

Portal Województwa Lubuskiego



Wiosną w Lubuskiem jest pięknie!



Kategoria - Archiwum

Data publikacji -21 marca 2019 godz. 11:07

Niesamowita przyroda, urokliwe zakątki, malownicze krajobrazy. Lubuskie zachwycą o każdej porze roku. W regionie jest sporo miejsc, które warto odwiedzić rowerem. Już sam objazd jezior i parków krajobrazowych może być niezwykłą przygodą na dwóch kółkach. - Rolą samorządu jest

promocja aktywnego spędzania czasu, zachęcanie do rekreacji oraz dbanie o odpowiednią infrastrukturę. Dlatego namawiam: odkrywajmy Lubuskie także na rowerze - mówi marszałek Elżbieta Anna Polak.

Rowelove Lubuskie

- Lubuszanie są najbardziej aktywni fizycznie w Polsce, a my w naszej Zielonej Krainie, najbardziej zalesionym regionie w Polsce - stawiamy na zdrowie - podkreśla marszałek Elżbieta Anna Polak. Lubuskie to nie tylko bogactwo lasów, jezior, zieleni i historii, ale także szlaków rowerowych. W regionie mamy już setki kilometrów dróg dla cyklistów i ciągle powstają nowe. Z roku na rok Lubuskie ma do zaoferowania coraz więcej szlaków, które zachęcają do aktywnego wypoczynku. W ciągu ostatnich lat oznakowano setki kilometrów ścieżek rowerowych, utworzono ścieżki edukacyjne, przetarto i opisano szlaki kajakowe, przygotowano infrastrukturę turystyczną. Można też korzystać z leśnych szlaków, którymi w Lubuskim można jeździć bez końca.

- Parki Krajobrazowe, tereny Fortu Międzyrzeckiego, okolice Łagowa, Gryżyny, Kostrzyna nad Odrą, Kłodawy, Międzyrzecza Cybinki i Lubniewic oraz wiele innych wyjątkowych i niezwykłych miejsc, które warto o tej porze roku zobaczyć. Zapraszam do Lubuskiego! - mówi marszałek Elżbieta Anna Polak.

Ziemia Lubuska - kraina dwóch dużych rzek, ich szerokich dolin, rozległych lasów i setek jezior. Województwo lubuskie nazywane jest często „krajną pięciuset jezior”. Niemal połowę powierzchni województwa porastają lasy, znajdują się tu 2 parki narodowe, 8 parków krajobrazowych i aż 64 rezerваты przyrody, z których jednym z bardziej niezwykłych jest rezerwat Nietoperek, położony w środkowej części Międzyrzeckiego Rejonu Umocnionego, strzegący zimowego siedliska około 30 tysięcy tych latających ssaków. Łączna powierzchnia parków narodowych Lubuskiego wynosi prawie 20 tysięcy hektarów. W skład Lubuskich Parków Krajobrazowych wchodzi Barlinecko - Gorzowski Park Krajobrazowy, Gryżyński Park Krajobrazowy, Krzesiński Park Krajobrazowy, Łagowsko-Sulęciński Park Krajobrazowy, Pszczewski Park Krajobrazowy, Park Krajobrazowy „Łuk Mużakowa” i Park Krajobrazowy „Ujście Warty”.

Lubuskie to również wyjątkowy teren dla pasjonatów miejsc niezwykłych, pamiątek przeszłości oraz śladów działań wojskowych. Zapraszamy w podróż po Lubuskim Szlaku Fortyfikacji!

Rowerem czy pieszo, warto skorzystać i aktywnie spędzić czas w najpiękniejszych zakątkach Lubuskiego! Warto wkroczyć na niezwykłą ścieżkę odkrywania Ziemi Lubuskiej. Kolorowe wiosenne krajobrazy na długo pozostaną w naszej pamięci.

Ruch to zdrowie

Jazda na rowerze obniża ryzyko choroby wieńcowej, chroni przed niektórymi rodzajami nowotworów, wzmacnia system odpornościowy, pomaga radzić sobie z depresją i lękiem, poprawia koordynację, buduje mięśnie w łydkach, udach, i pośladkach oraz pomaga w walce ze zbędnymi kilogramami. Ale nie tylko ze względu na zdrowie warto przesiąść się na dwa kółka. Bo rower to także świetny sposób na spędzenie wolnego czasu z najbliższymi, poznanie okolicy z perspektywy innej niż okno samochodu, zero emisji CO₂ oraz możliwość podróżowania wśród pięknej przyrody. Dlatego opłaca się jeździć rowerem. Tym bardziej w Lubuskiem, gdzie nie brakuje zielonych i cichych ścieżek, które prowadzą przez parki krajobrazowe i narodowe.