





Lato w Dusznikach

Sudety to łańcuch górski wyjątkowej urody niezależnie od pory roku. Podobnie jest w przypadku Dusznik-Zdroju i ich najbliższej okolicy. Szczególnie uroczo jest tu latem, kiedy to bujna w każdym zakątku przyroda ukazuje swoje najlepsze oblicze. Będąc na Dolnym Śląsku nie sposób nie zaglądnąć i w te strony.



Odwiedź nas na:

visitduszniki.pl



Jest tyle do odkrycia.

sport turystyka sztuka przyroda miasto

Góry Stołowe

Tajemnica nie jedno ma imię. A Góry Stołowe nie jedno oblicze.

Jedno z najbardziej charakterystycznych w Polsce pasm górskich. Skalne płyty ułożone płasko niczym stoły, zakończone są ostrymi jak brzytwa krawędziami, opadającymi nawet kilkuset metrowymi ścianami. Ale to nie wszystko - najbardziej tajemnicze są jednak skalne labirynty, w których pobłądzić wcale nie trudno. Z wyżej położonych punktów (np. ze szczytu Szczelińca) rozciągają się zapierające dech w piersiach panoramy.



Góry Orlickie

Zabierz rodzinę w góry i poczuj wyjątkowy mikroklimat.

Wyjątkowej urody górski masyw rozciągający się na odcinku 50 kilometrów po części wzdłuż polsko-czeskiej granicy. Najwyższym szczytem Gór Orlickich jest leżąca w Czechach Wielka Desztna (1115 m), natomiast po polskiej stronie najwyższym wzniesieniem jest Orlica (1084 m). Cały masyw jest doskonałym miejscem do górskich wędrówek dla przedstawicieli wszystkich pokoleń oraz wymarzonym miejscem na rowerowe eskapady.



sport turystyka sztuka **przyroda** miasto



Góry Bystrzyckie

Gdzie czas stanął w miejscu, a człowiek pojawia się rzadko.

Niewysoki i bardzo niedoceniany masyw górski, choć pełen pięknych widoków, rozległych łąk, a także wielu tajemnic. Ze względu na specyficzne ukształtowanie terenu i surowo traktującą osadników przyrodę, masyw od lat wyludnia się, dając jednak przyjezdnym możliwość obcowania z naturą sam na sam.



Torfowisko pod Zieleńcem

Znajdujący się niespełna 4 kilometry od stacji narciarskiej Zieleńiec rezerwat przyrody, którego wiek szacuje się na ok. 7600 lat.

Turyści mogą tutaj podziwiać krajobraz podobny do tundry arktycznej lub syberyjskiej tajgi. Na te analogie składają się zarówno oczka wodne, małe jeziora, jak i ora rezerwatu: wiele gatunków mchów i torfowców, roślinność bagienna, brzoza karłowata, sosna błotna, rośliny owadożerne z gatunku rosiczek itd. Jest to również raj dla ważek i motyli, a także siedlisko rzadkich ptaków: bociana czarnego, świergotka łąkowego, głuszca i cietrzewia. Po obszarze rezerwatu prowadzi ścieżka edukacyjna z tablicami informacyjnymi, wieżą widokową oraz miejscami do biwakowania.



Szlaki turystyczne

Duszniki-Zdrój to turystyczna perleńka Dolnego Śląska. Dzięki wyjątkowemu położeniu są idealnym punktem startowym górskich wędrówek.

Góry w okolicach Dusznik-Zdroju są przyjazne nawet mało wprawnym turystom. Niezbyt wysokie, ale urocze i rozległe szczyty, bujna i dzika w wielu miejscach natura w połączeniu z kilometrami szlaków turystycznych gwarantują wycieczki z zapierającymi dech w piersiach widokami. Warto dodać, że biegnie tędy także Główny Szlak Sudecki.



Turystyka konna

Łąkami pobliskich pagórków lub leśnymi duktami. A może górskim grzbieciem? Wszędzie tam towarzyszyć Ci może przepiękny wierzchowiec.

