



APARTAMENTY PILICE · JASTRZĘBIA GÓRA

Nordic Walking

Trasy do marszu z kijkami: spod apartamentów w Jastrzębiej Górze i w ciekawych miejscach w okolicy, do których warto podjechać samochodem.

11 tras · nawigacja w Mapach Google: zeskanuj kod QR lub kliknij „Nawiguj”

Spis tras

NORDIC WALKING · NA MIEJSCU W JASTRZĘBIEJ GÓRZE

W stronę Hotelu Faleza	Łatwa	2,6 km · ok. 35 min	3
Rezerwat Przylądek Rozewie	Łatwa	3,3 km · ok. 45 min	4
Wąwóz Chłapowski	Łatwa	4,2 km · ok. 1 h	5
Magia Lisiego Jaru	Łatwa	5,5 km · ok. 1 h 15 min	6
Plażą do Karwi i powrót lasem	Średnia-trudna	13,6 km · ok. 3 h 5 min	7

NORDIC WALKING · Z DOJAZDEM Z JASTRZĘBIEJ GÓRY

Cypel Rewski	Łatwa	2,2 km · ok. 30 min	8
Lasy Piaśnickie	Łatwa-średnia	3,4 km · ok. 45 min	9
Rezerwat Beka	Łatwa	4,5 km · ok. 1 h 5 min	10
Spacer po Helu	Łatwa-średnia	5,1 km · ok. 1 h 10 min	11
Spacer po Pucku	Łatwa	7,3 km · ok. 1 h 40 min	12
Wejherowo i Wodne Ogrody	Średnia-trudna	7,5 km · ok. 2 h	13



Wszystkie trasy na jednej mapie

Zeskanuj kod, aby utworzyć wspólną mapę tras w Mapach Google.

[Otwórz mapę](#)



W stronę Hotelu Faleza

Łatwa 2,6 km · ok. 35 min · w jedną stronę

Malownicza, ale niewymagająca trasa. Idealna na spacer z dziećmi oraz czworonożnymi pupilami.

Dość popularna w sezonie letnim, jesienią i zimą cichnie i nabiera przepięknych, złotoczerwonych barw.

Wskazówka od lokalsów

Trasa idealna na „przystawkę” przed obiadem lub kolacją w całorocznej restauracji w hotelu Faleza.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

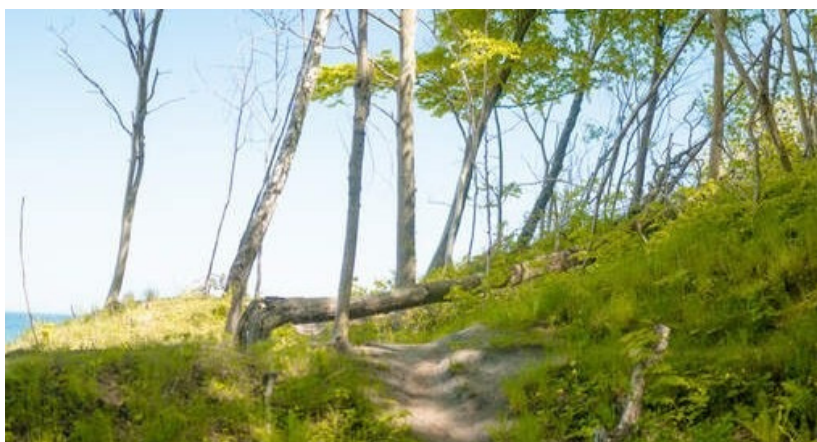
tak

Wózek gondola

tak

Wózek biegowy

tak



[Nawiguj](#)



Rezerwat Przyładek Rozewie

Łatwa 3,3 km · ok. 45 min · w jedną stronę

Zalesiony, zjawiskowy odcinek tuż przy starej latarni morskiej.

Miękkie, liściaste podłoże idealnie amortyzuje uderzenia kijków, pozwalając w 100% skupić się na prawidłowej technice marszu.

