



POLSKA

na dwóch kółkach

ERGO
HESTIA®



Bezdroża

Autorzy przewodnika: Natalia Drabek (*Okolice Poznania: trasy 1, 2, 4, 5, 6*), Grupa Morus – Michał Franaszek (*Okolice Krakowa: trasy [całość] + Poradnik rowerzysty*), Grzegorz Kałamejka (*Okolice Trójmiasta: trasy 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9*), Jakub Kaniewski (*Okolice Warszawy: trasy*), Marta Pawlik (*Okolice Trójmiasta: trasy 1, 2, 10*), Michał Unolt (*Okolice Poznania: trasy 3, 7, 8, 9, 10*), Agnieszka Waligóra i Mateusz Waligóra (*Okolice Wrocławia: trasy*)

Redakcja: Marta Ekiert

Opracowanie kartograficzne: Grzegorz Marchut

Źródło pochodzenia danych kartograficznych:

East View Cartographic (<http://www.cartographic.com>)

OSM (<http://www.openstreetmap.org>)



Koncepcja graficzna i projekt okładki: Dawid Kwoka

Zdjęcia na okładce: © Warren Goldswain / Fotolia.com

Skład: DAKA – Studio Graficzne

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz wydawnictwo Helion dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz wydawnictwo Helion nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Wydawnictwo Helion S.A.
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel.: 32 2309863
e-mail: bezdroza@bezdroza.pl
<http://bezdroza.pl>

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres:

<http://bezdroza.pl/user/opinie/?bepro1>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydanie I

ISBN: 978-83-246-4211-3

Copyright © Helion, 2012

Spis treści

Poradnik rowerzysty	5
Kupujemy rower	5
Dobór roweru	8
Rower górski	8
Rower trekkingowy	8
Rower turystyczny	9
Kluczowe elementy roweru	10
Kierownica	10
Mostek	10
Manetki	11
Siodło	11
Pedały, noski i SPD	11
Wyposażenie dodatkowe	12
Koszyk i bidon	12
Błotniki	13
Bagażnik	13
Sakwy	13
Torba na kierownicę	14
Oświetlenie i odblaski	14
Dzwonek	15
Kask i rękawiczki	15
Peleryna przeciwdeszczowa	16
Mapnik	17
Wyjeżdżamy na drogę	17
Rower i dzieci	17
Jazda po ulicy	17
Jazda po ścieżce rowerowej	19
Jazda po chodniku	20
Technika efektywnej i bezpiecznej jazdy	21
Ciśnienie w oponach	21
Korzystanie z przerzutek	21
Bezpieczne hamowanie	24
Ergonomiczna pozycja	24
Dłuższa żywotność sprzętu	25
Zabrudzone klocki	25
Dopuszczalny ciężar bagażu	26
Jazda po wybojach	27
Krzyżowanie łańcucha	27
Konservacja roweru	28
Planowanie wycieczki	28
Żywność i napoje	31
Jak się ubrać?	31
Okolice Gdańska	32
Trasa 1: Wyspa Sobieszewska	35
Trasa 2: Przez Żuławy	39
Trasa 3: Trójmiejskie latarnie	45
Trasa 4: Polska Atlantyda	51
Trasa 5: Błękitna wstęga płucka	57
Trasa 6: Gromowładca	63
Trasa 7: Marzenie o szklanych domach	69
Trasa 8: Kąpiel w Bałtyku	75
Trasa 9: Wejherowo – Lębork	85
Trasa 10: Półwysep Helski	93

Okolice Poznania 98

Trasa 1: Przez poligon	101
Trasa 2: Do Puszczykowa	107
Trasa 3: Traktami puszczy Zielonka	113
Trasa 4: Doliną Wełny do Domu Młynarza	117
Trasa 5: Do ujścia rzeki Samy	121
Trasa 6: Z wizytą u Chłapowskich	127
Trasa 7: Tour de WPN	133
Trasa 8: Kraina Stu Jezior	139
Trasa 9: Okolice Wolsztyna	145
Trasa 10: Szlakiem kosynierów	151

