

PRZEGLĄD TURYSTYCZNY **KOCHAM WARMIĘ I MAZURY**

THE TOURIST NEWS **I LOVE WARMIA AND MASURIA**

94/18 **ZIMA
WINTER**

ZIMA – CZAS NA SAUNĘ!

Winter – time for sauna!

**RAJ DLA
NARCIARZY
NA WARMII
I MAZURACH**

*A skiers paradise
in Varmia and Masuria*

**ZAJAZD POD KŁOBUKIEM
KUCHNIA PŁYNĄCA Z SERCA**
Kłobuk Roadhouse cuisine from the heart



POLSKA IZBA TURYSTYKI
ODDZIAŁ WARMIŃSKO-MAZURSKI

Warmińsko - Mazurska
Regionalna Organizacja Turystyczna

lovewm.pl



Mazury
AIR TRAVEL

www.mazuryairtravel.pl

Potrzebujesz samochodu?

[Rent a Car]



cena od
[the price from]
69zł
za dzień [per day]



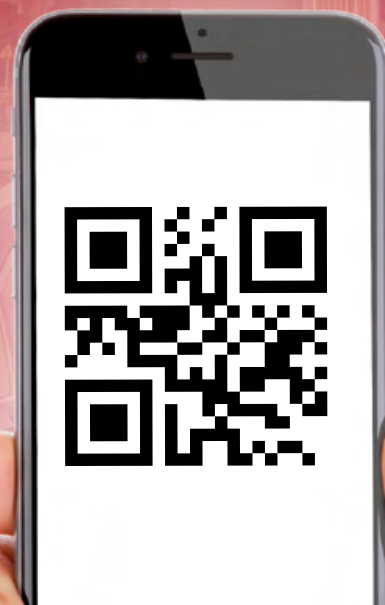
Chcesz dowiedzieć się więcej?

Zadzwoń!

Want to know more?

Call us!

+48 600 024 265





Warmia i Mazury na zimę

Niegdyś Warmia i Mazury najchętniej odwiedzane były latem. Zimą życie zamierało. Te czasy dawno jednak minęły. Ci, którzy są zakochani w naszym regionie, doceniają go także zimową porą – panujący tu spokój i monumentalne piękno natury, ale i coraz liczniejsze atrakcje sprawiają, że nie sposób się tu nudzić.

Zamarznęte jeziora dają okazję do uprawiania żeglarstwa lodowego i wędkarstwa. Liczne stoki i trasy to raj dla narciarzy zjazdowych i biegowych. A jeśli kochacie ciepło, nie ma problemu – praktycznie w każdej miejscowości znajdziecie obiekty posiadające sauny. W tym numerze dowiecie się, jak korzystać z ich dobrodziejstwa i poznać tajniki udanego saunowania.

Wykończeni igraszkami na śniegu czy zrelaksowani po seansie w saunie, koniecznie musicie skosztować mazurskich przysmaków. W regionie jest wiele miejsc, gdzie będziecie mieli okazję przeżyć niesamowitą kulinarną przygodę, jak i zabrać jej kawałek – zaklęty w słoiczku – do domu. Polecimy Wam także najciekawsze miejsca z klimatem, w których warto się zatrzymać, będąc zimą na Warmii i Mazurach.

Od redakcji from the editor

EN

Varmia and Masuria in winter

In the past Varmia and Masuria was mainly visited in summer and life used to shut down in winter. These times have gone and those who are in love with Varmia and Masuria region come back in winter for the tranquility of the place, the monumental beauty of its nature and the increasing number of attractions that make it more and more interesting.

Frozen lakes offer an opportunity to go ice sailing and fishing on. Numerous slopes and tracks are a paradise for downhill and cross-country skiers. If you like the heat well that's also no problem as you will find facilities with saunas in each town. In this issue you will also learn the secrets of how to organize a successful sauna.

When you are tired after playing in snow or relaxed after visiting the sauna, you should then try some of the many local Masurian treats. In the region there is a large number of places where you can have a chance to experience a memorable culinary adventure and even take some of it home to sample and share with your friends. We will also recommend some interesting places with soul which are worth staying in during your visit to Varmia and Masuria in winter.

Kamila Górecka-Kirwiel
redaktor naczelna / editor-in-chief

SPIS TREŚCI / contents

DLA KAŻDEGO / FOR EVERYBODY

- 04 Turyści na szlakach do Niepodległości**
/ Tourists on the Independence trails
- 06 X Warmiński Jarmark Świąteczny / X Warmian Christmas Fair**

WYDARZENIA / EVENTS

- 08 Kalendarz imprez – zima 2018/19**
/ Events – winter 2018/19
- 14 Informacja Turystyczna na Warmii i Mazurach**
/ Tourist Information in Varmia and Masuria

TEMAT NUMERU / LEADING TOPIC

- 16 Po zdrowie i relaks do sauny marsz!** / Go to a sauna to get health and wellness!

POLECAMY / WE RECOMMEND

- 29 Tu warto zatrzymać się na dłużej** / Worth staying longer
- 36 Cittaslow – Piękno Warmii**
/ The beauty of Varmia
- 40 Samolotem na Warmię i Mazury**
/ Flights to Varmia and Masuria
- 43 Rozmaitości regionalne**
/ Regional variety

ATRAKCJE / ATTRACTIONS

- 46 Giżycko przyciąga turystów przez cały rok** / Giżycko attracts tourists all year round

KULINARIA / THE CUISINE

- 52 Smak Mazur zaklęty w małej rybce**
/ Smelt, tiny but tasty
- 54 Mistrzowskie piwa z Warmii i Mazur** / Choice beers from Varmia and Masuria
- 58 Zajazd Pod Kłobukiem – kuchnia płynąca z serca**
/ Kłobuk Roadhouse – Cuisine from the heart

AKTYWNIE / ACTIVELY

- 62 Raj dla narciarzy na Warmii i Mazurach** / A skiers paradise in Varmia and Masuria

W NASTĘPNYM NUMERZE / IN THE NEXT ISSUE

- 70 Polecamy na lato**
/ we recommend for summer



Przegląd Turystyczny Warmii i Mazur

Rada redakcyjna / The Editorial Boards:
Wojciech Śmieszek (przewodniczący/chairman)
Kamila Górecka-Kirwiel (redaktor naczelna/editor-in-chief)
Justyna Szostek (sekretarz redakcji/editorial secretary)
Stanisław Harajda, Marian Jurak, Artur Kamiński,
Agnieszka Majewska, Michael Gannon
(tłumaczenie/translation)

Wydawcy / Publishers:
Polska Izba Turystyki Oddział Warmińsko-Mazurski
ul. Okopowa 25, 10-075 Olsztyn, tel. +48 607 889 177
e-mail: pit@pit.olsztyn.pl www.pit.olsztyn.pl

Warmińsko-Mazurska Regionalna Organizacja Turystyczna
ul. Staromiejska 1, 10-017 Olsztyn, tel./fax +48 89 535 35 65
e-mail: kontakt@wmrot.org www.wmrot.org



Warmińsko - Mazurska
Regionalna Organizacja Turystyczna

Opracowanie graficzne / Graphic design:
Gravite Design
Mateusz Obarek, Radosław Pazdriowski, Maciej Pokoński
ul. Witosa 1i/38, 10-688 Olsztyn, tel. +48 89 612 51 52
e-mail: office@gravite.pl www.gravite.pl

Partnerzy wydania / Partners of the issue:



TURYŚCI NA SZLAKACH *do Niepodległości*

Wielka wojna, nazwana potem I światową, zmieniła mapę Europy. Po 123 latach ponownie pojawiła się na niej Polska. Wojenne szlaki, które 100 lat temu wiodły do Niepodległości, zostawiły swoje ślady także na Warmii i Mazurach.

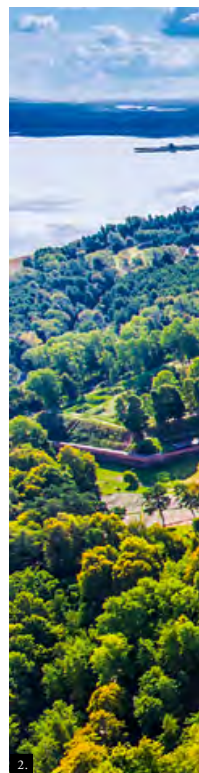


Aby ułatwić turystom poznawanie miejsc i pamiątek działań wojennych tego okresu, wytyczono drogowy Szlak Frontu Wschodniego I Wojny Światowej, przebiegający przez pięć województw. Jego warmińsko-mazurski odcinek liczy 580 km i łączy miejsca związane z walkami niemiecko-rosyjskimi, w szczególności z bitwą pod Tannenbergiem (1914) i kampaniami w rejonie Wielkich Jezior Mazurskich (1914, 1915), które przyniosły zwycięstwo stronie niemieckiej.

W obu bitwach nad jeziorami ważną rolę odegrała Twierdza Boyen w Giżycku, wybudowana na przesmyku pomiędzy trzema akwenami w latach 1843–1855. To jedyny w Polsce przykład pruskiej twierdzy tego typu i jedno z najlepiej zachowanych dziewiętnastowiecznych założeń obronnych. Twierdza zajmuje powierzchnię ok. 100 ha, ma kształt nieregularnej sześcioramiennej gwiazdy i jest otoczona kamienno-ceglanym murem, tzw. murem Carnota (o długości 2,3 km i wysokości ok. 5 m). Twierdza

stanowiła centralny element Giżyckiej Pozycji Polowej, na którą składało się 255 fortyfikacji. W okolicy miasta zachowały się pozostałości niektórych spośród nich. Innym przykładem połączenia budowli obronnych z uwarunkowaniami naturalnymi jest Pozycja Jezior Mazurskich, usytuowana na linii Bogaczewo – Mikołajki – Ruciane-Nida. W pobliżu tej ostatniej miejscowości, przy śluzie Guzianka, zachowały się trzy interesujące bunkry wieżowe.

Podróżując szlakiem, możemy poznać nie tylko obiekty związane z dawnymi bataliami, ale także dawniejsze zabytki architektury, walory przyrody i współczesne atrakcje Mazur. Wiele punktów wspólnych z tą trasą ma Szlak Fortyfikacji Mazurskich (438 km), który umożliwia zwiedzanie średniowiecznych grodzisk i zamków krzyżackich oraz budowli militarnych z czasów I i II wojny światowej. Najbardziej znanymi obiektami z tego ostatniego okresu są zespoły schronów w Gierłożu („Wilczy Szaniec”) i Mamerkach (Kwatera Główna Niemieckich Wojsk Lądowych).





EN

TOURISTS ON THE INDEPENDENCE TRAILS

The Great war also known as World War I changed the face of Europe. Poland, which had been absent from the map of Europe for 123 years, was reborn. Many of the War paths, which had led to Independence 100 years ago, left their mark in Varmia and Masuria.



The Road trail known as the World War I Eastern Front Trail, which goes through 5 voivodships, was developed to help tourists learn about historical places and reminders of acts of war. The Masurian Route is 580 kilometres long and links places connected with German-Russian fights, especially with the epic Battle of Tannenberg (1914) and campaigns in the Land of the Great Masurian Lakes (1914, 1915), which were won by Germany.

The Boyen Fortress, built on the isthmus among three lakes between 1843–1855, played a significant role in two battles by the lakes. It is the only Prussian fortress of this type in Poland and one of the best preserved defensive towers. The fortress covers 100 ha and it is in the shape of irregular six-armed star surrounded by a brick wall, a so called 'Carnot Wall' with a length of 2,3 kilometres and a height of around 5 metres. The fortress was the central point of Giżycko's field Position which consisted of 255 fortifications and the remains of several fortifications can still be seen close to Giżycko.

The Masurian Lake Position, located on the Bogaczewo-Mikołajki-Ruciane-Nida Trail, is another example of fortifications combining defensive structures with natural defences and near Ruciane-Nida you can see three preserved tower bunkers.

While following the Trail you can admire not only fortifications but also other, old architectural monuments, unspoilt nature and the modern attractions of Masuria. The Trail of Masurian Fortifications (438 km) has a lot in common with the World War I Eastern Front Trail. It is a trail where you can see medieval mounds, Teutonic castles and military buildings from the First and Second World Wars and among those military buildings you can find a complex of shelters in Gierłoż the 'Wolf's Lair', where Hitler directed WW2 from, and in nearby Mamerki, the Headquarters of the German Land Forces at that time.

*Opracowanie / By
Rafał Śliwiak*

X Warmiński Jarmark Świąteczny

I znów olsztynianie oraz goście z kraju i zagranicy dadzą się porwać atmosferze świąt Bożego Narodzenia!



takich produktów, a dzięki temu swoje pięć minut mają regionalni producenci i rękodzielnicy.

Cechą, która odróżnia olsztyński jarmark od innych tego typu wydarzeń w kraju, jest towarzyszący części wystawienniczej bogaty program artystyczny. Olsztynianie i turyści przyzwyczaili się już, że oprócz zakupów na Starym Mieście można posłuchać muzyki, obejrzeć występy artystów ulicznych, a nawet... spotkać najprawdziwszego św. Mikołaja z Laponii. Doroczne wizyty ulubionego przez najmłodszych świętego to efekt współpracy promocyjnej Olsztyna z partnerskim Rovaniemi w Finlandii. Oprócz obecności na jarmarku, św. Mikołaj tradycyjnie odwiedzi najmłodszych pacjentów olsztyńskich szpitali.

www.jarmark.olsztyn.eu

EN

X VARMIA CHRISTMAS FAIR

The residents of Olsztyn as well as visitors from Poland and abroad will be once again attracted to the wonderful Christmas atmosphere between the 13th and the 16th of December.

The tenth Warmian Christmas Fair is coming. The seasonally decorated stalls and displays with specially selected goods such as: handicrafts, delicacies and Christmas decorations will become

Pprzed nami jubileuszowy X Warmiński Jarmark Świąteczny. Od 13 do 16 grudnia olsztyńską starówkę wypełnią świątecznie przystrojone stragany oraz wystawcy ze specjalnie dobranym asortymentem: rękodziełem, przysmakami i ozdobami choinkowymi.

Kolejny raz flagowe wydarzenie zimy w Olsztynie zapowiada się na mocny przedświąteczny akcent.

– Nasz jarmark zakorzenił się w świadomości mieszkańców i turystów odwiedzających Olsztyn – nie kryje satysfakcji Krzysztof Otoliniński, dyrektor ratuszowego Biura Promocji i Turystyki. – W tym roku świętujemy piękny

jubileusz 10-lecia tej imprezy i z tej okazji proponujemy nowe atrakcje. Jakież? Niech to pozostanie niespodzianką.

Przez cztery dni olsztyńska starówka będzie magicznym miejscem pełnym zimowych atrakcji. W przedświąteczny weekend, w atmosferze zbliżającego się Bożego Narodzenia będzie można zrobić wspaniałe gwiazdkowe zakupy.

– Od pierwszej edycji jarmarku, która miała miejsce w 2009 roku, staramy się tak dobierać wystawców, aby w ofercie znalazły się produkty nawiązujące do specyfiki i tożsamości kulturowej regionu Warmii i Mazur – podkreśla Krzysztof Otoliniński. – W przeddzień Bożego Narodzenia ludzie poszukują



the focus of attention in the old town in Olsztyn.

The highlight of winter is sure to have a real Christmas atmosphere!

'Our fair makes a very positive impression on residents and tourists visiting Olsztyn' says Krzysztof Otoliński with pride, the director of the City Hall Promotion Office. This year we are celebrating the 10th anniversary of the festival and that is an occasion to announce new attractions. What kind of attractions I hear you ask. Well, let it remain a little secret for now!

The old town in Olsztyn will be a magical place full of winter attractions for four days. During the very weekend

before Christmas, you can do a lot of your Christmas shopping in a very, merry atmosphere for the upcoming festive season.

Since 2009, when the first Christmas Fair took place, we have tried to choose such traders whose products relate to the cultural identity of the region of Varmia and Masuria', Krzysztof Otoliński emphasises. On the days before Christmas people look for regional products and thanks to that, local manufacturers have their 'five minutes' in winter.

Olsztyn Christmas Fair is different from other fairs in Poland due to its rich artistic programme that supports the stalls and display stands. The locals

as well as regular visitors are used to the fact that apart from doing shopping in the old town they can listen to music, watch street artist – performances and even meet 'the real' Santa Claus from Lapland. This annual visit of Santa, beloved by children, is the result of promotional cooperation between Olsztyn and Rovaniemi in Finland. Santa Claus will not only will be at the Christmas Fair but he will also visit the younger patients in Olsztyn's hospitals.

www.jarmark.olsztyn.eu

*Opracowanie / By RP
fot. Marcin Kierul*

Zima 2018/19

KALENDARZ

WYDARZEŃ

Events – winter 2018/19





for arch. Szwarczyński „Ciermow”

Kultura ukraińska z daleka i z bliska

Mysłą przewodnią wydarzenia jest dialog z kulturą ukraińską, by stawała się bliższa, jak bliska jest przestrzeń między sąsiadami Polakami i Ukraińcami, poprzez występy zespołów z Ukrainy i Polski.

Ukrainian culture from near and away

The main idea of the event is interaction with Ukrainian culture to bring our closest neighbours together thanks to performance of groups from the Ukraine and Poland.

Miejsce / Place: Węgorzewo

Termin / Date:

2–5 Listopada / November 2018

www.wck.wegorzewo.pl



for arch. CKIT Mrągowo

XXII Przegląd Teatrów Amatorskich Im. Kasi Kowal

Przegląd skierowany jest do dziecięcych i młodzieżowych grup teatralnych z województwa warmińsko-mazurskiego, a jego cel to propagowanie kultury teatralnej oraz stworzenie instruktorom i młodym aktorom możliwości prezentacji i wymiany doświadczeń.

XXII Kasia Kowal Festival of Amateur Theatre

This festival is targeted at children and youth groups from Warmia-Masuria. Its aim is to promote theatre culture

and teach young actors the possibility of presenting and exchanging ideas.

Miejsce / Place: Mrągowo

Termin / Date:

23 Listopada / November 2018

www.ckit.mragowo.pl



for arch. MDK Działdowo

XI Ogólnopolski Młodzieżowy Festiwal Piosenki „Hoffer Super Hit Festival”

Konkurs dla wokalistów amatorów w wieku 13–28 lat oraz warsztaty wokalne. Na koncercie galowym występują laureaci przesłuchań konkursowych oraz gwiazda festiwalu: Andrzej Piaseczny.

XI National Youth Song Contest L „Hoffer Super Hit Festival Działdowo 2018”

A competition for amateur singers aged between 13 to 28, vocal workshops. Competition laureates and festival star-Andrzej Piaseczny will perform at the Gala concert.

Miejsce / Place: Działdowo

Termin / Date:

8 Grudnia / December 2018

www.mdkdzialdowo.pl



for arch. Hord ZAMEK RYN

IX Festiwal Wina Zamkowe „Bachanalia 2018”

W tym unikatowym miejscu odbywają się co roku prezentacje i degustacje wina oraz live cooking. Podczas wieczornej

gali ogłaszane są wyniki Konkursu Publiczności na Najlepsze Wino Festiwalu. Zamkowe Bachanalia to impreza organizowana z myślą o wielbicielach i znawcach kuchni i dobrych alkoholi.

Ix Wine Castle Festival „Bachanalia 2017”

Presentation and wine sampling as well as live cooking take place in this unique place every year. During the Gala evening results from the Audience Competition for the best wine of the festival are announced. Castle Bachanalia is an event held for lovers of fine wining and dining.

Miejsce / Place: Ryn

Termin / Date:

8 Grudnia / December 2018

www.zamekryn.pl/bachanalia



for arch. Kieral

X Warmiński Jarmark Świąteczny

Olsztyńskie Stare Miasto zawsze w grudniu ulega atmosferze Bożego Narodzenia; wypełniają je wówczas świątecznie przystrojone stragany oraz wystawcy ze specjalnie dobranym asortymentem: rękodziełem, przysmakami, ozdobami choinkowymi. Jest to doskonały czas na dokonanie gwiazdkowych zakupów. Części wystawienniczej towarzyszy bogaty program artystyczny. Można tu nawet spotkać najprawdziwszego św. Mikołaja z Laponii.

X Varmian Christmas Fair

In December the old town in Olsztyn offers a wonderful Christmas atmosphere. The seasonally decorated stalls and displays with specially selected goods such as: handicrafts, delicacies and Christmas decorations will become the focus of attention. It is a good time to »



for: Marcin Koral

do Christmas shopping. A diverse programme alongside the stalls and display stands where You can even meet 'the real' Santa Claus from Lapland.

Miejsce / Place: Olsztyn
Termin / Date:
13–16 Grudnia / December 2018
www.jarmark.olsztyn.eu



for: arch. Urszula Mińska Elbląg

Świąteczne Spotkania Elblązan

W ramach Spotkań, na klimatycznym Starym Mieście odbywa się m.in. elbląski jarmark świąteczny wraz z bogatą częścią artystyczną oraz wigilia dla elblązan. Na Jarmarku Świątecznym można kupić: dekoracje świąteczne, wigilijne potrawy i wypieki, stroiki, choinki, wyroby rękodzieła artystycznego, upominki.

