

RUHE UND GELASSENHEIT

JAHRESZEIT: GANZJÄHRIG
(BESTE ZEIT IM SOMMER UND HERBST)

DAUER: 1 TAG TOUR



DIE KASCHUBISCHE ROUTE DER GELASSENHEIT



BEGEBEN SIE SICH AUF EINE WOHLFÜHL-TOUR!

Beim Reisen geht es um Erfahrungen, Erholung, Genuss, das Gefühl von Harmonie, Glück, Spannung, aber während man sich gut fühlt, kann man auch Gutes tun.

Entdecken Sie Kaschubien - Ihr Wohlfühlziel.

Diese Route ist speziell entworfen und besteht aus Sehenswürdigkeiten, Aktivitäten und anderen sehenswerten Wohlfühlorten.

Wir haben diese Route sorgfältig ausgewählt, um Sie dazu zu inspirieren, authentische Wohlfühlangebote möglichst nachhaltig zu erleben.

Schaffen Sie sich eigenen Erinnerungen mit unseren einladenden Gastgeberinnen und wunderschönen Orten.



Wohlfühltourismus ist ein nachhaltiger Tourismus, der Harmonie und Gleichgewicht für Körper, Geist und Seele ermöglicht. Wenn es uns gut geht, fühlen wir uns gut und entwickeln einen Zustand des Wohlbefindens.

Warum sollten Sie unsere Wohlfühl-Dienstleistungen in Anspruch nehmen?

Ein Wohlfühl-Unternehmen kümmert sich um das Wohlergehen der lokalen Bevölkerung, seiner Mitarbeiter und seiner Gäste und dabei Traditionen,

Natur- und Kulturerbe berücksichtigt. Es gibt ihr Wissen gerne an mehr Menschen weiter und begegnet Ihnen und anderen mit Freundlichkeit und Freude. Weitere Unternehmen und Orte des Wohlfühlens, die Gutes tun, finden Sie unter **www.wellbeingtourism.com**

DIE KASCHUBISCHE ROUTE DER GELASSENHEIT – LASSEN SIE SICH VON DER CHARAKTERISTISCHEN LANDSCHAFT UND DER AUßER-GEWÖHNLICHEN SCHÖNHEIT VERZAUBERN.

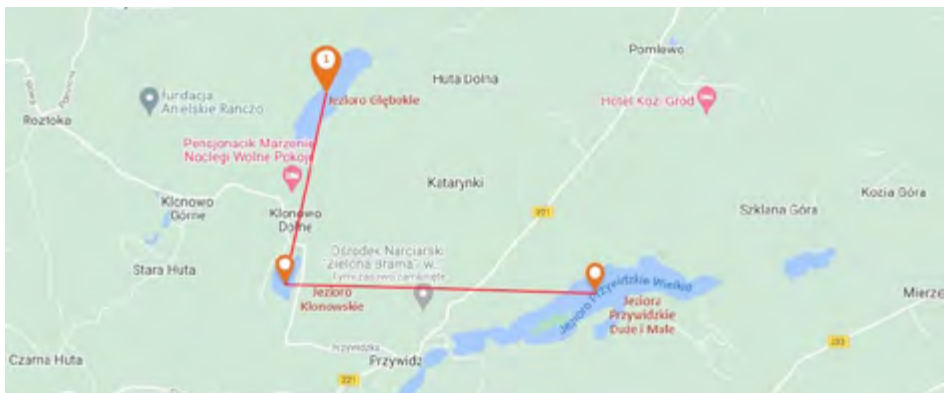
Um den Reiz der Kaschubei voll auskosten zu können, lohnt es sich, einen kurzen Ausflug zu unternehmen, zum Beispiel ins nahe gelegene Przywidz.

Auf dieser Strecke können Sie wunderschöne und abwechslungsreiche Naturlandschaften wie Wälder und Seen erleben. Die örtlichen Landwirte bieten ihre Produkte und Dienstleistungen zum Kauf an, z. B. Bio-Eier, Pilze, Honig, Käse, Gemüse, sie vermieten auch Fahrräder, Kajaks oder Boote, bieten Reiten, Baden in Wannen, Sauna, Angeln und vieles mehr.

