



FUNDACJA
IM. WULFA SCHUMACHERA

Pakuj się na rower



nasze ulubione trasy





Dlaczego rower?

Rower to świetny sposób na **poprawę zdrowia i samopoczucia**. Jeżdżąc na rowerze: wzmacniasz serce oraz układ krążenia; poprawiasz kondycję i wydolność organizmu; redukujesz stres, a także dotleniaasz się i odżywasz mózg.



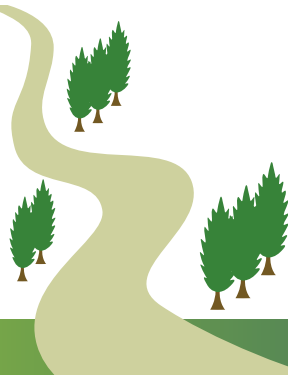
To także **ekologia**. Wybierając rower, przyczyniasz się do zmniejszenia emisji spalin i walki ze smogiem, a Twój ślad węglowy jest dużo mniejszy!



Podróżowanie rowerem jest **ekonomiczne** – to zdecydowanie najtańszy środek transportu. A także często również ekonomia czasu – bo w zakorkowanym mieście szybciej dojedziesz do celu na dwóch kółkach.



Jazda na rowerze to także świetna mobilizacja do poznawania nowych miejsc – zobaczcie, jakie ciekawe propozycje tras zebraliśmy. To Wasze trasy i Wasze dzieło – dziękujemy wszystkim zaangażowanym rowerzystom.





Bezpiecznie na rowerze



Chroń głowę – załóż kask. Każde uderzenie w głowę podczas upadku może być tragiczne w skutkach.



Zadbaj o **dobry stan techniczny roweru** – pamiętaj o corocznych przeglądach. Zwróć także uwagę na to, czy **siodełko i kierownica** znajdują się w odpowiedniej pozycji.



Bądź widoczny na drodze! Przepisy drogowe precyzyjnie określają, jak powinno wyglądać oświetlenie roweru po zmroku, w tunelu lub przy ograniczonej widoczności. Rower musi być wyposażony w co najmniej **jedno światło przednie, w kolorze białym lub żółtym**, świecące w sposób ciągły lub migający. Z tyłu obowiązuje **czerwone światło odblaskowe** o kształcie innym niż trójkąt i czerwona **lampka pozycyjna**. Warto zadbać o **odblaski** (są one nieobowiązkowe, ale zwiększają widoczność na drodze) – umieszczane na szprychach czy pedałach.



Przestrzegaj zasad ruchu drogowego – stosuj się do znaków i sygnalizacji świetlnej, bądź czujny na drodze oraz zachowuj odpowiednią odległość od samochodów. Pamiętaj o tym, by wskazywać zmiany kierunku jazdy ręką.

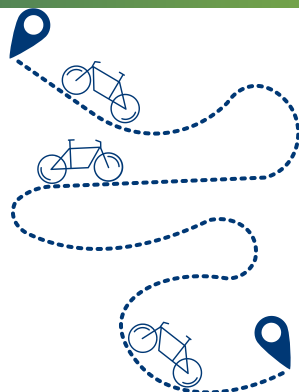
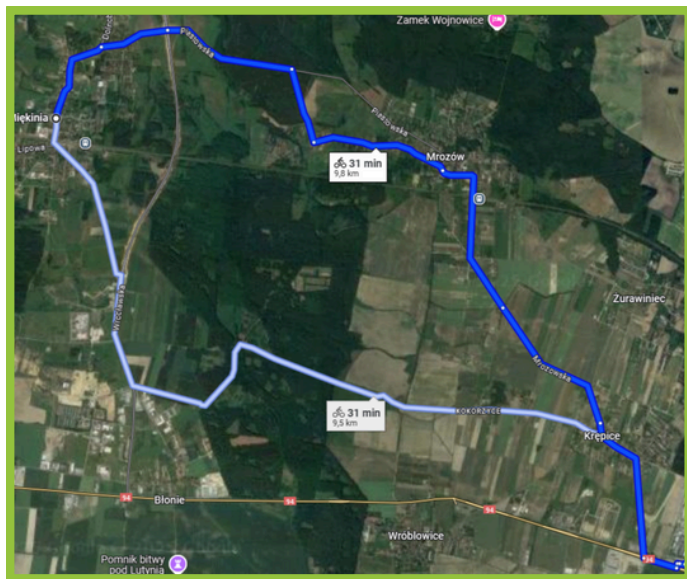