Christmas Get Together For Elbląg's Locals

During this Christmas event in the old town there is a Christmas fair with a full artistic programme and Christmas

party for residents and visitors to the city. At the Christmas fair you can buy Christmas decorations, seasonal dishes, baked food, Christmas trees, handicrafts and gifts.

Miejsce / Place: Elbląg
Termin / Date:
15–16 Grudnia / December 2018
www.elblag.eu



for: arch. M.B. Charynek

Jarmark Wigilijny

Jedną z głównych atrakcji jarmarku jest kiermasz świąteczny, będący dobrą okazją do zrobienia przedświątecznych zakupów. Podczas warsztatów świątecznych można wykonać samodzielnie świąteczne stroiki i ozdoby na choinkę. Całość co roku okraszona jest występami i świątecznymi prezentacjami w wykonaniu przedszkolaków oraz wspólnym śpiewaniem kolęd z uczniami olsztyńskich szkół.

Christmas Fair

The Christmas market where you can do the Christmas shopping is one of

the main attractions of the fair. During the Christmas workshops you can even make your own Christmas decorations. Preschoolers' Christmas performance and presentation and joint carol singing with pupils of Olsztynek's schools taking part in the Christmas Fair.

Miejsce / Place: Olsztynek
Termin / Date:
16 Grudnia / December 2018
www.muzeumolsztynek.com.pl



for: arch. OSIR Gołdap

XXIX Bieg Jaćwingów

Bieg Jaćwingów, rozgrywany od 1979 roku, cieszy się dużą popularnością wśród narciarzy i miłośników aktywnego wypoczynku. To najstarsza zimowa impreza w Polsce Północno-Wschodniej oraz jeden z najstarszych masowych biegów narciarskich w Polsce. Malownicze trasy usytuowane są w lesie Kumiecie w mieście Gołdap.

XXIX Jaćwingowie Cross-Country Skiing Competition

Jaćwingowie cross-country skiing competition has been held since 1979 and is very popular among skiers and lovers of active relaxation. It is the oldest winter event in north-eastern Poland and one of the oldest mass cross-country skiing competitions. Picturesque trails are situated in Kumiecie forest and in Gołdap town.

Miejsce / Place: Gołdap
Termin / Date:
26–27 Stycznia / January 2019
lub / or

2–3 Lutego / February 2019
w zależności od warunków pogodowych
/ It depends on weather conditions
www.biegjacwingow.pl



for arch. Ośrodek Zagłanowa i Turystyki Wodnej „Camp-Pig”

Zimowy spływ kajakowy rzeką Pisz

Spływ idealny dla fanów aktywnego wypoczynku – bez względu na wiek oraz umiejętności. Rzeka nie sprawia dużych trudności nawet niedoświadczonym kajakarzom. Po zakończeniu spływu ognisko z pieczonymi kielbaskami i gorącą herbatą dla uczestników (na terenie Hotelu Joseph Conrad). Długość trasy z Pisz do Przepompowni (dawna wieś Wilki) wynosi 8,5 km.

Winter canoeing in the Pisa River

It is ideal canoeing for lovers of active relaxation – regardless of age and skills. The river is not difficult for inexperienced canoeists. After the canoeing there is a campfire with sausages and hot tea for the participants in the Joseph Conrad Hotel complex. The route length from Pisz to the Przepompownia in the former village of Wilki is 8,5 km.

Miejsce / Place: Pisz
Termin / Date:
2 Lutego / February 2019
www.camp.com.pl



for arch. Muzeum Bitwy pod Grunwaldem w Siebarzu

Zimowa rejsa na pola Grunwaldu i zamek w Nidzicy

Nazwa imprezy nawiązuje do łupieskich wypraw Krzyżaków przeciwko pogańskim Prusom i Litwie. To pokazy rycerskich walk na miecze, turnieje łucznicze,



for arch. Stowarzyszenie Miłośników Wzgórz Dylewskich

pokazy tańca z ogniem i konkurencje dla publiczności.

Winter plundering in Grunwald field and Nidzica castle

The name of the event refers to Teutonic plundering raids in Prussia and Lithuania. It is a knightly battle with swords, archery tournament, dance show with fire and competitions for the audience.

Miejsce / Place:
Nidzica i pola Grunwaldu /
Nidzica and Grunwald Fields
Termin / Date:
2–3 Lutego / February 2019
www.rycerze.org



for arch. Stowarzyszenie Miłośników Wzgórz Dylewskich

XIV Zimowy Bieg Sasinów

Narciarski bieg zimowy organizowany jest od 2006 roku. Ze względu na ukształtowanie Wzgórz Dylewskich trasy są bardzo urozmaicone, pełne łagodnych podbiegów i zjazdów. Wyścigi odbywają się techniką dowolną na dystansach 5 i 10 km.

IX Sasinowie Winter Cross-Country Skiing Competition

This cross-country skiing competition has been organised since 2006. The layout of Dylewskie hills and trails are various with gentle descends and slopes. An arbitrary technique race is held at the distance of 5km and 10 km.

Miejsce / Place:
Wzgórza Dylewskie / Dylewskie Hills
Termin / Date:
16 Lutego / February 2019
www.biegsasinow.com.pl



for arch. KS „The International Association of Krav Maga Warriors”

IV Giżycka Noc Gladiatorów

Giżycka Noc Gladiatorów to największa sportowa impreza zimy w Giżycku. Na profesjonalnym ringu zmierzają ze sobą zawodnicy różnych sztuk walki. Formuła przewiduje dziesięć walk, zarówno amatorskich, jak i zawodowych. Imprezie towarzyszą atrakcje widowiskowe, pokazy taneczne i występy muzyczne.

IV Giżycko Gladiator Night

Giżycko Gladiators' Night is the biggest winter sports event in Giżycko. Competitors of different styles of martial arts will compete in the professional ring. There will be 10 fights-amateur and professional. There are also dance shows, performances and spectacular attractions.....

Miejsce / Place: Giżycko

Termin / Date:

23 Lutego / February 2019

www.gng-mma.pl



for arch. Biskupieckie Morsy

VII Dadajowy Złot Morsów

Morsowanie staje się coraz bardziej popularne. Znaczenie tej pasji dla zdrowia od kilku lat podkreślają morsy z Biskupca, którzy zapraszają na zimową kąpiel w jeziorze Dadaj. Biorą w niej udział morsy z różnych zaprzyjaźnionych klubów. Liczba uczestników dochodzi już do 350 osób.

Wydarzeniu towarzyszą również inne atrakcje: bieg morsów, gry, zabawy, pokazy, występy.

VII Dadaj Winter Swimmers' Day Out

Winter swimming is becoming more and more popular. Winter swimmers emphasize the beneficial impact of winter swimming on your health and invite you to do some winter swimming in Lake Dadaj. Winter swimmers from friendly clubs participate in the meeting. The number attending winter swimmers has grown to 350. During the fun there are other attractions such as: a winter swimmers run, games, plays, shows and performances.

Miejsce / Place:

Rukławki plaża Słoneczny Brzeg / Rukławki „Słoneczny Brzeg” beach

Termin / Date:

24 Lutego / February 2019

www.fb.com/BiskupieckieMorsy



for arch. Węgorzewskie Centrum Kultury

Kaziuki Nad Węgorapą

Spotkania z tradycją wileńską, występy lokalnych artystów i gości z Litwy, kiermasz kaziukowy.

Vilnius Kaziuki on the Węgorapa River

Meeting with Vilnius traditions, artists and guests from the Lithuanian performance group, kaziuki fair.

Miejsce / Place: Węgorzewo

Termin / Date:

2 lub / or 3 Marca / March 2018

www.wck.węgorzewo.pl



for arch. CSB „Światowid”

XXIII Ogólnopolski Festiwal Sztuki Słowa

„...Czy To Jest Kochanie?”

Festiwal to miejsce, w którym mogą zaprezentować się utalentowani wykonawcy piosenki artystycznej oraz recytatorzy. W dobie wszechogarniającej popkultury przestrzeń, w którym słowo i wartościowa muzyka będą miały okazję zaistnieć, jest niezmiernie ważna. Prezentacjom konkursowym towarzyszą wydarzenia artystyczne – spektakle i koncerty.

XXIII National Art Of Words Festival – Festiwal Sztuki Słowa

„...Is This Love?”

This festival is a place where talented performers of artistic song and reciters can present themselves. In times of pervasive pop culture, space for word and valuable music is extremely important. Apart from presentations there are also artistic events like plays and concerts.

Miejsce / Place: Elbląg

Termin / Date:

23–24 Marca / March 2018

www.kochanie.swiatowid.elblag.pl

XXVII Olsztyńskie Spotkania Teatralne

Jedne z najciekawszych spektakli w jednym miejscu – w Teatrze Jaracza, podczas których każdy znajdzie coś dla siebie. Co roku pokazywane są najróżniejsze kon-



for arch. Węgorzewskie Centrum Kultury



for arch. CSI „Sztandar”

wencie sceniczne – monodramy, operę, taniec, teatry instytucjonalne i offowe, bo – po pierwsze i najważniejsze – jest to festiwal dla Widzów.



for arch. Teatr im. Sędziny Jaracza

XXVII Olsztyn Theatre Meetings

The most interesting plays in one place – in the Jaracz theatre during which everyone will something for themselves. Every year various stage plays such as: monodrama, opera, dance, institutional theatres and off theatres are performed. First of all, it is a theatre for the audience.

Miejsce / Place: Olsztyn
Termin / Date:
23–30 Marca / March 2018
www.ost.olsztyn.pl/o-festiwalu

XVI Skorpenowy Spływ Łyną 2019

To największa impreza pływacka w kraju, która jest niepowtarzalną okazją przywitania wiosny w niekonwencjonalny sposób. Spływ rozpoczyna sezon akcji sportowo-rekreacyjnych organizowanych w ramach akcji „Olsztyn Aktywnie”. Co roku setki pływacków i nie tylko przybywają do Olsztyna, żeby przepłynąć wpływ kilkukilometrowy odcinek rzeki Łyny. Imprezę urozmaicają przeróżne stroje, a uczestnicy biorą udział w konkursie na najlepsze przebranie. W spływie może wziąć udział każdy, bez względu na wiek. W zeszłym roku w ten sposób przywitało wiosnę prawie pół tysiąca pływacków.

XVI Winter 'Skorpena' Diving In The Łyna River 2019

It is the biggest diving event in Poland, which is a unique occasion to say hello to spring in an unconventional way. The Diving opens the sporting-recreational season and is organised as a part of 'Olsztyn Actively'. Every year hundreds of divers and other people come to Olsztyn to swim the distance of several



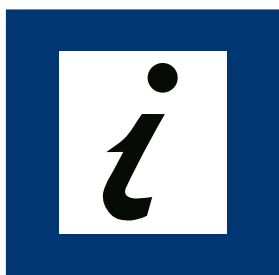
for arch. Akademicki Klub Pływacki „Skorpena”

kilometres in the river Łyna. The participants take part in the competition for the best costume. Everyone, regardless of age, can take part in the diving. Five hundred divers welcomed spring in such a way last year.

Miejsce / Place: Olsztyn
Termin / Date:
23 Marca / March 2018
www.skorpenowysplyw.pl



Więcej wydarzeń na /
More events at
www.mazury.travel
www.mazurytravel.com.pl



INFORMACJA TURYSTYCZNA *na Warmii i Mazurach*¹

Tourist Information in Varmia and Masuria

■ **Barczewo** *

pl. Ratuszowy 1, 11-010 Barczewo, tel./phone +48 89 514 83 46 wew. 78
e-mail: biuroinfo@barczewo.pl, www.barczewo.pl

■ **Bartoszyce** ***

ul. Bohaterów Warszawy 96, 11-200 Bartoszyce
tel./phone +48 89 762 98 80
e-mail: pit@bartoszyce.pl, www.gci.bartoszyce.pl

■ **Biskupiec** **

pl. Wolności 5c, 11-300 Biskupiec, tel./phone +48 89 715 47 42
e-mail: informacja.turystyczna@biskupiec.pl, www.biskupiec.pl

■ **Braniewo** **

ul. Katedralna 7, 14-500 Braniewo, tel./phone +48 55 644 33 03
e-mail: it_braniewo@poczta.onet.pl, www.it.braniewo.pl

■ **Dobre Miasto** *

ul. Warszawska 14, 11-040 Dobre Miasto, tel./phone +48 89 616 13 14,
e-mail: urzad.miasta@dobremiasto.com.pl, www.dobremiasto.com.pl

■ **Elbląg** ***

ul. Stary Rynek 25, 82-300 Elbląg, tel./phone +48 55 239 33 77
e-mail: ielblag@umelblag.pl, www.ielblag.pl

■ **Elk** **

ul. Wojska Polskiego 47, 19-300 Elk, tel./phone +48 87 621 70 10
e-mail: info@turystyka.elk.pl, www.turystyka.elk.pl

■ **Frombork** **

ul. Młynarska 5a, 14-530 Frombork, tel./phone +48 55 244 06 77 w. 677
e-mail: informacja.turystyczna@frombork.pl, www.frombork.pl

■ **Gietrzwałd** **

ul. Kościelna 1, 11-036 Gietrzwałd, tel./phone +48 89 512 32 90
e-mail: it@gietrzwald.pl, www.it.gokgietrzwald.pl

■ **Giżycko** ****

ul. gen. J. Zajączka 2, 11-500 Giżycko, tel./phone +48 87 428 52 65
e-mail: infogizycko@post.pl, www.gizycko.turystyka.pl

■ **Gołdap** ***

pl. Zwycięstwa 16, 19-500 Gołdap, tel./phone +48 87 615 20 90
e-mail: poczta@frrg.pl, www.uzdrowiskogoldap.pl

■ **Iława** ***

ul. Niepodległości 13, 14-200 Iława, tel./phone +48 89 648 58 00
e-mail: itilawa@wp.pl, www.it-ilawa.pl

■ **Iława** **

Powiatowe Centrum Informacji Turystycznej
ul. Chodkiewicza 5, 14-200 Iława, tel./phone +48 602 744 083
e-mail: kontakt@port-ilawa.pl, www.port-ilawa.pl

■ **Jedwabno** **

ul. 1-go Maja 63, 12-122 Jedwabno, tel./phone +48 89 621 30 42
e-mail: gok@jedwabno.pl, www.jedwabno.pl

■ **Jeziorany** *

pl. Jedności Narodowej 14/1, 11-320 Jeziorany
tel./phone +48 691 059 861
e-mail: revitawarmia@gmail.com, www.revitawarmia.org

■ **Kętrzyn** ***

pl. Piłsudskiego 10/1, 11-400 Kętrzyn, tel./phone +48 89 751 47 65
e-mail: it@it.ketrzyn.pl, www.it.ketrzyn.pl

■ **Kozłowo** *

ul. Mazurska 3, 13-124 Kozłowo, tel./phone +48 89 625 08 25
e-mail: turystyka@kozlowo.pl, www.kozlowo.pl

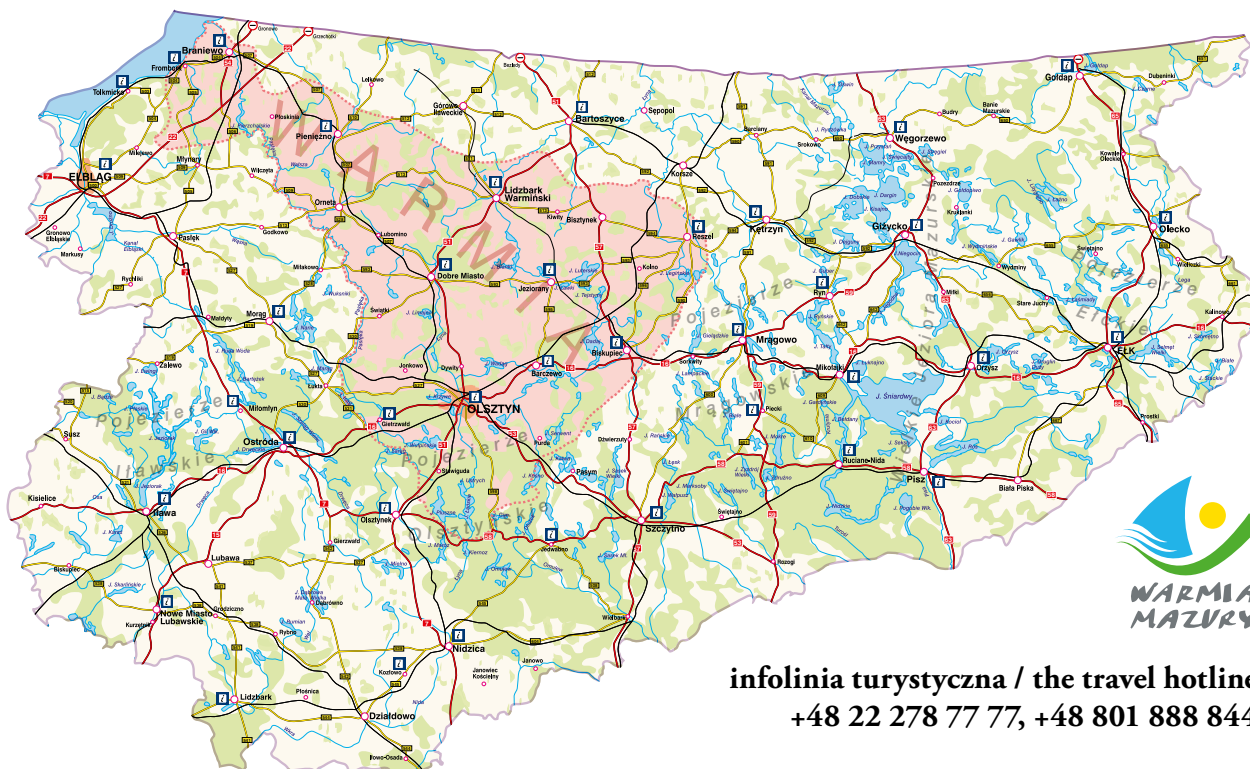
■ **Lidzbark Warmiński** **

ul. Krasickiego 1, 11-100 Lidzbark Warmiński
tel./phone +48 89 519 00 52
e-mail: it@lidzbarkwarminski.pl, www.lidzbark.eu

■ **Lidzbark (Welski)** *

ul. Sądowa 21, 13-230 Lidzbark
tel./phone +48 23 696 15 05 wew. 182
e-mail: promocja@lidzbark.pl, www.lidzbark.pl

- **Mikołajki** **
pl. Wolności 7, 11-730 Mikołajki, tel./phone +48 87 421 68 50
e-mail: it@mikolajki.pl, www.mikolajki.pl
- **Miłomłyn** *
ul. Twarda 12, 14-140 Miłomłyn, tel./phone +48 89 642 58 22
e-mail: projekty@milomlyn.pl, www.milomlyn.pl
- **Morąg** ***
pl. Jana Pawła II 1, 14-300 Morąg, tel./phone +48 89 757 38 26
e-mail: lot.morag@op.pl, www.lot.mazury.pl
- **Mragowo** ***
ul. Warszawska 26, 11-700 Mragowo, tel./phone +48 89 741 80 39
e-mail: info@it.mragowo.pl, www.it.mragowo.pl
- **Nidzica** **
ul. Zamkowa 2, 13-100 Nidzica, tel./phone +48 89 625 03 70
e-mail: zameknidzica@wp.pl, www.nidzica.pl
- **Nowe Miasto Lubawskie** ***
ul. Rynek 23, 13-300 Nowe Miasto Lubawskie
tel./phone +48 56 474 23 44
e-mail: it@umnowemiasto.pl, www.itnowemiasto.pl
- **Olecko** ***
pl. Wolności 22, 19-400 Olecko, tel./phone +48 87 520 49 48
e-mail: it@um.olecko.pl, www.olecko.pl
- **Olsztyn** ****
Wojewódzkie Centrum Informacji Turystycznej
ul. Staromiejska 1, 10-017 Olsztyn, tel./phone +48 89 535 35 65
e-mail: info@mazurytravel.com.pl, www.mazurytravel.com.pl
- **Olsztyn** ***
Miejska Informacja Turystyczna
pl. Jana Pawła II 1, 10-101 Olsztyn, tel./phone +48 89 521 03 98
e-mail: info@olsztyn.eu, www.olsztyn.eu
- **Olsztynek** **
ul. Ratusz 1, 11-015 Olsztynek, tel./phone +48 89 519 54 77
e-mail: it@olsztynek.pl, www.olsztynek.pl
- **Orzysz** **
ul. Rynek 5, 12-250 Orzysz, tel./phone +48 87 423 71 87
e-mail: cit@orzysz.pl, www.orzysz.pl
- **Ostróda** ***
pl. 1000-lecia PP 1a, 14-100 Ostróda, tel./phone +48 89 642 30 00
e-mail: cit@mazury-zachodnie.pl, www.mazury-zachodnie.pl
- **Piecki** **
ul. Zwycięstwa 6, 11-710 Piecki, tel./phone +48 89 742 22 70
e-mail: it.piecki@wp.pl, www.piecki.com
- **Pieniężno** **
ul. Generalska 8, 14-520 Pieniężno, tel./phone +48 55 237 46 53
e-mail: promocja@pieniezno.pl, www.pieniezno.pl
- **Pisz** ***
pl. Daszyńskiego 16, 12-200 Pisz, tel./phone +48 87 423 26 75
e-mail: cit.pisz@home.pl, www.pdk.pisz.pl
- **Reszel** *
ul. Rynek 24, 11-440 Reszel, tel./phone +48 89 755 39 09
e-mail: promocja@ugreszel.pl, www.ugreszel.pl
- **Ruciane Nida** **
ul. Dworcowa 14, 12-220 Ruciane-Nida, tel./phone +48 87 423 19 89
e-mail: umig@ruciane-nida.pl, www.ruciane-nida.pl
- **Ryn** **
ul. Szkolna 1, 11-520 Ryn, tel./phone +48 87 421 80 61
e-mail: rck-it@wp.pl, www.rck-ryn.pl
- **Szczytno** *
ul. Polska 12, 12-100 Szczytno, tel./phone +48 691 105 810
e-mail: turystyka@powiat.szczytno.pl, www.turystyka.szczytno.pl
- **Tolkicko** **
ul. Świętojańska 1, 82-340 Tolkicko, tel./phone +48 55 231 61 82 wew. 25
e-mail: inf-tur.tolkicko@wp.pl, www.kulturatolkicko.pl
- **Węgorzewo** ***
Bulwar Loir-et-Cher 4, 11-600 Węgorzewo, tel./phone +48 87 427 40 09
e-mail: infotur@wegorzewo.pl, www.wegorzewo.pl



infolinia turystyczna / the travel hotline
+48 22 278 77 77, +48 801 888 844



Po zdrowie i relaks

DO SAUNY MARSZ!

