności - doliczono się 180 gatunków roślin, wśród nich i takie, które objęte są ścisłą ochroną. Leśne dukty i ścieżki Doliny Radości stwarzają wręcz nieograniczone możliwości dla spacerowiczów i rowerzystów.

ZOO

W granicach Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego znajduje się Gdański Ogród Zoologiczny. Jest to największe ZOO w Polsce, położone w malowniczej dolinie, na obszarze 136 hektarów. Rozległe tereny ogrodu umożliwiły zapewnienie wielu zwierzętom niemal naturalnych warunków. Można tu obejrzeć kilkaset zwierząt, wykorzystując podczas zwiedzania kursujący po alejkach pociąg turystyczny. Ogród czynny jest przez cały rok; od sierpnia do maja w godzinach 9 - 19, w pozostałe miesiące do zmierzchu.

Do ZOO najlepiej wybrać się z Oliwy, gdzie obok pętli tramwajowej, przy ulicy Opata Jacka Rybickiego, znajduje się przystanek autobusu linii 122.

Ulica Polanki

W Oliwie godny polecenia jest także spacer wzdłuż ul. Polanki. Trzysta lat temu znajdowała się tu wieś Polana, gdzie patrycjusze gdańscy wznosili okazałe letnie rezydencje. Z siedmiu dworów, otoczonych parkami, do naszych czasów przetrwało pięć.

Dwór I "Montbrillant" (ul. Polanki 125). Od ulicy prowadzi doń piękna stara aleja, w pobliżu której rośnie pięćsetletni dąb - pomnik przyrody. Zabytkowy kompleks dworski składa się z klasycystycznego budynku i pawilonu ogrodowego. Dziś jest to siedziba Lasów Państwowych.

Dwór II "Quellbrunn"/"Krynica" (ul. Polanki 124) to zespół budynków z przełomu XVIII i XIX w. W odrestaurowanym budynku klasycystycznego dworu mieści się Centrum Ekumeniczne S.S. Brygidek, które w 1999 r. odwiedził papież Jan Paweł II.

Dwór III (Polanki 122) w XVIII w. należał do rodziny Schopenhauerów. Budynek główny, przebudowany w XIX w., służy jako Schronisko dla Nieletnich.

Dwór IV (Polanki 119/121) W budynku z końca XVIII w. mieści się sanatorium przeciwgruźlicze dla dzieci. Prowadząca do dworu stara aleja lipowa jest pomnikiem przyrody.

Dwór V (ul. Polanki 117) niegdyś nazywany był Anielskim Dworem lub Jutrzenką. Dwa zachowane budynki z przełomu XVIII i XIX w. otaczają resztki dawnego parku z rzadkimi okazami drzew, z których niektóre objęte są ochroną jako pomniki przyrody. Obecnie znajduje się na terenie szpitala Marynarki Wojennej.

Dwór VI (ul. Abrahama 27 i 34) - w pałacyku na terenie majątku mieszkał w 1807 r. cesarz Napoleon. Zachowały się dwa budynki.

WODNE SZLAKI

Gdańsk poprzecinany jest siecią rzek i kanałów. Można tu, podobnie jak w Wenecji, dotrzeć wodą do serca miasta. W taki rejs najlepiej wybrać się z przystani Klubu Turystów Wodnych "Żabi Kruk", gdzie również można wypożyczyć kajak. Klub ma swoją przystań przy ulicy o tej samej nazwie, nad zacisznym basenem, który jest pozostałością po dawnym korycie Starej Motławy. Płynąc stąd prosto pod mostem Toruńskim można popatrzeć na stary Gdańsk od strony wody.

Żeglarskie przystanie

Wodny szlak Motławą prowadzi obok przystani jachtowej. Od 1997 roku przyplływający do Gdańska żeglarze mogą cumować w samym centrum miasta, niemal vis a vis Żurawia — dźwigu portowego z XIV wieku, który służył do przeladunku towarów oraz stawiania masztów na żaglowcach. Przy pływających pomostach jest miejsce dla osiemdziesięciu jachtów. Większe żaglowce tradycyjnie rzucają cumy przy nabrzeżach Targu Rakowego, stając się dodatkową atrakcją dla spacerowiczów na Długim Pobrzeżu. Marina przyciąga publiczność w czasie wielkich imprez żeglarskich, takich jak Baltic Sail, odbywających się corocznie w lipcu — wówczas w środku miasta wyrasta las masztów.





Na kursie wyspy

Stara i Nowa Motława pozwalają na opłynięcie Wyspy Spichrzów i Ołowianki, z odwiedzinami Żurawia i Zielonej Bramy. Kanałem Raduni, który uchodzi do Motławy za Targiem Rybnym, można dopłynąć w okolice kościoła św. Brygidy, a przy wysokim stanie wody nawet do Wyspy Młyńskiej.

Optyw Motławy

Propozycją dłuższej wycieczki jest wyprawa na Martwą Wisłę, skąd wiedzie kilka kajakowych szlaków. Wy płynąwszy z przystani za wspomnianym mostem Toruńskim należy skręcić w prawo; po kilkuset metrach kanału wzdłuż ulicy Toruńskiej, ponowny skręt w prawo na wody Nowej Motławy. Po kilku minutach wiosłowania za Kamienną Grodzą na kursie jest Optyw Motławy. Stąd prosto, płynąc pod prąd leniwej Motławy, zaczyna się wodny szlak na Żuławy. Skręcając w lewo optywem mamy niezwykle okazję obserwowania z wody bastionów.

Do Przegaliny i na Żuławy

Kierując kajak pod prąd Martwej Wisły można dopłynąć do Wyspy Sobieszewskiej i wzdłuż jej brzegów, podziwiając dostojne mennonickie domostwa, wiosłować do XIX-wiecznej śluzy w Przegalinie. Kamienna Grodza to także wodna brama ku Żuławom. Ten kierunek pozwala odkrywać niezwykle żuławskie krajobrazy - miejsca jakby z odległej epoki.

Motława poza Gdańskiem to 28 kilometrów żeglownego szlaku, dostępnego dla łodzi, kajaków i żaglówek z opuszczanym masztem. Po drodze można podziwiać otoczone zielenią wioski, których rodowód sięga średniowiecza. Warto zatrzymać się w Wiślinie, by zobaczyć jedyną w swoim rodzaju drewnianą dzwonicę cmentarną i we Wróblewie, by zwiedzić urokliwy ryglowy kościółek z przełomu XVII i XVIII w. (naprzeciwko kościoła znajduje się wypożyczalnia kajaków). Miejscem szczególnym jest spotkanie trzech rzek: Motławy, Raduni i kanału Czarnej Łachy koło Krępcza. Drugie takie miejsce to ujście Kłodawy i Bielawy, otoczonych fosą resztek krzyżackiego zamku w Grabinach Zameczku, gdzie jest punkt docelowy żuławskiego rejsu.

ROWEREM PRZEZ GDAŃSK

Miasto dla rowerów

W wielu miejscach Gdańska powstały w ostatnich latach ścieżki rowerowe: obecnie liczą one około 40 kilometrów. Plan ich rozwoju zakłada, że do końca 2006 r. przybędzie jeszcze około 30 kilometrów ścieżek.

Wzdłuż morskiego brzegu

Najbardziej atrakcyjnym miejscem wypadów rowerzystów z całego Trójmiasta jest nadmorska ścieżka rowerowa, wiodąca wzdłuż plaży, od Brzeźna przez Jelitkowo do Sopotu. Jest to piękna, widokowa trasa, niestety, bardzo zatłoczona w sezonie letnim. Trasa nadmorska jest osią, do której wiodą ścieżki rowerowe z różnych stron miasta. I tak, rowerem nad morze można się dostać ścieżkami rowerowymi z Żabianki ulicą Pomorską; z Przymorza od ulic Jagiellońskiej i Obrońców Wybrzeża; z Zaspy od Alei Jana Pawła II i z centrum Gdańska długą ścieżką wiodącą Aleją Zwycięstwa i ulicą Hallera. Późną wiosną i w sezonie letnim wzdłuż nadmorskiej ścieżki rowerowej czynne są liczne punkty gastronomiczne w Brzeźnie i Jelitkowie. Naturalnym przedłużeniem trasy nadmorskiej będzie planowana ścieżka rowerowa biegnąca z Brzeźna przez Nowy Port, przez Martwą Wisłę, promem do Wisłoujścia (czynnym w dni powszednie). Obok jedynej w Polsce twierdzy morskiej /Twierdzy Wisłoujście/ rowerzysta dojedzie na Westerplatte.

