



36 TRASA NR 36 Leśną Droga (zielona) 6,1 km


czas przejścia ok. 1 h

 6,1-kilometrowa trasa, w całości poprowadzona leśnymi drogami. Po wykonaniu rozgrzewki skrajem lasu idziemy w kierunku zachodnim i po 200 m skręcamy w las. Na 1300 m trasy dochodzimy do punktu pomiaru tętna. Wraz z trasami żółtą i czerwoną, które towarzyszą nam od startu, po pokonaniu kolejnych 500 m, dochodzimy do zwornika wszystkich szlaków, gdzie zlokalizowano tablicę z ćwiczeniami. Po ich wykonaniu, za znakami ruszamy dalej i po 200 m., razem z czarną trasą, skręcamy w lewo. Na wprost odchodzi trasa czerwona. Leśną drogą wspinamy się na grzbiet góry i po osiągnięciu kulminacji schodzimy w dół, wychodząc na doskonałej jakości dukt. Tu, przy słupku nr 21, rozwidłają się oba szlaki. Czarny odchodzi w prawo, a my skręcamy w lewo. Ten fragment trasy daje doskonałą możliwość do zwiększenia tempa marszu. Na 3,4 km trasy podchodzimy do krzyżówki dróg. Z prawej dochodzi czerwony, a z naprzeciwka czarny szlak. Skręcamy w lewo i po kilkuset metrach wychodzimy na rozległą polanę, którą obchodzimy wzdłuż granicy lasu. Na 4,3 km trasy, za znakami wchodzimy ponownie do lasu. 100 m dalej skręcamy w prawo z drogi biegnącej grzbietem leśnego wzniesienia. Kilkusetmetrowe ostre zejście pozwoli nam sprawdzić swoje umiejętności w górzystym terenie. Na 5,2 km wychodzimy na leśną „autostradę” i skręcamy w lewo. Po pokonaniu 400 m dochodzimy do granicy lasu. Na wprost widok na Bolszewo z dominującą bryłą GOSiW-u. Z prawej dochodzi czerwony i czarny szlak. Tu skręcamy w lewo i 600 m dalej, po pokonaniu 6,2 km dystansu, zamykamy pętlę.

 A 6,1 km route marked out totally along forest roads. After a warm-up we walk west along the edge of the forest and after 200m turn into the forest. After 1300m from the beginning of the walk we reach a pulse measuring point. Alongside the red route and the yellow route, which accompany us from the starting point, after 500m we reach the junction of all routes. An exercise board is located here. Having done the exercises we walk on and after 200m following the black route turn left. The red route leads straight. Following a forest road we climb a hill and having reached the peak we go downhill reaching an excellent quality forest road. Here, near the pole no. 21 the routes split. The black route turns right and we turn left. This section of the route is a wonderful opportunity for increasing the pace. After 3,4km from the beginning of the walk we reach a crossroads. The red route joins on the right and the black one from the opposite direction. We turn left and after several hundred metres we reach a vast clearing and go round along the edge of the forest. After 4,3 km from the beginning of the walk, following the signs, we enter the forest again. A 100m further we leave the road which goes along the ridge of the hill, turning right. A several hundred metre downhill walk will allow us to check our skills of walking in mountainous terrain. After 5,2 km from the beginning of the walk we enter a forest 'highway' and turn left. After 400m we reach the edge of the forest. In front of us a view of Bolszewo with the dominant shape of GOSiW. On the right the red route and the black route join our route. We turn left here and after 6,2 km we close the loop.