Gdy temperatura spada poniżej zera, ciemno robi się już o 15-tej, a często – zamiast malowniczych śnieżnych połaci – za oknem błoto i szarość, łatwo o pogorszenie nastroju czy przeziębienie. W tym czasie warto postawić na zadbanie o swoje zdrowie, wygląd i dobre samopoczucie, a nie ma chyba nic lepszego niż seans w saunie czy bani. Zachęcamy, aby w trakcie takich wypadów skorzystać z bogatej oferty obiektów Warmii i Mazur, w których saunowanie przemieniło się w styl życia i sztukę.



Saunamajster zdradza tajemnice sztuki saunowania

Wywiad z Krystianem Strużyńskim z Term Warmińskich

Ciepło lubi każdy z nas, jednak niewielu ma pełną wiedzę na temat jego dobroczynnych właściwości. Jednym ze sposobów terapeutycznego zastosowania wysokich temperatur jest sauna, która w naszym kraju wciąż jest dość mało znaną formą terapii czy relaksu. Są jednak miejsca, gdzie można poznać tajniki tej sztuki i skorzystać z jej dobroczynnych wpływów. Niestety, nie każdy wie, jak przygotować się do wizyty w saunie oraz kiedy i w jaki sposób z niej korzystać. Jak to robić, by terapia wpływała pozytywnie na zdrowie, a nie szkodziła? Na te i inne pytania odpowiada Krystian Strużyński, saunamistrz z Term Warmińskich w Lidzbarku Warmińskim.

Kim jest saunamistrz?

Choć mówi się, że drewniane ławy i piec z paleniskiem są sercem sauny, to jej duszę stanowi wykwalifikowany saunamistrz. Mistrz ceremonii tak operuje ręcznikiem, aby zapachy i ciepło rozchodziły się po całym pomieszczeniu i trafiały wprost na saunowiczów. Podczas każdej ceremonii osoba prowadząca pomaga gościom w aklimatyzacji, dobierając odpowiednią temperaturę, uzyskując pożądaną wilgotność powietrza i stopniowo dozując olejki aromatyczne, rozlewane na gorący piec. Saunamajster używa przy tym wybranych przez siebie aromatów o wyszukanych nutach zapachowych,

na przykład sosny, cytrusów, świeżych ziół i przypraw korzennych.

Jak sauna wpływa na nasze zdrowie?

Sauny są nie tylko miejscem relaksu i wypoczynku, ale także formą terapii zdrowotnej. Nie od dziś wiemy, że korzystanie z nich bardzo korzystnie wpływa na funkcje naszego organizmu. Przede wszystkim hartuje ciało, zwiększa jego odporność na infekcję, poprawia elastyczność tkanki włóknistej torebki i więzadeł stawowych, dzięki czemu polepsza krążenie krwi. Zwiększa również samą siłę mięśni, a dzięki olejkom eterycznym uwalnianym podczas seansu w saunie poprawia sprawność układu

oddechowego. Zalet jest bardzo wiele, natomiast pożądane zmiany w organizmie, jakie następują po kąpieli w saunie, utrzymują się około jednego tygodnia, dlatego też wskazane jest korzystanie z niej raz w tygodniu. W Termach Warmińskich do dyspozycji gości jest sauna parowa (polecana dla nowicjuszy i najłagodniejsza dla organizmu), sauna fińska (to ta z najwyższą temperaturą – do 110 stopni – i niską wilgotnością powietrza) oraz sauna mokra (zalecana przy zbyt tłustej skórze i łojotoku).

Kto zatem powinien, a kto nie powinien korzystać z sauny? Jak należy się przygotować do tego rodzaju zabiegu?

Przed wszystkim sauna jest metodą profilaktyczną, czyli przeznaczoną dla osób zdrowych. Występują bezwzględne przeciwwskazania do stosowania sauny i z nimi przede wszystkim należy zapoznać się przed wizytą. Zanim skorzystamy z dobrodziejstw saunarium, skonsultujmy się z lekarzem – zwłaszcza w przypadku, gdy cierpimy na choroby przewlekłe. Na pewno nie wolno wybierać się do sauny, kiedy dopadła nas infekcja. Wysoka temperatura oczywiście podnosi ciepłotę ciała i wraz z potem pozbywamy się toksyn, jednak osłabienie organizmu może narobić więcej szkód niż przynieść korzyści. Sauny nie są też wskazane w przypadku wielu schorzeń skóry, problemów z układem krążenia oraz przy chorobach nowotworowych. Sauna zasadniczo nie jest też miejscem dla kobiet w ciąży oraz matek karmiących. W przypadku niektórych problemów ze zdrowiem sauna może okazać się cennym uzupełnieniem podstawowej terapii, jednakże tu znowu przypomnę o tym, aby przed wybraniem się na seans zasięgnąć opinii swojego lekarza. Ze wskazań oczywistych wymienię to, że dzięki temu, iż sauna sprzyja regeneracji mięśni, polecana jest po przetrenowaniu. Pomaga również usunąć skutki stresu, więc często po saunie można zasnąć jak niemowlę. Warto pamiętać, że rozgrzanie sprzyja również produkcji endorfin.

Z pewnością wiele osób rozważa terapię saunową. Gdzie w saunie kończy się profilaktyka zdrowotna, a zaczyna relaks?

Źle użytkowane, nie przynoszą pożądanego efektu, dlatego niewątpliwie warto skorzystać z porad gospodarzy strefy saun, zwłaszcza na początku przygody z saunowaniem. Sauna sama w sobie bywa również dużym obciążeniem dla organizmu, dlatego też ważne, aby stosować ją przed wysiłkiem, a nie tuż po. Na początek zawsze wybierajmy najniższą ławkę, by przyzwyczaić organizm do wysokiej temperatury. Dopiero po kilku minutach możemy przenieść się o poziom wyżej. Gdy pocujemy przegrzanie konieczne musimy opuścić saunę. Po kąpieli saunowej obowiązkowy jest prysznic. Pysznic należy brać raz ciepłą, raz zimną wodą. Powód? Naprzemienny prysznic po gorącej sesji w saunie poprawi nasze krążenie oraz wzmocni system odpornościowy organizmu. Proces ogrzewania, chłodzenia i odpoczynku powtarzamy 2–3 razy. W czasie przerwy pomiędzy seansami saunowymi warto uzupełnić wypocone płyny, sięgając po niegazowane napoje – wodę mineralną lub soki owocowe i warzywne.

O pełnym relaksie możemy mówić przy okazji rytuałów saunowych prowadzonych przez saunamajstra. Przy tej wyjątkowej ceremonii działanie terapeutyczne i relaksacyjne jest szersze niż przy tradycyjnym saunowaniu – dzięki wykorzystaniu efektu oddziaływania zapachu i gorącego powietrza rozprowadzanego za pomocą ręcznika po wnętrzu sauny przez saunamistrza. Może on uatrakcyjnić czas spędzany w saunie poprzez różnego typu działania, np. masaż ciała za pomocą witek brzoźowych lub, jak w przypadku seansów VIP, serwując poczęstunek z soczystych owoców, mrożonych napojów czy eukaliptusowych cukierków.

Na czym polega kultura saunowania?

Żeby saunowanie faktycznie przynosiło nam korzyść, należy przestrzegać kilku prostych zasad. Przede wszystkim należy zapamiętać, że saunarium jest strefą nie-

tekstylną, jedyne dopuszczalne okrycie to ręcznik lub specjalne prześcieradło służące do siedzenia lub leżenia. Sztuczny materiał zastosowany w kąpielówkach może utrudnić prawidłowy przepływ powietrza i powodować poparzenia. Wchodząc do łaźni należy zdjąć biżuterię i zmyć kosmetyki ze skóry, które utrudniają wchłanianie potu. W saunie należy zwrócić uwagę na to, aby nie rozmawiać. Nie jest to tylko kwestia kultury osobistej, ale przede wszystkim zdrowia, bowiem ciepłe powietrze, które wdychamy w saunie, powinno dostawać się do organizmu przez nos, a nie usta.

Jakie kosmetyki codziennego użytku powinny znaleźć się w każdej łaźni, aby mieć pewność, że prawidłowo dbamy o kondycję naszej skóry po saunie?

Po saunie skóra bywa wyraźnie oczyszczona i lepiej ukrwiona. Aby ten efekt sesji utrzymać jak najdłużej, trzeba do organizmu dostarczyć sporo płynów, nawodnić go, ponieważ po pełnym seansie w naszym ciele ubywa około 1 litra płynów. Warto też zadbać o prawidłowe nawilżenie i odżywienie skóry, a że po saunie skóra lepiej przyjmuje wszelkie kosmetyki, polecam zaopatrzyć się w różnego rodzaju kremy i balsamy do ciała. Trzeba pamiętać, by wybrane kosmetyki były łagodne, naturalne i przebadane dermatologicznie. Kosmetyki należy nakładać na ciało starannie umyte.

I na koniec: jak można zachęcić do saunowania gości przybywających do Term Warmińskich?

Tę wyjątkowo klimatyczną strefę polecamy naszym gościom szczególnie. Sauny są świetnym miejscem na wypoczynek, podreperowanie zdrowia czy poprawienie kondycji psychofizycznej. Można tu wpaść samemu, z przyjaciółmi lub całą rodziną na kilka godzin, a nasi saunamistrzowie zadbają o to, by czas spędzony w Strefie Saun był przyjemnością i dobrodziejstwem dla zdrowia i urody.

www.termwarmińskie.pl

»



Ruska bania w Galinach

Swoje dobroczynne właściwości ruska bania zawdzięcza znanemu od wieków, szczególnie przygotowanemu rytuałowi. Zbudowana z bali i naturalnego kamienia niepozorna chata wita uczestników odprężającym aromatem drewna i eterycznych olejków. Oprócz kąpeli, czyli przebywania w sercu bani – pomieszczeniu z piecem opalonym drewnem, na którym rozgrzewane są do czerwoności i polewane wodą kamienie – na gości czekają również napoje o właściwościach rozgrzewających i oczyszczających (np. kwas chlebowy, ziołowe napary również z dodatkiem miodu, sok malinowy lub brzozy). Najlepszy efekt na zakończenie rytuału przynosi wylanie na siebie kubła zimnej wody lub skok z pomostu do chłodnego stawu.

www.palac-galiny.pl



Strefa Saun w Hotelu Krasicki

Znajdująca się w podziemiach przedzamcza Strefa Saun – złożona z sauny parowej, fińskiej i infra red – zachwyca swoim designem oraz specjalną ofertą rytuałów.

Miłośnicy kąpeli ciepłych i parowych mogą zapewnić sobie niesamowite doznania dla ciała i ducha. To doskonały relaks i silne pobudzenie zmysłów. Seans rozpoczyna się peelingiem ciała przeprowadzonym przy użyciu kosmetyków zawierających wyciąg z zielonej herbaty z kryształkami soli morskiej o silnych



Saunarium w zamkowych podziemiach

W podziemiach Hotelu Zamek Ryn znajduje się strefa nowoczesnych saun. Do wyłącznej dyspozycji gości obiektu oddano saunę fińską (suchą) i rzymską (mokrą). Strefa otwarta jest codziennie. Znajduje się w bezpośredniej bliskości słynnego podziemnego basenu z zabytkowym sklepieniem łukowym. Odrodzenie sił vitalnych, dzięki mocy czterech żywiołów, czeka na gości w SPA Księżnej Anny. Tutaj wybiercie się w podróż pachnącą wonnymi olejkami i ziołami, wprowadzającą w stan błogości i relaksu.

www.zamekryn.pl

»

właściwościach odtruwających, remineralizujących i odżywczych. Kolejny etap to spektakularna ceremonia gorącymi, aromatycznymi ręcznikami z udziałem saunamistrza, zwieńczona chłodzącym, lodowym rytuałem. Lód przyniesie zapadające na długo w pamięć orzeźwienie, a skóra doskonale odżywi się i ujędrni. Na zakończenie na gości czeka degustacja orzeźwiającego zastrzyku energii w postaci bezalkoholowego drinka Mojito.

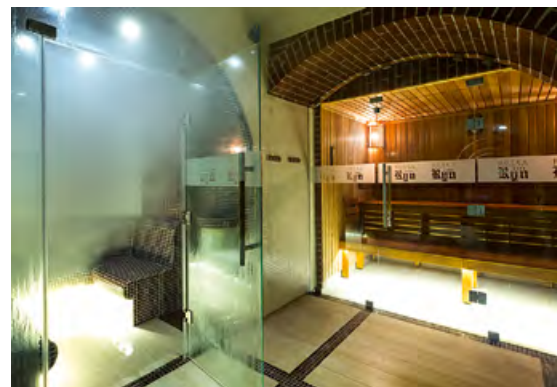
www.hotelkrasicki.pl

Sauny, prysznic wrażeń i tepidarium w Hotelu Ventus

W strefie wellness Hotelu Ventus Natural & Medical SPA w Gołdapi do dyspozycji gości są trzy sauny: sucha, parowa i infra red, a także prysznice wrażeń i tepidarium. Sauny są tu 2–3 oso-

bowe, dzięki temu gwarantują komfort i intymną atmosferę. Różnorodność saun to możliwość wyboru tego, co dla każdego z nas najlepsze. W pełni pozytywny wpływ sauny odczuje ten, kto połączy naprzemienne ogrzewanie ciała z jego ochładzaniem. Gwarantuje to odprężenie, relaks, regenerację mięśni, a także niweluje skutki stresu. Po saunach polecane jest wiaderko z zimną wodą i prysznice wrażeń, czyli podróż „Od Arktyki po tropiki”, podczas której naprzemiennie doświadczamy cudownej mocy bryzy polarnej, tropikalnego deszczu i deszczu arktycznego. W czasie seansu prysznic rozświetlają różnokolorowe światła oraz wypełniają zimne i ciepłe zapachy potęgujące doznania. Po seansie w saunie można skorzystać ze tepidarium – strefy relaksu z podgrzewanymi leżankami i Słoneczną Łąką, będącą doskonałym sposobem na naturalną, delikatną opaleniznę i wspaniałą nastrój.

www.ventushotel.pl



Mazurska balia w Tajtach

Hotel Tajty, znajdujący się w Wilkasach koło Giżycka, oferuje gościom niesamowity wypoczynek w zewnętrznej strefie SPA, w której znajdują się sauna fińska i mazurska balia. Jest to atrakcja czynna przez cały rok, a szczególnie polecana zimą. Mazurska balia to kąpiel, która odpręża i poprawia kondycję organizmu, a także prawdziwa uczta dla ciała i zmysłów.

www.hoteltajty.pl

Świat Saun Hotelu Mikołajki

Zdrowie i odpoczynek – to dwa słowa, wokół których kręci się cały Świat Saun w Hotelu Mikołajki. Zespół doświad-

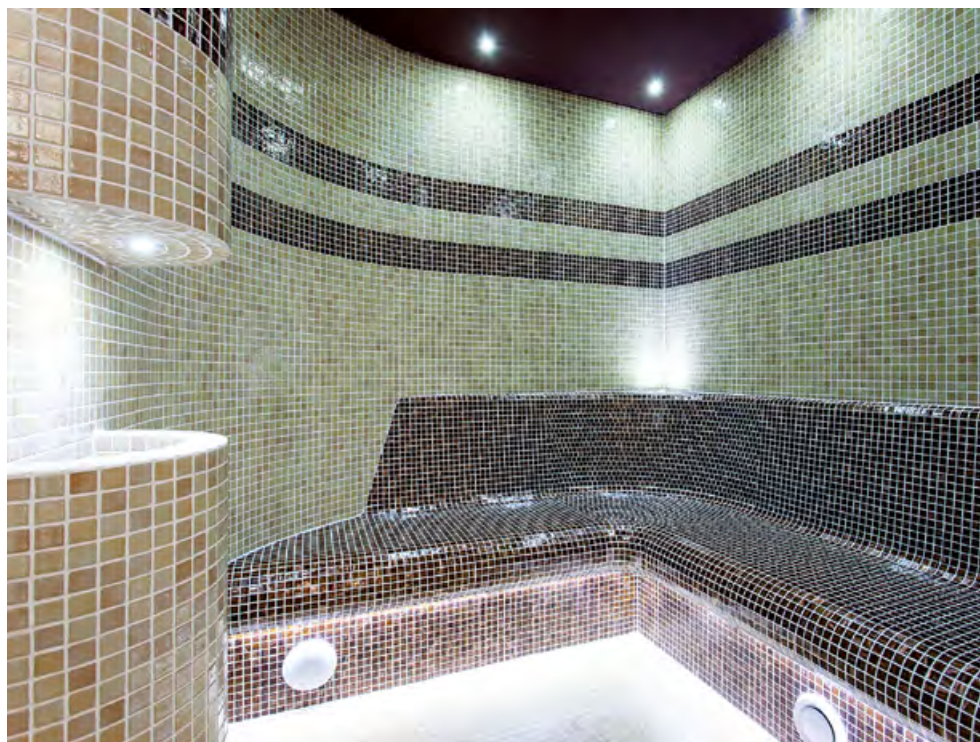
czonych terapeutów pomaga gościom w dobraniu idealnego miejsca do relaksu, a tych jest wiele! Sauna sucha, solna, a także piecząca promieniami podczerwieni sauna infra red – wizyta w każdej z nich pozytywnie wpływa na zdrowie i urodę, pomaga zachować jędrność skóry i pozbyć się z organizmu szkodliwych toksyn. Warto również zajrzeć do łaźni parowej, aromatycznej i błotnej, w których o harmonię ciała dbają nie tylko wysoka temperatura i wilgotność powietrza. Obowiązkowym punktem do odwiedzenia są też misy do moczenia stóp i relaksujące, podgrzewane ławy.

www.hotelmikolajki.pl

Relaks w Robert's Port

Hotel Robert's Port swoim gościom oddaje do dyspozycji kompleks saun,





na który składają się: sauna fińska, sauna infra red oraz łaźnia parowa. Trzy rodzaje nowoczesnych saun zapewniają wiele możliwości relaksu i terapii. Korzystanie z sauny infra red ma szczególne walory zdrowotne, natomiast sauna sucha oraz łaźnia parowa sprzyjają szybkiemu usuwaniu toksyn z organizmu. Kompleks saun w Hotelu Robert's Port to nie tylko miejsce, w którym doznamy błęgiego relaksu ducha. To także miejsce, gdzie nasze ciało zregeneruje się i odzyska siły vitalne.