Okolice Warszawy 156

Trasa 1: Z Żerania do Śródmieścia	159
Trasa 2: Przez puszcę, śladami wojny	165
Trasa 3: Z biegiem Bzury	171
Trasa 4: Śladami kolejki leśnej	177
Trasa 5: Skarby ziemi łowickiej	183
Trasa 6: Od Wisły do Narwi	189
Trasa 7: Przez chojnowskie knieje	193
Trasa 8: W górę Wisły	199
Trasa 9: Śladem kolejki grójeckiej	205
Trasa 10: Uroki fabrycznego miasta	211

Okolice Wrocławia 216

Trasa 1: W stronę Bajkału	219
Trasa 2: Wzdłuż Odry	225
Trasa 3: Szlakiem pałaców	231
Trasa 4: Z Adrenaliną	237
Trasa 5: W stronę Ślęży	243
Trasa 6: Wokół Ślęży	249
Trasa 7: Bike'owe wzgórza Trzebnicy	257
Trasa 8: Przez rzekę	265
Trasa 9: Po skarb średzki	271
Trasa 10: Szlakiem cystersów	279

Okolice Krakowa 286

Trasa 1: Co widać z Garbu?	289
Trasa 2: Widokowo z Morawicy	297
Trasa 3: Do zamku Tenczyn	305
Trasa 4: Z Trzebini do Piekar	313
Trasa 5: Stawy zatorskie	321
Trasa 6: Z Oświęcimia do Kamienia	327
Trasa 7: Doliną Prądnika	335
Trasa 8: Z widokiem na pustynię	343
Trasa 9: Z widokiem na Beskidy	349
Trasa 10: Wokół Borzęcina	355

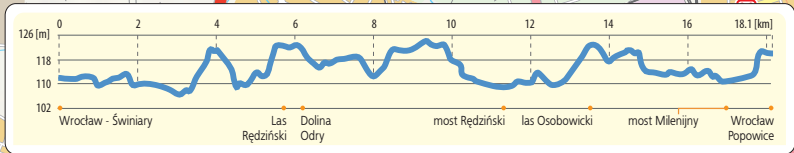
Spis map 360

Elementy profilu 360

Indeks 361

OKOLICE WROCŁAWIA





Trasa 2: Wzdłuż Odry

Wrocław

18,1 km | 2 godz. | trudność I

Wrocław jest z Odrą nierozzerwalnie związany, a tereny leżące nad rzeką są azylem dla szukających ucieczki od zgiełku miasta wrocławian. W dolinie Odry zachowała się także stosunkowo dzika przyroda, dlatego jest to miejsce atrakcyjne także dla miłośników natury. Trasa wiedzie przez spokojne miejsca i odludne obszary leżące wśród pól i lasów, a co za tym idzie – nie zawsze najrówniejszym traktem, dlatego amortyzatory mogą zdecydowanie poprawić komfort jazdy. Nie można zapominać, że tereny położone wzdłuż Odry to także wylęgarnie komarów, stąd nieodzowne jest zabranie odpowiednich specyfików. Inaczej wypad nad rzekę może na długo pozostać swędzącym wspomnieniem.

225

0,0 km; Wrocław-Świniary | stacja PKP

Do Świniar można dojechać pociągiem osobowym (kilkanaście połączeń dziennie). Wsiadamy na stacji PKP Wrocław-Świniary. Czas przejazdu z Dworca Głównego wynosi ok. 17 min.

Świniary to od 1973 r. dzielnica Wrocławia, leżąca u jego północnej granicy. Pierwsze wzmianki o osadzie *Sviniar* pojawiły się w 1266 r. Największym zabytkiem Świniar jest dawny **pałac Stolbergów** wybudowany w 1845 r., w którym na początku XX w. mieściło się sanatorium.

