



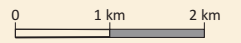
SZLAKI NORDIC WALKING w Krainie Lessowych Wąwozów



Kraina Lessowych Wąwozów uhonorowana tytułem Polskiej Marki Turystycznej, jest jednym z najbardziej interesujących regionów turystycznych Województwa Lubelskiego. Walory krajobrazowe, przyrodnicze i kulturowe sprawiają, że obszar ten jest wymarzone miejsce do uprawiania turystyki aktywnej. Dla tych, którzy chcą zyskać zdrowie, zredukować wagę i utrzymać dobrą kondycję, Lokalna Organizacja Turystyczna „Kraina Lessowych Wąwozów” utworzyła sieć szlaków Nordic Walking. Trasy stanowią 17 lokalnych pętli biegnących przez teren siedmiu Gmin. Prowadzą przez pola, lasy i wąwozy, a także obok rzek i najciekawszych atrakcji turystycznych. Są dobrze oznakowane, wyposażone w tablice informacyjne i posiadają wyznaczone miejsca umożliwiające wykonanie ćwiczeń przed marszem czy zatrzymanie się na odpoczynek.

Zapraszamy na wędrowki z kijkami po Krainie Lessowych Wąwozów!

Trasy Nordic Walking w Gminie Nałęczów



TRASA ŻÓŁTA

Przebieg: Nałęczów – sołectwo Bochońnica – Choiny – Nałęczów
Długość szlaku: 11 km. Czas przejścia: ok. 2h i 10 min.

- Proponowany początek trasy: Plac Zdrojowy w Centrum Nałęczowa

Ciekawa trasa rekreacyjno-turystyczna, o różnicowanym przebiegu. Prowadzi początkowo ulicą 1 Maja, wzdłuż Parku Zdrojowego, a następnie przy Nałęczowskim Ośrodku Kultury, skręca w Aleję Lipową wysadzoną wiekowymi drzewami. Na tym odcinku warto przyjrzeć się zabytkowym willom zbudowanym w stylu zakopiańskim i szwajcarskim oraz otaczającym ich ogrodami. Następnie szlak skręca w ulicę Bolesława Prusa i prowadzi zacisznymi alejkami, obok ciekawego budynku Liceum Plastycznego im. Józefa Chełmońskiego. Dalej trasa wykracza poza miasto i biegnie przez tereny polne i leśne. Na szlaku znajdują się liczne lessowe wąwozy, których urokliwe drogi niekiedy przechodzą w wąskie ścieżki. Trasa zatacza pętlę biegnąc krótkim odcinkiem drogi wojewódzkiej, by następnie poprowadzić wzdłuż lasu w stronę miejscowości Choiny. Wracając ulicą Słowicza w stronę Nałęczowa, możemy podziwiać Archidiecezjalny Dom Rekolekcyjny usytuowany na wzgórzu zwanym „Jabluszek”. Ostatni fragment trasy wiedzie przez teren miasta, z licznymi obiektami oferującymi usługi noclegowe, gastronomiczne oraz kulturalne.



TRASA ZIELONA

Przebieg: Nałęczów – Charz II – Nałęczów

Długość szlaku: 4,7 km. Czas przejścia: ok. 1 h.

- Proponowany początek trasy: przy rondzie im. J. Piłsudskiego w Centrum Nałęczowa

Szlak przyjemny, chociaż wymaga pewnego wysiłku, ze względu na pofalowany przebieg. Podobnie jak szlak żółty rozpoczyna się przy ul. 1 Maja – głównej arterii Nałęczowa. Następnie skręca w prawo w Aleję Lipową i prowadzi obok Urzędu Miasta, placu Towarzystwa Przyjaciół Nałęczowa i Bramy Wschodniej Parku Zdrojowego. Ulicą Leśną biegnie obok Sanatorium Kardiologicznego, aż do mostku na rzece Bystrej. Przechodząc ulicę Harcerską prowadzi do Lasu Zakładowego, w którym krętymi ścieżkami wiedzie po urokliwych lessowych wąwozach. Na skraju lasu warto zobaczyć górzącą nad okolicą Wieżę Ciśnień o wysokości 22 m, wybudowaną w 1973 r. W kolejnym odcinku szlak prowadzi przez pola i wąwozy. Droga powrotna wiedzie doliną rzeki Bystrej, wzdłuż ulicy Powstańców 1863 roku. Wkraczając ponownie na teren Nałęczowa trasa biegnie obok urokliwych willi otoczonych zielenią oraz Nałęczowskiego Ośrodka Kultury, wokół którego można podziwiać liczne rzeźby wykonane w drewnie podczas organizowanych tu plenerów artystycznych.