www.hotel-port.pl

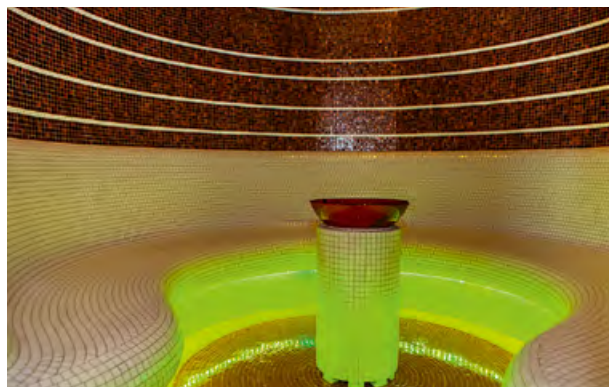
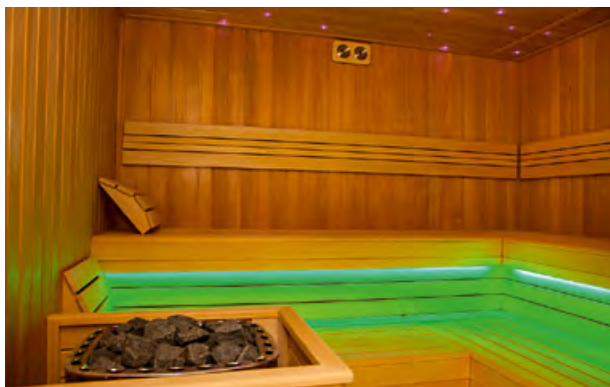
Cztery rodzaje saun w Naturze Mazur

Hotel Natura Mazur Resort&Conference Warchały dysponuje rozbudowanym zapleczem wellness. Na gości czekają tu aż cztery rodzaje saun! Biosauna charakteryzuje się wysoką temperaturą utrzymującą się na poziomie 60°C. Seansowi w niej towarzyszy aromaterapia z zastosowaniem systemu dozowania naturalnych olejków eterycznych. Sauna fińska, w której kąpiel odbywa

się w suchym powietrzu, a temperatura uzyskiwana dzięki piecowi z rozgrzаныmi kamieniami waha się od 85 do 100°C. Sauna parowa, której cechą charakterystyczną jest niska temperatura (ok. 50°C) oraz wysoka wilgotność powietrza. Sauna infra red, w której zastosowane promienniki podczerwone emitują promieniowanie nagrzewające saunę do ok. 60°C. Dzięki takiej różnorodności, każdy tutaj znajdzie formę relaksu odpowiednią do preferencji i kondycji psychofizycznej.

www.naturamazur.pl

»





Bania z widokiem na jezioro w Masurii

Piękne widoki, niezwykła atmosfera oraz atrakcyjna lokalizacja – to główne powody, dla których warto skorzystać z bani znajdującej się w Masuria Hotel&SPA w Worlinach. To, co zachwyca najbardziej, to jej wyjątkowe położenie – bezpośrednio na pomoście zbudowanym nad taflą jeziora – oraz panoramiczny widok na wodę i las rozpościerający się przez przeszkoloną ścianę. Dużą atrakcją jest także możliwość ochłodzenia się po wyjściu z bani w jeziorze. Polecamy zwłaszcza zimą!
www.hotelmasuria.pl



Czego dusza zapagnie w Hotelu Anders

Hotel Anders w Starych Jabłonkach to tegoroczny laureat nagrody SPA Prestige Awards. Obiekt znalazł się w pierwszej trójce najlepszych hoteli SPA&Wellness w Polsce w dwóch kategoriach: Najlepsze Eco SPA i Najlepsze Family&Baby SPA oraz w pierwszej dziesiątce klasyfikacji generalnej najlepszych obiektów SPA&Wellness w kraju. Hotel dysponuje 8 gabinetami SPA oraz atrakcyjną strefą wellness. Znajdziecie w niej basen, jacuzzi, sauny (suchą, parową i infra red), a także wanny do hydromasażu i tepidarium. Tak bogata oferta wellness sprawia, że pobyt w Hotelu Anders sprzyja relaksowi oraz odnowie ciała i ducha.
www.hotelanders.pl



GO TO A SAUNA TO GET HEALTH AND WELLNESS

When the temperature falls below zero and the evening are long, cold and dark, it is easy to feel down. At this particular time you should take care of your health, appearance and good mood so we recommend taking advantage of the wide offer available here in Varmia ad Masuria.



The sauna master reveals the secrets of the art of having a good sauna

An interview with Krystian Strużyński from the Varmia Thermae.

Although most people like warmth, only a few people are aware of its beneficial properties. The Sauna, which is little known in Poland as a type of therapy and relaxation, is a way of therapeutic use of high temperatures. However, there are some places in Poland where you can learn the secrets of the sauna and take advantage of its beneficial effects. Unfortunately, not everyone knows how to prepare themselves for a visit to a sauna and when and how to use it properly. Krystian Strużyński, a sauna master from Varmia Thermae in Lidzbark Warmiński will answer your questions.

Who is a sauna master?

Although, a stove and wooden benches are believed to be the heart of sauna, a qualified sauna master is believed to be its soul. During each ceremony the sauna master helps people acclimatize – he chooses the proper temperature, achieves the desired humidity and chooses the aromatic oils that are put

onto the stove. The sauna master uses different types of scents such as: pine, citrus, fresh herbs and spices.

How a sauna affects our health?

A sauna is not only a place for relaxing but, it is also a type of health therapy. First of all, it hardens the body, increases immunity to infections, improves flexibility of fibrous tissue, articular capsules and ligaments. therefore, a sauna improves blood circulation and increases muscle strength. Thanks to various essential oils used in a sauna our respiratory system is improved. There are a lot of advantages and the desired changes in your organism last for a week that is why it is good to go to sauna once a week. In Varmia Thermae there are: Steam saunas (the gentles one recommended for beginners), Finnish saunas (with the highest temperature of 110 degrees and low humidity) and a wet sauna (recommended for too oily skin and seborrhea).

Who should and should not use a sauna? How should one prepare for it?

Firstly, it is a preventative method dedicated to healthy people. Before you go to a sauna, you are to learn about constraints. If you suffer from chronic disease, consult your doctor first. You cannot go to a sauna if you have an

infection. Obviously, high temperatures increases the body temperature and with sweat you get rid of toxins but weakness of the body may cause more damage than benefit. You should avoid a sauna in the case of cancer, several skin disorders and problems with the circulatory system. A sauna is not a place for pregnant women as well as breastfeeding mothers. A sauna can sometimes be a valuable supplement to basic therapy. When you train too much, it helps you regenerate the muscles. It also helps reduce stress –after a sauna you sleep like a baby. Warming-up also helps produce endorphins.

A lot of people consider a sauna therapy but, where is the border line between preventive healthcare and relaxation?

If you use a sauna wrongly, you will not get the desired effects therefore, it is good to ask the sauna's host for advice. A sauna itself can be a heavy burden on your organism that's why it is important to use it after effort not before. At the beginning you choose the lowest bench to acclimatize your organism to the high temperatures and later you can take a higher bench. When you feel overheated you must leave the sauna immediately. After a sauna you must take a shower with hot and cold water interchangeably as it increases your circulation system and strengthens your immunity. During »

a break in a sauna, you should not drink sparkling drinks but only still water, and fruit and vegetable juice.

If you want maximum relaxation, you should go to the sauna with a sauna master. This kind of ceremony is characterized by a wider therapeutic and relaxing effect than a traditional sauna thanks to specific scents and hot air distributed by the sauna master with the use of a towel. The sauna master can make your visit to the sauna more attractive and in addition you can have a massage with the use of a birch switch, drink fruit juice, iced coffee and eat eucalyptus sweets.

What is a sauna culture?

If you want to take full advantage of a sauna, you are to follow a few simple rules. First of all, you can only wear a towel or a special sheet in a sauna that is used for sitting or lying on. Before entering a sauna leave your jewellery outside and remove cosmetics from your skin because they impede sweat absorption. It is important not to talk in a sauna as the hot air that you inhale should get into your organism by the nose and not by your mouth.

Which cosmetics should you use after having a sauna ?

After the sauna your skin is noticeably cleansed and better supplied with blood. If you want to have the effect as long as possible you should drink a lot of liquids, you lose 1 liter of water and moisturizing and nourishing the skin with proper cosmetics is important. It is also worth remembering that cosmetics should be soft, natural and dermatologically tested.

How to encourage guests to go to the sauna in Varmia Thermae?

A sauna is a great place to relax and improve you both physically and mentally. You can go on your own as well as with your friends and family and the sauna master will take care of your every needs.

www.termywarminskie.pl

Russian banya in Galiny

The Russian banya owes its beneficial properties to a specifically prepared ritual. A construction built from wood and natural stone welcomes its guests with the relaxing aroma of wood and essential oils. Apart from the banya with its wood-burning stove, there are also special drinks with purifying qualities such as kvass, various herbal teas with honey, raspberry and birch juice. Getting under a cold bucket of water or jumping off a pier into a cold pond has the best effect at the end of the ritual.

www.palac-galiny.pl

The Sauna Zone in Hotel Krasicki

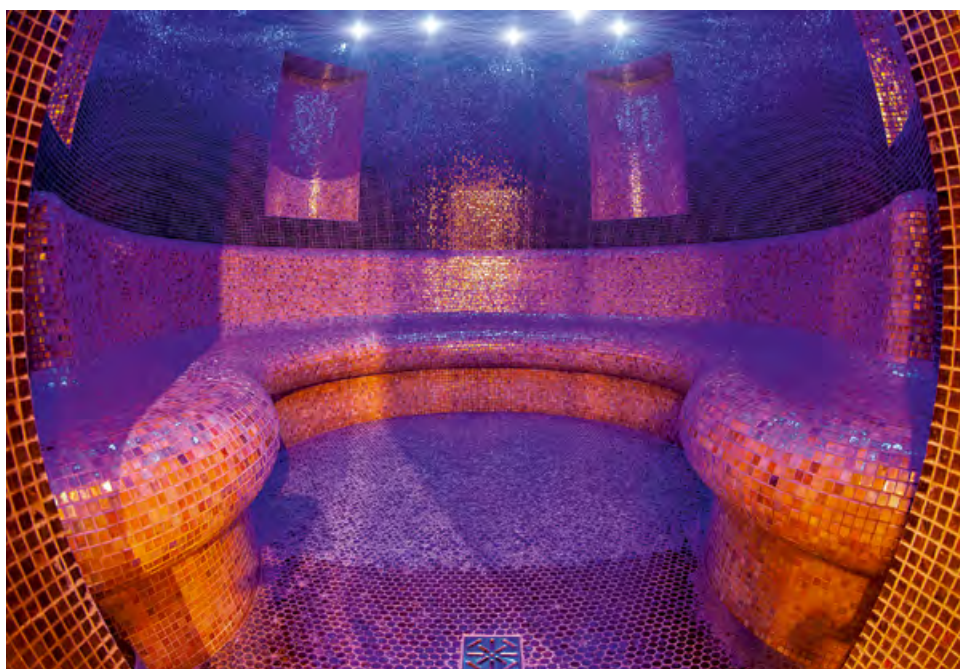
The sauna zone consists of Steam saunas, Finnish saunas and infra red ones impresses with their design and a special offer of rituals. Fans of hot steam baths can experience an amazing sensation for the body and soul. The ritual begins with body peeling with the use of

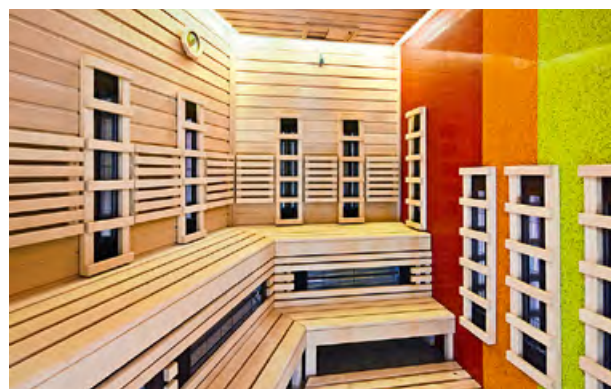
cosmetics including green tea extract with marine salt crystals for detoxifying, remineralizing and nourishing qualities. Then there is a ceremony with aromatic towels involving the sauna master and the ice – cold part to finish it off. The cold will refresh and nourish the skin well. At the end of the ritual, guests can participate in sampling a non-alcoholic drink like Mojito.

www.hotelkrasicki.pl

Sauna and shower experience at tepidarium in Hotel Venus

There are three kinds of saunas – dry saunas, steam saunas and infra red saunas, several showers and a tepidarium in Hotel Venus Natural & Medical SPA in Gołdap. In Gołdap there are saunas for 2 and 3 people that guarantee comfort and an intimate atmosphere. Those who warm up and cool down their body interchangeably will fully feel the positive effect of a sauna. It guarantees relaxation, muscle regener-





ation and reduces the effects of stress. After a sauna, you should get under a bucket of cold water and 'go from the Arctic to the Tropics', as the saying goes. While taking a shower, you can see different colours lights, smells and hot and cold aromas which add more to the experience. After having a shower, you can go to the tepidarium – a relaxation zone with heated deckchairs and sunny meadows which give you a natural and light tan which enhances your good mood.

www.ventushotel.pl

A sauna under a castle

There is a modern sauna zone in Hotel Ryn's basement. Guests can have

a Finnish sauna, a wet (Roman) sauna. Saunas that are close to the underground swimming pool are open every day. In Princess Anna's SPA you can improve your vital forces thanks to the power of the four elements.

www.zamekryn.pl

Masurian banya in Tajty

Hotel Tajty that offers you a great stay in the outdoor SPA zone with Finnish and Masurian banyas is located in Wilkasy near Giżycko. It is open all year round and, it is especially recommended in winter. The Masurian banya is a special bath which relaxes and improves the condition of the body.

www.hoteltajty.pl

World of saunas in Hotel Mikołajki

Health and relaxation, the two words that are the most important in the World of saunas in Hotel Mikołajki. A group of experienced therapists help guests choose an ideal place to relax. Guests can choose between dry, salt and infra-red saunas and the visit to each of them has a positive effect on your beauty and health and helps maintain skin firmness and get rid of toxins from the organism. It is worth going to the steam, aromatic and mud bathhouse as the high temperature and humidity of air take good care of the harmony of the body. Special bowls for dipping your feet in and relaxing heated benches are obligatory for this visit.

www.hotelmikolajki.pl

»



Relaxation in Robert's Port Hotel

Robert's Port Hotel invites guests to visit its Finnish, infra-red and steam saunas. Three types of sauna give a lot of possibilities for relaxation and therapy. The Infra-red sauna has specific health qualities and dry and steam saunas help to get rid of toxins from the organism quickly. The Sauna complex in Robert's Port Hotel is not only a place where you can feel blissful relaxation but, it is also a place where you can regenerate and recover your vital strength.

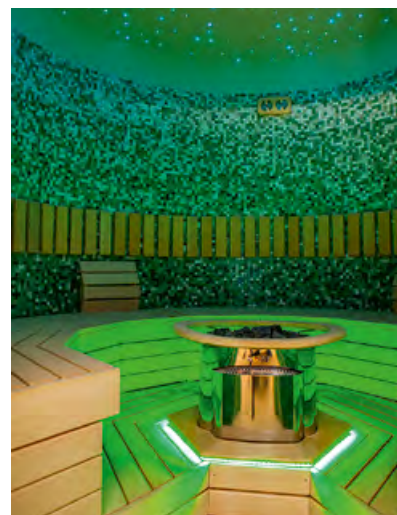
www.hotel-port.pl

Four types of sauna in Hotel Natura Mazur Resort& Conference

Hotel Natura Mazur Resort& Conference Warchały has a wide range of wellness with four types of sauna. The Bio – sauna is characterised by a high temperature of 60 degrees and the use of natural, essential oils. The Finnish sauna with dry air and temperatures vary from 85 to 100 degrees thanks to hot stones. The Steam sauna is characterised by lower temperatures around 50 degrees and

high air humidity. The Infra-red sauna is a sauna where infra red heaters emit heat that brings the sauna up to 60 degrees.

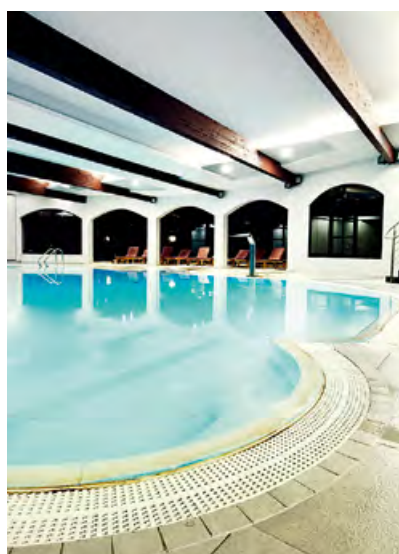
www.naturamazur.pl



Banya overlooking Lake Masuria

Beautiful views, unique atmosphere and attractive location-these are the main reasons why you should visit banya in Masuria Hotel& SPA in Worlınıy. A unique location is something that fascinates most visitors.

www.hotelmazuria.pl



How the soul feels in Hotel Anders

Hotel Anders in Stare Jablonki is this year's winner of the SPA Prestige Awards prize. The hotel was in the top three of the best Spa & Wellness hotels in Poland in two categories-the Best Eco Spa and the Best Family & Baby Spa and in the top 10 best Spa & Wellness places in Poland. There are 8 Spas and attractive wellness centre. There is also a pool, jacuzzi, saunas, hydro massage baths and a tepidarium.

www.hotelanders.pl

Opracowanie / By
Kamila Górecka-Kirwiel, Justyna Szostek

TU WARTO *zatrzymać się na dłużej*

W każdym numerze magazynu staramy się zaprezentować czytelnikom wyjątkowe miejsca i obiekty Warmii i Mazur, które – mimo że tak różne – łączy jedna wspólna cecha: każdy ma swoją historię i unikalny klimat. Mimo że nasz cykl ma już długą historię, pomysłów na takie obiekty nam nie ubywa, a wręcz przeciwnie – za każdym razem musimy prowadzić staranną selekcję. Tym razem przedstawiamy kolejne oryginalne miejsca, w których wypoczynek, zarówno latem, jak i zimą, to wyjątkowe doświadczenie i niezapomniane przeżycie.