Ze stacji kolejowej Wrocław-Świniary skręcamy w lewo, w ulicę Dalimira pokrytą kostką brukową. Dojeżdżamy do głównej ulicy – Pęgowskiej, i skręcamy w lewo, mijając bibliotekę z lewej strony. Asfaltową drogą o dosyć dużym ruchu (!) jedziemy prosto i wyjeżdżamy z Wrocławia. Przed mostem na Widawie skręcamy w lewo, w drogę z kostki brukowej, a następnie przejeżdżamy przez tory kolejowe. Niewygodę jazdy drogą kiepskiej jakości rekompensuje nam widok bujnych łąk – ulubionego miejsca żerowania różnych gatunków ptaków, w tym bocianów, których w letnich miesiącach są tutaj dziesiątki. Najwidoczniej nie przeszkadza im wydzielany przez liczne rowy melioracyjne niezbyt przyjemny zapach siarkowodoru. Bardzo częstym widokiem są tutaj

także przelatujące szybowce. Jadąc prosto, mijamy zbiorniki wodne zarówno z prawej, jak i z lewej strony drogi. Po pewnym czasie droga przechodzi w wygodniejszą, szutrową ścieżkę.



fot. Agnieszka Waligóra
i Mateusz Waligóra

226

Gdy droga po raz drugi zakręca w lewo, odbijamy od niej pod ostrym kątem w prawo (uwaga: można tu pobiłdzić!) i podążamy skrajem lasu, by następnie wjechać w jego głąb. Po dojechaniu do rozdroża skręcamy w prawo, rozpoczynając delikatny podjazd, po którym zjeżdżamy z góry. Na kolejnym skrzyżowaniu skręcamy w lewo. Ścieżka wyprowadza nas na łąkę, a następnie prowadzi do stawu (popularnego miejsca wypoczynku) – mijamy go z lewej strony (od południa), mając cały czas po prawej (północnej) stronie rzekę Widawę. Znajdujemy się teraz w **Lesie Lesickim**, będącym północną częścią Lasu Rędzińskiego. Dojeżdżamy do rozdroża, na którym skręcamy w lewo.

6,0 km; Wrocław | Las Rędziński

Las Rędziński to naturalna część kompleksu lasów nadodrzańskich, ciągnących się po obu stronach Widawy. Jego powierzchnia wynosi ponad 400 ha (inne części tego kompleksu to przede wszystkim Las Pilczycki i Las Osobowicki). Las ten uważany jest za obszar niezwykle cenny przyrodniczo, tutaj rośnie m.in. **najgrubszy we Wrocławiu dąb szypułkowy**, mający 734 cm obwodu.

Przyjemną ścieżką szutrową dojeżdżamy do niewielkiego drewnianego mostku, który przekraczamy, cały czas jadąc prosto, na południe. Po dojechaniu do skrzyżowania

(ok. 6,3 km od stacji w Świniarach) skręcamy w prawo na skos (kąt ostry w stosunku do drogi). Po kolejnych kilkunastu metrach (lekki zjazd) dojeżdżamy do łąki i skręcamy w lewo – w drogę prowadzącą na południe. Ścieżka ta, dosyć mocno zarośnięta, prowadzi cały czas skrajem lasu, wzdłuż brzegu Odry.

6,3 km; Dolina Odry

Odra – główna rzeka Śląska – w okolicach Świniar tworzy bardzo ciekawy krajobraz: wiele tu podmokłych łąk, starorzeczy i lasów łęgowych. W okolicy znajdują się bogate stanowiska śnieżycy wiosennej, śnieżycy przebiśnieg i konwalii majowej. Fauna reprezentowana jest tu przede wszystkim przez ptactwo – jaskółki brzegówki (drążące w ścianach nadrzecznych skarp tunele, zakończone gniazdem) czy remizy.