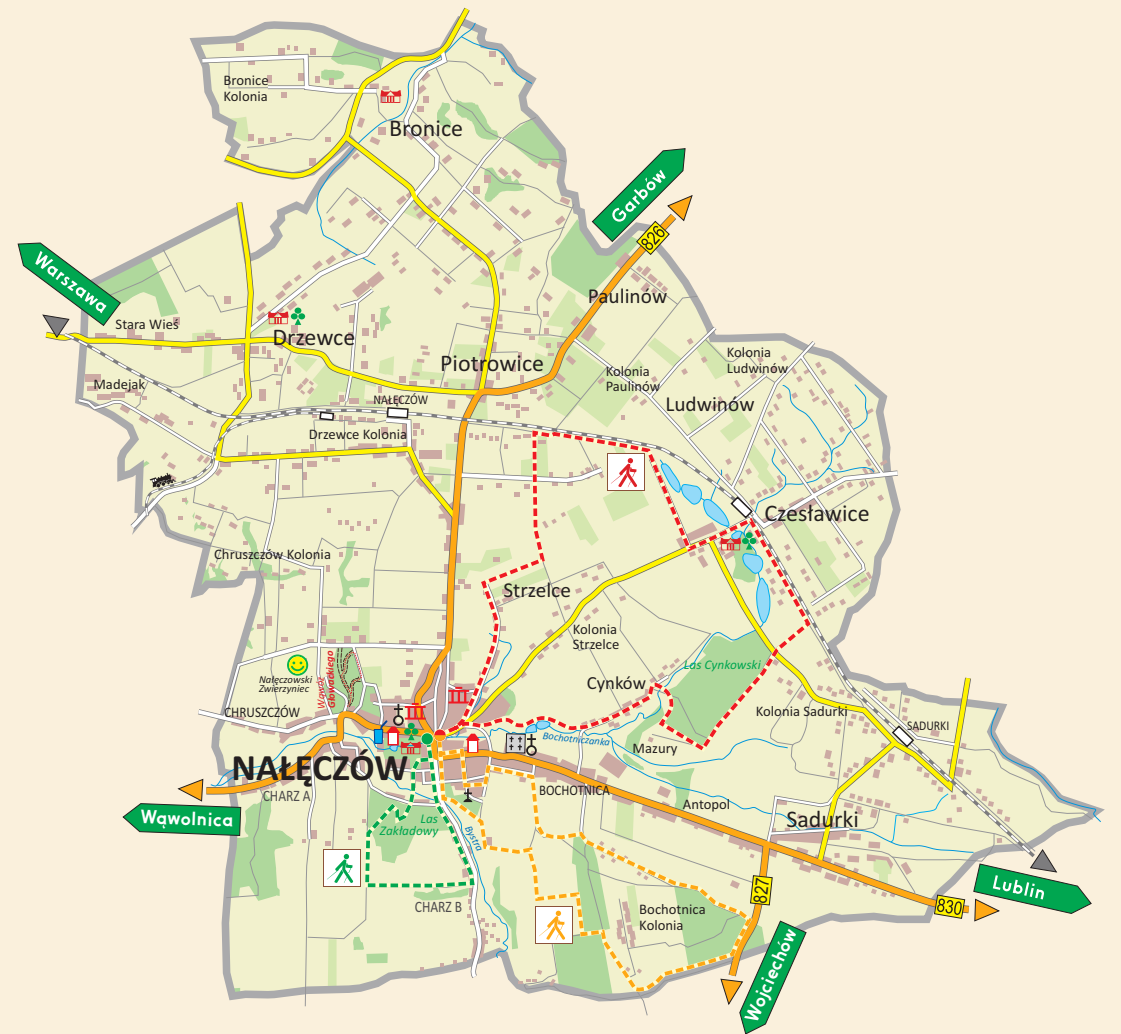
TRASA CZERWONA

Przebieg szlaku: Nałęczów – Cynków – Czesławice – Strzelce - Nałęczów

Długość szlaku: 14 km. Czas przejścia: ok. 2 h 50 minut

- Proponowany początek trasy: przy rondzie im. J. Piłsudskiego w Centrum Nałęczowa

Znakomita trasa rekreacyjno-turystyczna, dość wymagająca. Początkowo prowadzi przez miasto, obok licznych willi i pensjonatów. Na rondzie przy budynku Straży Pożarnej, lekko skręca w ulicę Graniczną i biegnie u podnóża malowniczego wzniesienia zwanego Górą Poniatowskiego, związana według legendy z pobycem w siedzibie Małachowskich króla Stanisława Augusta. Następnie droga zbacza w ulicę Łąkową i wiedzie urokliwą doliną rzeki Bochońniczanki, obok stawów hodowlanych oraz zabudowań gospodarczych wsi Cynków. Drogi polnymi i leśnymi prowadzi do Czesławic, gdzie znajduje się XIX-wieczny Pałac dawnych właścicieli wsi. Trasa groblami okrąży stawy i biegnie wzdłuż torów kolejowych. Przy Kapliczce przydrożnej skręca w drogę asfaltową wysadzoną szpalerem drzew, a następnie w ulicę boczną prowadzącą ponownie wzdłuż linii kolejowej. Na rozwidleniu dróg, obok przydrożnego krzyża szlak skręca w lewo i prowadzi wśród pól i sadów wiśniowych do miejscowości Strzelce z licznymi rezydencjami, ośrodkami terapeutycznymi oraz obiektami noclegowymi. Powracając na teren Nałęczowa trasa biegnie obok ciekawego budynku Ochronki S. Żeromskiego zbudowanego według projektu Jana Koszyca-Witkiewicza, w którym obecnie mieści się Muzeum Bolesława Prusa.