Młyn Patryki – wypoczynek w duchu slow

Bożena i Andrzej od dawna wiedzieli, że chcą się wyprowadzić z Warszawy. Gdy znaleźli ogłoszenie w gazecie, zdecydowali się od razu. I tak się zaczęła największa przygoda ich życia. I jednocześnie największe wyzwanie – bo przebudowa starego młyna, stojącego częściowo w rzece, na cele mieszkalne nie należała do łatwych. Dzisiaj Młyn Patryki to wyremontowany i rozbudowany obiekt, który nic nie stracił z uroku starego młyna wodnego. Jest tu nawet dobrze zachowany mechanizm młyna, który – według konserwatora – pochodzi z 1880 roku, a ogromne młyńskie koło wodne o średnicy 5 m jest unikatem w skali światowej. W młynie znajduje się 5 dwuosobowych pokoi, każdy z łazienką, wszystkie z widokiem na rzekę i pełne książek. Jest sauna, z której można

wskoczyć wprost do rzeki. Nie ma natomiast telewizji! A telefony działają bardzo słabo. Bo Młyn Patryki to cudowne miejsce na wypoczynek w duchu slow – niespieszne kontemplowanie przyrody, totalne wyciszenie, leniwe spacerowanie. To również bardzo dobre jedzenie, bo kuchnia młyńska to delektowanie się potrawami, celebrowanie posiłków, podczas których rozmowie pozwala się leniwie płynąć, a zmysłom rozkoszować się smakami. Można tu trafić na przykład na zupę z pieczonego batata, krem z fenkuła z paskami wędzonego łososia, krem z brokułów i cukinii z jajkiem po benedyktyńsku, pasztet z soczewicy na

salsie pomidorowej z roladkami z cukinii żółtej i zielonej z gorgonzolą i kaszą gryczaną, roladki z cukinii z gorgonzolą i suszonymi pomidorami, antrykot na salsie z pieczonej papryki z cukinią z zaturem, bakłażan pieczony z sosem pomidorowym z fetą i ryżem z żurawinami... I wszystko przygotowane osobiście przez młynarza Andrzeja. Bo to on rządzi w kuchni. Jest pasjonatem wymyślania potraw i smaków, nieustannego eksperymentowania, czym zaraża również gości. Wyznaje zasadę, że nie należy się trzymać sztywnych reguł, bo gotowanie ma być przyjemnością.

www.mlynpatryki.pl





Wakacje jak u dziadków w Ostrowie Kierwińskim

Agroturystyka Ostrow Kierwiński to rodzinna atmosfera, serdeczność, smak domowej kuchni, wspomnienie wakacji u babci i dziadka na wsi. Właściciele, Bea i Waldek, kilkanaście lat temu,

porzucając miasto, osiedli pod Lidzbarkiem Warmińskim. W siedlisku z ponad 400-letnią historią, położonym na dawnej wyspie nieistniejącego już jeziora, stworzyli całoroczną agrobiblio-

tekę z 4 tys. książek. Waldek to poeta, a Bea to arcy mistrzyni domowej kuchni z przepisami babci i własnymi, z aromatem grzybów, owoców, ryb, mięs, wędzonek, ciast i prawdziwego chleba na zakwasie. Odpoczynek na leżakach, na kocu na trawie lub przy błyskach ognia z kominka, z kotem na kolanach – to atrakcje, za którymi tęsknią zabiegani mieszkańcy wielkich miast. Ostrow Kierwiński to miejsce z artystycznym klimatem i duszą – chętnie odwiedzane przez pisarzy, aktorów, muzyków. To oaza błęgiego lenistwa lub doskonała baza do zwiedzania okolic – pieszo, rowerem, kajakiem czy samochodem. Jest tu też plac zabaw, domek ze zjeżdżalnią, huśtawka, piaskownica, letnia bawialnia, basen, a nawet skansen dawnych maszyn rolniczych. Do głaskania znajdziecie kozy, osiołka, kucyka, psy, koty, króliczki i kury. Do podglądania – dziki, sarny, żurawie i bociany. Gdzie nie spojrzeć, jest pięknie – czeka na was aleja bzów, kwiaty, krzewy, zacisze skalniaka, urokliwe zakątki i śpiew ptaków.

www.ostrowkierwinski.pl





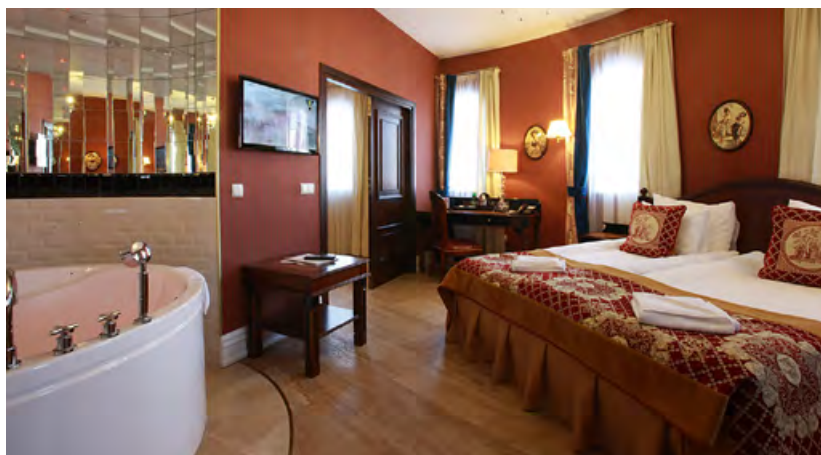
Relaks w luksusie z historią w tle w Hotelu St. Bruno

W Giżycku czeka na was luksusowy Hotel St. Bruno**** – niegdyś XIV-wieczny zamek prokuratorski zbudowany przez zakon krzyżacki. Z oryginalnej budowli został tylko podstawowy trzon, a boczne skrzydła zostały zrekonstruowane z dużym wyczuciem smaku i kulturą historyczną. Pokoje w części zamkowej robią niesamowite wrażenie. W niektórych widać oryginalne ceglane mury, gotyckie łukowe okna i wykute nisze w ścianach. Pokoje mają niestandardową wysokość, dlatego też są takie,

które posiadają antresolę, na którą wspiąć się trzeba żeliwnymi kręconymi schodami. Na gości czekają także przestrzenne, wyposażone w wygodne łóżka, stylowe meble, luksusowe łazienki i oczywiście klimatyzowane pokoje znajdujące się w trzech skrzydłach: Zamkowym, Łuczany i Starym Dworze. W Hotelu St. Bruno**** jest również restauracja La Bibliotheque, podzielona na dwie części: kominkową i oranżerię. Jej wystrój łączy ze sobą elegancję i styl lat 20-tych. Szef kuchni to mistrz serwujący dania z regionalnych

produktów i lokalnie poukładanych smaków. W hotelu znajduje się także profesjonalne Medi SPA. To miejsce, w którym goście mogą zregenerować ciało i pobudzić zmysły. Oferuje szeroką gamę zabiegów, które dopasowane są do indywidualnych potrzeb i preferencji klientów. Strefa wellness w Hotelu St. Bruno**** to 17-metrowy basen z hydromasażami, wodospadem i biczami wodnymi, a także kameralna sauna, w której relaks będzie miał swój prozdrowotny wymiar. Dla dzieci przygotowano specjalną płytką strefę basenu, a dla lubiących cieplejsze wody – okrągłe niecki z masażami o podwyższonej temperaturze.

www.hotelstbruno.pl





W harmonii z czasem i w zgodzie z naturą w Galinach

Pałac i Folwark Galiny to pięknie odrestaurowany majątek ziemski, położony na pograniczu Warmii i Mazur. W skład zespołu obiektów wchodzi: XVI-wieczny renesansowy pałac otoczony pięciohektarowym parkiem, przeciętym krętym korytem rzeki Pisy, oraz XIX-wieczny folwark z charakterystycznymi zabudowaniami z czerwonej cegły. Funkcjonuje tu hotel i gospoda. Każdy z 37 pokoi i apartamentów pałacu i folwarku jest inny. Wyjątkowa atmosfera zabytkowego obiektu podkreślona jest indywidualnym wystrojem wszystkich wnętrz. Specjały serwowane przez galińską gospodę, przygotowywane z lokalnych, ekologicznych produktów, łączą regionalne tradycje i niezrównany smak prawdziwie naturalnych składników. Wyśmienita kuchnia jest wielkim atutem Galin, wielokrotnie nagradzanym m.in. przez autorów Żółtego Przewodnika Gault&Millau. Do przyrządzania potraw używa się tu warzyw, owoców i ziół z galińskich upraw oraz lokalnie wytwarzanych serów, wędlin i domowych przetworów. W każdym miesiącu goście mogą skosztować także nowych, sezonowych dań z aktualnie dostępnych, świeżych produktów. Olga

Lompa – szefowa galińskiej kuchni – za swoją pracę została uhonorowana w 2018 roku prestiżowym tytułem „Kobieta Szef Regionu Polska Północna”. Szczególny charakter Pałacu i Folwarku Galiny pozwala spędzić każdy dzień inaczej. Znakomita infrastruktura galińskiej stadniny (zróżnicowane place do jazdy, kryte i ogrzewane ujeżdżalnie, piękne szlaki konne) pozwala na uprawianie jeździectwa o każdej porze roku. Oprócz jazdy konnej, która jest wizytówką Galin, miłośnicy aktywnego wypoczynku znajdą tu korty tenisowe, rowery, a nawet



kajaki. Na miłośników wędkowania czekają malownicze stawy pełne ryb. Z punktu widokowego na łące przy stawach można obserwować sarny, dziki, zające, lisy oraz wiele gatunków ptaków, w tym płochliwe zazwyczaj dzięcioły i żurawie. To prawdziwy raj dla osób lubiących fotografować dziką przyrodę. Zimą można spróbować jazdy na nartach biegowych po świeżym dziewiczym puchu lub specjalnie założonym śladzie, wesołej zabawy z dziećmi na sankach oraz jazdy na łyżwach w naturalnym otoczeniu bez band i uciążliwego hałasu. Specjalnie dla najmłodszych gości zorganizowano w Folwarku Farmę Zwierząt Miniaturowych, gdzie dzieci, pod okiem instruktora, mogą bezpiecznie zetknąć się ze zwierzętami, zdobywać o nich wiedzę, uczyć się pozytywnych zachowań i zasad opieki nad żywymi stworzeniami. Właściciele i wszyscy pracownicy posiadłości wspólnie i z przyjemnością wypełniają misję obiektu zgodnie z hasłem „W harmonii z czasem w zgodzie z naturą”. Jako ciekawostkę warto przytoczyć fakt, że w Galinach odbywały się zdjęcia do filmu Filipa Bajona „Kamerdyner”.

www.palac-galiny.pl



EN

WORTH STAYING LONGER

In each magazine we try to present unique places and facilities in Varmia and Masuria. Although, they are different they have one thing in common, each of them has its own history and unique atmosphere. However, we have presented a lot of different places we still have a lot of ideas and each time we must do a careful selection. This time we are presenting some more original places where relaxation in winter as well as in summer is a unique and unforgettable experience.

Patryki Mill – relaxation in a slow mode.

Bożena and Andrzej had always known that they want to move out from Warsaw. When they found an advert in the newspaper they decided immediately and that's the way the biggest adventure in their life started. At the same time, the biggest challenge was the adaptation of an old mill standing partly in water for residential purposes. Nowadays Patryki Mill is a renovated and a complex facility that did not lose the charm of the old water mill. The mill mechanism, which is believed to date back to 1880, is well preserved and a huge water mill wheel with 5 a metre diameter which is unique in the world. There are five double rooms with a bathroom, a view on the river and full of books. There is a sauna from where you can jump into next to the river but, there is no TV and your phones work really very slow. Patryki Mill is a great place to relax in a slow – unhurried spirit, admiring nature, total tranquility and lazy walks. It has also very good food since Patryki Mill cuisine means enjoying and celebrating dishes during which conversation is flowing slowly and the senses are used to enjoy the taste.

You can have a baked yam soup, fennel cream with slices of smoked salmon, broccoli and courgette cream with an egg benedict, lentil pate with tomato salsa and yellow and green courgette roulade with gorgonzola cheese and buckwheat groat, courgetteroulade with gorgonzola cheese and dried tomatoes, loin with salsa of baked pepper and courgette with zatar, baked aubergine with tomato sauce with feta and rice with cranberries... Everything is prepared by Andrzej-a miller. It is he who rules in the kitchen. He is a fan of creating new dishes and tastes, continuous experimenting that is contagious. He thinks that you should not stick to hard rules because cooking must be a pleasure.

www.mlynpatryki.pl

Like family holidays at your grandparents' in Ostrów Kierwiński

Ostrów Kierwiński Agriculture is friendliness, a family atmosphere, a taste of home cooking, reminiscence of holidays at your grandparents' in the countryside. The owners-Beata and Waldek left the city for good and settled down near Lidzbark Warminski several years ago. They created an all year round agro-library with 4 thousand books in a place with a history of 400 years located on a former island. Waldek is a poet and

Beata is a mistress of home-made cuisine based on her own and her grandmother's recipes with the aroma of mushrooms, fruit, fish, meat, smoked meat, cake and authentic leavened bread. Relaxation on deckchairs, on the grass or at the fireplace, with a cat on your lap – these are some the attractions that are missed and missing in the hustle and bustle of big city life . Ostrów Kierwiński is a place with artistic soul – it is willingly visited by writers, actors and musicians. It is an oasis of pure idleness and an ideal starting point for sightseeing the neighborhood-on foot, by canoe or by car. There is a playground, a childrens' playhouse with a slide, a swing, a sand-pit, a summer playground, a pool and an open-air museum of old agricultural machines. You can stroke goats, donkeys, ponies, dogs, cats, rabbits and hens. You can see wild boars, deer, storks and cranes. Wherever you look you see beauty – an elderflower avenue, bushes, a rockery, charming nooks and crannies and the sound of birds singing.

www.ostrowkierwinski.pl

Relaxation in luxury with history in the background in Hotel St. Bruno

In Giżycko there is luxurious Hotel St. Bruno**** that used to be a XIV century gothic castle built by the Teu-





tonic Knights. The original basic part of the castle preserved until today and the sides which have been reconstructed in good taste. The rooms in the castle part make a striking impression. In some of them you can see the original brick walls, gothic arched windows and carved shags in the walls. The rooms are untypically high so you can find entresols with iron spiral staircases in some of them. There are spacious, comfortable beds, stylish furniture, luxurious bathrooms and air-conditioning in the rooms located in three wings of the building – Zamek, Łuczany and Stry Dwór. There is a restaurant La Bibliotheque divided into two parts a fireplace room and an orangery. Its decoration combines elegance with the style of the 20s. The head-chef is a master serving dishes made from local products with local taste. In the hotel there is also a professional Medi Spa. It is a place where guests can regenerate the body and stimulate the senses. It offers a wide range of treatments that are

tailor-made to suit the customers' preferences. Wellness in Hotel St. Bruno**** is a 17 metre swimming pool with hydro massage, a waterfall, power showers and an intimate sauna where relaxation takes on a healthy nature. There is a special pool for children including a round section offering warm water massages.
www.hotelstbruno.pl

In harmony with time and nature in Galiny

Galiny Palace and Grange is a beautifully restored estate situated on the border of Varmia and Masuria. It consists of a XVI century Renaissance palace surrounded by a 5 hectare park crossed by the meandering river Pisa and a XIX century grange constructed from characteristic red bricks. There is a hotel and an inn. Each of the 37 rooms and apartments is different. The unique

atmosphere of the historic buildings is emphasised by individually designed interiors. Galiny Inn meals are prepared from local, ecologic products and combine regional traditions with the unique taste of genuinely natural ingredients. Delicious cuisine is a great advantage of Galiny and has been awarded 'a cap' in the Yellow Guide Gault&Millau Poland. Fruit, vegetables, herbs from Galiny crops, locally made cheese, sausages and homemade preserves are used in preparing dishes. Every month guests can try new, seasonal dishes from available and fresh products. Olga Lompa-a chef in Galiny was awarded in the prestigious title 'Female Chef of the North Poland Region'. The specific character of Galiny Palace and the Grange offers the opportunity of spending every day in a different way. The great infrastructure of Galiny Stud (various places to ride, an indoor, heated riding center and beautiful horse riding paths) allow one to go horse riding every season of the year. Apart from horse riding which is a hallmark of Galiny there are also tennis courts, bikes and canoes. There are picturesque ponds full of fish for angling enthusiasts. From a viewing point overlooking fields near the ponds, you can observe deer, wild boar, hares, foxes and many species of birds including shy woodpeckers and cranes. It is a real paradise for those who like taking wildlife photos. In winter you can try cross-country skiing in the snow or on a specially formed track, sledging with children and ice-skate in the surroundings. There is the Miniature Animal Farm, where under the supervision of an instructor, they can safely meet up with animals and learn all about them. The owners and all employees of Galiny Palace and the Grange together and with pleasure follow the mission of the facility in accordance with the title 'In harmony with time and nature'. As a curiosity, it is worth knowing that the film 'Kamerdyner' by Filip Bajon was shot in Galiny.

www.palac-galiny.pl

Opracowanie / By
Kamila Górecka-Kirwiel, Justyna Szostek



Cittaslow

PIĘKNO WARMII

Reszel posiada idealnie zachowany średniowieczny układ urbanistyczny, rzadki na tych terenach. Spacer po starych ulicach to prawdziwa przyjemność, szczególnie gdy go urozmaicimy odpoczynkiem w kawiarni lub barze mieszczącym się w urokliwych kamieniczkach. Trochę podobny do włoskiego Orvieto i może dlatego jako pierwszy w Polsce podjął – 14 lat temu – ideę Cittaslow.

Zamek biskupów warmińskich (drewniany) powstał już ok. 1241 r., a murowany – w latach 1350–1401. O wzniesienie pożaru za pomocą czarów, w nocy z 16/17 września 1807 r., oskarżono pasterkę, matkę czworga dzieci, Barbarę Zdunk. Powodem miała być zemsta za niespełnioną miłość do 20-letniego młodzieńca. Przez 4 lata więziona i torturowana, w dniu 21 sierpnia 1811 roku czarownica spłonęła na stosie. Dziś można tu zwiedzać wystawę tortur. Wśród 50 eksponatów jest m.in. fotel czarownicy, żelazna dziewica, kołyska Judasza oraz tortura wodna. Zwiedzanie codziennie od 9 do 20 (www.zamek-reszel.com). Pamiątką jest też piwnica zamkowa, gdzie – według legendy – Zdunk była więziona. Samo spalenie miało miejsce przy drodze Reszel – Korsze na tzw. wzgórzu szubienicznym (dziś stoi tam krzyż). Był to ostatni tego typu stos w Europie, a w rzeczywistości Reszel podpalili (podobno) polscy żołnierze armii napoleońskiej. Zabytków jest więcej (www.reszel.pl). Z 52-metrowej wieży kościoła pw. św. Piotra i Pawła (powstał w 1348 r.) moż-

na oglądać panoramę miasta i okolicy (codziennie od 9 do 17). Kończy się odbudowa zabytkowej plebanii, której jednym z gospodarzy był brat biskupa Ignacego Krasickiego – Marcin. Reszel kultywuje tradycje kulinarne. W Restauracji Zamkowej są m.in. sandacz w migdałach pieczony w całości czy kolduny z baraniny, a w Restauracji Rycerskiej na rynku żeberka i żurek staropolski. Zakład Piekarski Jan i Dariusz Trzszak (w rynku) wyrabia pieczywo ręcznie, a ciasto garuje w wiklinowych koszach, by następnie zostać upieczone w przedwojennym piecu ceramicznym. Grodzki Młyn „Młynomag” (zbudowany 1370 r.; www.mlynomag.pl) produkuje mąkę, stosując jedynie pszenicę i żyto z terenu Warmii i Mazur. Traktem pielgrzymkowym z Reszla (Warmia) do Świętej Lipki (Mazury) o długości ok. 6 km już w XV w. szli pątnicy w „łosierach”. Wzdłuż alei rosną lipy, a w latach 1733–1735 zostały wybudowane barokowe kapliczki różańcowe. Jeśli na bazę noclegowa wybierzemy zamek, spotkamy się z ciekawym wnętrzem pokoi – są takie z antresolą, są dwupoziomowe, ale przede wszystkim

wyposażone w oryginalne meble, wykonane przez miejscowego rzeźbiarza Bolesława Marshalla. W zamku mieści się też Galeria Sztuki Współczesnej – część Muzeum Warmii i Mazur. A chętni mocnych wrażeń mogą wspiać się (za zgodą właściciela) na zamkowe mury lub poszukać skarbów w średnio-wiecznych lochach.

Zaledwie 19 km od Reszla jest Bisztynek, określany mianem zapomnianego miasteczka na Warmii. Pasuje do Citta-słow jak ułaj, bo cicho tu i spokojnie. To najmniejsza z warmińskich miejscowości, a małe jest piękne.

Jest tu jeden z największych na Warmii kościołów – Sanktuarium Przenajdroższej Krwi Pana Jezusa. To miejsce kultu, cudownego wydarzenia: „Kapłan odprawiający Mszę świętą w obecności biskupa wątpił, że po przeistoczeniu w hostii znajduje się prawdziwie obecny Chrystus. Nagle ujrzał spadające krople Krwi na korporał. Korporał ten, na który padały krople Krwi Chrystusa został przesłany do Rzymu, skąd już nie powrócił”.

Jest też Diabelski Kamień (28 m w obwodzie, 8 m dł. i 3,2 m wys.). Podobno





z Afryki przyniósł go osobiście diabeł (www.bisztynek.pl). I pomnik Henryka Sienkiewicza – odsłonięty 1 września 1929 roku jako pomnik ofiar I wojny światowej z nazwiskami 169 mieszkańców Bisztynka w niej poległych (obecna wersja z 1965 roku).

Zimą Bisztynek morsem stoi. Istniejący od 2004 roku Klub Morsów „Przerębel” (Facebook) liczy ponad 100 osób i jest (tak sam mówi) chyba jedynym w Polsce klubem morsów stawowych. Kąpiele odbywają się każdej niedzieli. Urozmaicony krajobraz, kojarzący się z łąkami podgórskimi okolicami, oraz klimat sprzyjają uprawianiu turystyki zimą.

Te dwa miasteczka – bardzo różne – pokazują piękno i różnorodność Warmii. Zapraszamy.

EN

THE BEAUTY OF VARMIA

Reszel is famous for its ideally preserved Medieval urban layout, which is quite surprising for this region which has survived the destructive force of two World Wars. It is a pleasure to walk through the old streets and relax in a cafe or the milk bar located near the charming town houses. Reszel reminds one of the Italian town Orvieto and maybe that was the reason why Reszel, 14 years ago, as the first town in Poland took on the idea of ‘Cittaslow’.

The Warmia Bishops' wooden castle was built around 1241 and later a brick castle was built between 1350–1401. Barbara Zdun, a shepherdess and a mother of 4 children, was accused of putting the castle on fire, during the night of 16/17 September 1807, by practising black magic. It was believed that it had been done in revenge for an unfulfilled love for a 20 year old man. Barbara was jailed and tortured for 4 years and finally, on the 21st of August 1811 she was burnt at the stake as a witch. Today you can visit the torture chamber with 50 exhibits such as: a witch's chair, an iron maiden, Judas cradle and water torture. You can visit the castle from 9:00 to 20:00. (www.zamek-reszel.com). The castle dungeon where Zdun, according to the legend, was jailed, is a reminder of those times and events. The execution took place on Hangman's Hill near the road from Reszel to Korsze and today a cross stands on the hill. It is believed to be the last burning at the stake in Europe. And at the same time, Reszel was probably set on fire by Polish soldiers in Napoleon's Army.