Po pewnym czasie na drugim brzegu Odry ukazuje się nam charakterystyczna góra. Jest to powstałe w 1966 r. **składowisko śmieci** na wrocławskich Maślicach. Do chwili zamknięcia było jednym z największych wysypisk w Polsce (2 mln m³ odpadów); koszt rekultywacji tej liczącej 45 m wysokości góry to, bagatela, 25 mln EUR.

Nieco dalej (składowisko po drugiej stronie rzeki zostawiamy w tyle) ścieżka zakręca lekkim podjazdem do lasu. Dojeżdżamy do rozstaju dróg i skręcamy w prawo, w najbardziej utwardzoną ze ścieżek – oznaczoną strzałką na jednym z drzew. Jedziemy cały czas prosto wygodną szutrową drogą przez las, która po kilkunastu metrach zakręca w prawo. Po ok. 1 km od ostatniego rozdroża mijamy niewielkie skrzyżowanie,



Most Rędziński

fot. Agnieszka Waligóra i Mateusz Waligóra

przez które nadal jedziemy prosto. Przy kolejnym ze skrzyżowań znajduje się wiata z miejscem na ognisko – nadal jedziemy prosto. Następnie przy najbliższej możliwej okazji skręcamy w prawo na skos w stronę Odry i dojeżdżamy do szlabanu i asfaltowej drogi, przy której znajduje się wiata i tablice informacyjne. Ponownie możemy podziwiać Odrę z jej brzegu. Po kilku metrach od tego miejsca asfaltowa droga (ulica Żużłowców) odbija w lewo, wybieramy jednak niepozorną zarośniętą szutrową ścieżkę wzdłuż rzeki.

Z miejsca tego jak na dłoni widać nieodległy most Rędziński. Ścieżka następnie prowadzi wzdłuż ogrodzenia z drucianej siatki i wyprowadza nas pod obwodnicę.

11,2 km; Wrocław | most Rędziński

Most Rędziński to najdłuższy i najwyższy most w Polsce. Jeśli za kryterium przyjmimy powierzchnię, to Rędziński jest także największym mostem betonowym na świecie. Wysokość pylonu wynosi 122 m (to 8 m wyżej niż taras widokowy Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie), a długość całkowita mostu wynosi 1742 m – liczby te robią wrażenie. Jeśli dodamy do tego fakt, iż most jest po prostu ładny – chyba nie trzeba będzie już nikogo zachęcać do jego odwiedzenia.

W miejscu tym skręcamy w lewo, w wyłożoną betonowymi płytami ulicę Piłkarzy, która zakręca łukiem najpierw w lewo, a potem w prawo. Ulica wiodąca przez łąki



i pola uprawne kończy się przy zabudowaniach i skrzyżowaniu z ulicą Wędkarzy, na którym skręcamy w prawo (naprzeciwko przystanku autobusowego Rędzin). W miejscu tym rozpoczyna się wygodna asfaltowa droga. Jeszcze przed przejściem pod obwodnicą miasta zmienia ona nazwę z ulicy Wędkarzy na Osobowicką. Ulicą tą wiedzie **Trasa Twierdzy Wrocław** – niemal 60-kilometrowa pętla wiodąca przez większość zabytkowych obiektów militarnych, wybudowanych przez Niemców, głównie przed I wojną światową w ramach tzw. Festung Breslau – Twierdzy Wrocław.

Po ok. 600 m wjeżdżamy do lasu, gdzie droga zakręca w prawo. Mijamy wiatę (doskonale miejsce do odpoczynku) i jedziemy cały czas prosto.