Rowerzysta ma obowiązek korzystania ze **ścieżki rowerowej**. Jazda **po jezdni** jest dozwolona, gdy nie ma ścieżki rowerowej lub pasa ruchu dla rowerów. Natomiast jazda **po chodniku** jest zabroniona z wyjątkiem sytuacji, kiedy rowerzysta porusza się z dzieckiem poniżej 10 r.ż. lub, gdy szerokość chodnika wynosi minimum 2 metry, a droga obok ma dopuszczalną prędkość powyżej 50 km/h.





Miękinia – Krępice DO PRACY ROWEREM



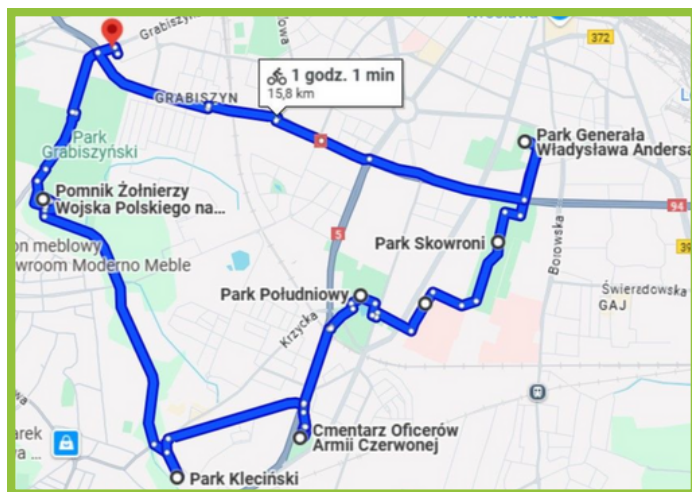
DYSTANS: 10 km
POZIOM
TRUDNOŚCI: łatwy
CZAS PRZEJAZDU:
około 30 min

Trasa jest bezpieczna, ale trzeba uważać na odcinku Miękinia-Mrozów, ze względu na natężony ruch samochodowy w godzinach porannych. Widok wschodzącego słońca, śpiewających ptaków, kwitnących i pachnących pól to coś, czego nie można doświadczyć, jadąc autem. Taka podróż daje mnóstwo radości i wdzięczności za piękno, które nas otacza.

Wybieram rower, ponieważ większość czasu w pracy spędzam przed komputerem. Zrobienie rano 10 km przejażdżki daje mi pozytywną energię i dystans na cały dzień. Zdecydowanie polecam! Mamy w firmie przygotowaną wiatę i stojaki na rowery. Dodatkowo zdarza mi się jechać z kolegą, co jest dodatkowym atutem oraz okazją do rozmowy i poznania się poza pracą.



Piknikowa trasa sześciu parków



Park Grabiszyński, Park Krzycki, Park Kleciński, Park Południowy, Park Skowroni, Park Generała Władysława Andersa

70% trasy to ścieżki rowerowe, 25% malownicza ścieżka polna wzdłuż rzeki, 5% ulica

DYSTANS: 15,5 km

POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy

CZAS PRZEJAZDU: około 1 h (bez przerw)

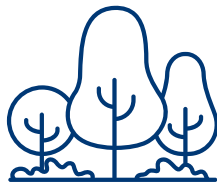
Trasa niewymagająca, teren prosty, poziom podstawowy, malownicza, dla rodzin z dziećmi, nie trzeba mieć własnych rowerów. Wycieczkę można skrócić do trzech pierwszych parków (ok. 10 km). Polecam zabrać badminton i koszyk piknikowy.





Piknikowa trasa sześciu parków

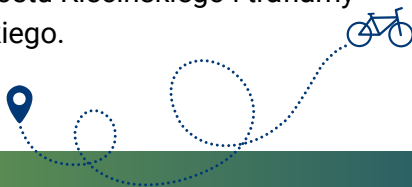
Trasa prowadzi przez sześć parków miejskich Wrocławia. Bez zatrzymywania się można objechać ją w godzinę. Jednak ze względu na uroki, zwykle zajmuje około 2-3 h.



