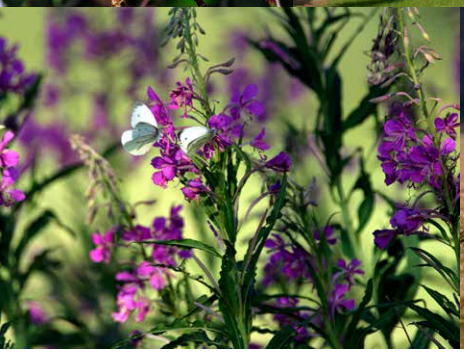
Turystyczny Supraśl

Supraśl

as a tourist Attraction



Touristenstadt

Supraśl

UZDROWISKO Supraśl

Redakcja naukowa / Wissenschaftliche Redaktion / Editor
dr Radosław Dobrowolski

Redakcja techniczna / Technische Redaktion / Design and Layout
Alter Studio

Okładka / Umschlag / Cover design
Alter Studio

Tłumaczenia / Übersetzung / Translation
Urszula Chybowska, Urszula Krysiewicz, Urszula Krajewska - Szeligowska

Zdjęcia/Fotos/Photos
Anna Worowska, Marta Żynel, Archiwum PROT, Archiwum UM, CKiR w Supraślu, Zbigniew Kowalski, Magdalena Szymańska - Smarżewska, Katarzyna Sadowska, Radosław Dobrowolski

Copyright © Urząd Miejski w Supraślu
Wszelkie prawa zastrzeżone. All rights reserved.

Druk / Druck / Printed by
Alter Studio

Wydawca / Herausgeber / Publisher
Urząd Miejski w Supraślu
ul. Piłsudskiego 58, 16-030 Supraśl
tel. 85 713 27 00, e-mail: um@suprasl.pl

PL

Zapraszamy Państwa do Supraśla

jedynego na Podlasiu Uzdrowiska Nizinnego Klimatycznego Borowinowego, położonego na leśnej polanie Puszczy Knyszyńskiej.

Największego leśnego parku krajobrazowego w Polsce. To malowniczo usytuowane miasteczko, otoczone borami sosnowymi Puszczy Knyszyńskiej jest nie tylko bramą do leśnych ostępów puszczy, ale również „podlaskimi wrotami po zdrowie".

Supraśl to miejsce spokoju posadowione w atmosferze, leczniczego klimatu wzbogaconego w fito aerozole i lecznicze borowiny. Czyste powietrze i przyjazna środowisku infrastruktura zachęcają do przebywania w naturalnym środowisku wzbogaconym obiektami historycznymi pamiętającymi czasy gotyku, renesansu i baroku. Na morenowym wzniesieniu skarpy nadrzecznej górują w sylwecie miasta wieże XVI wiecznego zespołu klasztornego. Supraśl to miejsce przepełnione historią i otoczone przyrodą.

Bezkolizyjne i łatwe połączenie komunikacyjne ze stolicą Podlasia - Białymstokiem, któremu towarzyszy ścieżka rowerowa wzbogacająca ofertę turystyczną miasteczka. Oprócz przepięknego krajobrazu, świeżego powietrza, możliwości wielosezonowego wypoczynku w lasach Puszczy Knyszyńskiej, można tu też skorzystać z doskonałej bazy rekreacyjnej i sportowej uzupełnionej gastronomicznymi lokalami, w których serwowane są regionalne przysmaki.

Bogaty kalendarz wydarzeń kulturalnych i sportowych pozwoli wyjątkowo przeżyć czas spędzony w Supraślu. Niewątpliwie jest to doskonałe miejsce na uprawianie sportu, rekreacji i przeżyć duchowych.

Supraśl to „modne miejsce na Podlasiu". Tylko tu spędzimy czas „prozdrowotnie" o każdej porze roku, bez trosk i obciążeń dla naszego serca i nerwów.

Dr. Radosław Dobrowolski
Burmistrz Supraśla

ENG

Welcome to Supraśl

the only climatic and peloid therapy health resort in the Podlasie region, situated in the Knyszyn Forest – the largest landscape park in Poland.

This picturesque location, surrounded by pine forests, is not only the gateway to the ancient parts of the Knyszyn Forest, but is also "the Podlasie gateway to a healthy life".