Die Reise beginnt am Głębokkie-See, der von Wäldern und kleinen Dörfern mit schattigen Baumalleen umgeben ist. Sie umschließen die Straße dicht und bilden einen Baldachin über ihr. Dies ist ein sehr charakteristisches Element der

Landschaft der Kaschubei. Gegenwärtig stellen die Bäume nicht nur einen wichtigen Lärmschutz dar, sondern sind auch äußerst wertvolle Lebensräume für Vögel wie Milane, Mäusebussarde, Stieglitze, Blauracken, Finken, Insekten wie Einsiedlerkäfer und Flechten sowie Wanderwege für Fledermäuse. Die robustesten, weitreichendsten und ältesten Bäume mit Höhlen sind besonders schön.

Aufgrund der zahlreichen Hügel, des besonderen Klimas, das durch die höhere Lage des Geländes im Vergleich zu z. B. Gdańsk bedingt ist, und des bewaldeten Schilfes hält sich die Schneedecke hier länger als in der Umgebung. Dank der Skilifte und der gut beleuchteten Pisten ist die Kaschubei ein guter Ort für Wintersportarten wie Skilanglauf und Abfahrtslauf.



HALTESTELLE 1.

GŁĘBOKIE – SEE

Der Głębokie-See befindet sich in der Nähe des Dorfes Gałęzów und ist von wunderschönen Wäldern umgeben, sodass Sie die Naturschätze der Kaschubei in vollen Zügen genießen können. Erkunden Sie die Gegend bei einem schönen Spaziergang oder gleiten Sie in Harmonie mit der Natur auf einem SUP über das Wasser.

In diesem Gebiet finden Sie viele ruhige Plätze, an denen Sie sich auf einer Decke ausruhen, ein Buch, Kreuzworträtsel oder Sudoku mitnehmen und sich bewusst mit Freizeitaktivitäten beschäftigen können – das ist das perfekte Rezept für Entspannung! Am nordöstlichen Ende des Sees finden Sie einen gemütlichen Strand zwischen den Bäumen, wo der See seicht ist. Er ist ein weiterer idealer Ort, um sich auszuruhen, ein Picknick zu machen oder Yoga zu praktizieren, je nach Ihren Vorlieben.

Die Umgebung des Głębokie-Sees ist die perfekte Gelegenheit für eine achtsame Wanderung (siehe Aktivitätskarte). Außerdem können Sie mit etwas Glück aus der Ferne Elche, Hirsche, Rehe, Damhirsche und Dachse beobachten, die in den Wäldern um Przywidz leben.



 Ca. 2 Stunden



HALTESTELLE 2.

KLONOWSKIE SEE

Der Klonowski-See ist ein ruhiger, reizvoller See, der zwischen malerischen Hügeln liegt.

Es ist ein perfekter Ort für Sommer- und Winteraktivitäten und Spaziergänge abseits des Trubels der großen Ferienorte. Dieses Gebiet ist zu jeder Jahreszeit etwas Besonderes. Machen Sie einen Spaziergang um den See und setzen Sie sich dann auf eine Decke und entspannen Sie sich mit einem schönen Buch oder einer Zeitung.

Ein Spaziergang entlang des Sees führt Sie in das Dorf Klonowo Dolne. Wenn Sie diese Gegend zwischen Ende März und Mitte August besuchen, sollten Sie einen Blick nach oben werfen und nach Störchen in ihren Nestern Ausschau halten. Die Weißstörche nutzen gerne eine solche Umgebung mit dünn verstreuten Bauernhöfen, Äckern und Wiesen. Mit großer Wahrscheinlichkeit werden Sie die Vögel entweder beim Nestbau oder auf den Feldern beobachten können.

 Ca. 2 Stunden





HALTESTELLE 3.

PRZYWIDZKIE SEEN

Die Przywidzkie Seen sind zwei wunderschöne Seen, der Przywidzkie Wielkie See und der Przywidzkie Małe See, umgeben von malerischen Stränden, Kiefern- und Eichenwäldern in der Kaschubischen Seenplatte.