There are more interesting monuments in Reszel (www.reszel.pl). You can admire, from 9:00–17:00 daily, a beautiful panorama on the town and neighboring areas from the 52-metre high tower of St. Peter and Paul's church built in 1348 and, there also is the reconstruction of the historic vicarage, where Ignacy Krasicki's brother was host.

Reszel also carefully and lovingly cultivates culinary traditions. In the Castle Restaurant, 'Restauracja Zamkowa' you

3. Reszel – Zamek, 4. Bisztynek panorama zimą



can get a whole baked zander in almonds and lamb dumplings. In the Knights' Restaurant in the square, 'Restauracja Rycerska' you can sample ribs and traditional Polish soup made from fermented bread or rye flour. In the Bakery Jan and Dariusz Trzczak bread is hand-made and the dough is kept in special wicker baskets to be later on baked in the pre-war tiled-oven. Młynomag near Reszel which was built in 1370, www.mlynomag.pl, is a mill where flour is produced only from wheat and rye from the Varmia and Masuria region.

The Pilgrim Route from Reszel to Święta Lipka is 6 km long and leads to the Sanctuary of the Virgin Mary, popular with pilgrims as early as in the XV century. At present the route is lined with lime trees and baroque chapels built between 1733–1735.

If you choose to stay at the castle, you will see interesting room interiors. There are two kinds of rooms, ones with mezzanines and ones furnished with unique furniture made by the local sculptor Bolesław Marshall. In the castle there is the Modern Art Gallery which is a part of the Museum of Varmia and Masuria. More adventurous visitors can try climbing the castle walls with the consent of the owner or if you don't fancy that, you can try your hand at looking for hidden treasure in the medieval dungeons.

Bisztynek, located 19 km from Reszel, is known as 'the forgotten town of Varmia'. It suits the idea of Cittaslow ideally since it is a quiet and peaceful place. It is also the smallest Warmian

town. The Holiest Blood of Jesus Christ Sanctuary – one of the biggest churches in Varmia, which is quite surprising in such a small town as Bisztynek. It is not only a place of worship but also a miraculous event is said to have taken place here when a priest celebrating the Holy Mass in the presence of bishop doubted that Christ was truly present in the host after transubstantiation. Then suddenly, he saw drops of falling blood and, the corporal on which the drops of Christ blood fell onto was sent to Rome and has never come back to Bisztynek yet.

There is also the Devil's Stone which is 28m in circumference, 8 m in length and 3,2 m in height. It is believed that it was brought from Africa by the Devil in person. (www.bisztynek.pl). There is a statue of Henryk Sienkiewicz that was

unveiled on the 1st of September 1929 as a monument to the victims of World War I with 169 surnames of people from Bisztynek who did not survive the war. Winter swimming is a popular winter activity in Bisztynek and the swimming club 'Przerębel' (check it out on Facebook) which was established in 2004 has over 100 members and, it is the only club in Poland for pond winter swimming! If you want to take part, Winter swimming takes place every Sunday within a glacially-formed landscape that is ideal for winter tourism. These two very different towns present the diverse beauty and variety of Varmia very well.

Feel invited to visit!

*Opracowanie / By Staszek Harajda
fot. arch. Urzędu Marszałkowskiego*





Samolotem

NA WARMIĘ I MAZURY

Nie wszyscy wiedzą, że do naszego regionu można dotrzeć nie tylko samochodem czy pociągiem, ale także samolotem, a to dzięki Portowi Lotniczemu Olsztyn-Mazury znajdującemu się w południowej części województwa warmińsko-mazurskiego, na zachód od miejscowości Szymany.

Łatwy dojazd

Aby dostać się z i na lotnisko, podróżni mogą skorzystać z szynobusu, który w ok. 50 minut dojeżdża ze stacji Olsztyn Główny na lotnisko w Szymanach.

Przystanek kolejowy jest położony w bezpośrednim sąsiedztwie terminala, a rozkład jazdy skoordynowany z godzinami przylotów oraz odlotów. Inną formą transportu są usługi oferowane przez przewoźników autobusowych,

którzy kursują na terenie Warmii i Mazur oraz Podlasia. Przed wejściem do terminala znajduje się również punkt postoju taksówek. Pasażerom chcącym dojechać własnym środkiem transportu, port zapewnia ponad 350 miejsc



ograniczonej widzialności, tj. operacji kategorii I (CAT I). Umożliwia to podejście i lądowanie według wskazań przyrządów przy wysokości decyzji nie mniejszej niż 60 metrów (200 stóp) oraz widzialności nie mniejszej niż 800 metrów lub w zakresie widzialności na drodze startowej (RVR) nie mniejszym niż 550 metrów. Ponadto droga startowa wyposażona jest w szereg nowoczesnych czujników i urządzeń, dostarczających informacji meteorologicznych i technicznych do służb lotniskowych. Port Lotniczy Olsztyn-Mazury oferuje płaszczyzny postojowe o łącznej powierzchni 27 000 metrów kwadratowych, paliwa lotnicze AVGAS 100LL i JET A-1 oraz pełen zakres obsługi naziemnej samolotów pasażerskich. Na lotnisku funkcjonuje Lotniskowa Służba Ratowniczo-Gaśnicza, zapewniająca 5 kategorii ochrony przeciwpożarowej dla lotnisk (ICAO), która może być podniesiona do kategorii 7 na żądanie. Na lotnisku zapewnione są również służby ruchu lotniczego, meteorologiczne, służba celna oraz straż graniczna.

Skąd i dokąd dolecimy?

Obecnie na lotnisku operują 3 linie lotnicze tj. Wizzair, Ryanair i PLL LOT. Siatka połączeń portu stale się zmienia i rozwija. Od uruchomienia pierwszego połączenia pasażerskiego do Berlina w 2016 roku siatka połączeń obejmowała m.in. Kraków, Wrocław, Monachium, Warszawę, Londyn Luton oraz Londyn Stansted i Oslo. W 2018 roku uruchomiono nowe kierunki: 27 marca do Lwowa, 14 maja do Dortmundu oraz 19 czerwca do Burgas. Połączenie do Burgas to pierwsze połączenie czarterowe w siatce połączeń Portu Lotniczego Olsztyn-Mazury. Realizowane było w okresie od 19 czerwca do 4 września 2018 r. przez linie lotnicze Small Planet Airlines. W letnim rozkładzie lotów powraca bezpośrednie połączenie do Krakowa, które będzie realizowane przez LOT już od 25 kwietnia 2019 r. Aktualny rozkład lotów sprawdzić można na stronie internetowej Portu Lotniczego Olsztyn-Mazury, tj. www.mazuryairport.pl

parkingowych na – położonym przy terminalu – monitorowanym parkingu, pozwalającym na krótko – oraz długo-terminowe postoje.

Nowoczesna infrastruktura

Port Lotniczy Olsztyn-Mazury jest lotniskiem kodu 4C, tzn. jest przystosowany do obsługi statków powietrznych o rozpiętości skrzydeł do 36 metrów, takich jak Boeing 737–800 czy Airbus A321. Infrastruktura i certyfikat lotniska pozwalają również na przyjmowanie – pod pewnymi warunkami – większych maszyn. Głównym elementem infrastruktury jest asfaltobetonowa droga startowa o długości 2500 metrów i szerokości 45 metrów. Kierunek 01 drogi startowej posiada pełne oprzyrządowanie, pozwalające na wykonywanie operacji w warunkach

Obecnie na lotnisku operują 3 linie lotnicze tj. Wizzair, Ryanair i PLL LOT. Siatka połączeń portu stale się zmienia i rozwija.





FLIGHTS TO VARMIA AND MASURIA

Not everyone knows that they can get to Varmia and Masuria not only by car or train but also by plane thanks to Olsztyn-Masuria Airport situated in the southern part of Varmia-Masuria voivodeship, west of Szymany.

Easy to reach

If you want to get to Szymany Airport, you can get on the railcar Olsztyn Central Railway Station that will take you there within 50 minutes. The train stop is situated in the near vicinity of the airport terminal and the public transport timeta-

ble is well-coordinated with arrivals and departures. Local transport operators offer other means of transport as well. If you reach the airport by car, you can leave it in the monitored car park with 350 parking places located in the vicinity of the terminal where short-term as well as long-term parking is available.

Modern infrastructure

Olsztyn-Masuria Airport is a category 4C airport which means that it is adapted to service aircrafts with wing spans up to 36 meters like – Boeing 737–800 and Airbus A321. The infrastructure and airport's status lets bigger aircrafts land in particular conditions. An asphaltic-concrete runway with a length of 2500 meters and a width of 45 meters is the main element of the infrastructure. The O1 runway is fully equipped which

enables category I [CAT1] operations which are when you have very bad visibility. It also allows approaching and landing in accordance with flight rules at a height not lower than 60 meters and visibility not lower than 800 meters or a runway visual range not lower than 550 meters. Moreover, the runway is equipped with a line of modern sensors and devices that provide meteorological and technical information to the airport control towers. Olsztyn-Masuria airport offers aprons with a total area of 27 000 square meters, AVGAS 100LL and JET A-1 fuel and the full service of aircraft ground handling for passenger planes. At the airport there is also the Airport Fire and Rescue Service that provides 5 categories of airport fire protection (ICAO) which can be increased to category 7 upon request. There are other services such as: air traffic services, meteorological services and customs and border guards.

Where will we fly?

Nowadays, 3 airlines such as: Wizzair, Ryanair and PLL LOT operate from the airport. The network of connections is changing and developing continually. Since the first passenger connection was launched to Berlin in 2016 the network of connections now includes cities like; Cracow, Wrocław, Monachium, Warsaw, London Luton, London Stansted and Oslo. In 2018 new connections were launched to Dortmund on the 14th of May and to Burgas on the 19th of June which was the first charter connection in the offer of Olsztyn-Masuria's Airport that was available between the 19th of June and 4th of September by Small Planet Airlines. In the summer flight schedule, a direct connection to Krakow returns, which will be operated by LOT from April 25, 2019.

Current flight schedule is available on:
www.mazuryairport.pl

*Opracowanie / By Kamila Górecka-Kirwiel
fot. arch. Port Lotniczy Olsztyn Mazury*



ROZMAITOŚCI REGIONALNE

REGIONAL VARIETY



Wyjątkowe stopery do butelek

Seria ekskluzywnych, ręcznie malowanych – z miłością i dbałością o detale – stoperów do butelek, której inspiracją powstania jest zarówno bogactwo fauny Warmii i Mazur, jak też przekazywane z pokolenia na pokolenie legendy, np. o królu ryb czy o chochliku Kłobuku. Stopery posiadają również zdobienia nawiązujące do dziedzictwa kulturowego – bogatej na naszych ziemiach tradycji

kaflarstwa. Są wspaniałym pomysłem na prezent, zarówno w zestawach, jak i pojedynczo, można je także kolekcjonować. Wyrób ten zdobył w roku 2018 pierwsze miejsce w konkursie na Pamiątkę Regionalną z Warmii i Mazur.

Unique bottle stoppers

Unique bottle stoppers is a series of exclusive, lovingly hand-painted stoppers with a lot of attention to detail. The richness of the flora and fauna of Warmia and Masuria as well as the legends passed from generation to generation like the

Fish king and Goblin Kłobuk were the inspiration for creating the bottle stoppers. The stoppers have decorations referring to regional cultural heritage and the rich traditions of tile – art. You can give them as a gift, separately or in sets, or collect them for yourself. In 2018 the bottle stoppers won the first prize in the competition „Regional Souvenirs from Warmia and Masuria.”

Cena od/Price from: 35 PLN

www.kaflarniawarminska.pl

www.kaflarniawarminska.blogspot.com »



Chusty rodzicielstwa bliskości

Mazurskie Tkaniny to przedsiębiorstwo społeczne z misją przywracania do życia tradycji tkackich Mazur poprzez rekonstruowanie tego ludowego rzemiosła artystycznego. Organizacja skupia się na gromadzeniu i udostępnianiu wiedzy, prowadzi warsztaty rękodzielnicze, odtwarza mazurską tkaninę ludową w każdej postaci i przywraca ją do przestrzeni publicznej, społecznej i użytkowej. Na stronie Mazurskich Tkanin, na portalu Facebook, można kupić przędze lniane przeznaczone do rękodzieła, wyroby tkackie z lnu, tkaniny, chusty,

szale, ręczniki, kilimy i inne. Sztandarym produktem są przepiękne, ręcznie tkane, lniane chusty do noszenia dzieci. Partnerem wspierającym przedsiębiorstwo społeczne Mazurskie Tkaniny jest producent przędzy lnianej ze Szczytna, firma SAFILIN SA z Francji.

Parenting scarves

Masurian Textiles is a social enterprise with the mission of reviving old Masurian weaving tradition by reconstructing folk art crafts. The organisation focuses not only on collecting and sharing

knowledge but, it also conducts handicraft workshops, recreates Masurian folk textiles and brings them back into the public. On facebook you can buy linen yarns dedicated to handicrafts, linen weaving products, textiles, scarves, towels, klima etc. The flagship product is beautiful, hand-woven, linen scarves used as baby sling.

.....
Przędze/Yarns: 75–345 PLN

Chusty do noszenia dzieci/

Baby sling scarves: 1500–1700 PLN

www.fb.com/mazurskietkaniny/



Sięgając do korzeni Mazur, czyli Muzeum Kajki

Droga między jeziorem a niewielkim pagórkowatym wzniesieniem jest stara i zabytkowa. Wiedzie od wsi parafialnej Klusy do wsi o nazwie Ogródek. Drugi dom po prawej należał do Kayków. W 1884 roku zamieszkał tu wraz z żoną, Wilhelminą z Karasiów, gospodarz, murarz, cieśla, poeta ludowy Michał Kajka. Od 1968 roku działa tu muzeum, a w roku 2014 otwarto nową wystawę, która wykracza poza biografię Michała Kajki. Ten wybitny poeta reprezentował bowiem dużo szersze zjawisko, czyli rozkwit piśmiennictwa mazurskiego w XIX w. Wystawa ma głównie charakter literacki. Istotny jest jednak kontekst historyczno-geograficzny, stąd też ukazanie istotnych elementów z historii Mazur (jako południowej części Prus Wschodnich), z dziejów piśmiennictwa mazurskiego, a następnie losu i twórczości Kajki. Celem ekspozycji nie jest pokazanie historii Mazur i Mazurów, lecz uwidocznienie swoistego, niepowtarzalnego, wyjątkowego w skali polskiej i europejskiej piśmiennictwa jako prze-



jawu oryginalnej kultury mazurskiej, naznaczonej wpływami i zależnościami stosunków niemiecko-prusko-polskich.

Back to the roots – Kajka's Museum

The road between the lake and the hill is old and historic. The road leads from the parish Klusy to the village Ogródek where the second house on the right used to belong to Kajka family in 1884 Michał Kajka, the owner, a carpenter and a folk poet and his wife Wilhelmina from the Karasie family settled down in Ogródek. There was a museum opened in 1968 and another exhibition, opened in 2014, exceeding the biography of Kajka. This significant poet represented

a wider phenomenon which was the development of Masurian writing in the XIX century. The exhibition is mainly of literary character. What is important is the geographical-historical context that shows essential elements from the history of Masuria (as a southern part of Eastern Prussia), from the history of Masurian literature and Kajka's life and creations. It is not the aim of the exhibition to show the history of Masuria and its inhabitants but to show peculiar and unique in Poland and Europe literature as a manifestation of the unique Masurian culture surrounded by German-Prussian-Polish influence and relationships.

.....
www.michalkajka.pl





GIŻYCKO

przyciąga turystów przez cały rok

Giżycko to miasto leżące w samym centrum Krainy Wielkich Jezior Mazurskich, na wąskim przesmyku pomiędzy jeziorami Niegocin i Kisajno.

Przyciąga turystów przez cały rok swymi naturalnymi warunkami przyrodniczymi, wyjątkowymi miejscami, licznymi atrakcjami i ciekawymi wydarzeniami, które dostarczają pozytywnej energii i emocji.

Otaczające miasto tereny to wymarzone miejsca do uprawiania turystyki aktywnej. Oferta jest naprawdę bogata: począwszy od żeglowania, jazdy na rowerze, wędkowania, windsurfingu, kitingu i rejsów statkami, poprzez spływy kajakowe i jazdę konną, aż po sporty ekstremalne, takie jak skutery wodne, nurkowanie, parasailing na lądzie, wodzie i lodzie, quady, samochody terenowe, wakeboarding i narty wodne czy wspinaczkę

w parku linowym. Na żeglarzy czeka Ekomarina – nowoczesny, największy na Mazurach port pasażerski i jachtowy nad jeziorem Niegocin. A zimą koniecznie trzeba spróbować bojerów, którymi można polatać na zamrzniętych jeziorach. Polecamy też narty biegowe, skutery śnieżne, ice kiting, nurkowanie pod lodem i podlodowe wędkowanie, kuligi i łyżwy na giżyckim lodowisku. W okolicy znajduje się też nowoczesny wyciąg narciarski.

Giżycko zimą

Wielkie Jeziora Mazurskie są atrakcyjne nie tylko latem. Zimą pokrywa lodowa na jeziorach utrzymuje się często od połowy grudnia do końca kwietnia. Daje to doskonałe warunki do uprawiania żeglarstwa lodowego. W Giżycku praktycznie co weekend odbywają się regaty o randze ogólnopolskiej i międzynarodowej. Lokalne biura mają w swojej ofercie propozycje kursów i szkoleń na DN-ach, jest możliwość wypożyczenia sprzętu bojerowego i windsurfingowego. Swoje usługi oferują także wykwalifikowani instruktorzy. Zamrznięte jeziora są rajem dla wędkarzy podlodowych. Zima to również czas niezapomnianych kuligów zakończonych ogniskami lub piknikami. Amatorom podwodnych przygód proponujemy nurkowanie pod lodem, dostarczające niezwykłych »



2.



3.



4.



5.

6.

wrażeń. Około 30 km od Giżycka, w Okrągłym, znajduje się wyciąg narciarski z wypożyczalnią sprzętu i szkołą. Przez cały rok na turystów czeka Pływalnia Kryta Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Giżycku. Na terenie obiektu można skorzystać również z sauny. Miasto zaprasza także na kryte lodowisko. To jedyny taki obiekt w regionie. Lodowisko jest czynne przez cały rok, 7 dni w tygodniu, i ma bardzo bogatą ofertę dla dzieci i dorosłych.

Co warto zobaczyć?

Będąc w Giżycku, koniecznie trzeba zobaczyć XIX-wieczną Twierdzę Boyen – najcenniejszy zabytek miasta, unikatuwy nie tylko na skalę Polski, ale i Europy. Na trasie spaceru po mieście musi się też znaleźć zabytkowy most obrotowy na Kanale Łuczańskim (Giżyckim) – jedyny taki w Polsce i jeden z dwóch czynnych tego typu mostów w Europie, skrzydło zamku krzyżackiego (dziś odrestaurowana część luksusowego hotelu; więcej o hotelu na str. 32), zabytkowa wieża ciśnieniowa z tarasem widokowym,



7.

kościół ewangelicki i Pasaż Portowy, z którego możemy przejść kładką spacerową i nadwodną estakadą wprost na taras widokowy i giżyckie moło. Stąd rozpościera się niezapomniany widok na jezioro Niegocin. Wyjątkowym miejscem jest również Wzgórze św. Brunona, położone nad samym brzegiem jeziora Niegocin. Na Wzgórze prowadzi ścieżka rowerowa, w pobliżu której znajduje się siłownia w plenerze i tor do gry w bule, na miejscu na gości czekają wiaty wy-

poczynkowe. Ze Wzgórza św. Brunona możemy podziwiać wyjątkową panoramę miasta.

Giżycko latem

W samym centrum miasta znajduje się plaża z kompleksem boisk i strzeżonym kąpieliskiem. Latem to miejsce plażowania i kąpieli, ale również wielu imprez kulturalno-rozrywkowych i sportowych. Od 2010 roku do wodnych

atrakcji nadniegocińskiej plaży dołączyły coroczne, emocjonujące pokazy powietrzne, wykonywane przez międzynarodowych mistrzów lotniczych w ramach imprezy Mazury AirShow. W połowie lipca na plaży odbywa się również największy w Polsce cykliczny festiwal szantowy Szanty z Folkiem. Kolejną atrakcją jest WakePark, położony w centrum Giżycka przy jeziorze Popówka Mała, tuż przy Twierdzy Boyen. Obiekt wyposażony jest w dwa wyciągi 2.0 do wakeboardu. Park Wiewióra to największy park linowy na Mazurach. Znajdziecie tu 5 rodzajów tras o różnym stopniu trudności i wysokości.

Liczne imprezy i wydarzenia

Wybierając się do Giżycka, warto zerknąć na kalendarz imprez, których odbywa



które parując, wytwarzają specyficzny mikroklimat. Inni przekonują, że to zasługa samych mieszkańców, którzy tak gościnnie i otwarcie witają turystów. Zapewne znaczenie ma i jedno, i drugie.

