AKTYWNIE PRZEZ DOLNOŚLĄSKIE LASY

To wyprawa dla osób uprawiających różne sporty (od spacerowania, przez bieganie aż po terenową jazdę na rowerze), którzy chcą potrenować w otoczeniu natury, w zaciszu pobliskich lasów.

Informacje o wyprawie

Czas wyprawy:	3 dni
Noclegi:	Leśny Bank Genów Kostrzyca w Miłkowie, Miłków 300, 58-535 Miłków, tel: (75) 71 31 048, 75 71 31 259, 75 71 31 263, fax (75) 71 31 754; www.lbg.lasy.gov.pl; biuro@lbg.lasy.gov.pl UWAGA: obiekt może mieć ograniczoną dostępność.
Liczba kilometrów do przejścia łącznie:	8 km
Liczba kilometrów do przejechania łącznie:	155 km
Sugerowana liczba osób na wyprawie:	2-6

Dlaczego tutaj?

Województwo dolnośląskie to jeden z najbardziej zalesionych terenów Polski – lasy zajmują tu prawie 29% powierzchni. Bliskość Karkonoskiego Parku Narodowego, możliwość jazdy rowerem po profesjonalnie przygotowanych ścieżkach rowerowych w terenie (od łatwych po trudne technicznie) oraz możliwość obcowania z naturą – to tylko niektóre z atutów tej wyprawy.

Wyprawa w tłumaczeniu na Polski Język Migowy (PJM) dostępna jest pod linkiem:
https://www.lasy.gov.pl/pl/turystyka/pomysl-na-wyprawe/aktywnie-przez-dolnoslaskie-lasy

Obiekty wymagające rezerwacji

Leśny Bank Genów Kostrzyca w Miłkowie, Miłków 300, 58-535 Miłków	(75) 71 31 048, 75 71 31 259, 75 71 31 263, fax (75) 71 31 754 biuro@lbg.lasy.gov.pl

Propozycja programu wyprawy

Piątek

1.	Zakwaterowanie w Leśnym Banku Genów (LBG) Kostrzyca
2.	Spacer po arboretum na terenie LBG (w okresie od maja do września czynne do 20.00; ok. 1 km spaceru, czas: ok. 40 min.)
3.	Kolacja we własnym zakresie i nocleg w LBG Kostrzyca

Sobota

1.	Śniadanie w LBG Kostrzyca (we własnym zakresie)
2.	Przejazd samochodem z rowerami na dozorowany parking A przy kolei gondolowej: ul. Źródlana/Strażacka w Świeradowie Zdroju (ok. 45 km, ok. 1 h), przejście pod dolną stację kolejki gondolowej, wjazd (bez rowerów) koleją gondolową na Stóg Izerski (ok. 15 min)
3.	Przejście do schroniska PTTK na Stogu Izerskim (ok. 50 m, czas przejścia 3 min.), chwila na herbatę w Schronisku PTTK i zejście czerwonym szlakiem do Świeradowa Zdroju, w dolnym odcinku szlaku przejście ścieżką edukacyjno-turystyczną „Przygoda w górach” (3,5 km, ok 1 godz.).
4.	Obiad w jednej z okolicznych restauracji w Świeradowie Zdroju
5.	Przejście do auta na dozorowany parking A (ok. 2 km, ok. 30 min.), a następnie przejazd rowerami po szlakach singletack – początek trasy znajduje się ok. 200 m powyżej kolei gondolowej. Ze szlaku dostępne jest przejście/przejazd rowerem na wieżę widokową (oznaczona drogowskazem w kierunku zielonego i czarnego szlaku turystycznego pieszego) oddaloną o ok. 300-400 m od szlaku, powrót na parking A (ok. 10 km, czas przejazdu ok. 1 h)
6.	Przejazd samochodem do Cieplic Śląskich – basenów termalnych (ok. 36 km, czas przejazdu ok.40 min.), korzystanie z term (czas wg uznania)
7.	Kolacja w Cieplicach (we własnym zakresie)
8.	Przejazd do Miłkowa (ok. 14 km, ok. 17 min.) i nocleg w LBG Kostrzyca

Niedziela

1.	Śniadanie w LBG Kostrzyca (we własnym zakresie) i wykwaterowanie
2.	Przejazd samochodem z rowerami do Sztolni w Kowarach (ok. 12 km., czas przejazdu ok. 20 min) - zwiedzanie (piesze) Sztolni w Kowarach (ok. 1,2 km, ok. 1 godz.)
3.	Przejazd samochodem z rowerami parking leśny do Borowic (ok. 21 km., czas przejazdu ok. 30 min)
4.	Przejazd rowerami po nowym singletracku – Pasmo Rowerowe Olbrzymy – Poświst (trasa trudna 8,90 km, czas przejazdu ok. 50 minut) oraz Pasmo Rowerowe Błotnik wraz z przejazdem do wodospadu Podgórnej k. miejscowości Przesieka (łącznie ok. 2,5 km czas ok. 20 minut)
5.	Obiad w miejscowości Przesieka
6.	Powrót rowerami na parking w Borowicach (ok. 3,5 km, ok. 25 min), zakończenie wyprawy

Kolej Gondolowa SKI&SUN Świeradów

- źródło: https://skisun.pl/cennik/

Singletrack

- źródło: https://swieradow.wroclaw.lasy.gov.pl/aktualnosci/-/asset_publisher/1M8a/content/sciezki-rowerowe-singltrek

Termy Cieplickie

- źródło: https://www.termycieplickie.pl/cennik_indywidualny

Sztolnia w Kowarach

- źródło: https://www.jeleniastruga.pl/sztolnie/o-nas

Czerwony szlak do „Schroniska PTTK na Stogu Izerskim”

- źródło: http://www.stogizerski.pl/szlaki.html

Informacja o wyprawie

nocleg w Leśnym Banku Genów Kostrzyca	źródło: http://www.lbg.lasy.gov.pl/pokoje-goscinne
Kolej gondolowa SKI&SUN	źródło: https://skisun.pl/cennik/
Termy Cieplickie	źródło: https://www.termycieplickie.pl/cennik_indywidualny
Sztolnie w Kowarach	https://www.jeleniastruga.pl/sztolnie/o-nas
Parking A pod gondolą	https://skisun.pl/cennik/
***Łącznie:**	

* * Nr katalogowy: WSL2017012AKT, aktualizacja 09.2025