Z Przymorza na Zaspę, z Oliwy do Wrzeszcza

W Gdańsku znajdują się również ścieżki rowerowe położone wzdłuż ulic o dużym natężeniu ruchu. I tak, oprócz istniejącej już od lat ścieżki rowerowej wzdłuż ulic Chłopskiej na Przymorzu i Rzeczpospolitej na Zaspie, na znacznym odcinku oddana jest już do użytku ścieżka rowerowa w Oliwie i Wrzeszczu, biegnąca wzdłuż głównej arterii komunikacji drogowej Trójmiasta, ruchliwej ulicy Grunwaldzkiej.

Śladem sprzed wieków

Duże znaczenie rekreacyjne mają ścieżki wiodące nad kanałem, wytyczonym przez Krzyżaków na początku XIV wieku, zwanym potocznie Kanałem Raduni. Prowadzą one wałem, równoległe do



Traktu św. Wojciecha. Cykliści korzystać mogą również z niezwykle urokliwej trasy nad Opływem Motławy.

Warto też pamiętać, że niezależnie od nowych, oznakowanych ścieżek rowerowych istnieje na terenie miasta bardzo duża ilość drózek, mało ruchliwych ulic i dróg, znakomicie nadających się do turystyki rowerowej.

Kilometry leśnych dróg

Lasy Oliwskie Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego z licznymi leśnymi drogami i ścieżkami, dają olbrzymie możliwości wyzycia się wielu pasjonatom rowerowej przygody. Każdy może tam znaleźć trasę w zależności od swojej kondycji i możliwości. Jest to prawdziwy raj dla ekstremalnych rowerzystów, uprawiających kolarstwo górskie. Nieużywane od dawna skocznie narciarskie eksploatowane są teraz przez młodych rowerzystów, oddających na nich karkołomne skoki. Skocznia "oliwska" znajduje się po północnej stronie Doliny Radości, (dojazd ul. Bytowską i Młyńską Drogą, ok. 1 km na południowy zachód od Dworu Oliwskiego). Skocznia "Tomasz" znajduje się w Dolinie Samborowo (przedłużenie ul. Abrahama), na południowych jej stokach, ok. 300 m od krzyża. Innym ulubionym miejscem rowerzystów jest "siatkówka" – stok w pobliżu Niedźwiednika, (dojazd drogą od ul. Słowackiego wzdłuż nieczynnej linii kolejowej, ok. 300 m na północ od ulicy). Kolejne miejsce do ekstremalnych zjazdów, "lagry" - to stok na końcu ul. Michałowskiego na Osiedlu Młodych we Wrzeszczu.

Tym, którzy na rowerze wolą wypoczywać niż ryzykować, warto polecić sieć dróg prowadzących przez lasy Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. Dla orientacji można korzystać z sieci szlaków pieszych, można też wybrać się na oznaczony szlak rowerowy. Prowadzi on od dworu Ludolfina (od strony ulicy Wiejskiej) leśnymi

duktami do leśniczówki Borodziej i Doliny Świemirowskiej, i wraca do Ludolfiny. Inny oznaczony szlak wiedzie z Kiełpina Górnego (od wiaduktu nad obwodnicą – ul. Goplańska) do Otomina, wokół jeziora Otomińskiego terenami o dużych walorach przyrodniczych. Projektowane są kolejne szlaki rowerowe na obszarze między ul. Spacerową i Słowackiego oraz w rejonie Doliny Strzyży. Innym terenem dogodnym do wycieczek rowerowych jest obszar na wschód i południe od centrum miasta – fragment Mierzei Wiślanej od Stogów po Górki Zachodnie oraz na południe na Żuławy Gdańskie.

Na Kaszuby szlakiem zwiniętych torów

Sporą atrakcją dla rowerzystów jest nasyp linii kolejowej z 1913 roku, prowadzący od stacji Gdańsk Zaspą przez Brętowo, Kiełpinek, Leżno do Starej Piły. Linia ta, uwieczniona w „Błaszonym bębenu” Güntera Grassa, została zniszczona podczas działań wojennych wiosną 1945 r. i nigdy jej nie odbudowano. Torowisko zostało przeniesione pod Kwidzyn, zaś nasyp służy jako trakt spacerowy i rowerowy. Wycieczkę szlakiem „zwiniętych torów” należy zacząć od ulicy Chrzanowskiego we Wrzeszczu, w miejscu, gdzie przecina dawny nasyp. Trasa wiedzie na południe granicą lasu i miasta aż do zniszczonych naczółków wiaduktu nad ul. Słowackiego. Tu, zachowując ostrożność, należy przekroczyć ruchliwą ulicę Słowackiego i wrócić na nasyp (najlepiej od strony ul. Potokowej). Jadąc nasypem warto zwrócić uwagę na dwa wiadukty nad bitymi duktami, które służą gdańskim wspinaczom jako ścianki treningowe. Nasyp kolejowy obniża się i dociera do ul. Rakoczego. Po jej przecięciu zagłębia się w las i prowadzi aż do terenów dawnego poligonu w Jasieniu. Dogodna do jazdy trasa kończy się za dawną stacją w Kiełpinku i obwodnicą; dalszą wycieczkę utrudnia torowisko (jazda ścieżką przy torach). Stąd najkorzystniej jest skręcić na zielony szlak, który prowadzi do Doliny Strzyży. Stamtąd można przez Matemblewo i Kleszą Drogę dojechać do Doliny Radości i Oliwy.

MARSZE NA ORIENTACJĘ

Lasy Oliwskie są również często penetrowane przez pasjonatów imprez na orientację. W Gdańsku działa wiele organizacji promujących tę formę zabawy a zarazem aktywnego wypoczynku, m.in. Klub Imprez na Orientację „Neptun” i Uczniowski Klub Sportowy „Posejdon”. Nie ma w ciągu roku weekendu, podczas którego nie odbywałyby się jakieś zawody na orientację.

Koordynowane są one przez Komisję Imprez na Orientację przy Oddziale Regionalnym PTTK w Gdańsku, ul. Ogarna 72 (tel. 301-14-88); tam też znaleźć można informację o planowanych imprezach.

NA NARTY

Niezwykłe położenie Gdańska, sięgające zalesionej krawędzi Wysoczyzny Kaszubskiej, stwarza doskonałe warunki do uprawiania narciarstwa biegowego. Średnio przez prawie dwa miesiące w ciągu zimy utrzymuje się w Oliwskich Lasach pokrywa śnieżna i mimo że w cieplejszym zawsze mieście na ulicach już nie ma śladu po śniegu, miłośnicy narciarstwa biegowego mogą przemierzać leśne szlaki.



Na terenie Gdańska znajduje się tylko jeden znakowany szlak narciarski, wiodący ze wzgórza Pacholek /Oliwa/ do leśniczówki w Gołębiowie, jednak turystykę narciarską, przy sprzyjającej pokrywie śnieżnej, można uprawiać na terenie całych Lasów Oliwskich. Liczne leśne drogi, prowadzące zboczami dolin, umożliwiają odbywanie całodniowych wycieczek z licznymi, długimi zjazdami. Ta forma aktywnego wypoczynku staje się coraz bardziej popularna.

Wycieczki takie można aranżować w dwojaki sposób: od strony obwodnicy albo od strony miasta. Pierwszy wymaga dotarcia komunikacją miejską do Jasienia, Złotej Karczmy lub Osowej, skąd bez problemu można zagłębić się w lasy Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. Trasy są długie i łatwe, wiodą bowiem cały czas w dół, ku dolnej krawędzi Wysoczyzny Gdańskiej. Z kolei wycieczka narciarska od strony miasta wymusza żmudne podejście na taras Wysoczyzny, jednak daje więcej możliwości pokonania trasy. Rozpocząć ją można u wylotu którejś z dolin (Strzyży, Samborowo, Radości, Świeżej Wody i innych), lub dróg wiodących w głąb parku. Narciarskie wędrówki można uprawiać także w lasach Mierzei Wiślanej, na odcinkach od Jelitkowa do Brzeźna, od Stogów do Górek Zachodnich i na Wyspie Sobieszewskiej.

ŚCIANKĄ W GÓRĘ

Pasjonaci wspinaczek, mimo dużej odległości Gdańska od skałek i gór, mogą, mimo wszystko, realizować swoje pasje. Wielu młodych ludzi doskonalili swoje umiejętności na starych mostach w Brętowie, wzdłuż nasypu starej kolei.

Na terenie Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu, przy ul. Wiejskiej 1 znajduje się wysoka na dwadzieścia metrów sztuczna ściana wspinaczkowa.

WYSPA SOBIEZEWKA - RAJ DLA AKTYWNYCH

Miejszem wymarzonym do uprawiania aktywnej turystyki jest Wyspa Sobieszewska - dzielnica Gdańska oddalona o 15 kilometrów od centrum. Dojechać tu można autobusami nr 186 i 112, a także rowerem, wyruszając z dzielnicy Olszynka drogą wzdłuż wału Motławy - dalej trasa wiedzie przez Dziewięć Włók, Przejazdowo i Bogatkę do mostu pontonowego przez Wisłę do Sobieszewa. Na wyspie wytyczony został dziesięciokilometrowy szlak turystyczny, oznaczony kolorem zielonym, z Sobieszewa do Świbna, który jest częścią

Międzynarodowego Szlaku Pieszego Nadmorskiego wzdłuż m. in. polskiego wybrzeża.