Wskazówka od lokalsów

Zejdźcie schodami na dół wąwozu prosto na plażę. Znajduje się tam betonowa opaska ochronna u stóp klifu, po której wspaniale maszeruje się tuż przy falach.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

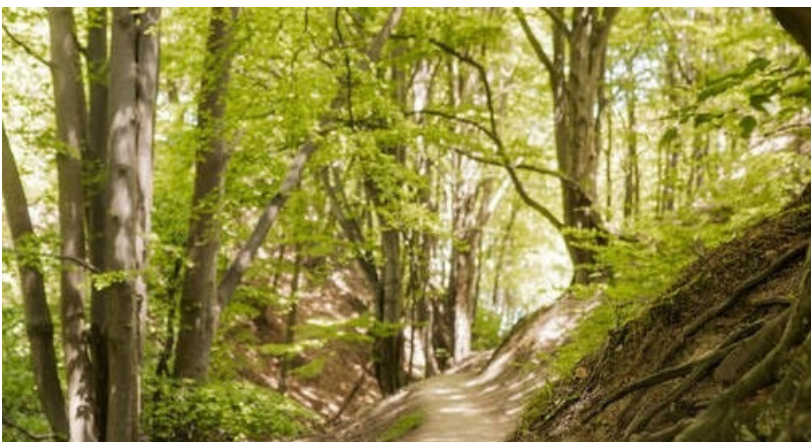
nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

tak



Nawiguj



Wąwóz Chłapowski

Łatwa 4,2 km · ok. 1 h · w jedną stronę

Niezwykle zróżnicowana krajobrazowo dolina polodowcowa, prowadząca malowniczo wyrzeźbionym korytem aż do Bałtyku.

Szlak urozmaicony jest schodkami, głazami i rzadką roślinnością.

Wskazówka od lokalsów

Wiosną i wczesnym latem rozkwitają tu zarośla żarnowca. Cały wąwóz mieni się wtedy na żółto.



Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

tak



[Nawiguj](#)



Magia Lisiego Jaru

Łatwa 5,5 km · ok. 1 h 15 min · w jedną stronę

Krótki, ale niezwykle satysfakcjonujący marsz z solidnym treningiem na podejściach.

Wąwóz tonie w cieniu pomnikowych buków, dając schronienie przed upałem i tworząc baśniowy, spokojny nastrój.

Wskazówka od lokalsów

Na odcinkach utwardzonych użyj gumowych nakładek na groty kijków, ale w samym jarze zdejmij je, by zyskać lepsze odbicie na leśnej ściółce.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

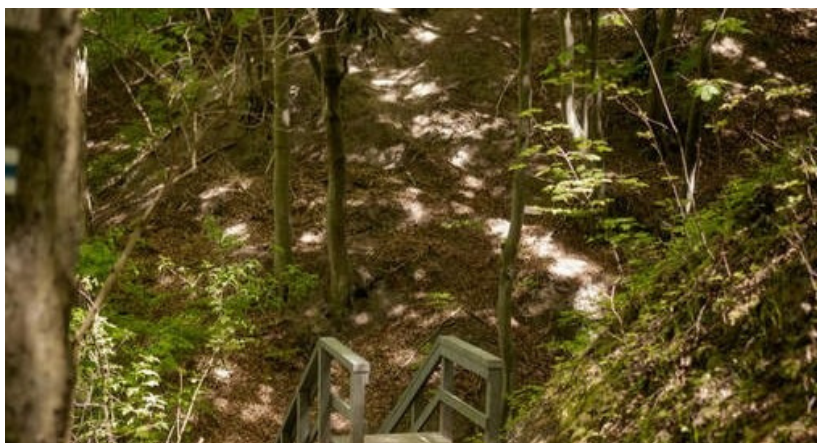
nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

nie



Nawiguj



Plażą do Karwi i powrót lasem

Średnia-trudna 13,6 km · ok. 3 h 5 min · pętla

Klasyczny trening interwałowy. Marsz w puszystym piasku w jedną stronę angażuje całe ciało i mocno podnosi tętno.

Powrót ubitą ścieżką sosnowego lasu to czysty relaks i szansa na wydłużenie kroku.

