

Portal Województwa Lubuskiego



Lubuskie na wakacje odc.4. Coś dla miłośników pieszych wędrówek



Kategoria - Turystyka

Data publikacji -5 lipca 2021 godz. 10:24

Jeśli kochacie naturę i lubicie ruch na świeżym powietrzu, a przy okazji zwiedzanie zabytków i podziwianie niezwykłej przyrody, polecamy wam piesze wędrówki po lubuskich szlakach. Dziś przedstawiamy Wam kilka

ciekawych propozycji na taką wyprawę.

- **Park Miłości w Lubniewicach**
- **Wał Zielonogórski to 400 km szlaków pieszych.**
- **Raj dla miłośników nordic walkingu.**
- **Wybrane szlaki piesze.**

Piesze wędrówki po terenach woj. lubuskiego mogą być doskonałą formą aktywnego wypoczynku. Dzięki nim turyści mogą poznać niezwykle zabytki architektury, jak również osobliwości przyrody. Amatorzy leniwych spacerów i zagrzaali piechurzy mają do dyspozycji sieć szlaków turystycznych o łącznej długości 1500 km, które przebiegają przez lasy, łąki, pojezierza i pradoliny. Trasy wiodą zarówno przez miasta w pobliżu najważniejszych zabytków i pozwalają poznać historię regionu, a także przez atrakcyjne krajoznawczo tereny, parki krajobrazowe i rezerваты. [Tutaj przeczytasz więcej o lubuskich rezerwach i parkach krajobrazowych.](#)

Park Miłości w Lubniewicach

Województwo lubuskie z roku na rok ma do zaoferowania coraz więcej szlaków pieszych i wodnych, które sprawiają, że można naprawdę dobrze poznać tutejszą naturę i każdy odwiedzający znajdzie tu wyjątkowy zakątek. Obok dzikiej i nieujarzmionej przyrody są także atrakcje kuszące zielenią, które jednak nieobeszły się bez ingerencji człowieka. Warto wspomnieć choćby **Park Miłości w Lubniewicach**. W intymnej scenerii wąskich, półnaturalnych alejek, pod baldachimem z koron drzew liściastych, nieopodal niewielkiego kanału łączącego dwa pobliskie jeziora na turystów czekają ukryte liczne rzeźby obrazujące stan zakochania. Ów tematyczny park jest hołdem dla wybitnej lekarki seksuolog – Michaliny Wisłockiej, autorki książki *Sztuka kochania*. Licznym możliwościom spędzania w Lubuskiem wolnego czasu towarzyszy tutejsza przyroda – bujna, przepełniona ruchem, dźwiękiem, zapachem. Przyroda, która nieustannie „dzieje się” na oczach turystów. Zapraszamy na niezwykłą wyprawę do tej pięknej krainy, która na pewno zapadnie na długo w Państwa pamięci i sercu.



Wał Zielonogórski to 400 km szlaków pieszych

Atrakcyjnym miejscem dla amatorów pieszych wędrówek jest ciąg wzgórz tworzący **Wał Zielonogórski**, będący najwyższym wzniesieniem na zachodzie Polski, między Bałtykiem a Sudetami. W pogodne dni ze wzniesień tych można dostrzec Karkonosze. Południowe zbocza wzgórz przecinają dukty leśne idealne do uprawiania **nordic walkingu**. Na terenie **Wału Zielonogórskiego** wytyczono **ponad 400 km szlaków pieszych**, które pozwalają zwiedzić najciekawsze miejsca regionu, łącząc aktywny wypoczynek z obcowaniem z nieskażoną przyrodą.

Raj dla miłośników nordic walkingu

Dzięki największej w kraju lesistości, która wynosi 49% powierzchni województwa, Lubuskie ma doskonałe warunki do rozwoju tej dużej gałęzi turystyki. Jest to rodzaj idealnego spędzania czasu dla osób pragnących aktywność fizyczną połączyć z wyciszeniem i oderwaniem od zgiełku miast. Tereny zalesione dostarczają nie tylko szansy zapoznania się z otaczającym nas ekosystemem, lecz także umożliwiają zdobycie wiedzy na temat drzew i roślin oraz pozwalają na zbieranie grzybów czy jagód, to również miejsce idealne na wszelkiego rodzaju wycieczki.

Aktywność na łonie natury przynosi o wiele więcej korzyści niż wykonywana na zamkniętej przestrzeni, dlatego ten rodzaj spędzania czasu polecany jest osobom

zarówno dbającym o kondycję i zdrowie, jak i borykającym się z problemami zdrowotnymi. Nie trzeba jednak ograniczać się do zwykłych spacerów. W ostatnich latach dostrzega się coraz większe zainteresowanie **nordic walkingiem**, czyli wędrówkami z kijkami. Ten specyficzny rodzaj marszu pozwala na zapewnienie pracy wszystkich mięśni, które podczas zwykłego chodu pozostają nieużywane lub ich ruch jest niewielki. Województwo lubuskie to niekwestionowany raj dla miłośników **nordic walkingu**, ponieważ oferuje **ponad 900 kilometrów oznaczonych szlaków turystycznych** prowadzących przez najpiękniejsze obszary tego regionu, w tym także leśne. Na turystów czekają zapierające dech w piersi krajobrazy oraz przyroda na wyciągnięcie ręki.

Wybrane szlaki piesze w Lubuskiem

- **Szlak czerwony (108 km).** Kostrzyn nad Odrą – Dąbroszyn – Witnica – Bogdaniec – Gorzów Wlkp. – Wojcieszyce – Jezioro Ostrowite – Santoczno – Rezerwat Rzeki Przylęzek – Brzoza – Strzelce Kraj.