Tajemnice ptaków i bursztynu

Ptaki i bursztyn to pierwsze skojarzenia związane z Wyspą Sobieszewską.

Spacer do Górek Wschodnich to okazja do znalezienia bursztynu i poznania tajemnic ptasich wędrówek. Przy ulicy Nadwiślańskiej pierwszy przystanek pod numerem 108 to siedziba Zakładu Ornitologii PAN, gdzie w sali edukacyjnej można przygotować się na spotkanie ze skrzydlatymi mieszkańcami wyspy. Leży ona na trasie przelotów wielu milionów ptaków, lęgących się na północy i północnym wschodzie Europy. Znajdują się tu dwa rezerваты przyrody – położony w zachodniej części wyspy Ptasi Raj, którego skrajem wytyczona została ścieżka przyrodniczo-dydaktyczna i Mewia Łacha na północno-wschodnim krańcu, u ujścia Wisły.

Przekop - rezerwat Mewia Łacha

Rezerwat Ptasi Raj obejmuje powierzchnię około 20 hektarów. W jego skład wchodzi dwa przymorskie jeziora. Stwierdzono występowanie tu ponad 200 gatunków ptaków, w tym 45 gniazdujących. Najwięcej jest ptaków przelotnych, zarówno drobnych ptaków śpiewających, jak i dużych ptaków błotnych i wodnych. Zlatują się tu tysiącami, odpoczywając kilka dni podczas podróży na lęgi lub zimowisko. Skrzydlaci wędrowcy w dzień żerują na żuławskich polach, a przed zmrokiem zlatują się do rezerwatu na bezpieczny nocleg. Rezerwat Mewia Łacha zaliczony został do tzw. europejskich ostoi ptaków. Rozciąga się na obszarze 150 hektarów wokół ujścia Wisły Przekopu. Na tym terenie znajdują się miejsca lęgowe wielu bardzo rzadkich gatunków ptaków wodno-błotnych. W sezonie lęgowym w piasku na plaży budują gniazda rybitwy i sieweczki. Latem przy ujściu Wisły ornitolodzy prowadzą punkt obrączkowania ptaków; można ich tu odwiedzić i uzyskać wiele informacji na temat ptasich wędrówek.

Ścieżka przyrodnicza

Na końcu ul. Nadwiślańskiej, przy przystanku autobusu 186, ma swój początek ścieżka przyrodnicza, wytyczona skrajem rezerwatu "Ptasi Raj".

Na przejście sześciokilometrowej ścieżki potrzeba od trzech do pięciu godzin. Trasa wiedzie między innymi przez szuwały trzcinowe brzegiem jeziora Karaś, skąd z ambony wiosną i jesienią można podglądać przeloty skrzydlatych śpiewaków, a latem stada rozmaitych kaczek. W czasie przemarszu przez sosnowy młodnik można podglądać wiewiórki i dzięcioły, i poszukać śladów mieszkających tu bobrów. Dalej ścieżka prowadzi przez lasy zamieszkiwane przez nietoperze i pasem wydym dochodzi do plaży.



Groblą do ujścia Wisły

Kolejną wartą polecenia wycieczką w zachodniej części Wyspy Sobieszewskiej jest spacer z Górek Wschodnich na tzw. Messynę, przyrośniętą do lądu piaszczystą ławicę rozciągającą się na wschód od ujścia Wisły. Nazwa jest wspomnieniem włoskiego szkunera, który rozbił się tutaj w połowie XIX w. Dwukilometrową drogą, ułożoną z granitowych bloków grobla, oddzielająca Wisłę Śmiałą od jeziora Ptasi Raj obfituje w niezwykle widoki. Następną atrakcją tej wyprawy jest bursztyn - obficie tu występujący w jesienno-wiosennym okresie sztormowym.

Od Wisły do Wisły

Miłośnikom dłuższych wędrówek warto polecić wycieczkę "od Wisły do Wisły", czyli od ujścia Przekopu Wisły do ujścia Wisły Śmiałej. Początek trasy znajduje się w Swibnie, do którego dojechać można autobusem linii nr 112. Stąd droga wiedzie wzdłuż Przekopu Wisły ku jego ujściu, gdzie można zaobserwować wiele gatunków ptaków w rezerwacie "Mewia Łacha", dalej brzegiem morza na zachód aż do ujścia Wisły Śmiałej. Od ujścia powrót znaną już drogą - groblą ułożoną z granitowych płyt. Trasa ma około 19 kilometrów długości i kończy się na pętli autobusowej linii nr 186, skąd można powrócić do śródmieścia Gdańska.



Rowerem w każdą stronę

Wyspa, która jest sztucznie usypanym, płaskim polderem, posiada także świetne tereny do jazdy na rowerze. Urozmaicona topografia: nadmorskie wydmy, lasy, łąki, pola, kanały i wały przeciwpowodziowe zachęcają do organizowania wycieczek rowerowych. Warty polecenia jest rowerowy rajd dookoła wyspy. Jego trasa prowadzi ul. Turystyczną, z której trzeba skręcić w ul. Przegalińską. Wąski pasek asfaltu wije się wzdłuż wschodniego brzegu Martwej Wisły. Przy drodze co kilkaset metrów przyciągają wzrok obszerne zabudowania wiejskich gospodarstw; niektóre z nich pamiętają jeszcze czasy gospodarujących

tu mennonitów. Przegalińską dojechać można do historycznej śluzy w Przegalinie. Tutaj droga skręca na północ i jako Świbieńska prowadzi wzdłuż zachodniego brzegu Wisły, prosto do Świbna. Stąd chętni mogą przepłynąć się promem do Mikoszewa i dalej zwiedzać na rowerze Mierzeję Wiślaną. Natomiast droga powrotna do Gdańska prowadzi ścieżką rowerową wytyczoną poboczem ulicy Boguckiego. Po drodze warto przystanąć przy kościele św. Wojciecha, gdzie znajduje się Sanktuarium Chrzcziciela Gdańskiego.

W położonym nieopodal Wieńcu atrakcją jest jedyny zachowany na Żuławach wiatrak czerpakowy. W Orlu, wjeżdżając w ul. Lazurową, można zrobić sobie krótki przystanek na plaży i obejrzeć dworek gauleitera Foerstera. Wrócić do Sobieszewa można lasem, wybierając jeden z wielu prowadzących w kierunku zachodnim leśnych duktów.

OBIEKTY SPORTOWE

Baseny

Hotel Marina, Jelitkowo, ul. Jelitkowska 20, tel. 553 20 79

Hotel "Posejdon", Jelitkowo, ul. Kapliczna 30, tel. 553 10 03

Klub "Start", Wrzeszcz, ul. Wajdeloty 12/13, tel. 341 37 27

Pływalnia kryta MOSiR Gdańsk, ul. Chałubińskiego 13, tel. 320 74 30 ÷ 32

Pływalnia Politechniki Gdańskiej, Politechnika, Al. Zwycięstwa 12, tel. 347 29 12

Pływalnia Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu, ul. Wiejska 1, tel. 554 71 36

Szkoła Podstawowa 42, ul. Czajkowskiego 1, tel. 302 49 66

Szkoła Podstawowa 2, ul. Marusarzówny, tel. 348 76 63

Zespół Szkół Energetycznych, tel. M. Reja 25, tel. 341 05 32

Golf

Siena Golf Club (10 km za Wejherowem w kierunku Szczecina) tel. 572 06 26

Pensjonat Golf Miłobądz (25 km za Gdańskiem w kierunku Tczewa), tel. 536 94 40

Postołowo Golf Club (26 km za Gdańskiem w kierunku Starogardu Gdańsk, tel. 683 71 00

Golf Tokary Club (15 km od Gdańska w kierunku Kartuz), tel. 681 97 76

Jachty

Przystań Jachtowa „Marina Gdańsk”, ul. Szafarnia, tel. 301 33 78, 320 73 61 ÷ 62

Ośrodek ZG AZS, Górki Zachodnie, ul. Stogi 20, tel. 307 30 82

Gdański Klub Morski LOK, Stogi, ul. Tamka 19 a, tel. 307 37 93

Jacht Klub "Portowiec", Nowy Port ul. Snieżna 1, tel. 343 67 91

Jacht Klub Stoczni Gdańskiej, Górki Zachodnie, ul. Przełom 9, tel. 307 31 15



Jacht Klub Północny, Stogi, ul. Tamka 5, tel. 305 05 07
Jacht Klub Morski "Neptun", ul.Przełom 10, tel. 307 09 27
Jacht Klub im.Conrada, ul.Przełom 9, tel. 307 39 12
Akademicki Klub Morski, al.Zwycięstwa12, tel. 341 23 69
AWFiS Gdańsk, ul.Czyżewskiego 29, tel. 552 47 21
Sekcja Żeglarska Pałacu Młodzieży, ul.Ogarna 56, tel. 301 60 07

