

25 TRASA NR 25 Poła (zielona)

6,2 km

czas przejścia ok. 1 h

6,2-kilometrowa trasa, poprowadzona drogami o miękkim podłożu i symbolicznym odcinkiem asfaltu. Po wykonaniu rozgrzewki przecinamy drogę asfaltową i ul. Szkolną wychodzimy ze wsi. Na 1,2 km czeka na nas tablica z zestawami ćwiczeń i czytelną instrukcją ich wykonania. Maszerujemy gruntową drogą z panoramą na Bożepole i wchodzimy w zabudowania Chmielańca. Skręcamy w prawo i po 300 m dochodzimy do rozejścia szlaków. W prawo, do lasu odchodzi czarny szlak. My idziemy prosto, „autostradą” o miękkim podłożu i skrywając się w cieniu wiekowych przydrożnych drzew, docieramy do kolejnego rozejścia szlaków. Skręcamy w lewo i po kilometrze dochodzimy do tablicy ćwiczeń. Z prawej dochodzą szlaki czerwony i czarny. Skręcamy w lewo i maszerujemy pomiędzy zagrodami dla danieli. Ostatni kilometr trasy to wyposażony w oświetlenie uliczne, szeroki i przyjemny dukt i 100 m asfaltu.

A 6,2 kilometre route which leads along roads with soft surface and an insignificant section of a tarmac road. After a warm-up we cross a tarmac-road and along Szkolna Street we leave the village. After 1,2 km we come across an exercise board with clear instructions. We walk along a dirt road with a view of the village of Bożepole and walk between the buildings of Chmieleniec. We turn right and reach the point where the routes split. The black route turns right into the forest. We walk straight along a 'highway' with a soft surface and walking in the shadow of aged trees we reach another point where the routes split. We turn left and after a kilometre we reach an exercise board. On the right the route is joined by the red route and the black route. We turn left and walk between fallow deer enclosures. The last section of the route consists of a wide surfaced road fitted with street lights and a hundred metre section of a tarmac road.

26 TRASA NR 26 Łąkowa (czerwona)

7,6 km

czas przejścia ok. 1'20 h

Poprowadzona w formie 7,6-kilometrowej pętli trasa, stanowiąca alternatywne przedłużenie dla zielonego szlaku. Przeznaczona zarówno dla początkujących, jak również zaawansowanych maszerów. Przebieg trasy do 3,3 km pokrywa się z zieloną nr 25. W tym punkcie trasa zielona skręca w lewo, a my maszerujemy jeszcze 900 m gruntową „autostradą”. Szeroka droga to idealne miejsce do uprawiania „nordicplotking” – rozmowy podczas maszerowania ramię w ramię. Na 4 km trasy, z prawej strony dochodzi czarny szlak. Po kolejnych 200 m, przy punkcie pomiaru tętna, skręcamy w lewo, aby gorszej jakości drogą dojść do Kanału Wielkiego. Kolejny skręt w lewo i szlak poprowadzi nas wśród nadrzecznej roślinności. Po 1,5 km dochodzimy do tablicy z ćwiczeniami. Z lewej strony dochodzi zielony szlak. Ostatni, blisko 2 km fragment szlaku, doprowadzi nas do parkingu w Bożympolu, gdzie zakończymy naszą wyprawę.

A 7,6 kilometre loop is an alternative prolongation of the green route. It is aimed both at beginners as well as at advanced walkers. For 3,3 km the route overlaps the green route no. 25. At that point the green route turns left and we go further for 900m along a dirt 'highway'. The wide road is a perfect place for 'nordicplotking' - chatting while walking. After 4 km after the beginning of the walk the route is joined by the black route. After the next 200 m, next to a pulse measuring point, we turn left to get to the Great Canal. After another turn left the route leads us through the riverside vegetation. After 1,5 km we reach an exercise board. On the left the route is joined by the green route. The last 2 km of the route take us to the car park in the village of Bożepole, where we finish our walk.