Wąwóz w Lesie Bochońnickim



Liceum Plastyczne im. Józefa Chełmońskiego (rok budowy 1966 r.)



Kapliczka pw. św. Michała Archanioła (XVII-XVIII w.)



Willa „Pod Kraszewskim” zbudowana w stylu włoskim pod koniec XIX w.



Publikacja wydana dzięki dofinansowaniu ze środków Powiatu Puławskiego w ramach realizacji zadania Promocja tras Nordic Walking w Krainie Lessowych Wąwozów

Trasy Nordic Walking w Gminie Wąwolnica



TRASA CZARNA

Przebieg: Wąwolnica – Rąblów – Zawada – Bartłomiejowice – Marezki – Wąwolnica
Długość szlaku: 15 km. Czas przejścia: ok. 3 godz.

- Proponowany początek trasy: przy kościele pw. św. Wojciecha w Wąwolnicy

Trasa rozpoczyna się na Wzgórzu Kościelnym w centrum Wąwolnicy, na którym warto zobaczyć kościół pw. św. Wojciecha, Kaplicę Matki Bożej Kębelskiej z mieszczącym się w jej piwnicach Muzeum Regionalnym, zabytkową plebanię czy rozległy Plac Różańcowy. Następnie przez malownicze tereny prowadzi do miejscowości Rąblów w pobliżu Ośrodka Narciarskiego „Nart-Sport” i zespołu basenów. Ciekawym miejscem na trasie jest monumentalny pomnik upamiętniający bitwę pod Rąblowem w 1944 r. Stamtąd szlak wiedzie w niedalekiej odległości od Parku Labiryntów i Miniatur Architektury Drewnianej, w którym warto się zatrzymać aby przejść labirynty roślinne czy pospacerować urokliwą koroną wawozu. Trasa powrotna prowadzi przez Zawadę, Bartłomiejowice i Marezki przecinając płynącą w okolicy rzekę Bystrą. Powraca do Wąwolnicy korytarzem tworzonym przez sieć lessowych wawozów.