Jazda Konna

Ośrodek Jeździecki Gdańsk-Owczarnia, tel. 554 54 26,
0 601 622 678, 0 601 323 513
Klub Jeździecki "Tabun" Otomin, ul. Konna 29, tel. 303 97 10

Kajaki

Klub wioślarski "Drakkar", Gdańsk Przeróbka, ul. Sienna 37,
tel. 304 22 66 (wypożycza kajaki, łodzie wioślarskie i motorówki)
Klub wodny "Żabi Kruk", Gdańsk Stare Przedmieście, ul. Żabi Kruk 15,
tel. 305 73 10, http://republika.pl./zabi_kruk/trojmiasto.pl
Stowarzyszenie kajakowe "Wodniak", ul. Na Ostrowiu 1, (koło
Gdańskiej Stoczni Remontowej), tel. 0 602 30 85 48; (we wtorki
godz.16-18, tel. 307 11 80)

Lodowisko

Hala "Olivia" Gdańsk Przymorze, ul. Bażyńskiego 1, tel. 552 20 91

Tenis

Akademicki Związek Sportowy, Gdańsk Wrzeszcz, ul. Uphagena 25,
tel. 347 18 16
Body Club, Gdańsk Żabianka, ul. Subisława 37, tel. 0 601 61 02 28
Hotel Marina, Gdańsk Żabianka, ul. Jelitkowska 20, tel. 553 20 79
Korty Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk Oliwa, ul. Wita Stwosza 57,
tel. 552 93 22
Korty Tenisowe, Gdańsk Południe, ul. Świętokrzyska 51,
tel. 309 92 29
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Gdańsk Chełm, ul. Zielonogórska 4,
tel. 302 36 99
"Witen", Gdańsk Żabianka, ul. Wiejska 1, tel. 552 23 12

Centrum Sportu i Rekreacji /U7/
Plac Dominikański 7, tel. 305 55 7

Wydawca: Wydział Promocji Miasta
Urząd Miejski w Gdańsku
ul. Nowe Ogrody 8/12
80-803 Gdańsk
e-mail: umg@gdansk.gda.pl
tel. (058) 323 71 10, 323 71 16
fax (058) 323 71 20

Zdjęcia:
Robert Kwiatek, Stanisław Składanowski,
BTA „Horn”, archiwum Referatu Promocji Miasta
Urzędu Miejskiego w Gdańsku

Tekst:
Dorota Kobierowska-Dębiec
Tłumaczenie:
Ewa Nanowska





GDAŃSK

for the fit



GDAŃSK

www.gdansk.pl

Around Gdańsk

- on Foot, by Bike, in a Canoe



Gdańsk and its vicinities enjoys the renown of a major tourist attraction on the map of Poland and beyond. The acclaim is due to its eventful history, which has studded the city area with an abundance of listed historic sites, and its specific location with the Baltic shore on the one side and wooded post-glacial hills on the other. There is no shortage of areas ideal for indulging in active leisure. You can just hop on the bus and ten minutes later dive headfirst into nature. Nowhere in France, actually nowhere in Western Europe, can you find such havens next to cities — mused Gerard Lemion, a French naturalist in awe on his visit to Gdańsk. Three nature reserves, two protected nature and landscape park complexes, and about a thousand single treasured specimens of nature lie within the city borders.

The seashore is the closest outing destination for the residents. The Bay of Gdańsk with its miles of sandy beaches frames the city from the east. The lush green of the Tri-City Landscape Park flows down almost to the very doorsteps in the north-west. The vast expanse of broad glacial valleys flanked with hills and woods of the Oliwa Forests form an oasis of peace, quiet, and beauty. The open space of the Gdańsk Żuławy delta, the land men snatched away from the elements, stretches south of the city.

Green enclaves of centuries-old parks bring in a long deep breath of fresh air into the downtown city quarters.

Thanks to these features this Neptune-ruled city offers rarely paralleled opportunities of choosing the way to spend your time actively out in the wild.

A WALK

Here, in Gdańsk, you can walk for miles on end along the seashore. A stroll like that does wonders to your health. It is a well established fact that the fine mist saturating the air along the seashore has healing properties. The use of sea climate for medicinal purposes has its own name: thalasso-therapy, from the Greek work 'thalassa' for the sea, and 'therapeia' for treatment.



TOWARDS THE VISTULA MOUTH



Stogi - Górkі Zachodnie

The wide Stogi beach somewhat 'off the beaten track' of the Downtown area is the least frequented fragment of the Gdańsk seashore. Tram No. 8 will take you there, almost to the sand belt, from the main railway station in the city. A walk to the north is brief. A mere several hundred yards on you will come to the border of the Northern Port. Heading the other way you face a three-kilometre long stretch of the beach abounding in bits of amber washed ashore. A stroll there will take you to the Bold Vistula [Wista Śmiała] mouth. A hundred and fifty years ago the river broke the dams, forced its way across the coastal dunes, and chose its own way down to the sea. Even today, it remains potentially dangerous to fishermen and sailors. That is why it is secured with a breakwater and fitted with beacons. These elements of the seascape are worth a glimpse on the way. Near the beach students' yacht clubs have their harbours on the river, shielded behind a dune wall overgrown with pine. To visit other Gdańsk clubs you must follow the wood-framed length of Stogi St., across the boggy estuary, and turn south-east along a beaten wood track. About eight hundred meters down the path the river bank will re-emerge flanked with peers and flocked with boats gently swaying on the water. Our seashore stroll will end up in Górkі Zachodnie, at the terminal of bus No. 111, which will bring you back to the city centre within half an hour.

Along the Beach to Sopot

Brzeźno - Jelitkowo - Sopot

To take the longest foot trip along the shore it is good to set out from Brzeźno. Tram No. 13 will take you there from the railway station in the city centre. The last stop in Brzeźno is only a stone thrown away from Zdrojowa St., which crosses the local park to reach the shore. From there you can follow the beach, or the track running parallel to the shore along Jantarowa St. all the way to Sopot. The whole distance is about five kilometres. A 130-metre long wooden pier crowning another pedestrian track that reaches the shore at a certain point will be a highlight of your outing. The other track joins in from the district of Zaspа where it first begins as John Paul II Alley. The Brzeźno-Sopot route is a much favoured choice among those keen on a walk or ride. No matter what season of the year or weather it might be, you can always expect a buzz around, also in the winter. A Sunday morning is a good time to join the local 'polar bears' in their winter dive in the Baltic. Well-tended green along the beach border add to the beauty of the Gdańsk shoreline. A nice walk and a moment of peace and quiet can also be found in the park areas of the Przymorze and Jelitkowo districts.