27 TRASA NR 27 Leśna (czarna)

11,3 km

czas przejścia ok. 2 h

Oznakowana kolorem czarnym, blisko 12-kilometrowa pętla, pokonanie której zajmie nam ok. 2 godz. Trasa wiedzie polami, leśnymi duktami i piaszczystymi drogami, Początkowo jej przebieg pokrywa się z pozostałymi trasami, aby przy punkcie tętna, zainstalowanym na 2,6 km skręcić w prawo w kierunku widocznego w oddali lasu. Po 800 m wchodzimy do lasu i za znakami skręcamy w lewo. Droga cały czas wije się w górę w otoczeniu pięknego lasu. Na kolejnych rozwidleniach, dwukrotnie skręcamy w lewo i na 5,2 km osiągamy najwyższy punkt na trasie. Pokonujemy kilometrowej długości zejście i szlak wyprowadza nas na bitą drogę. Na prawo widoczny fragment bruku, prowadzącego do Świetlina. My skręcamy w lewo i po 700 m dochodzimy do leśniczówki. Po pokonaniu kolejnych 600 m dochodzimy do gruntowej „autostrady”. Skręcamy w prawo i razem z czerwoną trasą, z którą łączymy się w tym miejscu, dochodzimy do punktu pomiaru tętna. Kolejny skręt, tym razem w lewo, i mijając dwa pomnikowe okazy dębów, po 700 m dochodzimy do Kanału Wielkiego. Na tym fragmencie trasy należy uważać, gdyż gruntowe podłoże pozostawia wiele do życzenia. Niedogodności zrekompensuje nam marsz wzdłuż Kanału Wielkiego, pośród jakże charakterystycznej rzecznej roślinności. Przechodzimy przez mostek i dochodzimy do tablicy ćwiczeń. Od tego momentu trasy czarna, czerwona i zielona mają wspólny przebieg. Pomiędzy wybiegami dla danieli, ul. Łąkową dochodzimy do kościoła w Bożympolu Wielkim, gdzie kończymy marsz.

It is an almost 12 km loop marked with black signs which takes about 2 hours. The route is marked out alongside forest roads, sandy roads and fields. Initially the route overlaps the other routes and then, next to the pulse measuring point on the 2600th metre it turns right towards the forest in the distance. After 800m we enter the forest and following the signs we turn left. The road winds uphill through a beautiful forest. At the next junction we turn left twice and after 5,2 kilometres from the beginning of the walk we reach the highest point on the route. After a one kilometre descent we reach a surfaced road. On the right we can see a section of a cobbled road to Świetlin. We turn left and after 700m reach the forester's lodge. Having walked the next 600m we reach a dirt 'highway'. We turn right, join the red route, and we reach a pulse measuring point. We turn left and having passed two aged oaks after 700m we reach the Great Canal. On this section of the route we need to be careful as the surface of the road is not of very good quality but this inconvenience is compensated by the walk along the banks of the Great Canal among rich riverside vegetation. We cross a small bridge and come to an exercise board. From now on the black route, the red route and the green route overlap. We walk between fallow deer enclosures and along Łąkowa Street we come the church in Bożepole, finishing the walk.



Projekt i wykonanie tras:



Trasy certyfikowane przez:



Gmina Łęczyce



Nordic Walking Park „Łęczyce”

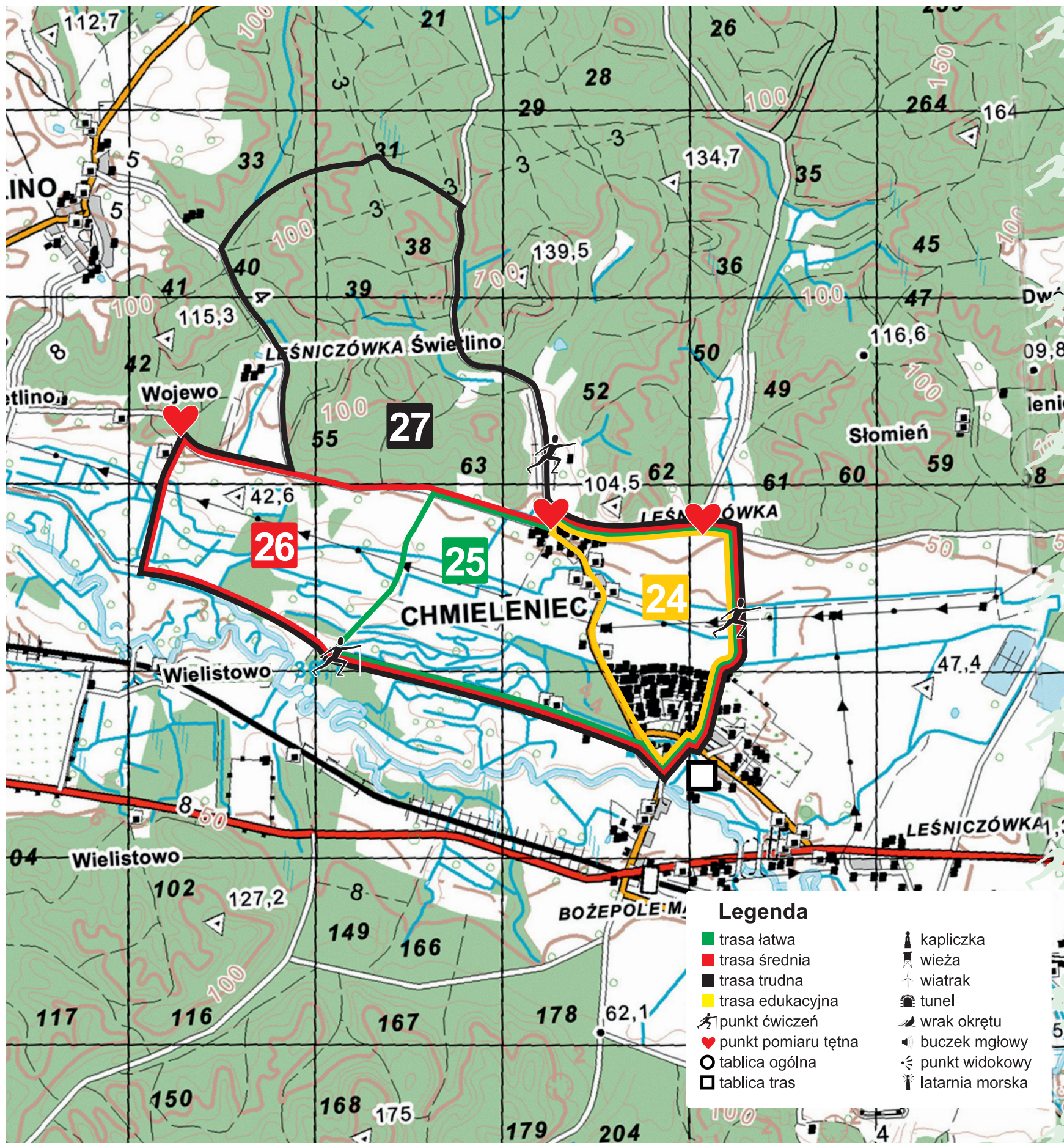
Sieć tras do uprawiania
Nordic Walking
w gminie Łęczyce