13,5 km; Wrocław | Las Osobowicki

Las Osobowicki liczy ponad 135 ha i ma bardziej parkowy charakter. W lesie poprowadzono szereg ścieżek pieszych i rowerowych, a na jego obrzeżach postawiono wiaty i urządzono miejsca na ognisko. W północno-zachodniej części lasu znajduje się miejsce zwane **Szwedzkim Szańcem**, gdzie wytyczony jest rekreacyjny tor saneczkowy; niegdyś znajdowała się tutaj wieża widokowa, jednak zniszczyli ją Niemcy przed nadejściem Armii Czerwonej. W lesie odnaleziono ruiny grodu łużyckiego sprzed 2,5 tys. lat.

Za wiatą asfaltowa nawierzchnia staje się coraz bardziej dziurawa (może lepiej wybrać szutrową ścieżkę prowadzącą z lewej strony jezdni). Przy skrzyżowaniu z ulicą Lipską asfalt ostatecznie znika, ustępując miejsca kostce brukowej. Po minięciu placu Wyzwolenia droga zakręca w prawo. Po tym zakręcie wjeżdżamy na wał Odry z prawej strony jezdni i ścieżką szutrową kierujemy się cały czas prosto w stronę widocznego już mostu Milenijnego (po drodze mijamy szlaban).

229

16,9 km; Wrocław | most Milenijny

Most Milenijny, zwany także mostem Tysiąclecia, powstał w 2004 r. Łączy osiedla Osobowice i Popowice. Jego długość wynosi 973 m, a wysokość dwóch pylonów, na których zawieszony jest most, 50 m. Wzdłuż mostu po obu stronach wiodą ścieżki rowerowe.

Po dojechaniu do mostu Milenijnego możemy wnieść rowery po schodach lub wjechać ścieżką rowerową prowadzącą ślimakiem na górę. Przez most prowadzi doskonała ścieżka rowerowa, którą przejeżdżamy nad Odrą, a następnie zjeżdżamy w dół do skrzyżowania ulic Popowickiej i Milenijnej, gdzie kończy się trasa wycieczki.

18,1 km; Wrocław | skrzyżowanie ulicy Popowickiej z Milenijną

Koniec trasy.

POLSKA na dwóch kółkach

Masz ochotę na wypoczynek na świeżym powietrzu? Chciałbyś wybrać się na rowerową wycieczkę, ale nie wiesz, od czego zacząć? A może jesteś doświadczonym cyklistą, który szuka nowych, inspirujących szlaków? Jeżeli odpowiedziałeś twierdząco na którekolwiek z tych pytań, *Polska na dwóch kółkach* będzie odpowiednią książką dla Ciebie.

Dzięki przewodnikowi *Polska na dwóch kółkach* będziesz mógł podziwiać krajobrazy z nowej perspektywy, wybierzesz rower dostosowany do Twoich potrzeb oraz poznasz atrakcyjne trasy, które pozwolą w pełni cieszyć się rowerową wycieczką. Zróżnicowanie zaprezentowanych odcinków sprawi, że z pewnością znajdziesz w przewodniku trasę dla siebie. Niezależnie od tego, czy siedzisz na siodelku częściej niż w fotelu, czy też wsiądziesz na rower po raz pierwszy od lat, wykorzystaj szansę i przekonaj się, ile pięknych miejsc można odwiedzić na dwóch kółkach.

- 50 tras rowerowych po Polsce
- trasy odpowiednie dla rodzin z dziećmi
- praktyczny poradnik rowerowy



Nr katalogowy: 7 698



Księgarnia internetowa:
<http://bezdroza.pl>



Zamówienia telefoniczne:

0 801 339900



0 601 339900



Bezdroża

Sprawdź najnowsze promocje:
☛ <http://bezdroza.pl/promocje>
Przewodniki najchętniej czytane:
☛ <http://bezdroza.pl/bestsellery>
Zamów informator podróżniczy:
☛ <http://bezdroza.pl/newsletter>

Helion SA
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel.: 32 230 98 63
e-mail: bezdroza@bezdroza.pl
<http://bezdroza.pl>

Cena 39,90 zł

ISBN 978-83-246-4211-3



9 788324 642113 >