37 TRASA NR 37 Polnymi Duktami (czerwona) 8 km


czas przejścia ok. 1'20 h


 Ciekawa, poprowadzona w formie 8-kilometrowej pętli, trasa przeznaczona zarówno dla początkujących, jak również zaawansowanych maszerów. Całość czerwonej trasy prowadzi doskonałej jakości gruntowymi duktami i leśnymi drogami. Początkowo trasa pokrywa się z żółtym i zielonym szlakiem. Na tym fragmencie, poprowadzonym przyjemną leśną drogą, napotkamy punkt pomiaru tętna oraz tablice ćwiczeń. Przy zworniku szlaków skręcamy w prawo i po 200 m, wzdłuż ogrodzenia, wąską drogą obchodzimy łukiem zalesiony grzbiet. Na wysokości małego mostka wychodzimy na dukt. Z lewej dochodzi czarna trasa. Za nami 2,7 km dystansu. Skrajem lasu, przy zabudowaniach dochodzimy do tablicy ćwiczeń. Po ich wykonaniu ruszamy prosto w kierunku widocznej w oddali asfaltowej szosy. 20 m przed drogą skręcamy w lewo w słabo widoczną leśną ścieżkę, która już za moment zmienia się w wyraźną drogę. Ponad kilometr maszerujemy przez las, z którego wychodzimy na 4,3 km. Na prawo, w kierunku widocznej w oddali Góry Pomorskiej, skręca czarny szlak. My, przy zlokalizowanym w tym miejscu punkcie pomiaru tętna, ruszamy w przeciwnym kierunku. Przechodzimy przez rozległą polanę, w połowie której nad naszymi głowami biegnie żarnowiecka linia energetyczna. 5,1 km trasy to punkt, w którym schodzą się 3 szlaki. Krótki fragment lasu i wychodzimy na kolejną polanę, którą obchodzimy prawą stroną wzdłuż granicy lasu. Po 400 m zielona i czarna trasa skręca w las, a my maszerujemy jeszcze 200 m jego skrajem i również zanurzamy się w leśną gęstwinę. Kolejne 700 m to przepiękne zejście. Po wypłaszczeniu terenu przechodzimy 500 m i wychodzimy z lasu. Jeszcze 600 m i docieramy do końca naszej wędrowki.

38 TRASA NR 38 Ku Pomorskiej Górze (czarna) 12,6 km

czas przejścia ok. 2 h

 Oznakowana kolorem czarnym, ponad 12-kilometrowa pętla, pokonanie której zajmie nam ok. 2 godz. Trasa wiedzie leśnymi ścieżkami, polnymi i piaszczystymi drogami, dwoma krótkimi fragmentami asfaltu oraz króciutkim odcinkiem kostki brukowej. Szlak łączy Bolszewo z Górą Pomorską. Po wyjściu na trasę ruszamy w kierunku zachodnim i po przejściu 600 m skręcamy w prawo. Naszym oczom ukazuje się rzadki widok – 1,4 km długości, szeroka, prosta, bita droga, rozdzielająca las na dwie części. Na jej końcu znajduje się zwornik wszystkich czterech szlaków i tablica z ćwiczeniami. Ruszamy dalej, wraz ze znakami zielonymi i czerwonymi. Po 200 m czerwony szlak obchodzi zboczem łukiem w prawo, a my kierujemy się w lewo i podchodzimy na grzbiet. Po zejściu w dół dochodzimy do leśnej „autostrady”. Zielony szlak odchodzi w prawo. My maszerujemy w lewo i po przejściu 700 m odcinka dochodzimy do mostka, gdzie łączymy się z czerwoną trasą. Oba szlaki biegną teraz razem, granicą lasu. Po 100 m tablica ćwiczeń, po których wykonaniu ruszamy dalej i 20 m przed asfaltową szosą, skręcamy w lewo do lasu. Idąc leśnymi drogami, na 5 km wychodzimy z lasu wprost na tablicę punktu pomiaru tętna. Skręcamy w lewo i ruszamy w kierunku widocznych w oddali zabudowań Góry Pomorskiej. Przechodzimy pomiędzy zabudowaniami i ul. Słowińską wychodzimy z wioski. Maszerujemy ponad kilometr piaszczystą drogą. Mijamy charakterystyczny przydrożny krzyż i osiągamy granicę lasu. Kolejny, 600 m długości odcinek to fantastyczne, szerokie zejście w dół, aż do asfaltowej drogi. Kierujemy się w prawo i 200 m dalej skręcamy w stronę widocznej już leśniczówki. Tuż za nią, na przyjemnie zagospodarowanym miejscu wypoczynkowym, czeka na nas ostatnia tablica z ćwiczeniami. Na 9,4 km trasy przechodzimy pod linią energetyczną i po pokonaniu 500 m podejścia, dochodzimy do zwornika szlaków. Czekaj tam na nas ostatni punkt pomiaru tętna. Skręcamy w prawo i po kilku minutach wychodzimy na polanę. Skrajem lasu dochodzimy do rozejścia szlaków. Czerwony odchodzi w prawo, zielony w lewo, czarny prosto. Jeszcze 600 m długości wspaniałym zejściem i po połączeniu się z czerwoną trasą wychodzimy z lasu. Piaszczystą drogą, wzdłuż granicy lasu, po pokonaniu 12,6 km trasy, kończymy wędrowkę.