Wskazówka od lokalsów

Na odcinkach utwardzonych użyj gumowych nakładek na groty kijków, ale w samym jarze zdejmij je, by zyskać lepsze odbicie na leśnej ściółce.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

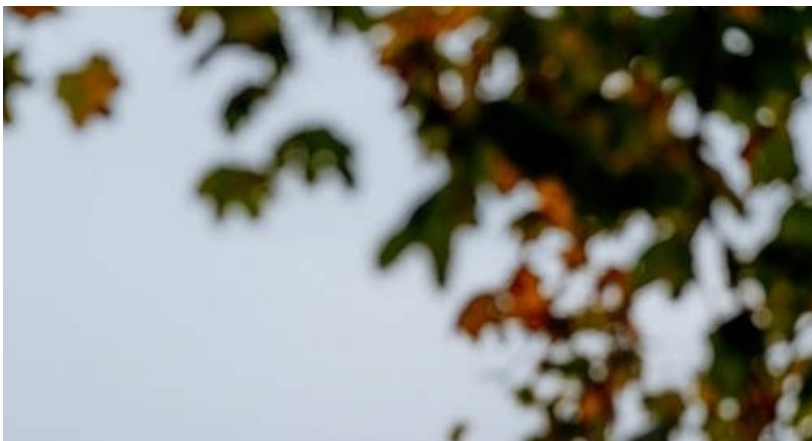
nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

nie



Nawiguj



Cypel Rewski

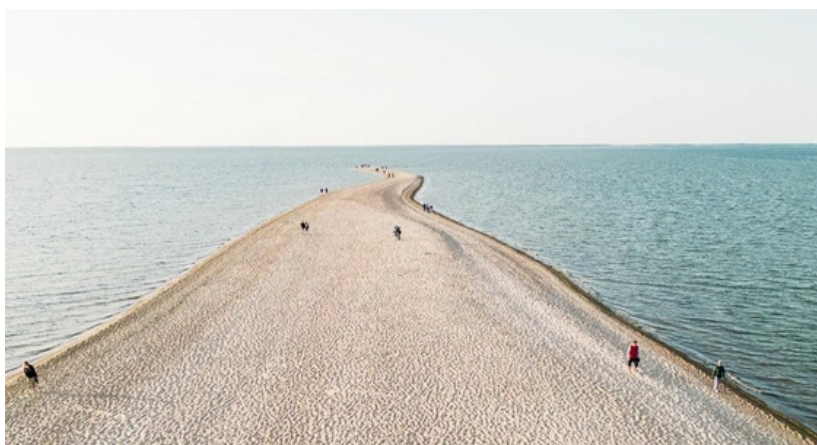
Łatwa 2,2 km · ok. 30 min · w jedną stronę

Krótki spacer na Cypel Rewski czyli piaszczysty język lądu wcinający się w Zatokę Pucką.

Z końca cypla rozciąga się widok na zatokę i Półwysep Helski.

Wskazówka od lokalsów

Ostatni odcinek prowadzi po piasku, a na cyplu zwykle mocno wieje, jak to na cyplu :)



Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

tak

Wózek gondola

tak

Rewa jest popularną miejscówką w sezonie letnim, ale poza sezonem panuje tu raczej cisza i spokój.

Wózek biegowy

tak

Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd



Lasy Piaśnickie

Łatwa–średnia 3,4 km · ok. 45 min · pętla

Nieskończone szpalery drzew i szerokie leśne ścieżki to dobre miejsce na długi, wytrzymałościowy marsz.

Las Piaśnicki to również miejsce bardzo trudnej historii, którą zdecydowanie warto poznać, zanim wybieriecie się na spacer po tych terenach.

Wskazówka od lokalsów

Ponieważ leśne skrzyżowania bywają do siebie bardzo podobne, pobierz ślad GPS trasy (w formacie GPX) do swojego zegarka sportowego lub aplikacji.

Dla kogo

Dla dzieci

nie

Jedzenie na trasie

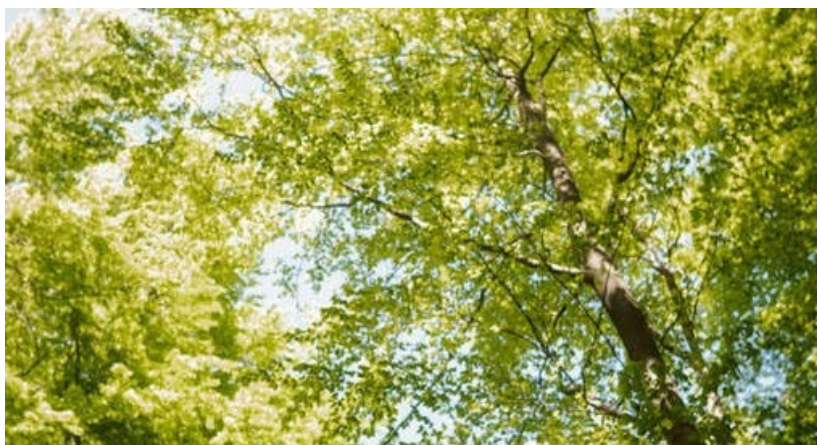
nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