Więcej na stronie:

www.gizycko.pl

www.mojegizycko.pl

www.gizycko.turystyka.pl

się tutaj naprawdę dużo. Tradycyjnie w pierwszy weekend maja następuje Wielkie Otwarcie Sezonu z widowiskową paradą jednostek pływających. Latem nad Niegocinem królują szantowe i jazzowe klimaty, a na Jarmarku św. Bruno – moc kulinariów. Operacja Boyen to wyjątkowe inscenizacje historyczne i możliwość spotkania z rekonstruktorami. Ekomarina gości najważniejsze wydarzenia żeglarskie na szlaku Wielkich Jezior, a także plenerowe pokazy fil-

mowe. Polecamy również widowiskowy koncert muzyki dawnej w plenerze, czyli Giżycko Baroque Festival.

Ciekawostka dla lubiących słońce

Na koniec warto dodać, że Giżycko to miasto wyjątkowo słoneczne. Pada tu o wiele rzadziej niż u sąsiadów. Niektórzy twierdzą, że to przez jeziora,





11.

EN

GIŻYCKO ATTRACTS TOURISTS ALL YEAR ROUND

Giżycko is situated on the narrow isthmus between Lake Niegocin and Lake Kisajno in the heart of The Land of The Great Masurian Lakes. All year round it attracts tourists with its natural environmental conditions, unique places, numerous attractions and interesting events that bring positive energy and emotions.

The lands surrounding the town are an ideal places for active tourism. The rich offer includes: sailing, biking, fishing, windsurfing, kiting, ship cruises, horse riding and extreme sports such as, water scooters, diving, parasailing on land and on water, quads, off-road vehicles,

wakeboarding, water skis and climbing. Ekomarina – a modern and the biggest yacht and passenger port on Lake Niegocin in Masuria waits for sailors. In winter you must try ice boating on the frozen lakes. We recommend cross-country skiing, snowmobiles, ice kiting, diving under the frozen lake, ice-fishing, sleigh rides and ice skating at the ice rink in Giżycko and, there is a modern ski lift in the neighborhood as well.

Giżycko in winter

The Great Masurian Lakes are attractive not only in summer. In winter ice usually covers the lakes surface from mid-December to the end of April. It creates great conditions for ice yachting. National and international regattas take place in Giżycko almost every weekend. Local offices offer various DN courses and trainings and the possibility to rent ice boats and windsurfing equipment. Qualified instructors offer their services too. The frozen lakes are paradise for ice anglers too. Winter is an unforgettable

time of sleigh rides with campfires and picnics. We recommend diving under the ice that brings incredible experience for those of you who like underwater adventures. In Okrągłe, located about 30 kilometres from Giżycko, there are full skiing. The Indoor Swimming pool in the Municipal Center of Sport and Recreation in Giżycko is opened all year round and there also saunas in the facility. In Giżycko there is an indoor ice-rink – the only facility of this type in the region and it is open all year round, 7 days a week and has a rich offer for adults as well as for the kids.

What is worth seeing?

During your stay in Giżycko you should see XIX century Boyen Fortress – the most valuable monument in the town and unique in Poland and on a world scale. You should also see the historic Swing Bridge, the only one in Poland and the second rotatable bridge in



Europe, on the Łuczański (Giżycki) canal I, the wing of the Teutonic Castle (today a renovated part of a luxurious hotel; more at page: 32), a historic Water Tower with a viewing terrace, the Evangelical Church and Port Passage where you can go across a footbridge and water flyover directly to a viewing terrace and Giżycko's pier that give you an unforgettable view on Lake Niegocin. St. Bruno's Hill located on the shores of Lake Niegocin is an amazing place where a cycle path, which is close to the open gym and bowling alley leads to the hill where you can sit back, relax and take it all in.

Giżycko in summer

There is a beach with a playing field complex and a guarded bathing area in the heart of the town. In summer it is a place for sunbathing and swimming as well as sporting, cultural and light entertainment events. A breathtaking air show performed by local and international pilots during the Masuria Air

Show which is organized each year. In mid July the biggest cyclical Sea Shanty Festival 'Sea Shanties with Folk' takes place on Giżycko beach. Wake Park is another attraction in the town situated at Lake Popówka Mała near the Boyen Fortress. The facility has two 2.0 waterboard cable parks. And quirel Park (Park Wiewióra) is the biggest climbing park in Masuria where you can find 5 types trails of different difficulties and heights.

Numerous events

Before going to Giżycko, it is a good idea to have a look at the full events calendar. The Grand Opening of the Season takes place traditionally the first weekend in May. In summer there are sea shanties and jazz events at Lake Niegocin and culinary events at St. Brunon fair. In the Boyen Fortress you can watch incredible reenactments. The most important sailing events on the trail of the Great Masurian Lakes and open-air movie shows take place in the

Ekomarina. We recommend a spectacular open-air concert of early music, the so called 'Giżycko Baroque Festival'.

A little curiosity for those who like the Sun

It is worth mentioning that Giżycko is an extremely sunny town. It rains here more seldom than in the surrounding areas. Some people claim that it happens due to the boiling lakes that create a specific micro climate, others believe that is a merit of Giżycko inhabitants who welcome tourists with hospitality and openness, maybe there is a bit of truth in both those beliefs!

More information on:
www.gizycko.pl
www.mojegizycko.pl
www.gizycko.turystyka.pl

Opracowanie / By Kamila Górecka-Kirwiel
 fot. arch. UM Giżycko



Smak Mazur

ZAKŁĘTY W MALUTKIEJ RYBCE

Stynka to gatunek ryby zupełnie wyjątkowy – nie tylko pod względem walorów smakowych.



”

W przeciwieństwie do restauracji i smażalni, w których świeżej stynki można skosztować wyłącznie latem, Gościniec Ryński Młyn oferuje ją o każdej porze roku.

”



Jako potrawa regionalna stynka jest bowiem znana w bardzo niewielu miejscach Polski. Ten, przypominający wyglądem szprotkę, przysmak może być odławiany sieciowo wyłącznie zimą, gdy tworzy duże ławice. Mazurscy rybacy muszą czekać, aż jeziora będą skute na tyle grubą taflą lodu, aby bezpiecznie wjechać ciągnikami, które przewożą maszyny do wyciągania sieci. Rybacy odławiają rybę o zupełnie nietuzinkowym zapachu zielonego ogórka, mięciutkich po usmażeniu ościach i łagodnym smaku. Ponieważ stynki żyją jedynie w kilku mazurskich jeziorach (preferują wody zimne i dobrze natlenione), zyskują status regionalnego – choć wciąż nieznanego wielu turystom – rarytasu. W przeciwieństwie do restauracji i smażalni, w których świeżej stynki można skosztować wyłącznie latem, Gościniec Ryński Młyn oferuje ją o każdej porze roku. Jest ona tu dostępna pod dwiema postaciami: jako chrupiąca stynka młynarzowej, co

sosów do niej nie żałowała, lub z sałatkami, sosem majonezowym i grzanką serową. Ta niezwykle ciekawa w smaku przekąska, w połączeniu z proponowanymi dodatkami, pozostawia na długo w pamięci przepyszne i wyjątkowe wspomnienie Mazur.

EN

SMELT, TINY BUT TASTY

Smelt is a totally unique species of fish – not only in terms of taste – but, It is only known as a regional dish in just few places in Poland.

Smelt which resembles sprat can only be caught in fishing nets in winter when it forms big shoals. Masurian fishermen have to wait till the lakes are covered in thick ice to safely drive a tractor which transports machines to pull the fishing

nets onto the ice floes. Fishermen then catch this tasty fish that has the unique smell of fresh, green cucumber, soft bones after frying and a mild taste. Due to the fact that smelts live only in a few Masurian lakes where they prefer cold, clean and well-oxygenated water. They have acquired the status of a regional fish though they are practically an unknown delicacy for tourists. What is more, in addition to restaurants where you can try fresh smelt just in summer, Ryński Mill Inn offers smelt all year around and there you can get smelt in two different forms, as a crispy, fried Mill smelt or served with lettuce in a mayonnaise sauce on toast. It is a delicacy of an unusual and interesting taste that leaves a tasty memory from the region.

Więcej na / More on:
www.rynskimlyn.pl

Opracowanie / By ŁK



MISTRZOWSKIE PIWA z Warmii i Mazur

Piwna rewolucja rzemieślnicza, polegająca na odejściu od bezsmakowego lagera narzuconego nam przez duże kompanie piwowarskie, zatacza coraz szersze kręgi.

Piwna rewolucja rzemieślnicza, polegająca na odejściu od bezsmakowego lagera narzuconego nam przez duże kompanie piwowarskie, zatacza coraz szersze kręgi. Wiele osób nie wie, że w zeszłym roku kalendarzowym na rynku pojawiło się 1655 premier piwnych – średnio to ponad 4 całkowicie nowe piwa dziennie. Cieszy bardzo, że odradzające się browary Warmii i Mazur miały w tym swój udział. Spośród nowych piw na rynku nasi reprezentanci zdobyli czołowe lokaty w konkursach piwnych. Mamy również swoich przedstawicieli kwalifikujących się do ścisłej światowej czołówki. Czym zatem możemy się pochwalić?

Jednym z najbardziej prestiżowych konkursów piwnych w Polsce jest Kraft Roku, organizowany przy okazji Poznańskich Targów Piwa. Browary z całego kraju rywalizują ze sobą w wielu kategoriach. Na konkursie odnotowuje się także obecność przedstawicieli rzemiosła światowego, więc impreza ta zdobywa także rozgłos na całym świecie. Polscy Certyfikowani Sędziowie PSPD oraz międzynarodowi sędziowie BJCP z całego świata spośród wielu przedstawicieli stylu wybierają tego najlepszego. Wybór dokonywany jest na podstawie zadowolonych próbek, więc sędziowie nie mają szans na poznanie nazwy browaru, aż do oficjalnego ogłoszenia wyników. Podczas poprzedniej edycji konkursu (w roku 2017) warmińsko-mazur-

skim reprezentantom udało się zdobyć medale w swoich kategoriach.

Mazurski Browar w Elku zdobył aż trzy medale w kilku kategoriach. Brąz w kategorii „ciemny lager” za piwo Elckie Lager Ciemny. Brąz w kategorii „american amber&brown ale” za piwo Mazurskie Ale Czerwony oraz najcenniejszy medal złoty w kategorii „mocny stout/porter” za piwo Mazurskie Imperial Oatmeal Stout.

Złoty medalista to bardzo wyjątkowy gatunek piwny, który ze względu na sporą dawkę alkoholu zaliczany jest do tak zwanego ciężkiego kalibru i piw trudnych do uwarzenia. Piwo o ekstrakcie 18,5 BLG i zawartości 8,2% alkoholu podbiło serca bardzo wymagającego jury. Styl ten wyróżnia się intensywnym smakiem i aromatem o szerokim zakresie balansu smakowego, który za sprawą dodatku owsa jest bardzo gładki w odczuciu. Prażone i palone słody nadają nuty ciemnych lub suszonych owoców, czekolady, kawy, a rozgrzewający efekt alkoholu nie może dominować nad całością. Pomimo intensywnych nut, poszczególne składowe muszą się ze sobą łączyć w taki sposób, aby stworzyć złożone, harmonijne piwo, a nie palącą mieszkankę. Sztuką jest tak skomponować recepturę, aby piwo, po długim okresie leżakowania (średnio ok. 10 miesięcy), umiało dobrze ukryć swoją moc, przez co alkohol ma być prawie niewyczuwalny. Zrobili to piwowarzy z Mazurskiego Browaru w Elku.

Podobną sztuką wykazał się Browar Ukiel z Olsztyna, który sprawił niespodziankę nie tylko mieszkańcom regionu. Browar ten uruchomił swoją produkcję zaledwie przed konkursem i jako absolutny debiutant zdobył złoto w kategorii „west coast IPA” za piwo Ukiel West Coast IPA. Piwo w tym stylu charakteryzuje się intensywnym i orzeźwiającym aromatem chmieli amerykańskich, które wnoszą dużą dozę aromatów cytrusowych i owoców tropikalnych. Niska słodowość oraz wytrawny finisz skontrowany jest wyraźną i wysoką goryczką chmielową. Piwo, pomimo swojej umiarkowanej mocy alkoholowej (6,4%), jest wspaniale zbalansowane i stało się flagowym produktem małego browaru z Olsztyna. Co bardzo cieszy, piwo to jest w stałej produkcji, ciągle zachowuje swoją wysoką jakość i błyskawicznie znika z półek sklepów i restauracji regionu.

Przebojem do światowej czołówki piwnej wdarł się Browar Kormoran ze swoim piwem w stylu Imperialny Porter Bałtycki o nazwie Imperium Prunum. To bezkompromisowe piwo zadebiutowało na rynku w roku 2016 i od razu znalazło się na liście 10 najlepszych piw świata! To wyjątkowe piwo dostępne jest tylko raz w roku i pojawia się na rynku każdego 20.01 w trakcie Międzynarodowego Dnia Porteru Bałtyckiego. Co roku od rana pod browarem Kormoran w Olsztynie ustawiają się kolejki znawców piwa, aby nabyć ten »



rarity. Obecnie piwo jest produkowane w trochę większej ilości, ale nadal jest to za mało, aby zaspokoić potrzeby rynku. Piwo sprzedawane jest w gustownej butelce o pojemności 375 ml w bardzo rozsądnej cenie 25 zł za sztukę. Całość zapakowana jest w elegancki kartonik, który podkreśla szlachetność tego trunku. Czy 25 zł to dużo? Warto zaznaczyć, że butelka Imperium Prunum na aukcjach w drugim obiegu osiąga ceny do 150 zł, a pierwsze warki przekraczały ceny 250 zł, co i tak nie jest zawrotną kwotą w odniesieniu do najlepszych piw świata. Czym jest Imperium Prunum? Bardzo gęstym, oleistym, intensywnym w smaku mocnym stoutem. Charakteryzuje się nutami wędzonymi kontrowanymi obecnością sliwki z gatunku susza sechłońska, która wnosi dodatkowe wrażenia smakowe i aromatyczne. Piwo o olbrzymiej mocy – 11% alkoholu, ekstrakt 26 BLG – jest doskonale ułożone, wyleżakowane i wspaniale nadaje się do bardzo powolnej degustacji w zimowe wieczory. Naprawdę warto spróbować tego delikatesu i być dumnym z naszego warmińskiego Browaru Kormoran. Wspaniałe doznania, odradzająca się kultura piwna i wysoka jakość browarów regionu Warmii i Mazur zachęcają do nowej formy turystyki piwnej, która

w naszym regionie ma już naprawdę sporo do zaoferowania. A to nie jedyne piwa, które warto odkryć w krainie „Tysiąca Jezior”, do czego serdecznie zapraszam.



CHOICE BEERS FROM VARMIA AND MASURIA

The craft beer revolution, which means moving away from the mass-produced beers which dominate the market, is increasingly gaining ground. Very few people know that 1655 new beers came onto the market last year alone. It means 4 totally new beers every day on average. It is a great thing that reborn Varmia and Masuria breweries are taking part in this process. Our products have also been awarded top prizes in beer competitions and these are types of beer that belong to the world's top beverages and we are proud of it! The Polish Craft Beer Competition organized by the Poznań Beer Expo is one of the most prestigious beer competitions in Poland. Breweries from

all over the country compete in several categories. World craft beer representatives attend the event so it is gaining international fame. Polish Certified Judges PSPD and international judges BJCP choose the best examples of the different types of beers on offer. The choice is made on the basis of coded samples so the judges have no chance to learn the brewery's name until the official announcement of the results and our Varmia and Masuria breweries earned medals in their categories in last year's competition.

The Masurian Brewery in Ełk won 3 medals in a few categories. Ełk Dark Lager beer won the bronze medal in the 'dark lager' category. Masurian Ale Red beer won the bronze medal in the 'American & Brown ale' category and Masurian Imperial Oatmeal Stout earned the most valuable gold medal in the 'strong stout/porter' category.

The gold medalist is a unique sort of beer which is classified as strong due to its high level of alcohol and as a beer that it is difficult to brew. The beer extract of 18,5 BLG and alcohol of 8% won the hearts of the very demanding jury. It has an intensive taste and aroma of a wide range of flavor balance which has a smooth texture thanks to the



added oats. Roasted malt adds a taste of dark and dried fruit, chocolate, coffee and the warming up effect of the alcohol shouldn't dominate the whole beer. Despite sensational heights, particular compounds must combine with each other in such a way to create a complex harmonious beer instead of a burning mixture. It is a challenge to create beer that after a long period of aging (about 10 months on average) could well hide its strength so the alcohol is almost undetectable but, the brewers in the Masurian Brewery in Elk have managed to do just that.

A Similar challenge was taken up by Ukiel Brewery in Olsztyn which was a surprise not only for the locals. The brewery started its production just before the competition and its beer Ukiel West Coast won the gold medal in the category 'west coast IPA' as a complete beginner in this area. The beer is characterized by an intensive and refreshing aroma of American hops which have a high concentration of citrus and tropical fruit aromas. Low malt and a sophisticated finish results in a wonderfully clear hoppy bitterness. Although, that beer has a medium alcoholic strength (6,4%) it is well balanced and has become the flagship product of the little brewery in Olsztyn. The beer has been produced since its debut and retains its quality and disappears quickly from the shop shelves and the restaurants in the region.

Kormoran brewery with its beer 'Imperial Baltic Porter' (Imperialny Porter Bałtycki) has taken the world of beer by storm. This uncompromising beer had its debut in 2016 and it immediately appeared on the list of the World's 10 best beers. This unique beer is available once a year on 20th of January during International Baltic Porter Day and every year a long queue can be seen near the Kormoran brewery. Nowadays, the beer is produced in bigger amounts but it is still not sufficient to meet the demands of the market. This high quality beer is sold in sophisticated 375 ml bottles for a reasonable price of 25 PLN per bottle. Everything is packed in a nice cardboard box that emphasises the nobility of the drink. Is 25 PLN too much? It is worth mentioning that bottles of Imperium Prunum were auctioned for 150 AND 250PLN which is not a staggering amount in comparison with the world's best beers. What is Imperium Pronum like? It is a very dense, oily strong stout of intensive taste. It is characterized by a smoked note enriched by the flavor of sechna prunes which brings an additional taste and aroma sensation. This beer high strength beer of 11% alcohol and an extract of 26 BLG is well aged and should be sampled very slowly on cold winter evenings. You should try it and be proud of our Varmian Kormoran brewery.

Rich experience, a reborn beer culture and the high quality of beer in the Varmia and Masuria region encourage visitors to enjoy a new form of beer tourism that has a lot to offer. These are just some of the beers you can discover in the Land Of the Great Masurian Lakes so feel invited to come and see for yourself what's on offer here!!

Opracowanie / By: Artur Kamiński



KUCHNIA *płynąca z serca*

Miłość do jedzenia, do rodziny i historii regionu spowodowała, że Danuta i Grzegorz Białas postanowili oddać swoje serca pięknemu zabytkowi położonemu na obszarze dawnego Oberlandu, obecnie Krainy Kanatu Elbląskiego, tuż przy trasie S7, na wysokości Małdyt.

To Zajazd pod Kłobukiem – zabytkowa neogotycka oficyna pałacowa. W obecnej formie pochodzi z ok. 1820 roku i była niegdyś częścią dużego kompleksu pałacowego, należącego do dóbr Augusta II Mocnego. Główny budynek pałacu uległ niestety zniszczeniu w czasie II wojny światowej. Zachowane: oficyna, brama wjazdowa i pozostałości wspaniałego parku z pomnikowymi drzewami sprzyjały stworzeniu miejsca z klimatem, które od wielu lat kusi gości do zatrzymania się na dłużej i skosztowania regionalnych przysmaków. Warto zajrzeć do Kłobuka także dlatego, że miejsce to przynależy do sieci Dziedzictwa Kulinarного Warmia Mazury Powiśle, co daje gwarancję niezwykłych doznań kulinarnych. Już sama lektura karty powoduje, że wszystkiego chciałoby się spróbować. Sezonowe wkładki, w których jesienią można znaleźć grzyby, gęsinę czy dynię, a zimą dziczyznę oraz jagnięcinę i potrawy na bazie ziemniaków, tylko wzmagają chęć zamówienia kilku potraw na raz. O dobry smak dba właścicielka, która jest jednocześnie szefową kuchni. To ona wyczarowuje smaczne potrawy (mnie ostatnio urzekła czernina z gęsi, fraszynki warmińskie i skórki ziemniaczane), a atmosferę stylu jak u babci tworzą ciepłe wnętrza i personel w regionalnych »





strojach. W tym urokliwym miejscu ruch potrafi być niemały, szczególnie w porze obiadowej, dlatego polecam wcześniej zarezerwować stolik.