Supraśl is a place imbued with tranquillity, where history and nature meet. Its natural resources – peloids, and fresh air saturated with phyto-aerosols – combined with an environmentally-friendly infrastructure and objects of historical interest dating back to the Gothic, Baroque and Renaissance periods – make Supraśl a popular tourist destination. Visitors to Supraśl can see the towers of the 16th-century monastery on the moraine upland which forms the river's embankment.

Supraśl is easily reached from Białystok – the capital of the Podlasie region – by car or bicycle: there is a cycling path along the road, further enhancing the town's attractiveness as a tourist destination. Apart from the beautiful landscape, fresh air and year-round access to the riches provided by the surrounding Knyszyn Forest, Supraśl boasts great sports and recreation facilities, as well as restaurants which serve regional culinary delights. The variety of cultural and sports events will make your stay in Supraśl even more memorable.

Supraśl is a "fashionable place in the Podlasie region", where you can spend your time in a "health-promoting" way all year round, without the worries and tensions that burden the heart and nervous system.

Dr. Radosław Dobrowolski
Mayor of Supraśl

GER

Wir laden Sie nach Supraśl

in den einzigen Flachland-, Klima- und Heilschlammkurort in Podlachien ein, der auf einer Waldlichtung des Knyszyńska-Urwaldes, der größten Waldparklandschaft Polens liegt.

Dieses malerisch gelegene Städtchen, von Kiefernwäldern des Knyszyńska-Urwaldes umgeben, ist nicht nur das Tor zur Wildnis des Urwalds, sondern auch „das Tor zur Gesundheit in Podlachien". Supraśl ist ein ruhiger Ort, dessen Heilklima an Vitoaerosolen und der an Heilschlamm reich ist. Saubere Luft und umweltfreundliche Infrastruktur ermuntern dazu, die Zeit in der Natur zu verbringen. Zugleich erfreuen den Besucher viele historische Gebäude aus den Epochen der Gotik, der Renaissance und des Barocks. Auf einem Moränenhügel der Flussböschung ragen über die Stadt die Türme des im sechzehnten Jahrhundert gebauten Klosters empor. Supraśl ist ein von Geschichte erfüllter und von der Natur umgebener Ort.

Supraśl hat leicht zugängliche und günstige Verkehrsverbindungen mit der Hauptstadt von Podlachien – Białystok. Es gibt zusätzlich einen Radweg, dank dem das touristische Angebot dieser Kleinstadt noch attraktiver ist. Neben der wunderschönen Landschaft und frischer Luft sowie der Möglichkeit der Erholung in den Wäldern des Knyszyńska-Urwaldes in jeder Jahreszeit, kann man hier auch die gut entwickelten Sport- und Erholungseinrichtungen benutzen sowie zahlreiche Gaststätten besuchen, in denen regionale Spezialitäten angeboten werden.

Dank eines reichhaltigen Angebotes von kulturellen und sportlichen Veranstaltungen kann man hier auf eine einzigartige Art und Weise die Freizeit verbringen. Supraśl ist zweifellos ein hervorragender Ort sowohl für Sport und Erholung, als auch für geistige Erlebnisse.

Supraśl ist ein Ort in Podlachien, der heute „in" ist. Hier kann man wirklich die Zeit in jeder Jahreszeit gesundheitsfördernd, ohne Sorgen und Belastungen des Herzens und der Nerven verbringen.

Dr. Radosław Dobrowolski
Bürgermeister von Supraśl

Turystyka

Prawdziwa wartość terenów Puszczy Knyszyńskiej tkwi w niepowtarzalnej, bogatej przyrodzie, czystym środowisku oraz ciekawym kolorycie kulturowym.

Wszystko to sprzyja rozwojowi ruchu turystycznego. Jego uczestnicy mogą odpocząć od zgiełku cywilizacji, aktywnie spędzić wolny czas, zapoznać się z bogatą historią wielonarodowościową oraz wielowyznaniową kulturą tych stron.