 It is an almost 12 km loop marked with black signs which takes about 2 hours. The route is marked out along forest roads, sandy roads, fields, two sections of a tarmac road and a very short section along cobbled surface. The route connects Bolszewo with Góra Pomorska. We start walking west and after 600m turn right. A rare view comes into sight - a 1,4 km straight wide section of a surfaced road dividing the forest into two with a routes junction and an exercise board at the end. We walk on following the green and the red signs. After 200m the red route goes right round the slope and we turn left and climb the ridge. After reaching the foot of the hill we reach a forest 'highway'. The green route turns right. We go left and after 700m come to a bridge, where we are joined by the red route. Both routes now go together, along the edge of the forest. After 100m we come across an exercise board and having done the exercises we walk on. 20m before a tarmac road we turn left into the forest. Walking along forest roads, after 5 km from the beginning of the walk we leave the forest and reach a pulse measuring point. We turn left and continue towards the buildings of Góra Pomorska visible in the distance. We go between the buildings and following Słowińska Street we leave the village. We walk for over a kilometer along a sandy road. We pass a characteristic roadside cross and reach the edge of the forest. The next 600m section is a wonderful wide descent to a tarmac road. We turn right and after 200m we turn towards the forester's lodge visible in the distance. Right behind it, on a leisure spot we come to the last exercise board. After 9,4 km from the beginning of the walk we walk under a power line after a 500m climb we reach a routes junction. The last pulse measuring point awaits us there. We turn right and after a few minutes we come to a clearing. Along the edge of the forest we come to the place where the routes split. The red route turns right, the green one turns left and the black one goes straight. After a 600m descent we join the red route and leave the forest. Along a sandy road, along the edge of the forest, after 12,6 km from the beginning of the walk we finish the hike.

 An interesting route in the form of an 8 km loop aimed both at beginners as well as at advanced walkers. The whole route leads along excellent quality dirt roads and forest roads. Initially the route overlaps the yellow and the green route. On this section, which leads along a pleasant forest road we come across a pulse measuring point and exercise boards. At a routes junction we turn right and after 200m, along a fence and a narrow road we go round a tree-covered ridge. By a small bridge we enter a forest road. The black route joins our route on the left. By now we have walked 2,7 km. Along the edge of the forest we reach an exercise board near buildings. Having done the exercises we walk ahead towards a tarmac road visible in the distance. 20m before the road we turn left into an inconspicuous path, which soon turns into a clearly visible road. We walk through the forest for over a kilometer and we leave it after 4,3 km from the beginning of the walk. The black route turns right towards Góra Pomorska visible in the distance. We turn into the opposite direction by a pulse measuring point which is located here. We cross a vast clearing with a power line in the middle of it. After 5,1 km from the beginning of the route we come to the point where 3 routes meet. After a short walk through the forest we come to another clearing and we go round it along the forest edge on the right. After 400m the green route and the black route turn into the forest and we continue walking along its edge for 200m and then also go into the forest. The next 700m is a beautiful descent. After reaching the foot of the hill we walk on for 500m and leave the forest. After 600m we reach the end of the walk.



Projekt i wykonanie tras:



Trasy certyfikowane przez:



Gmina Wejherowo



Nordic Walking Park „Wejherowo”