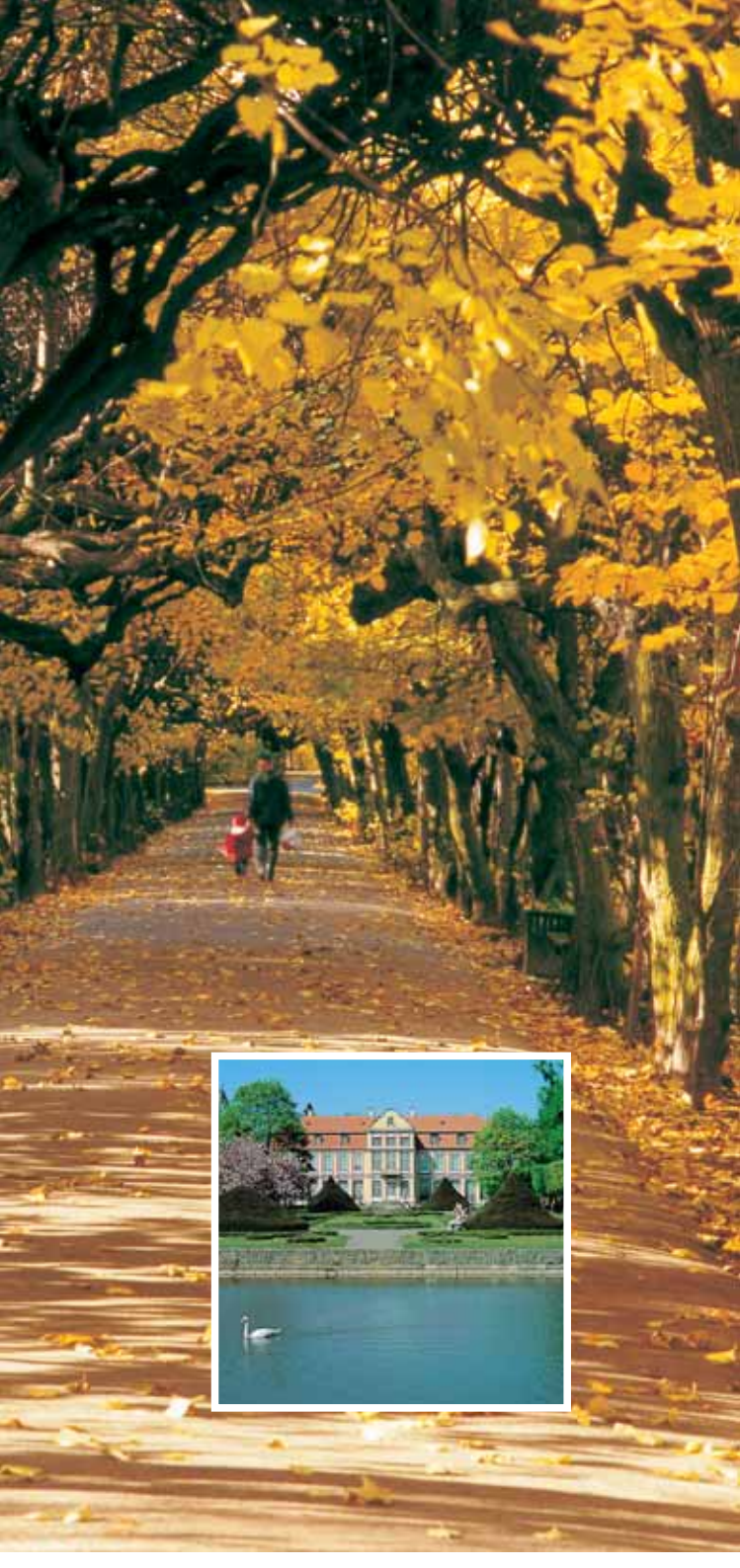


IN THE CITY PARKS

Ages ago Gdańsk used to be a city of gardens. Their echo is still captured in the names of the local streets, e.g. Long Gardens, New Gardens, or Maze (Labyrinth). The residences of the upper class were set in breathtaking parks. Of them only two original gardens have survived to date.

Oliwa Park

The origins of the Adam Mickiewicz park in Oliwa go back to the Cistercian friars and the 12th century when they first settled and started farming in the Oliwa Brook valley [Potok Oliwski]. Today, the flower beds and alleys of the park set the background for a palace. Erected to be the residence of the abbots, it now houses the Modern Art Section of the National Museum. The approach leading up to the park gate from Grunwaldzka Alley is called after abbot Jacek Rybicki. It was him who opened the gardens to the public two hundred years ago. The southern end of the park is dominated by trimmed wall-trees, symmetrically shaped bushes, and arranged flower-beds in the French garden style. In contrast, the English gardens in the northern quarters feature irregular tree and bush stands. The park occupies the area of ca. thirty-three acres of land, and as such is large enough to have a good walk and interesting enough to catch the eye. Many monumental trees are centuries old, others include specimens of imported exotic flora. An interesting feature here is the winter garden treasuring a banana tree first planted before the war. The nearby Oliwa Brook [Potok Oliwski] crosses the park negotiating cascades and ponds built on the way and adding extra charm to the place. A marked trail leads from the park to the adjacent 14th century cathedral, and from there turns right into Cystersów and Opacka streets that will take you to on to Spacerowa St. The green trail markings there will show you the way to the Pacholek Hillock (101 m). A fifteen-metre high viewing tower built on top is a good vantage point to admire the perspective of the Joy Valley [Dolina Radości]. When the trees are barren in the winter the view will extend as far as the sea.





Orunia Park

The second known park named after Emilia Hoene lies in the district of Orunia. Its history goes back to the 16th century. The naturalist and architectural value of the complex is uncommon, and that is why the whole area including the neighbouring valley is listed as a protected nature and landscape complex. The park climbs the valley of the Orunia Brook [Potok Oruński] in the vicinity of the busy Trakt św. Wojciecha St. [St Adalbert Route], which leads out of the city. Its alleys take you along the brook, the banks of two romantic ponds, past old tree specimens. Many of the magnificent beeches, alders, and limes are listed monuments of nature. The erratic rocks one can find over three park hills are believed to have been pagan altars in the times gone by. One of the hills, called the Hill of Five Brothers, features a surviving stone grotto once used as an ice-cellar. A lime alley links the spot with the nearby manor. A climb up the park-valley ridge along Raduńska street requires some effort, but in reward you get a beautiful view of the endless Żuławy flatland stretching on to the distant horizon.

Up onto Viewing Points

Gdańsk has many sites from where you can admire panoramic views. Having negotiated flights of winding stairs a huge expanse of the cityscape and countryside around can be seen from the towers of the Main City Town Hall, the Archaeological Museum, or St Mary's and St Catherine's churches. Another vantage point worth climbing is the Hail Hill [Góra Gradowa], which rises up beyond the railway station. Its top is crowned with a monumental cross erected there to commemorate the Gdańsk millennium. The eye can wander from the surrounding military structures of the 18th century fortifications to the panoramic view of the Old and Main Cities. From this perspective you can easily notice a four-row lime alley stretching at the foot. Today, the trees shade a traffic route with car, tram, bicycle, and pedestrian lanes leading off towards the district of Wrzeszcz. The aged, two hundred year old limes were planted on the initiative of Mayor Daniel Gralath who ordered 1416 seedlings from Holland. On both sides the alley merges into belts of parkland, once burial grounds. Closest to the city centre on the right stretches the Steffens' park. Out of eight tree specimens it features the most precious is the Japanese pagoda tree growing next to the crossing with the road that leads to the Gdańsk Stocznia train stop.

ALONG THE MOTŁAWA ARM



Old Suburb – Lower City

Our next foot trail will take us on a trip through history. This time we suggest walking along the Motława arm, one of the most spell-casting nooks of Gdańsk. The fortifications of the Motława banks are truly monuments to history. Unrivaled in Poland, they are one of the few surviving structures of the kind in Europe. The embankments were first mounted in the early 17th century. Surviving to date, they are a rare well-preserved example of earth and waterworks fortifications of the old Dutch school. In the south and east the Main City is enclosed in a semicircular line of bastions. In the olden days they were flanked with a zig-zag double moat. Out of fourteen bastions originally erected six have survived to date: the Bunny, Bear, Freak, Wolf, followed by the Bison and St Gertrud's on the other side of the Stone Lock [Kamienna Grodza] cut in the length of the western fortifications. The Wolf and Bison bastions flank a stone lock, a unique specimen of engineering from the first half of the 17th century. The granite gates let the Motława into the city perimeters. The river originally helped control the water table in the moats, and in case of siege the neighbourhood could be flooded cutting the city off. In its reverse function, the lock protected Gdańsk from flood waves coming in from the Żuławy plain.

Our stroll could preferably start from Rampart Square [Plac Wałowy] accessible on bus No. 123. There stands the characteristic building of the Small Armoury erected by Jerzy Strakowski in 1643-46. The structure used to be a link in the system of fortification along which the marked foot trail leads. The earth and waterworks were carried out in the early 17th century. Our route takes us to the top of the highest structure on the way, St Gertrude's bastion. The whole system of the defence works can easily be grasped when seen from the bastion. Down again, we will continue along the Motława arm. The next eye-catching feature at the water level will now be the Stone Lock, a unique listed sample of old engineering. The lock barred the enemy from the city and protected Gdańsk from flood waves mounting in the Żuławy depression.

The Motława Arm today is an enclave of all shades of green. Aquatic plant blossom such as the brandy bottle and water lily make an admirable view in the heat of the summer. The hawthorn bushes intermittently following the river arm deserve attention of both naturalists and many others. Some of the bushes are over a century old and were first planted as an indispensable component of the fortifications. The thorny hedges formed an impenetrable barrier. Our walk along the Motława Arm will end in the Lower City from where, along Łąkowa street, we will reach the Suburb Rampart [Podwale Przedmiejskie] and a tram or bus stop.



TRI-CITY LANDSCAPE PARK

Along a Wood Path

Gdańsk has a natural base for tourist and recreational activities. A huge expanse of woods forming the Tri-City Landscape Park stretches unbroken from Gdańsk to Wejherowo. The area combines a wealth of natural values. The outstanding glacier-formed terrain features are unmet anywhere else in Europe. Sculpted over 15 thousand years ago, the land is criss-crossed with valleys and valley branches of various sizes. The variety of fauna and flora here is amazing. The canvas of the beech tree canopy is interspersed with oak, pine, and even exotic Douglas spruce. The banks of the streams flowing down from the plateau feature plants usually native to submontane regions. Life-sustaining bogs and water-heads are plenty. The uncommon wealth of the natural world around is best reflected in the animal wildlife. Best studied are birds with about 150 species identified. Large mammals are represented by e.g. the wild boar, roe-deer, and red deer.