Oznakowane szlaki turystyczne piesze zachęcają do wędrówek puszczańskich. Dla tych którzy preferują turystykę rowerową wytyczone są trasy rowerowe. Inną formą aktywnego spędzania wolnego czasu są spływy kajakowe czy podróże w siodle konnym szlakiem pogranicza. Atrakcję zimową stanowią kuligi po puszczańskich ostępach oraz zawody narciarskie na wyznaczonych trasach. Turyści interesujący się historią będą również usatysfakcjonowani zwiedzając np. zabytki Supraśla, przemierzając szlak tatarski lub szlak Powstańców Styczniowych z 1863 roku. Bardzo ciekawa jest wycieczka szlakiem rękodzieła ludowego, na którym można spotkać się z ludźmi którzy uprawiają zanikające już zawody: kowal, garncarz, łyżkarz, tkaczka.

Tourism

The true value of the Knyszyn Forest is its unique and bountiful nature, clean environment and this area's interesting cultural background.

All this is conducive to the development of tourism. Tourists can relax away from the hustle and bustle of modern civilization, spend their time actively, and become acquainted with the rich history of this multi – national and multi – religious part of Poland. The signed walking and cycling trails entice people to discover the beauty of the forest. There are also kayak trails and equestrian "Borderland treks". Winter attractions include sleigh – rides through the forest and cross-country skiing competitions along specially demarcated routes. Tourists interested in history can visit Supraśl's historical sites, follow the Tartar trail or the trail of the Insurgents of the 1863 January Uprising. Another interesting trip, leading along the folk crafts trail, allows visitors to meet people who practise disappearing professions: the smith, potter, spoon-maker and weaver.

Fot. Anna Worowska

Der wahre Wert

von Gebieten des Knyszyńska- Urwaldes liegt in einer einzigartigen, reichen Natur, einer sauberen Umwelt und einem interessanten Kulturcharakter.

All das begünstigt die Entwicklung des Tourismus. Die Touristen können sich hier von der Hektik der Zivilisation erholen, die Freizeit aktiv verbringen, die Geschichte und Kultur einer Region kennenlernen, wo die Vertreter von verschiedenen Nationalitäten und Religionen nebeneinander leben.

Markierte Wanderwege laden zum Wandern im Urwald ein. Für diejenigen, die gerne radfahren, stehen markierte Radwege bereit. Eine andere Form der aktiven Freizeitgestaltung sind Kanutouren oder das Reiten im Sattel auf dem Reitweg in der Nähe der Grenze. Zu den Winterattraktionen gehören Schlittenfahrten durch den Wald und Skiwettbewerbe auf markierten Routen. Touristen, die sich für Geschichte interessieren, werden bestimmt mit Freude z.B. die Sehenswürdigkeiten von Supraśl besichtigen, auf der Tatarenroute oder auf der Route des Januaraufstandes von 1863 wandern. Sehr interessant ist die Route des Volkskunsthandwerkes, wo man sich mit Menschen treffen kann, die noch fast schon ausgestorbene Berufe ausüben, wie Schmied, Töpfer, Löffelmacher oder Weberin.

Fot. Marta Żynel

Szlak Św. Wody

o długości około ok. 27 km oznaczone kolorem niebieskim.

Na szlaku znajduje się najpiękniejszy na Podlasiu cmentarz w Wasilkowie z charakterystycznymi rzeźbami podświetlanymi nocą i fontannami. Opodal znajduje się miejsce kultu zwane Świętą Wodą z charakterystyczną Górą Krzyży. Szlak kończy bieg w zabytkowym Supraślu.

PRZEBIEG SZLAKU:
BIAŁYSTOK – NOWODWORCE – WASILKÓW – ŚWIĘTA WODA – DĄBRÓWKI – STUDZIANKI – SUPRAŚL

THE ŚWIĘTA WODA TRAIL

is approximately 27 km long and is marked with blue signage. The most beautiful cemetery in the Podlasie region can be found in Wasików; it contains sculptures and fountains that are illuminated at night. Nearby is a place of worship known as Święta Woda [holy water] where there is a characteristic mountain with crosses. The trail ends in the old part of Supraśl.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:
BIAŁYSTOK – NOWODWORCE – WASILKÓW – ŚWIĘTA WODA – DĄBRÓWKI – STUDZIANKI – SUPRAŚL

DIE ROUTE HEILIGEN WASSERS, CA. 27 KM, BLAU MARKIERT

Auf dieser Route befindet sich ist der schönste Friedhof in der Region Podlachien in Wasilków mit charakteristischen, in der Nacht beleuchteten Skulpturen und Springbrunnen. In der Nähe gibt es einen Ort der Anbetung, als „Heiliges Wasser" bezeichnet, mit einem originellen Berg der Kreuze. Der Wanderweg endet im historischen Städchen Supraśl.