Sieć tras do uprawiania
Nordic Walking
w gminie Wejherowo



www.ppnw.eu



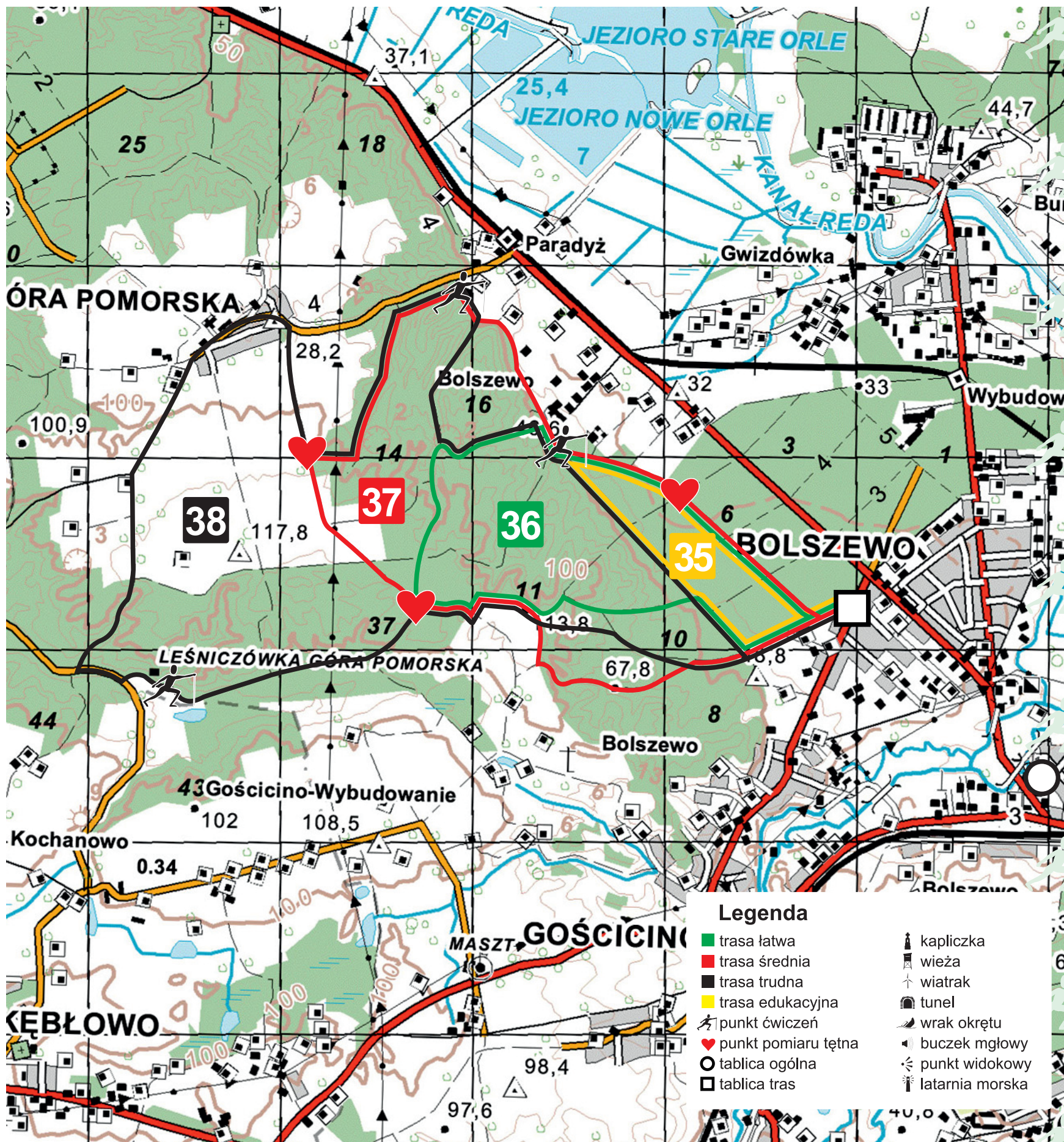
Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich



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.



35 TRASA NR 35 Bolszewska (żółta) **3,8 km**
 czas przejścia ok. 0'40 h

Łatwa i przyjemna trasa przebiegająca w kompleksie leśnym pomiędzy Bolszewem a Górą Pomorską. Po wykonaniu rozgrzewki wychodzimy na trasę i po 200 m skręcamy w prawo do lasu. Maszerujemy przyjemną leśną drogą i po przejściu około 1 km dochodzimy do punktu pomiaru tętna. Ruszamy dalej i na 1,8 km trasy dochodzimy do zwornika szlaków, gdzie zlokalizowano tablicę z ćwiczeniami. W tym miejscu łączą się wszystkie trasy: zielona i czerwona, które początkowo pokrywały się z żółtą, odchodzą w prawo. Z lewej strony dochodzi czarna. Po wykonaniu ćwiczeń, za znakami ruszamy leśną „autostradą” w kierunku Bolszewa. Po drodze, z prawej strony, dojdzie zielony szlak. Na końcu długiej, blisko 1,5 km!, prostej wychodzimy z lasu. Z prawej strony dochodzą trasy czerwona i czarna. Skręcamy w lewo i po przejściu 600 m dochodzimy do punktu, z którego rozpoczynaliśmy naszą wędrowkę. W sezonie zimowym trasa szczególnie rekomendowana do narciarstwa biegowego.

 An easy and pleasant route marked out in a forest complex between Bolszewo and Góra Pomorska. After a warm-up we walk for 200m and turn right into the forest. We walk along a pleasant forest road and after about 1 km we reach a pulse measuring point. We walk on and after 1,8 km from the beginning of the walk we reach a routes junction where an exercise board is located. This the place where all the routes meet. The green route and the red route, which initially overlapped the yellow route, turn right. The black route joins the route on the right. Having done the exercises we follow the signs along a forest 'highway' towards Bolszewo. On the way, on the right the green route joins the route. At the end of a 1,5 km stretch of the road we leave the forest. On the right the route is joined by the red route and the black route. We turn left and after a 600 m walk reach the point where we started the walk. During winter season the route is recommended for Nordic skiers.

- Legenda**
- | | |
|---|---|
|  trasa łatwa |  kapliczka |
|  trasa średnia |  wieża |
|  trasa trudna |  wiatrak |
|  trasa edukacyjna |  tunel |
|  punkt ćwiczeń |  wrak okrętu |
|  punkt pomiaru tętna |  buczek mgłowy |
|  tablica ogólna |  punkt widokowy |
|  tablica tras |  latarnia morska |