www.ppnw.eu



Operacja pn: "Pomorskie Parki Nordic Walking"
jest współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach osi 4 LEADER, działanie 4.21
Wdrażanie projektów współpracy Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013.
Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie.



24 TRASA NR 24 Okrężna (żółta) 3,7 km
 czas przejścia ok. 0'40 h

Najkrótsza z tras wchodzących w skład Nordic Walking Park „Łęczyce”, przebiegająca pomiędzy wsiami Bożepole Wielkie i Chmieleniec, blisko 4 km pętla. Podczas jej pokonywania należy zachować szczególną ostrożność na końcowym 1,4 km odcinku. W tym miejscu żółty szlak pokrywa się z asfaltową drogą łączącą Bożepole z Chmielencem. Droga kończy swój bieg w Chmielencu, nie należy więc do zbyt ruchliwych. Wychodząc na trasę, proszę pamiętać o zabraniu „butków” – gumowych nakładek zabezpieczających grotę kijów. Po wykonaniu rozgrzewki, wzdłuż rz. Łęby ruszamy w kierunku zachodnim. Przejściem dla pieszych wchodzimy w ul. Szkolną i po 600 m szlak wyprowadza nas na odkryty teren. Wchodzimy na gruntową drogę i po kolejnych 600 m dochodzimy do tablicy ćwiczeń, usytuowanej przy boisku piłkarskim. Za moment skręcamy w lewo i podziwiamy panoramę na Pradolinę Łęby, mijając po drodze cmentarz, dochodzimy do punktu pomiaru tętna. Mijamy leśniczówkę i wchodzimy pomiędzy zabudowania Chmielenia. Po pokonaniu 2,3 km trasy dochodzimy do asfaltu, gdzie skręcamy w lewo, a pozostałe szlaki odchodzą w prawo. Maszerujemy asfaltem i ul. Chmielniecką dochodzimy do punktu, gdzie rozpoczęliśmy naszą wędrówkę. Na uwagę zasługuje fakt, iż większość trasy posiada oświetlenie uliczne.

The shortest route of 'Łęczyce' Nordic Walking Park is a nearly 4 kilometre loop between the villages of Bożepole Wielkie and Chmieleniec. While walking along the route special caution should be exercised on the final 1,4 km section, where the route follows the tarmac road connecting Bożepole with Chmieleniec. The road ends in Chmieleniec so the traffic is not big. It is essential to have asphalt paws ready. After a warm-up we walk west along the River Łęba. On the zebra crossing we walk into Szkolna Street and after 600m we reach an open space. We walk along a dirt road and after 600m we reach an exercise board next to the football pitch. After a while we turn left and admire the view of the Ice-marginal Valley of the River Łęba. After passing the cemetery we reach a pulse measuring point. We pass the forester's lodge and walk between the buildings of Chmieleniec. After 2,3 km from the beginning of the walk we reach a tarmac road and we turn left while the rest of the routes turn right. We walk along the tarmac road and along Chmielnieckiego Street we come to the point where we started our hike. Notice that most of the route is fitted with street lights.