TRASA CZERWONA

Przebieg: Wąwolnica – Stanisławka – Kębło – Wąwolnica
Długość szlaku: 13,6 km. Czas przejścia: ok. 2,5 godz.

- Proponowany początek trasy: przy kościele pw. św. Wojciecha w Wąwolnicy

Przyjemna trasa turystyczna, której początek znajduje się przy zabytkowym Kościele św. Wojciecha. Po zejściu ze Wzgórza Kościelnego szlak prowadzi uliczkami Wąwolnicy w stronę Kębła – miejscowości słynącej z objawień Matki Bożej, mających tu miejsce w 1278 r. Wydarzenia te upamiętnia wybudowana jako wotum wdzięczności okazała Kaplica. Z trasy można podziwiać położony na wzniesieniu cmentarz parafialny oraz wybudowany na początku XIX w. zespół pałacowo-parkowy w Kębło, w którym obecnie, mieści się Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy. Dalej, przez urokliwe lessowe wawozy, pola i łąki, trasa wiedzie do Rąblowa, prowadząc w niedalekiej odległości od pomnika upamiętniającego miejsce bitwy partyzanckiej oraz Ośrodka NartSport. Stamtąd powraca do Wąwolnicy malowniczą trasą, na której nie zabraknie lasów oraz przepięknych panoram na wierzchołkach.



TRASA ZIELONA

Przebieg: Wąwolnica – Kębło – Wąwolnica
Długość szlaku: 4,8 km. Czas przejścia: ok. 2,5 godz.

- Proponowany początek trasy: przy kościele pw. św. Wojciecha w Wąwolnicy

Trasa dość krótka i niezbyt wymagająca. Jak wszystkie szlaki tej Gminy, rozpoczyna się na Wzgórzu Kościelnym z kompleksem budowli Sanktuarium Maryjnego. Prowadzi do wsi Kębło, mijając położony w pobliżu Zespół Pałacowo-Parkowy. Następnie szlak skręca w kierunku Kapliczki upamiętniającej miejsce cudownego objawienia Matki Bożej i stamtąd przez pola i wzduż zabudowań, wiedzie do malowniczego Wawozu Lipinki, którego głębokość osiąga miejscami 13 m. Dalej trasa biegnie obok położonego na stromym zboczu cmentarza parafialnego. Warto tutaj wstąpić, nie tylko z uwagi na nietypowe położenie. Na wawolnickiej nekropolii zachowało się sporo zabytkowych nagrobków, w których miejsce ostatniego spoczynku znalazło wiele ważnych dla miejscowej historii osób. Szlak powraca do Wąwolnicy wzdłuż torów kolejki wąskotorowej.



Wawóz Lipinki



Kapliczka Matki Bożej Kębelskiej w Kębło



Kościół w stylu neogotyckim (1914 r.) w Wąwolnicy



Zespół pałacowo-parkowy w Kębło

Trasy Nordic Walking w Gminie Wojciechów



Modrzewiowy kościół pw. św. Teodora (1725 r.) w Wojciechowie

Kuźnia Wojciechów



Wieża Ariańska z 1520 r. w Wojciechowie



Muzeum Kowalstwa w Wieży Ariańskiej



TRASA CZARNA

Przebieg: Wojciechów – Maszki – Nowy Gaj – Stary Gaj – Wojciechów Kolonia Pierwsza – Wojciechów Kolonia Piąta – Wojciechów
Długość szlaku: 12,7 km. Czas przejścia: ok. 3 godz.