Okolice Dusznik-Zdroju jest doskonałym miejscem do konnej jazdy – Góry Orlickie i Bystrzyckie ze względu na łagodne ukształtowanie terenu oraz dostępną infrastrukturę sprawdzą się zarówno w trakcie większych konnych eskapad, jak i jako miejsce do zdobywania pierwszych szlifów. Na konne przejażdżki zapraszają: Rancho Grylówka oraz Rancho Panderosa.

fb.com/PanderozaRancho

fb.com/gryglowka



Disc Golf

Sportowe emocje, ruch na świeżym powietrzu, połączenie różnych dyscyplin. A ponad wszystko doskonała zabawa. Tym właśnie jest disc golf.

Zlokalizowane w Zieleńcu 10-dotkowe pole do Disc Golfa wyposażone jest w specjalne maty rozbiegowe ze sztucznej trawy i certyfikowane kosze używane podczas największych turniejów na świecie. Disc golf bazuje na zasadach klasycznego golfa, z tą różnicą, że zamiast piłką do dotka trafić należy dyskiem do specjalnego kosza.

zileniec.pl

fb.com/zilenieckiarena

instagram.com/zileniecpl



sport turystyka sztuka przyroda miasto



Dusznicki Express

Czy masz już bilet na górską kolejkę? Zabierz plecak, rower i wyruszaj w podróż po przepięknej okolicy.

Dusznicki Express to turystyczna kolejka, która zabierze Cię do najpiękniejszych zakątków Dusznik-Zdroju i okolic. Nasz pociąg kursuje przez 7 dni w tygodniu na trzech trasach: po mieście, do Zieleńca przez Torfowisko Pod Zieleńcem oraz do Kartowa skąd można wejść na Szczeliniec Wielki. Kolejka jednorazowo może zabrać 56 osób lub 32 pasażerów i 20 rowerów..

fb.com/dusznickiexpress



Rafting

Kto powiedział, że splywy kajakowe zarezerowane są dla mazurskich jezior i rwących wód Pienin?

W okolicach Dusznik-Zdroju organizowa są splywy kajakowe i pontonowe Przetolem Bardzkim na Nysie Kłodzkiej - jedno z najpiękniejszych miejsc w naszym kraju. Rafting to bardzo bezpieczna, aktywna forma turystyki – idealna dla rodzin z dziećmi czy grup zoorganizowanych. Przeżyj wyjątkową przygodę i zobacz piękno natury z zupełnie innej perspektywy.

[fb.com/ splywypontonowebarado](https://fb.com/splywypontonowebarado)

fb.com/raftingbarado



Młyn Papierniczy

Wyrusz w podróż śladem historii papieru i zapisz swoją własną kartę.

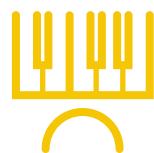
Chciałbyś zobaczyć, jak wytwarzano papier od czasów średniowiecznych? Czy jesteś w stanie wyobrazić sobie, że jest jeszcze miejsce, w którym zanurza się sita w kadzi i odciska zaczerpniętą warstwę masy papierniczej na przekładce? A może chciałbyś sam wyczerpać swoją własną kartkę? Weź udział w przygodzie, która poprowadzi Cię przez setki lat pasjonującej historii papiernictwa, którą poznasz w dusznickim Młynie Papierniczym.



Teatr Zdrojowy

Historyczno-kulturalne oblicze Dusznik-Zdroju.

Wyjątkowe miejsce w samym sercu Dusznik-Zdroju, bezpośrednio związane z postacią wybitnego polskiego kompozytora - Fryderyka Chopina. To właśnie tu w 1826 roku swój pierwszy charytatywny koncert dał szesnastoletni wówczas Fryderyk, wzbudzając zachwyty przebywających w Dusznikach gości. Moment ten stał się symbolicznym impulsem do organizacji w Dusznikach Międzynarodowego Festiwalu Chopinowskiego, który jest też najstarszym festiwalem pianistycznym na świecie. Jego pierwsza edycja odbyła się tuż po wojnie w 1946 roku.



sport turystyka **sztuka** przyroda miasto



Park Zdrojowy

Najpiękniejsza część Dusznik-Zdroju, której klimat i bogactwo kolorów zachwyca o każdej porze roku.