Rozpoczynamy od **Parku Grabiszyńskiego i Pętli Wzgórze Oporowskie** – można też tutaj zaparkować swoje auto i wypożyczyć ze stacji rower miejski. Startujemy pod górę, wjeżdżając na wzgórze i zwiedzając cmentarz oraz pomnik Żołnierzy Wojska Polskiego.



Następnie wzdłuż brzegu rzeki, kierujemy się polną ścieżką w kierunku **Parku Krzyckiego** (po drodze warto zrobić przystanek na zabawę w Parku Mamuta). Za Mostem Racławickim podążamy nadal polną drogą aż do Parku Krzyckiego, który przejeżdżamy wzdłuż rzeki (tutaj też jest plac zabaw i dobra okazja na drugi mały przystanek). Na końcu znajduje się „Ogródek” – bar plażowy, gdzie można napić się orzeźwiających napojów lub coś przegryźć. Za barem przejeżdżamy przez ulicę niedaleko Mostu Klecińskiego i trafiamy do Parku Klecińskiego.





Piknikowa trasa sześciu parków

Jest on bardzo zadbany, spędza tutaj czas mnóstwo ludzi, bawiąc się na placach zabaw, czytając książki, opalając się czy grając w gry. **Park Kleciński** również przejeżdżamy wzdłuż rzeki, mijamy ruiny amfiteatru i dojeżdżamy do mostu rowerowego na Ślęzie, gdzie skręcamy w lewo na Al. Karkonoską, która ścieżką rowerową poprowadzi do skrzyżowania z ulicą Wyścigową, gdzie kierujemy się do **Parku Południowego**.

Tutaj możemy zrobić postój na piknik. Przepiękny staw z fontanną na środku robi ogromne wrażenie – warto odpocząć przy brzegu, nakarmić kaczki i żółwie (tylko odpowiednim jedzeniem). W parku znajduje się także pomnik Fryderyka Chopina, plac zabaw i siłownia.

Po udanym pikniku kierujemy się prosto drogą rowerową po ulicy Ślężnej, następnie skręcamy w prawo za szpitalem wojskowym w ulicę Weigla, jadąc nią ok. 400 m (bez drogi rowerowej) prosto do **Parku Skowroniego**.





Piknikowa trasa sześciu parków

Tutaj również znajdziemy plac zabaw, boisko do siatkówki, siłownię, a także tablice edukacyjne dotyczące mieszkańców tego miejsca.

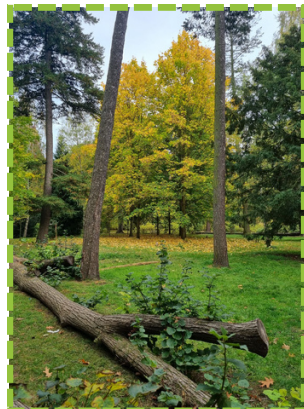
Przejeżdżamy przez cały park, aż do ulicy Armii Krajowej, gdzie skręcamy w lewo, w ścieżkę rowerową do skrzyżowania z ulicą Ślężną.

Następnie jedziemy prosto do **Parku Generała Andersa**. Jest to mały park porośnięty gęsto drzewami, dlatego stanowi idealne miejsce, aby na chwilę odetchnąć od słońca. Na końcu znajduje się gastronomiczny park śniadaniowy 😊.

Dalej kierujemy się na drugą stronę ul. Ślężnej, do skrzyżowania z Aleją Wiśniową.

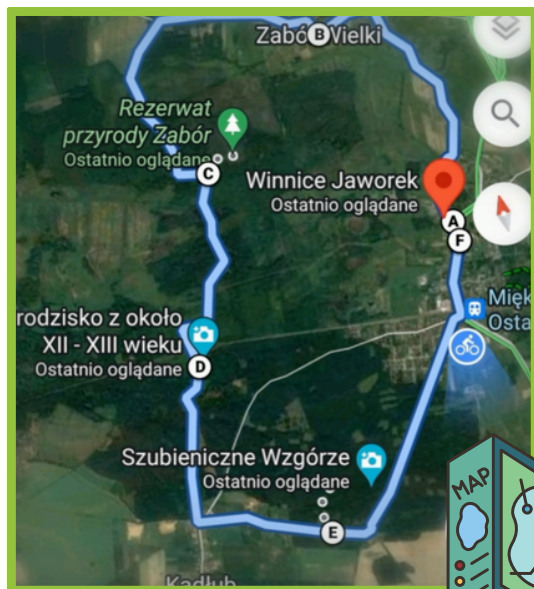
Aleja poprowadzi nas aż do ulicy Hallera, którą całą przejeździemy drogą rowerową aż do **Parku Grabiszyńskiego** (warto wiedzieć, że przy przystanku Fiołkowa znajduje się lodziarnia). W Parku Grabiszyńskim na dużych polanach można pograć w badminton oraz spotkać wiewiórki, które z zaciekawieniem przyglądają się aktywnościom ludzi i lubią podchodzić bliżej.