The Tri-City park can be explored endlessly. We have a choice of four marked trails to follow: yellow called the 'Tri-City', green named 'Skarszewski', blue or 'Kartuski', and black called the 'Szymbark Hill trail'. The earliest leisure paths across the city-bordering woods intended for the less adventurous were built in the 19th century.



Royal Trail

The 'Royal Trail' [Szlak Królewski] was first laid in the nineteen thirties. It was then called the President Road ('Praesidentweg'). Reviving tradition, the route has been restored. The trail starts in the centre of Wrzeszcz (Royal Valley [Dolina Królewska]) and leads to Sopot. Its Gdańsk section ends in Oliwa.

A wood path behind the Student Boarding House at 64 Do Studzienki St. sets us off onto the trail. The path climbs the ridge that separates

the Royal and Jaškowa Valleys. A few steps off the way will take us to a stone viewing tower on top of the Royal Hillock [Wzniesienie Królewskie] (98 m a.s.l.). From there yellow trail marks will guide us up Jaškowa Dolina St. to the Forest Theatre. The site developed in the 19th century copies the idea of the Forest Opera in Sopot. Recently revamped, the theatre invites to summer evening concerts. Further on, the trail passes the Communal Cemetery of Srebrzysko in the east and continues to the church at M.Gomółki St. There, it dives into a tunnel under the embankment of a pre-war railway line and re-emerges to reach a birch alley near the Niedźwiednik estate. A path across the woods then leads us on to the Samborowo Valley noted for its exceptionally rich flora. A wildlife trail across gives you an opportunity to admire the nature. The next section of the Royal Trail follows an alley of 11 monumental English oaks 150 to 300 years old. The peculiar microclimate of this valley makes it the habitat of plants typical for mountainous regions. On our way we will come across yet another listed specimen of nature - an erratic rock at the border of the parking site up Abrahama St.

Having left Samborowo, the Royal Trail winds its way along the Green Valley [Dolina Zielona], passes the Hare Valley [Dolina Zajączka] in the west, and climbs up again onto the Head and Wisp hills [Głowica, Wiecha]. From there, we will get our first glimpse of the Old Oliwa.

Joy Valley [Dolina Radości]

The old district of Oliwa is a good starting point for a walk to one of the most beautiful wood valleys of Gdańsk, Joy Valley [Dolina Radości]. The trail leads up Kwietna St. where, at the crossing with Bytowska St., stands a 17th century Water Forge. The street itself is worth stopping a while to get a glimpse of the former manor servant quarters. The trail follows the meadow climbing to the wood. The valley bed and slopes are dotted with protected trees and erratic rocks. To get to the largest boulder of the kind in the Oliwa Forests, called the Devil's Rock, we must leave the trail to the right at the end of the parking site up Bytowska St. and continue for about 300 metres. The rock, 12.5 metres in circumference, rests well-exposed on the Devil Hill right of the road. The water-head meadow nearby is an enclave of rare plants and as such naturalists postulate to have it listed among protected areas. The 'Eve Valley Water-Head' nature reserve [Zróżliska w Dolinie Ewy] in the Joy Valley extends to a section of the Prochowski Brook Valley extremely varied in flora. The plant inventory lists 180 species including strictly protected specimens. The wood tracks and paths of the Joy Valley form an endless network of trails inviting for a walk or bicycle ride.

ZOO

The Tri-City Landscape Park embraces the Gdańsk zoo. This largest Zoological Garden in Poland occupies ca 340 acres of land in a picturesque valley. Its vastness enables arranging almost natural environment for many species. The zoo keeps a stock of several





hundred animals. They can be watched from a tourist miniature train that drives along the paths.

The garden is open all year long from 9:00 to 19:00 from August to May, and till dusk in the other months.

The best way to get to the zoo is to take bus No. 122 from the stop next to the tram terminal in Opata Jacka Rybickiego St. in Oliwa.

Polanki Street

While in Oliwa we also recommend a stroll along Polanki street. Three hundred years ago this was the site of a village called Polana [Clearing] where the patriciate from Gdańsk chose to build their impressive summer residences. Out of seven manors set in parkland six have survived to date.

Manor I, 'Montbrillant' (125 Polanki St.). The residence is approached along a beautiful old alley. Nearby grows a five hundred year old oak tree, now a protected monument of nature. The listed manor complex is composed of the classicist main building and a garden pavilion. Today, the manor houses the State Forests Administration office.

Manor II 'Quellbrunn'/'Spring' (124 Polanki St.) is a complex dating back to the turn of the 18th and 19th centuries. The restored classicist manor is the seat of the Ecumenical Centre run by St Bridget nuns. In 1999 the Centre was visited by pope John Paul II.

Manor III (122 Polanki St.) belonged to the Schopenhauers in the 18th century. The main building altered in the 19th century is now used as a Minor Hospice.

Manor IV (119/121 Polanki St.) treasures an old lime-tree alley which flanks the access road to the site. The alley is a listed monument of nature. The building erected in the late 18th century houses a sanatorium for TB children.

Manor V (117 Polanki St.) used to be nicknamed the Angel Manor or Dawn. Two surviving buildings dating back to the turn of the 18th and 19th centuries are set in what has remained of the original park featuring specimens of rare trees, some recognised nature monuments and protected. The complex today lies within the Naval hospital estate.

Manor VI (27 and 34 Abrahama St.) — the country palace central to the estate hosted Napoleon during his stay in the area in 1807. Two of the original buildings have survived.

WATERCOURSES



Gdańsk is criss-crossed with a network of rivers and canals. Just like in Venice, a boat can take you to the heart of the city. The best starting point for an escapade of the kind is the harbour of the 'Zabi Kruk' Water Sports Club, where you can hire a kayak. The club premises share their name with the street the harbour borders. This screened water reservoir is all that remains of the natural river bed of the Old Motława. Heading straight towards the Toruński bridge you will soon get a view of the old town seen from the water level perspective.



Marinas

When on the Motława watercourse you will pass a yacht marina on the way. Ever since 1997 sailing boats coming to Gdańsk can moor in the very centre of the old city, almost opposite the 14th century port Crane, once used to handle cargo and put up masts on tall ships. The floating peers of the marina can take up to eighty yachts. Larger boats traditionally moor at the Crayfish Market [Targ Rakowy] adding to the attraction of those walking along the Long Embankment [Długie Pobrzeże]. The marina attracts throngs during major sailing events such as the Baltic Sail traditionally held every July. At such a time a forest of masts appears in the midst of the city.

Islands on Course

Following the Old and New Motława [Stara, Nowa Motława] you can row all around the Granary and Lead islands [Wyspa Spichrzów, Ołowianka] and stop at the Crane and Green Gate. Up the Radunia Canal which falls into the Motława beyond the Fish Market [Targ Rybny] you can get as far as the vicinities of St. Bridget's church or even the Mill island [Młyńska] if the water is high.

Motława Arm

For a longer outing we suggest you head for the Dead Vistula [Martwa Wisła], from where you can chose one of several canoeing courses.



ANDALUCIA
1991-1992

ESP.95
ESP.92

3
POL88
POL88

Having left the harbour before the above-mentioned Toruński bridge turn right, and several hundred metres up the canal that runs parallel to Toruńska St. take another turn to the right to reach the New Motława [Nowa Motława]. A few minutes later, after the Stone Lock [Kamienna Grodza] you will paddle straight onto the Motława Arm. It is from here, up the slow stream of the Motława river that the trail to Żuławy begins. A turn to the left along the arm will give you a rare occasion to see the bastions from the water table.



To Przegalina and Żuławy

Rowing up the Dead Vistula [Martwa Wisła] you can reach the Sobieszewska Island with its stately Mennonite homesteads and the 19th century sluice in Przegalina.

The Stone Lock [Kamienna Grodza] opens on another route to Żuławy. Choosing this direction you will re-discover the Żuławy landscape and views from an unusual vantage point. You will get the impression of having travelled back in time to epochs long gone by.



Out of Gdańsk the Motława forms 28 kilometres of a navigable watercourse accessible to rowing boats, canoes, and sailing boats with folded masts. The green-framed villages you pass on the way have their roots in the Middle Ages. We recommend stopping at Wiślina to see its unique wooden cemetery bell tower, and in Wróblewo to set your foot in the charming box-framed country church from 17th and 18th century (a boat hire opposite the church). Heading on get prepared for an unusual encounter at the convergence of three rivers: the Motława, Radunia, and the Czarna Łacha canal near Krępiec. There will be another similar spot on the route when you reach the estuaries of the Kłodawa and Bielawa rivers near the moat-surrounded remains of a Teutonic castle at Grabiny Zameczek – the final destination of your trip across the Żuławy.



A RIDE ACROSS GDAŃSK

A City for Cyclists

The map of Gdańsk has recently been added new cycling tracks. Built over many areas, they total about 40 kilometres. Further plans envisage developing the network by another 30 kilometres by the end of over 2006.