Wycieczkę można rozpocząć od zwiedzania ruin Twierdzy Kostrzyn. W Dąbroszynie warto zobaczyć barokowy pałac z angielskim parkiem oraz gotycki kościół z barokową kaplicą rodową Schöningów. Niezwykle interesujące jest Muzeum Kultury i Techniki Wiejskiej w Bogdańcu. Głównym zabytkiem Gorzowa jest katedra, ale nie można zapomnieć o murach miejskich i Studni Czarownic. W Strzelcach Kraj. Znajduje się imponujący kościół mariacki z drugiej połowy XIII w., na uwagę zasługuje też architektura obronna miasta. [Zobacz TUTAJ](#).

- **Szlak czerwony (11,7 km).** Sulęcín - Żubrow.

Szlak bardzo atrakcyjny widokowo i przyrodniczo. Prowadzi przez szczyty najwyższych wzgórz, co daje możliwość podziwiania pięknych krajobrazów. Droga prowadzi też Doliną Czerwonego Potoku i schodzi na dno wąwozów w Uroczysku Lubniewsku. W Sulęcínie warto zobaczyć pozostałości po cmentarzu żydowskim z drugiej połowy XIX w.

- **Szlak czerwony (45 km).** Żary – Łęknica.

Na trasie mijamy wiele ciekawych obiektów, takich jak imponujący neogotycki kościół Wniebowstąpienia Najświętszej Maryi Panny, czy wiadukt 150-letniej kolei. Szlak prowadzi też przez Park Mużakowski. W Łęknicy można obejrzeć zabytkową hutę szkła.

- **Szlak czerwony (39 km).** Bytom Odrz. – Nowe Miasteczko – Nowogród Bobrz. – Świdnica.

W Bytomiu Odrz. znajdują się: późnorenesansowy ratusz z XVII w., fontanna kolumnowa z końca XIX w. czy gotycki kościół św. Hieronima. Godny uwagi jest renesansowy ratusz z XVII w. w Nowym Miasteczku oraz katedra św. Stanisława i św. Wacława w Świdnicy z imponującą ponad stumetrową wieżą

- **Szlak niebieski (45 km).** Santok – Rezerwat Zdroiskie Buki – jezioro

Wełmino – Santoczno – jezioro Mrowinko – jezioro Lubie – Lipy – Sitno
Moczydelskie – Moczydło – Barlinek.

Szlak jest niezwykle atrakcyjny krajoznawczo, ponieważ prowadzi częściowo przez tereny Barlinecko-Gorzowskiego Parku Krajobrazowego. W Gralewie można zobaczyć kościół szachulcowy z 1708 r. W Santoku trzeba obejrzeć dzwonnice z 1769 r. i renesansowy krycyfiks.

- **Szlak niebieski (35 km).** Zielona Góra – leśniczówka Stary Kisielin – Przytok – Łaz – Zabór – Jezioro Liwno – Proczki – Milsko – Otyń – Zatonie.

Ciekawy szlak prowadzi przez pełne architektonicznych ciekawostek miejsca, takie jak stolica regionu Zielona Góra, Milsko słynące z pięknego kościoła z XVIII wieku z neogotycką wieżą czy Otyń z ruinami gotyckiego zamku, późniejszego klasztoru jezuitów z XV wieku. Znajduje się tu również Sanktuarium Matki Bożej Królowej Pokoju. W miejscowościach Łaz i Zabór warto zwiedzić winnice, a wśród nich największą w Polsce Samorządową Winnicę w Zaborze.



- **Szlak niebieski (16 km).** Skwierzyna – Bledzew.

Szlak biegnie wzdłuż malowniczych meandrów rzeki Odry, obok ruin bunkrów z czasów II Wojny Światowej i ciągu stawów hodowlanych.

- **Szlak żółty (ponad 70 km).** Rzepin -Ośno Lubuskie – Lubniewice- Bledzew – Gościkowo.

Szlak prowadzi przez po wiaty sulęciński i międzyrzecki. Na trasie można zobaczyć mury obronne i kościół z XIII wieku w Ośnie Lubuskim, pałac z XIX wieku w Jarnatowie oraz późnogotycki kościół w Bledzewie.

- **Szlak zielony (76 km).** Żary – Gubin.

Trasa prowadzi atrakcyjnymi przyrodniczo terenami Uroczyska Węglińskiego oraz Lubuskiego Dydaktycznego Kompleksu Leśnego. Warto zobaczyć zabytkowy park w Brodach.

- **Szlak zielony (67 km).** Krosno Odrz. – Dychów – Nowogród Bobrz. – Żagań.

W malowniczo położonym Krośnie Odrz. znajduje się zamek pochodzący z XIII – XIV wieku. W Żaganiu warto zobaczyć kopię kaplicy Grobu Chrystusa z Jerozolimy, pałac książęcy i Wieżę Bismarcka.

- **Szlak czarny (26 km).** Rynna Grażyny – Ołobok – jezioro Niestysz – Kalinowo – Błonie – Grażyna – Grabin – jezioro Jelito – Radnica.

Na trasie szlaku mijamy bunkier w Ołoboku oraz niezwykle interesujący Gryżyński Park Krajobrazowy.

- **Szlak czarny (35 km).** Zielona Góra - Podgórzycze.

Najciekawszym punktem szlaku jest Góra Wilkanowska, na której szczycie wznosi się murowana wieża obserwacyjna. W Zielonej Górze jest wiele zabytków, w tym m.in. Wieża Głódowa, fragment systemu dawnych obwarowań miejskich. Warto odwiedzić słynną Palmiarnię na Winnym Wzgórzu oraz Muzeum Wina czy Ogród Botaniczny.

W następnym odcinku (30 lipca) zabierzemy was na lubuskie szlaki rowerowe.