Am Seeufer angekommen, können Sie entweder am Südufer entlang spazieren oder einen kürzeren Ausflug am sonnigen Nordufer unternehmen. Bevor Sie weitergehen, sollten Sie eine Pause auf einer weitläufigen, küstennahen Lichtung mit Bänken und Tischen einlegen. Hier kann man sich ausruhen, ein Picknick machen, zelten oder Yoga praktizieren.

Rund um den Przywidzkie Wielkie-See und den Przywidzkie Małe-See gibt es kleine Sandstrände, an denen man im Sommer und im Winter baden kann, aber auch Kajak- und Bootsverleihe. Vom Przywidzkie-Wielkie-See aus lohnt

es sich, eine Insel in der Mitte des Sees zu besuchen, ein Naturschutzgebiet, das den Buchen- und Eichenwald schützt, mit dem die Insel bewachsen ist.

Wenn man weiterfährt, gelangt man zu einer Brücke über einen Kanal zwischen den Seen. Sobald Sie diese überquert haben, biegen Sie rechts in den Waldweg ein, der entlang der Ferienorte führt, die auch im Winter viele Attraktionen bieten. Wenn sich die Straße dem Przywidzkie Małe-See nähert, bietet sich Ihnen ein schöner Blick auf Przywidz mit einem gemauerten Kirchturm, dem Blau des Wassers und des Himmels sowie bunten Bäumen. Die Seen sind besonders schön im Frühling mit ihrem üppigen Grün, aber auch im Oktober, wenn sie sich in allen Farben des Herbstes zeigen. Nehmen Sie ein Malset mit, um solche schönen Aussichten auf die Leinwand zu übertragen.

Ihre Reiseart macht einen Unterschied!

Ein großer Teil des Reisens besteht darin, von Ort zu Ort zu gelangen. Egal, ob Sie im Ausland oder in den lokalen oder regionalen Gemeinschaften unterwegs sind. Es gibt eine Vielzahl von Transportmöglichkeiten, aber als Gast, der sich wohlfühlt und Gutes tun will, ist ein nachhaltiges Transportmittel zu bevorzugen. Nachhaltige Verkehrssysteme leisten einen positiven Beitrag zur ökologischen, sozialen und wirtschaftlichen Nachhaltigkeit der Gemeinschaften, die sie bedienen. Im folgenden Beispiel können Sie

sehen, wie verschiedene Verkehrsmittel mehr oder weniger CO₂-Emissionen pro Personenkilometer verursachen. Wir hoffen, dass dieses Beispiel Ihnen dabei helfen kann, Ihre Verkehrsmittelwahl zu ändern.

Hinweis: Die unten aufgeführten Verkehrsmittel dienen nur zu Vergleichszwecken. Prüfen Sie die Verfügbarkeit an Ihrem Zielort. Unterschiedliche Verkehrsmittel können sich auf die vorgeschlagene Länge der Route auswirken.

Wählen Sie klug und reduzieren Sie Ihren ökologischen Fußabdruck!



Fahrrad – 0 g/CO₂

BESTE WAHL, GERINGER AUSSTOSS



Elektrisches Fahrrad

– 22 g/CO₂

GERINGER AUSSTOSS



ÖPNV – 129 g/CO₂

MITTLERER AUSSTOSS



Auto mit Biokraftstoff

– 68 g/CO₂

MITTLERER AUSSTOSS



Elektroauto – 99 g/CO₂

MITTLERER AUSSTOSS



Auto – 259 g/CO₂

GROSSER AUSSTOSS





Diese Broschüre wird im Rahmen des Projekts SB WELL (Wellbeing Tourism in the South Baltic Region - Guidelines for Good Practices & Promotion) mit Unterstützung des EU Interreg South Baltic Programme produziert.



European
Regional
Development
Fund

SB  WELL

*Der Inhalt dieser Broschüre liegt in der alleinigen Verantwortung der Autor*innen und kann in keiner Weise als Meinung der Europäischen Union, der Verwaltungsbehörde oder des Gemeinsamen Sekretariats des Interreg South Baltic Programme 2014-2020 angesehen werden.*

Images credit: Monika Dmitrzak, Katarzyna Kucharek, Joanna Kohnen, Justyna Janczak, worldisbeatutiful.eu.