- Proponowany początek trasy: przy przystanku PKS w Wojciechowie



TRASA ZIELONA

Przebieg: Wojciechów – Ignaców (Olszynki) – Wojciechów

Długość szlaku: 4 km

Czas przejścia: ok. 1 godziny

- Proponowany początek trasy: Wojciechów – rondo z charakterystycznym kamieniem

Początkowo trasa prowadzi wzdłuż rzeki, w pobliżu drewnianego Kościoła pw. św. Teodora zbudowanego w 1725 r. Po przejściu przez Aleję Kasztanową, skręca na północ i biegnie obok urokliwych stawów, do miejscowości Maszki. Dalej kieruje się w stronę lasu i prowadzi wzdłuż rzeki Bystrzy, w pobliżu dawnego młyna wodnego. Przechodząc drogę wojewódzką biegnie lewym brzegiem rzeki, aż do Nowego Gaju – urokliwej miejscowości położonej wśród wzgórz, porośniętych bujną roślinnością. Warto tu się zatrzymać przy wiacie wypoczynkowej z miejscem do ćwiczeń wyposażonym w tablice instruktażowe. Dalszy, bardzo malowniczy odcinek trasy biegnie obok Wawozu Lipicyk oraz Młyna Hipolit z Muzeum Minerali i Skamieniałości. Następnie szlak prowadzi leśnym wawozem, w kierunku Starego Gaju. Po wyjściu z lasu skręca w prawo, by za chwilę wejść na drogę szutrową wiodącą wzdłuż pól, w stronę Pracowni „Klimaty” oraz kompleksu wypoczynkowego „Perła Gaju”. Za nimi trasa prowadzi w dół, do doliny rzeki Czerki, a następnie malowniczym wawozem wiedzie na wierzchołki (punkt widokowy). Stamtąd powraca do Wojciechowa, w którym warto zwiedzić szesnastowieczną Wieżę Ariańską z Muzeum Kowalstwa i Wojciechowskim Muzeum Regionalnym, zabytkową Kuźnię oraz Park Rozrywki „Owadolandia”

Przebieg trasy, ze względu na dystans oraz atrakcje w jej pobliżu, jest bardzo przyjazny rodzinom z dziećmi. Trasa rozpoczyna się w Wojciechowie, gdzie można zwiedzić Wieżę Ariańską z Muzeum Kowalstwa i Muzeum Regionalnym. Następnie wiedzie doliną rzeki, w pobliżu kościoła parafialnego. Za miejscem ćwiczeń z tablicami instruktażowymi, droga skręca w prawo i prowadzi wzdłuż małego stawu, podąża przez bardzo urokliwą część Wojciechowa z gęstym drzewostanem. Na skrzyżowaniu lokalnych dróg, trasa kieruje się na zachód, biegnąc małym wawozem, aby po kilkuset metrach skręcić w stronę północną w kierunku ZOO Wojciechów, w którym zgromadzono kilkadziesiąt gatunków egzotycznych zwierząt. Dalej szlak wiedzie wśród pól i zabudowań gospodarczych Wojciechowa, prosto na widniejącą na horyzoncie Wieżę Ariańską. Dochodząc do drogi głównej, obok jednej z najpiękniejszych kapliczek w gminie, szlak skręca w stronę centrum miejscowości by zakończyć swój bieg przy udostępnionej do zwiedzania Kuźni, działającej tu nieprzerwanie od ponad 100 lat.

LEGENDA	
	sanktuarium, kościół
	kapliczka
	zamek, baszta, wieża
	pałac, dwór
	fortyfikacje
	młyn
	inny zabytek
	muzeum
	skansen
	rezerwat przyrody
	park
	zabytkowy cmentarz
	miejsce pamięci
	uzdrowisko
	punkt widokowy
	kapielisko
	atrakcja turystyczna
	wyciąg narciarski
	ośrodek jazdy konnej
	prom
	kolejka wąskotorowa



Wydawca ©: Lokalna Organizacja Turystyczna „Kraina Lessowych Wawozów”
ul. 1 Maja 16, 24-150 Nałęczów, tel. 81 50 16 101,
info@kraina.org.pl, www.kraina.org.pl

opracowanie merytoryczne: Urszula Mirosław, opracowanie graficzne: Grzegorz Jaworski
Zdjęcia z archiwum Lokalnej Organizacji Turystycznej „Kraina Lessowych Wawozów”
oraz Gmin będących jej członkami.
Nałęczów 2023 Egzemplarz bezpłatny ISBN: 978-83-959630-9-4 Druk: Alf Graf