Ostania prosta to przejechanie Parku Grabiszyńskiego ścieżkami leśnymi lub ścieżką rowerową aż dotrzemy z powrotem do parkingu.





Bagienny szlak



To malownicza trasa w Gminie Miękinia (start przy Winnicy Jaworek), prowadzi przez Rezerwat Przyrody Zabór, gdzie można podziwiać wyjątkową roślinność, a także tereny podmokłe i obszar Natura 2000, dlatego należy poruszać się po wyznaczonych ścieżkach. To stosunkowo łatwa wycieczka rowerowa, która pozwala na eksplorację pięknej, lokalnej przyrody.

DYSTANS: 14 km

CZAS PRZEJZDU: 1 h

POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy





Trasa Złotniki – Rynek



Start trasy to wrocławskie Złotniki, w następnej kolejności osiedle Stare Żerniki, a później już tyłem Magnolii, bezpośrednio na wrocławski Rynek. Tam dla relaksu kawka i powrót ulicą Popowicką za stadionem.

Ta trasa będzie idealna dla mieszkańców, którzy nie lubią się ruszać gdzieś daleko za miasto. Jest bardzo lekka, nawet można wybrać się zimą. Jedzie się cały czas asfaltem.

DYSTANS: około 22 km

CZAS PRZEJAZDU: około 2 h (z dłuższą przerwą na kawkę w rynku)

POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy





FUNDACJA
IM. WULFA SCHUMACHERA

Żelazny Szlak Rowerowy



To 54-kilometrowa pętla poprowadzona po pograniczu polsko-czeskim. Motywem przewodnim szlaku jest kolej, bo to ona wywarła duży wpływ na losy tutejszych miast oraz życie ich mieszkańców. Zdobyła tytuł **Cud Polski 2023**.

DYSTANS: 54 km
POZIOM TRUDNOŚCI: średni



Wycieczka na cały dzień,
trasa lekka, choć
kilometrowo dość długa,
a na terenie Czech można
pysznie zjeść!



Trasę poleca: Małgosia Okrzesik



Pętla Źródło Kudowa Zdrój

Źródło to single track, który dadzą radę przejechać początkujący, a także młodsze dzieci. W otoczeniu lesistych pagórków, z niewielkimi przewyższeniami.

Start – parking w Brzozowie koło Kudowy-Zdrój.

DYSTANS: 4 km

POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy

CZAS PRZEJAZDU: 1-2 h



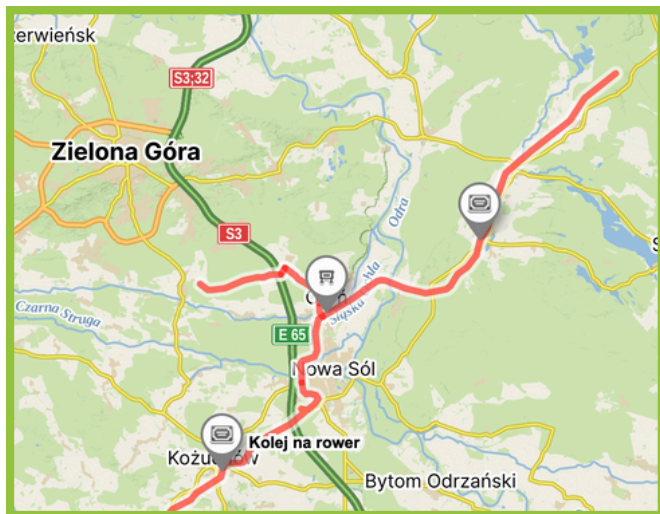
Ktoś, kto lubi trochę lekkiej adrenaliny, nieco się zmęczyć, ale się nie zająchać i spędzić czas rodzinie, polecam single track w Kudowie Zdrój „Pętla Źródło”.