Po wizycie w restauracji warto zajrzeć do Kłobukowej Spizarni, czyli sklepiku ulokowanego tuż przy wejściu. Jest on bogato zaopatrzonej w domowe i regionalne produkty, które pochodzą od lokalnych wytwórców, w większości członków Dziedzictwa Kulinarne Warmia Mazury Powiśle. Można w nim zaopatrzyć się w domowe przetwory i wyroby, takie jak konfitury, marynaty owocowe i warzywne, okrasz z gęsi oraz wypieki. Szczególnie polecam zakup domowego chleba żytnio-orkiszowego na zakwasie, a jako dodatek – maselka czosnkowego. W sprzedaży są również wędliny własnego wyrobu, jak kielbasa z dziczyzny, kielbasa Kłobukowa, domowa kaszanka

z dzika, półgęski, wędliny dojrzewające, jak również inne tradycyjne wędliny od naszych lokalnych dostawców. Do nabycia są także wyśmienite zagrodowe sery kozie (przyp. red. np. z Koziej Farmy, o której pisaliśmy w numerze 93). Surowiec do wyrobu serów pozyskiwany jest w domowych gospodarstwach z terenu Warmii i Mazur. Ponadto, w sklepie warto zaopatrzyć się w znakomite wędzone ryby i marynaty rybne z gospodarstwa rybackiego Jarka Parola. W ofercie są również wyśmienite miody pitne (półtoraki, dwójniaki, trójniaki), okowita miodowa i nalewki z lokalnej destylarni Piaseckiego.

I tak po wspaniałym posiłku oraz zaopatrzeniu się w sklepiku w regionalne przysmaki można udać się do domu, aby następnie powracać myślami do tego kłobukowego miejsca z klimatem.



EN

CUISINE FROM THE HEART

The love of food, family and history of the region made Danuta and Grzegorz Białas decide to put their hearts into a beautiful listed building located in the region of the former Oberland canal, nowadays known as the Land of the Elbląg Canal next to the S7 road close to Małdyty. It is Kłobuk Roadhouse, a historic neo-gothic outbuilding.

The current structure is dated from about 1820 and used to be a part of a big palace complex that belonged to 'August II the Strong's' properties. Unfortunately, the main palace building was damaged during World War II but, the preserved buildings such as: an outbuilding, an entry gate and the remains of a wonderful park with monumental trees help create a place with soul which tempts guests to stay longer and try regional delicacies. It is worth visiting Kłobuk since the place is a member of the Network of the Culinary Heritage of Varmia, Masuria and Powiśle that provide high standards in culinary experience.

Just reading the menu makes you want to try everything and whets your appetite. On offer In autumn, you can find wild mushrooms, goose meat and pumpkin and in winter, you can choose from game and lamb as well as potato-based dishes. The owner who is also the chef takes special care that the food is of exceptional quality and She prepares delicious dishes. I was impressed by the goose blood soup, potato rissole (fraszynki warmińskie) and potato skins. The staff in traditional clothes and the cosy interior creates a real



homely atmosphere. In this charming place it is advisable to book in advance as the tables are in big demand.

After visiting the restaurant you should go to Kłobuk Pantry, the in-house shop at the entrance. It is a well – stocked and you can take away home-made and regional products from local sources. You can also get home-made preserves and products like – jam, fruit and vegetable marinades, goose lard and cakes. I especially recommend buying home-made rye bread and garlic butter as an addition. You can also get their own sausages such as; game sausage, Kłobuk sausage, home-made game pudding, home-made goose breast, mature sausages and other traditional sausages from local providers. There is delicious goat cheese too from the Goat Farm that we wrote about in magazine number 93.

The ingredients used to produce the cheese is sourced in farmhouses from Varmia and Masuria. Moreover, in the shop you should buy delicious smoked fish and fish marinade from Jarek Parol's fish farm. On offer there are also splendid meads such as półtorak, dwójniak and trójniak honey brandy, okowita miodowa and liquer from the local Pa-secki distillery.

After such a great meal and buying regional delicacies, you can go home with some tasty memories of Kłobuk a place with real soul.

Więcej na / More on:
www.klobuk.pl

*Opracowanie / By: Justyna Szostek
fot. Jakub Obarek*

Z GÓRKI NA PAZURKI

*lub w siną dal – raj dla narciarzy
na Warmii i Mazurach*





Ciągnące się kilometrami malownicze trasy dla narciarzy biegowych i pofałdowane tereny pełne pagórków idealnych do zjazdów – to dzięki tym walorom Warmia i Mazury są doskonałym miejscem również na zimowe wypady. Dzięki temu, że co roku powstają tu nowe lub rozbudowywane są już istniejące wyciągi i ośrodki, już nie trzeba jechać w góry, by aktywnie i atrakcyjnie spędzić zimowe ferie.



1.



2.



3.

Ośrodki narciarskie na Warmii i Mazurach, oprócz tras zjazdowych o różnych stopniach trudności, oferują także tory do snowtubingu, miejsca do zjeżdżania na sankach, a niektóre również inne dodatkowe atrakcje. Trasy są zazwyczaj sztucznie naśnieżane, oświetlane i ratrakowane, a w okolicy wyciągów działają wypożyczalnie sprzętu narciarskiego, szkoły oraz restauracje.

wis oraz szkołę narciarską. W zeszłym roku ośrodek zyskał także lodowisko i tor do snowtubingu. W tym sezonie właściciele będą mieli dla gości kolejne niespodzianki, warto więc wybrać się tam w odwiedziny.
www.kurzagora.pl

Góra Chrobrego – Elbląg

Przebywając w okolicy Elbląga, można wybrać się na Górę Chrobrego – stację narciarską i ośrodek rekreacyjny położony w otulinie lasu miejskiego Bażantarnia. Oprócz zjazdów na nartach, można tu skorzystać ze snowparku, a na początkujących narciarzy czeka licencjonowana szkoła narciarstwa i snowboardu. Na miejscu działa wypożyczalnia sprzętu narciarskiego oraz bar.

www.gora-chrobrego.pl

Kurza Góra – Kurzętnik

Jednym z najprężniej rozwijających się ośrodków narciarskich w północnej Polsce jest Kurza Góra, znajdująca się w miejscowości Kurzętnik, nieopodal Nowego Miasta Lubawskiego. Kurza Góra oferuje trzy zróżnicowane trasy narciarskie, wypożyczalnię sprzętu, ser-

»



”

Kurza Góra oferuje
trzy zróżnicowane
trasy narciarskie,
wypożyczalnię
sprzętu, serwis oraz
szkółkę narciarską

”



Piękna Góra Rudziewicz – Gołdap

W okolicach Gołdapi, od wielu lat, zimowych gości przyciąga Piękna Góra Rudziewicz, na której dla miłośników narciarstwa zjazdowego przygotowano ponad 2000 metrów tras o różnej skali trudności. Wszystkie są oświetlone, sztucznie dośnieżane i ratrakowane. Przy dobrych warunkach śniegowych funkcjonuje też tor saneczkowy. Jest tu także restauracja – Zajazd Pod Piękną Górą, który jest miejscem idealnym dla smakoszy kartaczy i dziczyzny, a na samym szczycie można napić się kawy w obrotowej kawiarni.

www.zajazd-rudziewicz.pl

Mikołajki

Będąc w okolicy Mikołajek można zajrzeć do Hotelu Gołębiewski, gdzie

w zimie uruchamiany jest sztucznie naśnieżany stok o długości 700 metrów. Można tu też skorzystać z całorocznego toru saneczkowego.

www.golebiewski.pl/mikolajki

Stoki i związane z nimi atrakcje zimowe oferuje również Ośrodek Mazurski Okrągłe, położony niedaleko Orzysza i Wydmin oraz wyciąg narciarski Kartasiówka w pobliżu Olsztyna.

Kartasiówka

Wyciąg narciarski Kartasiówka położony jest w Rusi, 7 km od Olsztyna, w granicach rezerwatu Lasu Warmińskiego. Przygotowano 3 trasy zjazdowe, każda po 280 m: dla średniozaawansowanych 1 (orzyczek 220 m), dla średniozaawansowanych 2 (orzyczek 260 m), dla początkujących (orzyczek 220 m). Wyciąg jest sztucznie naśnieżany i oświetlony.

Na miejscu funkcjonuje wypożyczalnia sprzętu narciarskiego oraz bar z małą gastronomią.

www.kartasiowka.pl

Ośrodek Mazurski Okrągłe

Ośrodek Mazurski Okrągłe położony jest niedaleko Orzysza i Wydmin. Występujący tu mikroklimat stwarza bardzo dobre warunki do uprawiania narciarstwa i snowboardu. Przygotowano 3 wyciągi orczykowe, w tym 1 „wyrwiraćzka”. Do wyboru są tu cztery trasy o różnym stopniu trudności: czerwona (trudna, 400 m), niebieska (łatwa, 700 m), niebieska (łatwa, 300 m), trasa szkoleniowa (bardzo łatwa, 100 m). Trasy są oświetlone, ratrakowane i sztucznie naśnieżane. Można skorzystać z trikke skki – pro-

stego w obsłudze sprzętu do jazdy po śniegu. Na miejscu działa wypożyczalnia i serwis sprzętu narciarskiego oraz restauracja i bar z gastronomią. Jest tu także możliwość zorganizowania ogniska i skorzystania z ruskiej bani. Na gości czeka też Zoo Safari – przejażdżki jeepami po olbrzymim terenie, na którym żyją dzikie zwierzęta.
www.skimazury.pl

Góra w Lubstynku koło Lubawy

Możliwość podziwiania widoków na część Parku Krajobrazowego Wzgórz Dylewskich oferuje przygotowywana każdej zimy od czterech lat góra w Lubstynku. Można na niej zjechać dwiema trasami o różnym stopniu trudności. Mają one długość ok. 300 m i są dosyć łagodne, a tym samym idealne dla początkujących. Stok jest dobrze naśnieżony; również dzięki dwóm armatom śnieżnym. Miejsce to jest doskonałą alternatywą dla obleganych innych gór. Na gości czeka również wypo-



życzalnia sprzętu narciarskiego oraz wykwalifikowani instruktorzy. A po zjazdach właściciele wyciągu zapraszają do skorzystania z ciepłej stawy do baru położonego tuż przy stoku. Tu panuje iście rodzinna atmosfera.

www.facebook.com/Zielony.Zakatek.Lubstynek

W siną dal

Bardzo popularne w regionie Warmii i Mazur jest także narciarstwo biegowe. Co roku, w okolicy lutego, odbywają się biegi narciarskie – Sasinów i Jaćwingów. www.biegsasinow.pl, www.biegjacwingow.pl

Jednym z miejsc idealnych dla tych, którzy nie czują się na siłach, by wziąć udział w biegach, ale pragną po prostu poznać Warmię i Mazury na dwóch deskach, jest Jabłoń Resort&SPA i Wioska Narciarska Wiartel. Największą atrakcją są biegi po zamrożonym jeziorze Brzozolasek lub po Puszczy Piskiej. Oprócz samotnych wypraw, można też wziąć udział w grupowym bieganiu z doświadczonym przewodnikiem. Co roku wokół Jabłoni kładzione są specjalnie ślady biegowe, które łączą się z tymi przygotowanymi przez Wioskę Narciarską Wiartel, co w sumie daje około 40 km nieprzerwanych tras biegowych. Zaawansowanym biegaczom polecamy długie trasy prowadzące aż do Rucianego. www.jablon-resort.pl/biegowki-mazury, www.wioska-narciarska.pl Narciarstwo biegowe można też uprawiać w sercu Olsztyna nad jeziorem Ukiel, gdzie zimą i przy sprzyjających warunkach ścieżki spacerowe zamieniane są w trasy narciarskie. Narty, buty i kijki można wypożyczyć w wypożyczalni sprzętu sportowego www.osir.olsztyn.pl/pl/ukiel.

»



11.

EN

A SKIERS PARADISE IN VARMIA AND MASURIA

Picturesque, many – mile, long cross-country skiing trails and hilly terrains are ideal ski slopes. Thanks to such attributes Varmia and Masuria is a great place for winter excursions so you do not have to go to the mountains to spend your free time as there are more and more ski lifts and ski resorts becoming available here.

Ski resorts in Warmia and Masuria offer not only ski slopes of different levels but also snow tubing tracks, sledging tracks and many other attractions. Slopes and tracks are usually boosted by artificially made snow, illuminated and well – maintained and on site there are restaurants, ski schools and ski rental equipment shops.

Kurza Góra – Kurzętnik

Kurza Góra located in Kurzętnik near Nowe Miasto Lubawskie is one of the fastest developing ski resorts in Poland. The Ski resort 'Kurza Góra, offers three varied slopes, ski rental equipment and a ski school. An ice-rink and a tubing track have been built in the last year to add to the already rich infrastructure. The owners have prepared another new surprise for guests so you better visit Kurza Góra this year.
www.kurzagora.pl

Chrobry Hill – Elbląg

Winter sports enthusiasts should go to Chrobry Hill in Elbląg as it is a popular skiing destination and recreational centre located in the municipal forest Bażantarnia. Apart from the ski slopes you can also use the snow park. There is a licensed ski and snowboard school

for beginners and at the foot of Chrobry Hill and there is a bar and a ski rental equipment point as well.
www.gora-chrobrego.pl

Beautiful Rudziewicz Mountain – Gołdap

Near Gołdap there is a beautiful place called Rudziewicz Mountain which offers 2000m slopes of different levels of difficulty to test your skills. All slopes are illuminated, artificial snow and well – maintained. If there are proper snow conditions, a sledge track 1200m in length is available too. At the foot of the mountain, there is a roadhouse which serves great game meat dishes and kartacz-dumplings. On the top of the mountain you can treat yourself to a hot cup of coffee in the revolving restaurant.
www.zajazd-rudziewicz.pl

Mikołajki

It is good to visit Gołbiewski Hotel in Mikołajki as there is an artificial ski slope

700 m long available. You can also use the year-round sledding track.
www.golebiewski.pl/mikolajki

The Masurian Centre 'Okraęle' situated near Orzysz and Wydminy offers slopes and other winter attractions. Not far away from Olsztyn there is another ski slope called 'Kartasiówka'.

Kartasiówka

A ski lift 'Kartasiówka' is located in Rus, 7 km from Olsztyn, in the area of the nature reserve Warmian Forest. There are three 280 m ski slopes plus a 220m track for intermediate level skiers 1, 220m a T bar lift, for intermediate 2 260m T bar lift and for beginners a 220m T bar lift. The slope is illuminated and helped by artificial snow. There is a food and drink bar and a ski rental equipment point as well.
www.kartasiowka.pl

Masurian Ski Resort Okraęle

Masurian Resort Okraęle is situated not far away from Orzysz and Wydminy. The specific micro climate in the region

provides good conditions for skiing and snowboarding. There are three T-bar lifts including a rope ski lift. There are four tracks of different levels, a red track which is more demanding, the 400m easy blue track, a 700m easy, and a training track for beginners. The tracks are illuminated, have artificial snow and are well-maintained. You can use trikke skki – easy to use equipment to drive in snow conditions. There is a bar for refreshments and a ski rental equipment point. You can organize a campfire and go to a Russian banya as well and another attraction not to be overlooked is the Safari Zoo where you can travel by jeep in an area inhabited by wild animals.

www.skimazury.pl

The Mountain in Lubstynek near Lubawa

The mountain in Lubstynek well prepared for winter conditions offers the possibility to admire a part of the Dylewo Landscape Park. There are two tracks of a different levels of difficulty. Two 300m tracks are quite easy so they are ideal for beginners. The slope is

helped by artificial snow thanks to two snowmaking machines. This slope is a little off the beaten track so it is a good alternative to the more popular venues. There are qualified instructors and a ski rental equipment on site and at the foot of the hill there is a bar where you can get warm nourishment in a family atmosphere.

www.facebook.com/Zielony.Zakatek.Lubstynek/

Far away

Cross-country skiing is very popular in Varmia and Masuria. Sasinowie and Jaćwingowie cross-country skiing competitions take place every year around February. www.biegsasinow.pl, www.biegjacwingow.pl

A place that can be recommended for cross-country amateur skiing and those of you who don't want to take part in competitive events but just visit Warmia and Masuria for its winter attractions is Jabłoń Resort & SPA and the Ski Village Wiartel. We especially recommend cross-country skiing on the frozen lake Brzozolasek or in Piska wilderness. Apart from an individual trip you can also take part in group cross-country skiing with an experienced guide. Every year, around Jabłoń special cross-country trails are prepared and those trails are connected to those prepared by the Ski Village Wiartel, which offers 40km of continuous cross-country trails. We recommend the long trails to Ruciane for more advanced cross-country skiers. www.jablon-resort.pl/bieg-gowki-mazury, www.wioskanarcarska.pl. In winter cross-country skiing can be done in the heart of Olsztyn at Lake Ukiel where the walking paths are changed into ski trails if there are favourable conditions. Skis, special boots and sticks can be rented in www.osir.olsztyn.pl/pl/ukiel.



12

Opracowanie / By
Kamila Górecka-Kirwiel, Justyna Szostek

W następnym numerze / In the next issue:

Polecamy na lato

We recommend for summer:



DOMY KONESERA

Czy bycie szczęśliwym nie jest tym, co w życiu najważniejsze? Każdy odpowie, że tak! We wprowadzeniu się w ten stan pomóc może pobyt w jednym z siedmiu szczęśliwych domów, które właściciele, Magda i Piotr, przygotowali dla swoich gości. Domy Konesera to również miejsca dla osób szukających kontaktu z muzyką, towarzyszącą tu gościom na każdym kroku.

Connoisseur's house

If people were asked whether being happy is the most important thing in the world, they would probably agree. Magda and Piotr, who are the owners, help you to achieve happiness in one of their seven happy houses. Connoisseur's houses are places for people looking for contact with music which accompanies guests all the time.

www.domykonesera.pl

MRĄGOWO – FESTIWALOWE MIASTECZKO

Któż nie słyszał o pikniku country w Mrągowie? Miasteczko położone na Mazurach, nad jeziorem Czos, słynie z tego wydarzenia już od ponad 30 lat. Obecnie szereg innych atrakcji muzycznych zachęca co roku rzesze gości do odwiedzin mrągowskiego amfiteatru i imprez przygotowanych przez miasto – Festiwalu Kultury Kresowej, Mazurskiego Festiwalu Operowego „Belcanto” czy festiwalu muzyki romskiej. To tylko niewielka próbka propozycji idealnych dla osób szukających ciekawych doznań muzycznych.

Mrągowo – a festival town

Is there anyone in Poland who has not heard of the Country Picnic in Mrągowo? The town located on Lake Czos has been famous for the Country Picnic Festival for 30 years. At present, there are numerous other musical events that encourage more and more people to visit the amphitheater in the town and take part in the fun organised each year such as: the Border Culture Festival, the Masurian Opera Festival „Belcanto” and the Romany-Gypsy Music Festival. It is just a little taste of what is on offer for those who are looking for another interesting, musical experience.

www.it.mragowo.pl www.mragowo.pl





WARSZTATY PSZCZELARSKIE

Miód towarzyszy nam od czasów prehistorycznych – już w grobowcach faraonów znajdowano go w stanie nadającym się do spożycia. Jest na Warmii takie miejsce, gdzie można podpatrzyć, jak miód jest zbierany, dowiedzieć się, jakie produkty można z niego stworzyć, udać się na miodobranie, a nawet pozyskać wskazówki na temat zakładania własnej pasieki.

The apiculture workshops

Honey has been part of life since prehistoric times and it has been found in the pharaohs' tombs in an edible state. In Varmia there is such a place where you can see how honey is gathered, learn what products can be made from it, extraction and even get tips about establishing and running your own apiary.

www.siedlisko-pasieka.pl



EKOMUZEUM KRAINY KANAŁU ELBLĄSKIEGO

Ciekawi ludzie skupieni wokół Kanału Elbląskiego postanowili zadbać o krajobraz przyrodniczo – kulturowy i historyczny tego obszaru. Obrazują oni wartości historyczne, przyrodnicze i kulturowe oraz dorobek jego mieszkańców. Promują i eksponują lokalną tradycję, formy gospodarowania, charakterystyczne rzemiosła, a także sam sposób życia poprzez prezentacje, warsztaty i pokazy organizowane przez mieszkańców.

Ecomuseum of the Land of the Elbląg Channel

Passionate people keen on the Elbląg Canal have decided to preserve and protect the history, geography and culture of the region. The Historical, cultural and geographical assets as well as the heritage of the inhabitants are shown. The group promotes and shares local tradition, forms of management, unique crafts and ways of life through presentations, workshops and shows organised by the locals.

www.krainakanaelblaskiego.pl



Sum
Catfish

HOTEL
ZAMEK RYN
Ryn

ZAMEKRYN.PL



SPRÓBUJ CZEGOŚ INNEGO.
TRY SOMETHING DIFFERENT.



Gościniec
Ryński Młyn

RYNSKIMLYN.PL

Stoły grillowe
Grill tables