Along the Shoreline

The cycling area most favoured by bikers from the entire Tri-City agglomeration is the coastal belt stretching along the beach from Brzeźno, across Jelitkowo, to Sopot. A formal track there runs in a beautiful scenery abounding in views. The only drawback is that it is crowded in the summer. This coastal track forms a longitudinal

traffic axis with other cycling tracks joining it from various city areas. A convergent cycling route combined of a sequence of track sections leads to the sea from the district of Żabianka. Most of it runs in between two opposite traffic lanes of Pomorska St. The track along Jagiellońska and Obrońców Wybrzeża streets provides access from the Przymorze area. Starting from Zaspą, you cycle along John Paul II Alley, and the route from the Gdańsk city centre follows Aleja Zwycięstwa and Hallera streets. Riding along the coastal track late in spring and summer you can stop for a snack at one of many catering outlets around Brzeźno and Jelitkowo.



Future plans envisage extending the coastal track in its natural direction. The new section is to continue from Brzeźno, across Nowy Port, over the Dead Vistula river [Martwa Wisła] and the ferry crossing (operated on weekdays) to Wisłoujście. Leaving the only Polish coastal fort (the Vistula Mouth Fortress) behind, the cycling track will reach its final point at Westerplatte.



From Przymorze to Zaspą, from Oliwa to Wrzeszcz

Some cycling tracks in Gdańsk follow busy streets. The long-established ones run along Chłopska St. in Przymorze, and Rzeczpospolitej St. in Zaspą. A new one intended to span the distance between Oliwa and Wrzeszcz is in construction. With most of its sections already in place, the new track follows the main traffic artery of the Tri-City along the busy Grunwaldzka St.

Along Historic Landmarks

For a highly recreational ride you can take a track along the so-called Radunia Canal. The watercourse was originally built by the Teutonic Knights in the early 14th century. The route follows the embankment parallel to Trakt św. Wojciecha St. Another, unusually scenic route also open to cyclists runs along the Motława Arm.



Note that apart from the newly built, marked tracks the city is a maze of paths, low traffic streets and roads more than suitable for cycling.

Miles of Wood Paths

The dense network of paths and tracks all over the Oliwa Forests of the Tri-City Landscape Park offer an adventurous day for passionate cyclists. Everyone will find a route to suit his or her fitness and abilities. The area is an Eden amongst woods for extreme cross-country riders. Long-abandoned ski-jumping take-offs are now taken over by young bikers trying breakneck bike-jumps. The 'oliwska' take-off plunges down the northern side of the Radości Valley [Joy Valley] (access from Bytowska St. and Mill Road about 1 km southwest of the Oliwa Manor). The 'Tomac' drop-off runs down the southern slope of the Samborowo Valley (up Abrahama St.), about 300 metres up the dale, after the cross. Other favoured locations include the 'volley ball' slope near Niedźwiednik (access from Słowackiego St. along the abandoned railway track, about 300 m north of the street), and the 'camps', which is an extreme dash-down route plunging down the slope up Michałowskiego St. in the Osiedle Młodych estate, Wrzeszcz.

Those who prefer leisure to risking their lives on the bike must be recommended the maze of tracks and paths of the Tri-City Landscape Park. To keep the sense of direction you can follow foot trails or chose the marked cycling track. The route starts at the Ludolfina manor (on the Wiejska St. side), runs along beaten tracks across the woods to the Borodziej forest warden's lodge and the Swiemirowska Valley, and completes the circle back at Ludolfina. Another marked track goes from Kielpino Górne (starting at the bridge over the ring road – Goplańska St.) to Otomino and all round the Otomino lake amongst beautiful countryside. Further cycling trails are planned to span the area between Spacerowa and Słowackiego streets, and penetrate the vicinities of the Strzyża Valley.

A satisfying ride away from the traffic can also be taken anywhere east and south of the city centre, towards and along the Vistula Spit to Górki Zachodnie, and down south to the Żuławy Gdańskie plain.

Off to Kashubia along the 'Rolled up' Converted Railway Line

The embankment of the railway line built in 1913 is a major attraction on the cyclists' map. It stretches all the way from the Gdańsk Zaspas station, across Brętowo, Kielpinek, Leżno, up to Stara Piła. Destroyed in the heat of the 1945 campaign, the line was never restored. Günter Grass's 'Tin Drum', though, has saved it from oblivion. With the rails ripped off and recycled near Kwidzyn, the embankment now serves as a foot path and cycling track. The 'rolled up' railway line route begins at Chrzanowskiego St. in Wrzeszcz, where the street cuts through the earthworks. The track follows the woodland borderline up to the ruined ice-apron of the bridge over Słowackiego St. Having

carefully crossed the busy street we return to the embankment (preferably from Potokowa St.). On the way note two bridges over beaten tracks. They are now used as training walls by the local rock face climbers. The embankment gradually descends towards Rakoczego St. Beyond, it dives into the woods and continues to the former military training grounds in Jasień. Our leisurely ride will come to an end once we have passed the buildings of the old railway station in Kiełpinek and reached the contemporary ring road. Further ride along the line might prove tricky (with the railway line in operation). Therefore, it is best to turn to the green trail, which leads down to the Strzyża Valley. From there, across Matemblewo and along the Klesza Road [Clergy Rd.] you can get as far as Dolina Radości [Joy Valley] and Oliwa.



ORIENTEERING

The Oliwa Forests are also frequently penetrated by those passionate about orienteering. Gdańsk has many organisations, which promote this form of entertainment and active recreation, to name e.g. the 'Neptune' Orientation Event Club, or the 'Poseidon' Pupil Sports Club. Virtually no weekend passes without some sort of an orientation competition. The races are co-ordinated by the Commission for Orientation Events at the Regional Tourist Society Branch [PTTK] in Gdańsk, 72 Ogarna St. (tel. 301-14-88), where you can obtain information on the agenda.

GOING SKIING

Due to its uncommon location at the foot of the wooded slopes of the Kashubian Plateau Gdańsk offers excellent conditions to indulge in cross-country skiing. The Oliwa Forests retain their snow cap for two winter months on average. Even when the always warmer city has already lost every last trace of snow, you can still enjoy a cross-



country ski along the forest-sheltered tracks. Gdańsk has only one marked ski trail going from the Pacholek hill (Oliwa) to the forest warden's lodge in Gołębiewo. Nevertheless, with the snow layer thick you can ski virtually anywhere in the Forests. Miles of wood paths negotiating valley slopes and numerous long stretches fit for classic skiing ensure full day's outings. This form of active leisure is going in popularity.

You can set off from either end: the ring road, or the city. To choose option one you need to get to Jasień, Żłota Karczma, or Osowa on public transport. The woods of the Tri-City Landscape Park will be but a stone-throw away. The skiing will be long and leisurely, since every track will take you down towards the lower ridge of the Gdańsk Plateau. Starting from the city you must patiently climb the highland terrace. Your effort will be rewarded, though, with a broader selection of routes. You can also set off from the mouth of any valley (Strzyży, Samborowo, Radości, Świeżej Wody, or others), or from any road cutting into the park area. Fit for cross-country skiing are also the woods of the Vistula Spit, the path between Jelitkowo and Brzeźno, Stogi and Górki Zachodnie, and the Sobieszewska Island.

UP A WALL FACE

Although Gdańsk is far from mountains or rocky areas, those passionate about rock-climbing can still indulge in their hobby. Many young people practice their skills on the abandoned bridges of the old railway line embankment at Brętowo. The Academy of Physical Education and Sport at 1 Wiejska St. has a special twenty-metre high artificial climbing wall.

THE SOBIESZEWSKA ISLAND — A PARADISE FOR THE ACTIVE

The Sobieszewska Island, a district of Gdańsk 15 kilometres from the city centre, is an ideal place for active recreation. It can be reached by bus (Nos. 186 and 112) or by bike from the district of Olszynka, along the road following the Motława Embankment, then across Dziewięć Włók, Przejazdowo, and Bogatka to the pontoon bridge over the Vistula and to Sobieszewo. The island has a ten kilometre foot trail from Sobieszewo to Świbno marked green, a section of the International Coastal Foot Trail along the Polish coast.

Bird Secrets and Amber

The two associations Sobieszewska Island instantly evokes are: birds and amber.

A walk to Górki Wschodnie [Eastern Hillocks] is an opportunity to

test your luck looking for amber and discover the secrets of bird migrations. The first bus stop in Nadwiślańska St. is next to No. 108 – the Institute of Ornithology, Polish Academy of Sciences. At the educational facilities there you can equip yourself with an overview of bird life and prepare to meet the winged population of the neighbourhood. The island lies on the migration route of millions of birds nesting in northern and north-eastern Europe, which was the reason of establishing two formal nature reserves there. The one in the west is called Bird Paradise [Ptasi Raj]. All along its border runs a trail laid so as to teach and enable admiring nature. In the east the Seagull Sandbar reserve [Mewia Łacha] stretches at the mouth of the Vistula Cutting [Wisła Przekop].