FUNDACJA
IM. WULFA SCHUMACHERA

Trasa – Kolej na rower



Droga rowerowa „Kolej na Rower” to dobry pomysł na rodzinną wycieczkę i poznanie historii regionu nowosolskiego. Przejazd prowadzi wzdłuż nieczynnej linii kolejowej, między innymi przez długi most kolejowy nad Odrą, a także przez Nadodrzański Park, przebiega też koło Zamku Kozuchów.

DYSTANS: 55,8 km
POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy



Trasa bardzo prosta, rodzinna, po płaskim terenie, większość asfaltem, ale wśród natury i zieleni. Generalnie dobra na dwudniowy wypad z rodziną z jednym noclegiem najlepiej w okolicach Nowej Soli.



Trasę poleca: Małgosia Okrzesik

Polana Jakuszycka – Chatka Górzystów



To idealna trasa na wypad z dziećmi, ma długość ok. 9 km, a sam przejazd trwa do godziny. Natomiast z odpoczynkiem nad Izerą i w Chatce Górzystów (co warto uwzględnić) zajmuje w obie strony około 3-4 godzin. Start to Polana Jakuszycka przez Orle, aż do Chatki Górzystów.

DYSTANS: 9 km
POZIOM TRUDNOŚCI: łatwy
CZAS PRZEJAZDU: 3-4 h
(z przerwami)

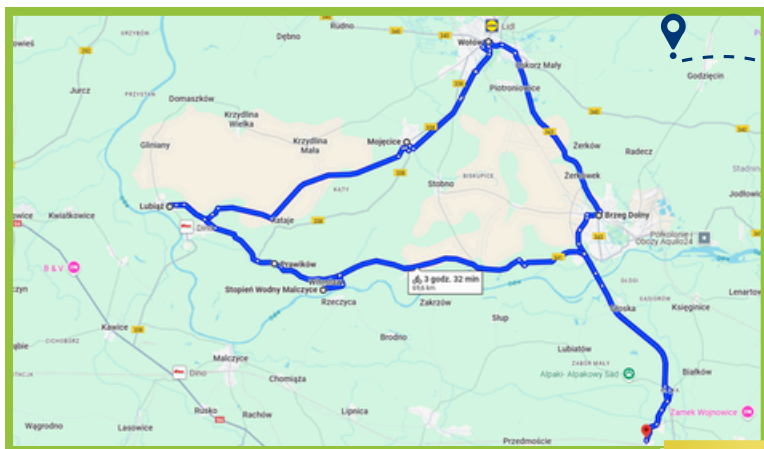


Trasę lubimy szczególnie wiosną i latem za różnorodne krajobrazy i lasy, przez które prowadzi. Rozległe łąki i potoki dodają uroku całej wyprawie. A Chatka Górzystów serwuje pyszne naleśniki!



Trasa Winiarska

Miękinia – Lubiąż – Miękinia



Trasę rozpoczynamy w Miękini – ścieżką rowerową w bezpieczny sposób kierujemy się do Brzegu Dolnego. W połowie podjazdu na Most Wolności, przed Brzegiem Dolnym możecie podziwiać panoramę Odry oraz Brzegu Dolnego. Szczególnie dla mniej wprawionych rowerzystów, jest to dobry moment na odpoczynek.



W samej Miękini można umówić się na zwiedzanie Winnicy Jaworek. Na miejscu jest restauracja z pysznymi daniami oraz hotelem. Polecam degustację win, ale może dopiero, jak wróćcie z pętli Winiarskiej 😊.

DYSTANS: 70 km

POZIOM TRUDNOŚCI: średni

*Sprawdzi się rower trekkingowy, miejski lub gravel, nie polecam szosowego.

Trasa Winiarska

Miękinia – Lubiąż – Miękinia

Brzeg Dolny omijacie obwodnicą z trasą rowerową i kierujecie się na Wołów. Jest wyznaczone pobocze, którym możecie spokojnie poruszać się, nie obawiając się mijających Was aut. Wizytówką Wołowa są woły na murach obronnych – robią wrażenie. Polecam również w okresie letnim pyszne lody na ulicy Piastów Śląskich.



W Wołowie kierujecie się na ulicę Zielony Zaulek. Tam rozpoczyna się ścieżka rowerowa do Lubiąża. Położona jest na dawnej trasie linii kolejowej. Jadąc, będziecie mijali liczne przystanki i małe stacyjki, przypominające o dawnej funkcji tego odcinka. Droga asfaltowa otoczona drzewami i nasypami, w większości pochylona w stronę Lubiąża jest łatwa i przyjemna, nawet w wietrzne dni.



