WYSPA SOBIESZEWSKA

WYSPA SOBIESZEWSKA AKTYWNIE!

GDANSKWYSPASOBIESZEWSKA.PL

GDAŃSK

KITESURFING

KIEDY:

Od kilku lat kitesurfing zdobywa sobie w Polsce coraz większą popularność. Fanów tego widowiskowego sportu zwykle widać na Zatoce Puckiej, jednak w sezonie jest tam tłoczno i na plaży, i w powietrzu. W poszukiwaniu nowych, atrakcyjnych i dogodnych miejsc kitesurferzy coraz częściej odwiedzają Wyspę Sobieszewską. I nie ma się co dziwić: czeka tu na nich ok. 10 km szerokiej i malowniczej plaży, gdzie nawet latem nie ma problemu ze znalezieniem miejsca do swobodnego rozłożenia latawca, a wygodny dojazd – parkingi blisko głównych wejść – sprawia, że dotarcie ze sprzętem na plażę nie jest uciążliwe. Na Wyspie wieją wiatry głównie z zachodu, północnego zachodu i północy, a zatem można pływać równolegle do plaży i nie trzeba wypuszczać się na morze. Warto jednak pamiętać, że w tym miejscu wody Zatoki Gdańskiej nie są, ze względu na fale i przyboje, łatwym akwenem, szczególnie dla początkujących kitesurferów.

Ważne! Na Wyspie Sobieszewskiej znajdują się dwa rezerwaty przyrody – na jej zachodnim krańcu Rezerwat Ptasi Raj, a na wschodnim Rezerwat Mewia Łacha. Pływając wzdłuż brzegu, należy pamiętać o tym, aby nie wpływać na obszar chroniony i nie niepokoić ptaków ani fok.

NAJWYGODNIEJSZE MIEJSCA:

- **WEJŚCIE NA PLAŻĘ NR 16**
  - koniec ul. Falowej
  - miejsca postojowe (ok. 450 m od plaży)
- **WEJŚCIE NA PLAŻĘ NR 11**
  - koniec ul. Lazurowej
  - miejsca postojowe (ok. 350 m od plaży)
- **WEJŚCIE NA PLAŻĘ NR 7**
  - koniec ul. Trałowej
  - miejsca postojowe (ok. 900 m od plaży)

GDAŃSK

Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

BIEGI

KIEDY:

Wyspa Sobieszewska oferuje miłośnikom biegania różne możliwości – w zależności od preferencji, doświadczenia i kondycji można uprawiać zarówno biegi terenowe, jak i uliczne. Szczególnie urokliwe i malownicze są trasy crossowe w nadmorskim lesie i po plaży. Urozmaicona nawierzchnia, zmienne ukształtowanie terenu oraz gęsta sieć dróg i ścieżek sprawiają, że można zaplanować naprawdę wiele ciekawych wariantów tras biegowych. Na zielonym szlaku, który przecina Wyspę Sobieszewską z zachodu na wschód i w większości przemierza malowniczy Las Mierzei, znajduje się najwyższe wzniesienie w tej dzielnicy Gdańska – Góra Orla (32 m n.p.m.). Niby niewiele, ale podbieg piaszczystą ścieżką, zwłaszcza z poziomu morza, może być dla wielu dość wymagający. Podczas planowania swojego treningu biegowego warto także skorzystać z sieci bardzo dobrze oznakowanych szlaków nordic walking – 6 różnych tras o łącznej długości 33,5 km.

WYBRANE TRASY:

- **BIEGANIE W LESIE**
  - **zielony szlak Wyspy Sobieszewskiej (od Górek Wschodnich do Świbna)**
  - **długość:** ok. 14 km
  - **przebieg:** trasa urozmaicona, z miejscami do odpoczynku, po drodze Góra Orla (32 m n.p.m.)
- **BIEGANIE PO PLAŻY**
  - **od Rezerwatu Mewia Łacha do Rezerwatu Ptasi Raj**
  - **długość:** ok. 10 km
  - **przebieg:** szeroka i czysta plaża, możliwość dowolnego łączenia z bieganiem w lesie (19 wejść)
- **BIEGANIE ULICZNE**
  - **od Ronda Rybaków (Sobieszewo) do przystani promowej (Świbno)**
  - **długość:** ok. 7 km
  - **przebieg:** chodnik i ciąg pieszo-rowerowy (wzdłuż ul. Turystycznej i ul. Mieczysława Boguckiego), trasa płaska

GDAŃSK

Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

ROWERY

KIEDY:

Poruszanie się rowerami po Wyspie Sobieszewskiej to wygodne i praktyczne rozwiązanie. Najszybszym odcinkiem infrastruktury rowerowej jest ścieżka wzdłuż ul. Turystycznej i ul. Mieczysława Boguckiego. Choć trasa nie jest najatrakcyjniejsza krajoznawczo, to zapewnia bezpieczne i sprawne przemieszczanie się. Co ciekawe, ścieżka jest częścią międzynarodowych szlaków Eurovelo: nr 9 Bałtyk–Adriatyk, nr 10 Morza Bałtyckiego, nr 13 Żelaznej Kurtyny. Widoki i poznawanie historii Wyspy zapewnia Szlak Rowerowy im. Wincentego Pola. Szlak ten, oznakowany kolorem niebieskim, zatacza pętlę ok. 27,5 km wokół najciekawszych miejsc tej dzielnicy Gdańska. Rozpoczyna się przy Rondzie Rybaków, tuż przy zjeździe z Mostu 100-lecia Odzyskania Niepodległości Polski, i można pokonywać go w dowolnym kierunku. Ruszając w prawo (na wschód), szlak mija Izbę Pamięci Wincentego Pola, zabytkową śluzę w Przegalinie (łączącą Martwą Wisłę z Przekopem Wisły), przeprawę promową Świbno–Mikoszewo i Rezerwat Mewia Łacha. Obok Hotelu Orle warto odbić na południe (ul. Lazurowa), aby zobaczyć Zbiornik Wody „Kazimierz". Dalej szlak biegnie ul. Przegalińską, wzdłuż Martwej Wisły, z powrotem do Sobieszewa. Podczas wycieczki warto się również udać na Górki Wschodnie, do rezerwatu przyrody Ptasi Raj.

WYBRANE TRASY:

- **SZLAK ROWEROWY IM. WINCENTEGO POLA (wokół Wyspy Sobieszewskiej)**
  - **długość:** ok. 27,5 km
  - **przebieg:** trasa łatwa o różnej nawierzchni, z miejscami do zwiedzania i wypoczynku
- **ŚCIEŻKA ROWEROWA OD RONDA RYBAKÓW (Sobieszewo) DO PRZYSTANI PROMOWEJ (Świbno)**
  - **długość:** ok. 7 km
  - **przebieg:** wzdłuż ul. Turystycznej i ul. Mieczysława Boguckiego, trasa dobrze skomunikowana ze środkami transportu publicznego

GDAŃSK
Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

NORDIC WALKING

KIEDY:

Spacery z kijkami gwarantują przyjemną aktywność na świeżym powietrzu dla każdego, niezależnie od wieku czy sprawności fizycznej. Na miłośników nordic walkingu czeka na Wyspie Sobieszewskiej 6 szlaków o łącznej długości ok. 33,5 km. Są one podzielone na 2 obszary: wschodni i zachodni, a w każdym z nich wyznakowano po 3 szlaki (żółty, zielony, czerwony), o różnej długości i zróżnicowanym stopniu trudności. Trasy są bardzo dobrze oznakowane i wiodą wśród malowniczego Lasu Mierzei oraz po szerokiej plaży. Po drodze można korzystać z zadaszonych miejsc wypoczynku. Początek i koniec każdego szlaku zawsze jest w tym samym miejscu, co bardzo ułatwia organizację spaceru (można zostawić samochód na parkingu). Dodatkowo wschodnia i zachodnia część Wyspy połączone są łącznikowym szlakiem czarnym o długości 600 m. Dzięki temu, jeśli ma się ochotę na naprawdę długie spacery, można płynnie przejść znaczną część Wyspy Sobieszewskiej.

WYBRANE TRASY:

- **TRASY WE WSCHODNIEJ CZĘŚCI WYSPY SOBIESZEWSKIEJ**
  początek i koniec szlaków w Orlinkach na ul. Lazurowej (parking przed Hotelem Orle)
  - **szlak żółty** – ok. 3,5 km, trasa łatwa
  - **szlak zielony** – ok. 7 km, trasa o średnim poziomie trudności
  - **szlak czerwony** – ok. 10 km, szlak średniej trudności
- **TRASY W ZACHODNIEJ CZĘŚCI WYSPY SOBIESZEWSKIEJ**
  początek i koniec szlaków w Sobieszewie na ul. Falowej (przed rondem na końcu ulicy)
  - **szlak żółty** – ok. 3 km, szlak średnio trudny
  - **szlak zielony** – ok. 4,5 km, trasa łatwa
  - **szlak czerwony** – ok. 5,5 km, szlak łatwy

GDAŃSK

Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

KAJAKI

KIEDY:

Wyspa Sobieszewska to... naprawdę Wyspa. Otaczają ją różne akweny, o różnej atrakcyjności i odmiennym poziomie bezpieczeństwa. Od północy: Zatoka Gdańska (tylko dla doświadczonych kajakarzy), od wschodu: Przekop Wisły (bywa ciężko, zwłaszcza pod prąd), od zachodu: Wisła Śmiała (czasem jest wietrznie) i od południa: Martwa Wisła (zwykle spokojnie). Dla miłośników kajakarstwa najlepszym wyborem będzie Martwa Wisła. Początek spływu można zaplanować w Górkach Wschodnich, przy restauracji Przystań Ptasi Raj, obok której jest parking i zatoczka z bezpiecznym zejściem do wody. Szlak wiedzie na wschód, wzdłuż brzegu – nawet przy gorszej pogodzie można się schować. Ciekawostką jest przepłynięcie pod nowym mostem zwodzonym. Kilkaset metrów od niego znajduje się Kanał Młynówka, gdzie już od wakacji 2021 będzie funkcjonować przystań z wiatami piknikowymi, pomost z zejściem do wody i parking. Wisłą Śmiałą dopłynie się do śluzy w Przegalinie. Stara śluza (północna) jest nieczynna (zabytek sztuki hydrotechnicznej), ale nową (południową) można się śluzować.

Tu też lepiej zawrócić i nie wpływać na Przekop Wisły ze względu na silny nurt. Warto także popłynąć na południe starorzeczem Wisły, aby odwiedzić Marinę Błotnik (ok. 2,5 km). Alternatywnym wariantem spływu z Górek Wschodnich jest pętla po Wiśle Śmiałej, do Narodowego Centrum Żeglarstwa. Od strony Wyspy mija się Rezerwat Ptasi Raj, a od lądu – kilka marin i klubów jachtowych. Trzeba jednak uważać na spory ruch wodny i porywy wiatru. Na Wyspę można też dopłynąć z Głównego Miasta (zachodnim odcinkiem Martwej Wisły).

WYBRANE TRASY:

- **MARTWA WISŁA**
  od Górek Wschodnich do Kanału Młynówka
  - **długość:** ok. 3,5 km
  - **przebieg: urokliwie** i spokojnie, z opcją zawrócenia w dowolnym miejscu

- **MARTWA WISŁA**
  od Górek Wschodnich do śluzy w Przegalinie
  - **długość:** ok. 11 km
  - **przebieg:** urokliwie i spokojnie, z opcją zawrócenia w dowolnym miejscu

GDAŃSK
Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

WYSPA SOBIESZEWSKA

NARTY BIEGOWE

KIEDY:

Ze śniegiem w ostatnich latach różnie bywało. Ale jak już spadnie, to warto wybrać się na narty biegowe. Najprzyjemniejsze miejsca do uprawiania tego sportu na Wyspie Sobieszewskiej są w nadmorskim lesie zwanym Lasem Mierzei. Zimą miejsce to nabiera niezwykłego uroku. Las przecina gęsta sieć dróg i ścieżek, dzięki temu zarówno amatorzy rekreacyjnego poruszania się na nartach, jak i doświadczeni narciarze – szukający szybkich tras – znajdą dla siebie różne warianty. Aby łatwiej poruszać się w terenie, warto korzystać z doskonale oznakowanych szlaków pieszych i nordic walking (łącznie ok. 48 km). Narciarze, którzy preferują styl łyżwowy, mogą wybrać się na środkowy odcinek szlaku rowerowego im. Wincentego Pola, którego część przebiega szeroką drogą leśną. Dużym ułatwieniem dla miłośników tej formy rekreacji sportowej na Wyspie jest możliwość wygodnego dojazdu do lasu z nartami (samochód można zostawić na parkingach i miejscach postojowych). Dodatkową atrakcją w lesie są zadaszone drewniane wiaty, pod którymi można odpocząć, a nawet zorganizować zimowy piknik.

WYBRANE TRASY:

- **ZIELONY SZLAK WYSPY SOBIESZEWSKIEJ**
  (od Górek Wschodnich do Świbna)
  - **długość:** ok. 14 km
  - **przebieg:** trasa urozmaicona, z miejscami do odpoczynku, po drodze Góra Orla (32 m n.p.m.)
- **SIEĆ ZNAKOWANYCH SZLAKÓW NORDIC WALKING**
  (liczba szlaków: 6 głównych + 1 łącznikowy)
  - **długość:** ok. 34 km (od 3 km do 10 km)
  - **przebieg:** szlaki podzielone są na dwa obszary: wschodni i zachodni, a w każdym z nich wyznakowano po 3 szlaki (żółty, zielony, czerwony), o różnej długości i odmiennym stopniu trudności

GDAŃSK

Zrealizowano w ramach Programu Społecznego Rozwoju Wyspy Sobieszewskiej realizowanego przez Miasto Gdańsk

GDAŃSK