The Vistula Cutting /Wisła Przekop/ - Mewia Łacha reserve

The Bird Paradise occupies about 20 hectares and includes two coastal lakes. Observations prove over 200 species of birds visit the area, including 45 nesting birds. The majority, though, are migrants ranging from small song-birds to large wading or water fowl. They flock in by thousands to rest a few days on the way to their native nesting grounds or winter retreats. The feathered travellers feast in the Żuławy fields during the day and return to the reserve for a safe night nap. The Seagull Sandbar reserve is listed among the so-called European bird sanctuaries. Stretching over 150 hectares of land around the mouth of the Vistula Cutting, it is the nesting ground of many extremely rare species of water and wading fowl. In the hatching season terns and plovers lay their eggs in the beach sand. Ornithologists ring birds in the summer at a camp they set at the Vistula mouth. You are welcome to visit them and listen to the wealth of knowledge they will share with you about bird migrations.



A Wildlife Trail

The end of Nadwiślańska St. and the bus stop line 186 mark the beginning of a wildlife trail, which runs along the border of the 'Bird Paradise' [Ptasi Raj] reserve. Covering the whole six-kilometre distance will take you three to five



hours. The trail crosses reed rushes on the Crucian Carp lake shore [Karaś] where, from a coign of vantage you can watch migrating song birds in the spring and autumn, or various ducks and mallards in the summer. Diving into a pine nursery further on you can watch squirrels and woodpeckers, or look for marks left by the local beavers. The trail will then lead you across bat-populated woods, climb the dunes, and finally descend to the beach.

Along the Dyke to the Vistula Mouth

Another trip that deserves recommendation while in the western part of the Sobieszewska Island is a walk from Górkki Wschodnie to the so-called Messina sand bar merging into the mainland east of the Vistula mouth. Its name comes from an Italian schooner shipwreck washed to the shore there in the mid-nineteenth century. From there you continue on a two kilometre-stretch along a dyke paved with granite slabs. The dyke separates the Bold Vistula [Wisła Smiała] from the Bird Paradise lake [Ptasi Raj] and walking along you can enjoy a kaleidoscope of unmatched views. If in autumn or spring, you may also be rewarded with an additional attraction – the vicinities will be littered with bits of amber after a storm.

From Vistula to Vistula

Those favouring longer trips can certainly be recommended the 'Vistula to Vistula' route that will take you from the mouth of the Vistula Cutting to the mouth of the Bold Vistula. You set out from Świbno accessible from the city on a bus line 112. From there the trail will take you along the Vistula Cutting to the river mouth. It is a good vantage point to watch the numerous fowl species in the 'Seagull Sandbar' reserve. Turning westwards you continue along the seashore up to the Bold Vistula mouth. On the way back you follow the road on top of a granite-paved dyke. The whole route covers about 19 kilometres and ends at the bus terminal line 186. There you can board a bus to get back to the Gdańsk centre.

On a Bike in any Direction

Being a man-made polder, the island is flat and perfect for a ride. The varied landscape made up of coastal dunes, woods, meadows, fields, canals, and flood banks encourages cycling escapades. We recommend a ride around the island. The route follows Turystyczna St., then turns to Przegalińska St. A narrow asphalt-paved path winds its way along the eastern bank of the Martwa Wisła [Dead Vistula]. Every mile or so the eye wanders off caught by bulky farm buildings, some remembering the Mennonite times. Przegalińska street will take you to the historic sluice in Przegalina. Here, the road takes a turn north, and changing its name to Świbieńska St. leads on along the western Vistula bank straight to Świbno. If keen on a longer trip, you can now take a ferry to Mikoszewo and head on to explore the Vistula Spit. Preferring to go back to Gdańsk you can follow the cycling track along Boguckiego St. On your way you can stop at





St Adalbert church, the sanctuary to the father of Christianity in Gdańsk. The nearby village of Wieniec takes pride in the only original 'bucket' mill surviving in Żuławy. Having reached Orle and Lazurowa St. you can take a brief rest on the beach and see gauleiter Foerster's country house. To return to Sobieszewo you choose any of the many wood paths going westwards.

SPORTS FACILITIES

Swimming Pools

Marina Hotel, Jelitkowo, ul. Jelitkowska 20, ph. 553 20 79

'Posejdon' Hotel, Jelitkowo, ul. Kapliczna 30, ph. 553 10 03

'Start' Sports Club, Wrzeszcz, ul. Wajdeloty 12/13, ph. 341 37 27

Swimming pool of the Gdańsk Technical University, Al. Zwycięstwa 12, ph. 347 29 12

Swimming pool of the Academy of Physical Education and Sport, ul. Wiejska 1, ph. 554 71 36

Primary School No. 42, ul. Czajkowskiego 1, ph. 302 49 66

Primary School No. 2, ul. Marusarzówny, ph. 348 76 63

Power Engineering School Complex (Zespół Szkół Energetycznych), ul. M.Reja 25, ph. 341 05 32

Swimming pool MOSIR Gdańsk, ul. Chałubińskiego 13, ph. 320 74 30 ÷ 32

Golf

Siena Gofl Club (10 km off Wejherowo, towards Szczecin), ph. 572 06 26

Golf pension hotel Miłobądz (25 km off Gdańsk, towards Tczew), ph. 536 94 40

Postołowo Golf Club (26 km off Gdańsk, towards Starogard) Gdańsk, ph. 683 71 00

Golf Tokary Club (15 km off Gdańsk, towards Kartuzy), ph. 681 97 76

Sailing Boats

Marina Gdańsk, ul. Szafarnia, ph. 301 33 78, 320 73 61 ÷ 62

ZG AZS Centre, Górki Zachodnie, ul. Stogi 20, ph. 307 30 82

Gdańsk Sea Club, LOK, Stogi, ul. Tamka 19 a, ph. 307 37 93

'Portowiec' Yachting Club, Nowy Port ul. Śnieżna 1, ph. 343 67 91

Gdańsk Shipyard Yacht Club, Górki Zachodnie, ul. Przełom 9, ph. 307 31 15

Northern Yacht Club, Stogi, ul. Tamka 5, ph. 305 05 07

'Neptune' Sea Yachting Club, ul. Przełom 10, ph. 307 09 27
Conrad Yacht Club, ul. Przełom 9, ph. 307 39 12
University Sea Club, al. Zwycięstwa 12, ph. 341 23 69
AWFiS Gdańsk, ul. Czyżewskiego 29, ph. 552 47 21
Sailing Section, Youth Centre, ul. Ogarna 56, ph. 301 60 07



Horse Riding

Horse-riding Centre, Gdańsk Owczarnia, ph. 554 54 26
0 601 622 678, 0 601 323 513
'Tabun' Riding Club, Otomin, ul. Konna 29, ph. 303 97 10

Kayaks

'Drakkar' Rowing Club, Gdańsk Przeróbka, ul. Sienna 37,
ph. 304 22 66
'Żabi Kruk' Water Sports Club, Gdańsk Stare Przedmieście, ul. Żabi
Kruk 15, ph. 305 73 10, http://republika.pl./zabi_kruk/trojmiasto.pl
'Wodniak' Water Tourist Club, ul. Na Ostrowiu 1, (near Gdańsk Ship
Repair Yard), ph. 0 602 30 85 48

Ice Rink

'Olivia' Hall, Gdańsk Przymorze, ul. Bażyńskiego 1, ph. 552 20 91

Tennis

University Sports Association, Gdańsk Wrzeszcz, ul. Uphagena 25,
ph. 347 18 16
Body Club, Gdańsk Żabianka, ul. Subisława 37,
ph. 0 601 61 02 28
Marina Hotel, Gdańsk Żabianka, ul. Jelitkowska 20, ph. 553 20 79
University of Gdańsk courts, Gdańsk Oliwa, ul. Wita Stwosza 57,
ph. 552 93 22
Tennis courts, Gdańsk Południe, ul. Świętokrzyska 51, ph. 309 92 29
City Centre of Sport and Recreation, Gdańsk Chełm, ul. Zielonogórska 4,
ph. 302 36 99
"Witen", Gdańsk Żabianka, ul. Wiejska 1, ph. 552 23 12

Centre of Sport and Recreation /U7/
Plac Dominikański 7, ph. 305 55 77



Publisher: City Promotion Department
City Hall of Gdańsk
8/12 Nowe Ogrody Street
80-803 Gdańsk, Poland
e-mail: umg@gdansk.gda.pl
phone: (058) 323 71 10, 323 71 16
fax: (058) 323 71 20

Photos:
Robert Kwiatek, Stanisław Składanowski, BTA "Horn",
Archives of the City Promotion Department,
City Hall of Gdańsk

Text:
Dorota Kobierowska-Dębiec
Translation:
Ewa Nanowska