Ważnym punktem na trasie jest Pałac Mojęcice. Znajdę się tam hotel i restauracja, jest dostępny dla odwiedzających przez cały tydzień. Możecie się tam posilić lub wypić kawę i chwilę odpocząć. Polecam spacer po małym parku, który znajduje się bezpośrednio za pałacem.





Trasa Winiarska

Miękinia – Lubiąż – Miękinia

Z Mojęć wracacie na trasę rowerową. Około kilometra przed Lubiążem kończy się asfalt. Pojawi się wyjeżdżona dróżka leśna. Z uwagi na ten odcinek, nie polecałem roweru szosowego. Uważajcie, wystają korzenie, zwisają wyschnięte gałęzie i mogą pojawiać się koleiny. Łatwo zrobić sobie tam krzywdę.

Klasztor Cystersów znajdujący się w Lubiążu to jeden z największych zabytków tej klasy w Europie. Zwiedzanie jest odpłatne, ale warto każdych wydanych pieniędzy. Wyjeżdżając z Lubiąża, zobaczycie stary wiatrak z 1798 roku.

Droga powrotna do Miękini prowadzi przez Prawików, gdzie możecie odwiedzić ranczo z alpakami. Kilometr od drogi znajduje się stopień wodny Malczyce. Jest to stosunkowo nowy obiekt ze służą dla barek, może Was zaintryguje.

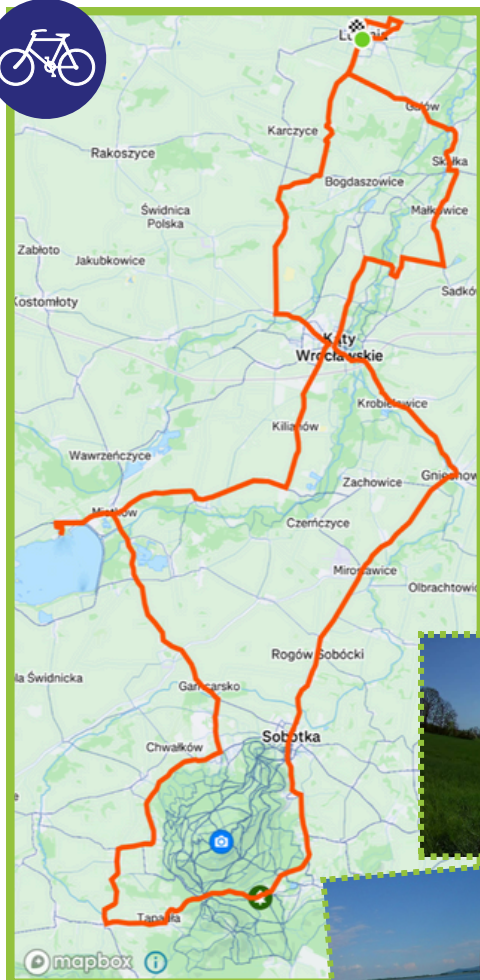


Dalsza droga powrotna to już głównie malownicze lasy do ścieżki rowerowej z Brzegu Dolnego do Miękini.

Korzystając z licznych możliwości odpoczynków na trasie, czy to na zwiedzanie, czy nawet zrobienie kilku zdjęć, 70-kilometrowa trasa jest bardzo przyjemna. Polecam!!!



Lutynia – Mietków – Sobótka



Startujemy z miejscowości Lutynia. Pętla biegnie przez malownicze tereny – Zalew Mietkowski, gdzie można zrobić zasłużony przystanek, aby udać się dalej w rejon Sobótki. Trasa prowadzi dookoła góry Ślęży – piękne widoki na pobliskie pagórki gwarantowane. Powrót przez Rogów Sobócki, Gniechowice i Kąty Wrocławskie.

DYSTANS: 110 km

POZIOM TRUDNOŚCI: dla wprawionych rowerzystów

**Trasa na rower szosowy.*





FUNDACJA
IM. WULFA SCHUMACHERA

Życzymy udanych wycieczek
rowerowych. Od lat udowadniamie,
że rowery i wspólny czas
spędzony na jeździe są ważną
częścią naszej firmy!