nie



Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd



Rezerwat Beka

Łatwa 4,5 km · ok. 1 h 5 min · w jedną stronę

Płaskie, rozległe słone łąki dają złudzenie spaceru na krańcach świata.

Brak przewyższeń pozwala na wdrożenie długiego, sportowego kroku w równym tempie dla efektywnego treningu.

Wskazówka od lokalsów

Obszar słynie z olbrzymiej liczby ptaków brodzących. Koniecznie weźcie ze sobą lornetkę i zaplanujcie krótką przerwę przy wieżach widokowych.



Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

nie

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

tak

Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd



Spacer po Helu

Łatwa–średnia 5,1 km · ok. 1 h 10 min · pętla

Spokojna, płaska pętla po Helu, na samym końcu Mierzei Helskiej.

Dobra propozycja na dzień, w którym i tak wybieracie się na Hel.

Wskazówka od lokalsów

Polecamy odwiedzić foki podczas ich przerwy na jedzenie :)
Sprawdźcie na stronie Fokarium, albo zapytajcie na miejscu o godziny karmienia.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

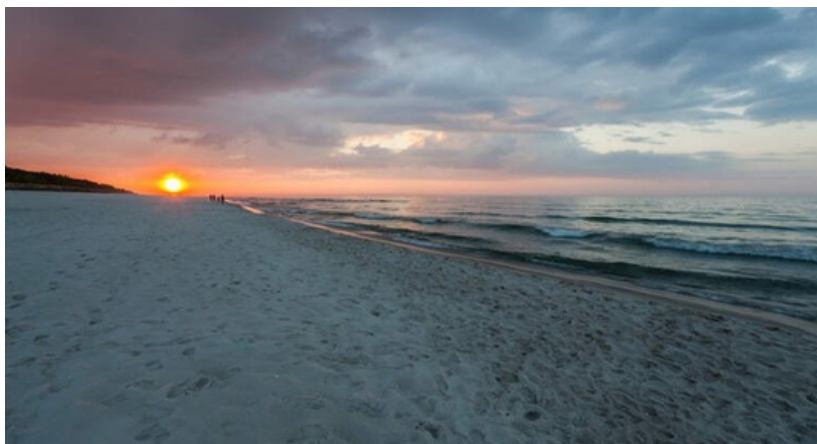
tak

Wózek gondola

tak

Wózek biegowy

tak



Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd



Spacer po Pucku

Łatwa 7,3 km · ok. 1 h 40 min · pętla

Płaska pętla po urokliwym Pucku i jego okolicy nad Zatoką Pucką.

Spokojny marsz, dobry na rozruch albo dzień odpoczynku od dłuższych tras.

Wskazówka od lokalsów

Zaplanujcie czas na kawę na Zielonym Mostku lub w okolicy Starego Rynku, gdzie znajdziecie też pierogarnię i kilka innych miejsc na obiad.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

tak

Wózek gondola

tak

Wózek biegowy

tak



Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd



Wejherowo i Wodne Ogrody

Średnia-trudna 7,5 km · ok. 2 h · pętla

Spacer zaczyna się przy Wodnych Ogrodach w Wejherowie (ul. Kalwaryjska 12).

Kolejne punkty na trasie prowadzą przez duży park miejski oraz Dolinę Cedronu.

Trasa biegnie w okolicy Kalwarii Wejherowskiej.

Wskazówka od lokalsów

Wodne Ogrody to park wodny. Poza sezonem działa tylko w piątki, soboty i niedziele.

Dla kogo

Dla dzieci

tak

Jedzenie na trasie

tak

Wózek gondola

nie

Wózek biegowy

nie



Trasa



Nawiguj

Dojazd autem



Dojazd