Duszniki-Zdrój zachowały układ urbanistyczny typowy dla średniowiecza – część zdrojowa jest wyraźnie oddzielona od części miejskiej. Dzięki temu miasto posiada unikalny charakter i wyjątkowy klimat sprzyjający efektywnemu wypoczynkowi.

W samym Parku znajdziemy Teatr Zdrojowy im. Fryderyka Chopina, dwa pomniki kompozytora, Pijalnię Wód Mineralnych oraz Kalendarz Kwiatowy, w którym miejski ogrodnik przesadza codziennie kwiaty w taki sposób, aby zawsze przedstawiały aktualną datę. Zwieńczenie parku to Kolorowa Fontanna, która jest najstarszą tego typu konstrukcją w naszym kraju i jednocześnie najwyżej tryskającą.



Wody mineralne

Woda to życie. A ta lecznicza żywotność z pewnością wydłuży.

Pierwsze wzmianki o leczniczych właściwościach tutaj-szych wód pochodzą z XV wieku. Są to naturalne źródła mineralne, wyływające ze skał metamorficznych, nasycone powulkanicznym dwutlenkiem węgla powstającym w głębi ziemi. Można ich kosztować przy ujęciach plenerowych Jacek i Agata oraz w Pijalni Wód w Parku Zdrojowym z ujęć Jan Kazimierz oraz Pieniawa Chopina.



Szlak murali

Sztuka nie jedno ma imię, a miasto nie jedną barwę.

To efekt odbywającego się cyklicznie festiwalu Wszelkie Przejawy Artyzmu. Każdego roku w ramach wydarzenia w mieście pojawiają się nowe murale, swoją treścią często nawiązując do symboli miasta. Znajdziemy tu m.in. podobną Fryderyka Chopina czy znanego z herbu koguta. Sztuka street art na dobre wpisała się w kulturalny charakter uzdrowiska, dodając mu nieco dynamizmu oraz odróżniając je tym samym od innych kurortów.



Coś na ząb

Duszniki dają możliwość odbycia kulinarnej podróży nie tylko po regionie, ale i po całym świecie.

Duszniki-Zdrój dają możliwość odbycia kulinarnej podróży nie tylko przez cały region, ale i wiele innych miejsc na całym świecie. Dobre smaki, Pod Złotym Kasztanem, Matteo, Parkowa, ale także hotel i restauracja na Jamrozowej Polanie oraz liczne restauracje i bary tuż przy zieleńieckich stokach - wymieniać można długo. Każdy głodny i spragniony kulinarnej przygody znajdzie w Dusznikach z pewnością coś dla siebie. Niedaleko z Zieleńca jest też do Czech - choćby do Masarykovej Chaty, gdzie zasmakować można przepysznej tradycyjnej kuchni naszych południowych sąsiadów.



sport turystyka sztuka przyroda miasto



Zanocuj w Dusznikach

Jeden dzień to zbyt mało, aby zwiedzić Duszniki i okolicę. Musisz zostać tu na dłużej.

Od trzygwiazdkowych hoteli, przez pensjonaty po liczne kwatery oraz górskie schroniska - baza noclegowa w Dusznikach-Zdroju to kilka tysięcy miejsc noclegowych o zróżnicowanym standardzie i atrakcyjnych cenowo. Umożliwia to zarówno rezerwowanie dłuższych pobytów z odpowiednim wyprzedzeniem, jak i spontaniczny przyjazd do Dusznik o każdej porze roku choćby na jeden weekend, choć w szczycie sezonów turystycznych, zarówno latem jak i zimą, o rezerwację pobytu lepiej pokusić się odpowiednio wcześniej.