DER ROUTENVERLAUF:
BIALYSTOK - NOWODWORCE - WASILKÓW – ŚWIĘTA WODA - DĄBRÓWKI - STUDZIANKI – SUPRAŚL

Szlak Supraski

długość 17km, znaki żółte

Szlak bardzo atrakcyjny niemal o każdej porze roku, wiedzie przez piękne tereny leśne. Zimą panują tu idealne warunki do uprawiania narciarstwa biegowego.

PRZEBIEG SZLAKU:
SUPRAŚL – PODSUPRAŚL – REZERWAT JAŁÓWKA – OŻYNNIK – ZŁOTA WIEŚ – CZARNY BLOK – CZARNA BIAŁOSTOCKA

THE SUPRAŚL HIKING TRAIL

IS 17 KM LONG AND IS MARKED WITH YELLOW SIGNAGE

The trail is very attractive almost all the year round and leads through beautiful wooded areas. In the winter, it provides ideal conditions for cross-country skiing.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:
SUPRAŚL – PODSUPRAŚL – THE JAŁÓWKA NATURE RESERVE – OŻYNNIK – ZŁOTA WIEŚ – CZARNY BLOK – CZARNA BIAŁOSTOCKA

DIE SUPRAŚL-ROUTE

17KM, GELB MARKIERT

Der Wanderweg ist fast in jeder Jahreszeit sehr attraktiv, er führt durch ein schönes Waldgebiet. Im Winter gibt es hier ideale Bedingungen für den Skilanglauf.

DER ROUTENVERLAUF:
SUPRAŚL - PODSUPRAŚL – NATURSCHUTZGEBIET JAŁÓWKA - OŻYNNIK – ZŁOTA WIEŚ – CZARNY BLOK – CZARNA BIAŁOSTOCKA

Fot. Anna Worowska

Fot. Anna Worowska

Szlak
Skrajem Puszczy Knyszyńskiej

znaki żółte, długość około 56 km

Szlak biegnie południowym skrajem puszczy. Podczas marszu otaczają nas dorodne drzewostany puszczańskie, co pewien czas mijamy drewniane małe wioseczki. Największą miejscowością na trasie jest historyczny Gródek, siedziba znanego w Rzeczypospolitej rodu Chodkiewiczów. Podczas wędrówki warto na chwilę zatrzymać się np. w Mostowlanach aby wzrok nacieszyć malowniczą doliną granicznej Świsłoczy.

PRZEBIEG SZLAKU:

WIEROBIE – ŚWISŁOCZANY – MOSTOWLANY – ZUBRY – BIELEWICZE KOLONIA – GRÓDEK – DZIERNIAKOWO – SOKOLE – SŁOMIANKA – ZAJEZIERCE – KAMIONKA – HENRYKOWO – SOBOLEWO

THE KNYSZYN FOREST

BORDER TRAIL IS APPROXIMATELY 56 KM LONG AND IS MARKED WITH YELLOW SIGNAGE

The trails leads along the southern edge of the Knyszyn Forest. The hike takes us through splendid ancient forest stands, and the occasional hamlet with wooden houses. The largest village along the trail is the historic Gródek, home to the Chodkiewicz family, one of the most influential in the Polish-Lithuanian Commonwealth. During the trek, it is worth stopping for a while at Mostowlany to enjoy the picturesque view over the Świsłocz valley, which forms the border with Belarus.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

WIEROBIE – ŚWISŁOCZANY – MOSTOWLANY – ZUBRY – BIELEWICZE KOLONIA – GRÓDEK – DZIERNIAKOWO – SOKOLE – SŁOMIANKA – ZAJEZIERCE – KAMIONKA – HENRYKOWO – SOBOLEWO

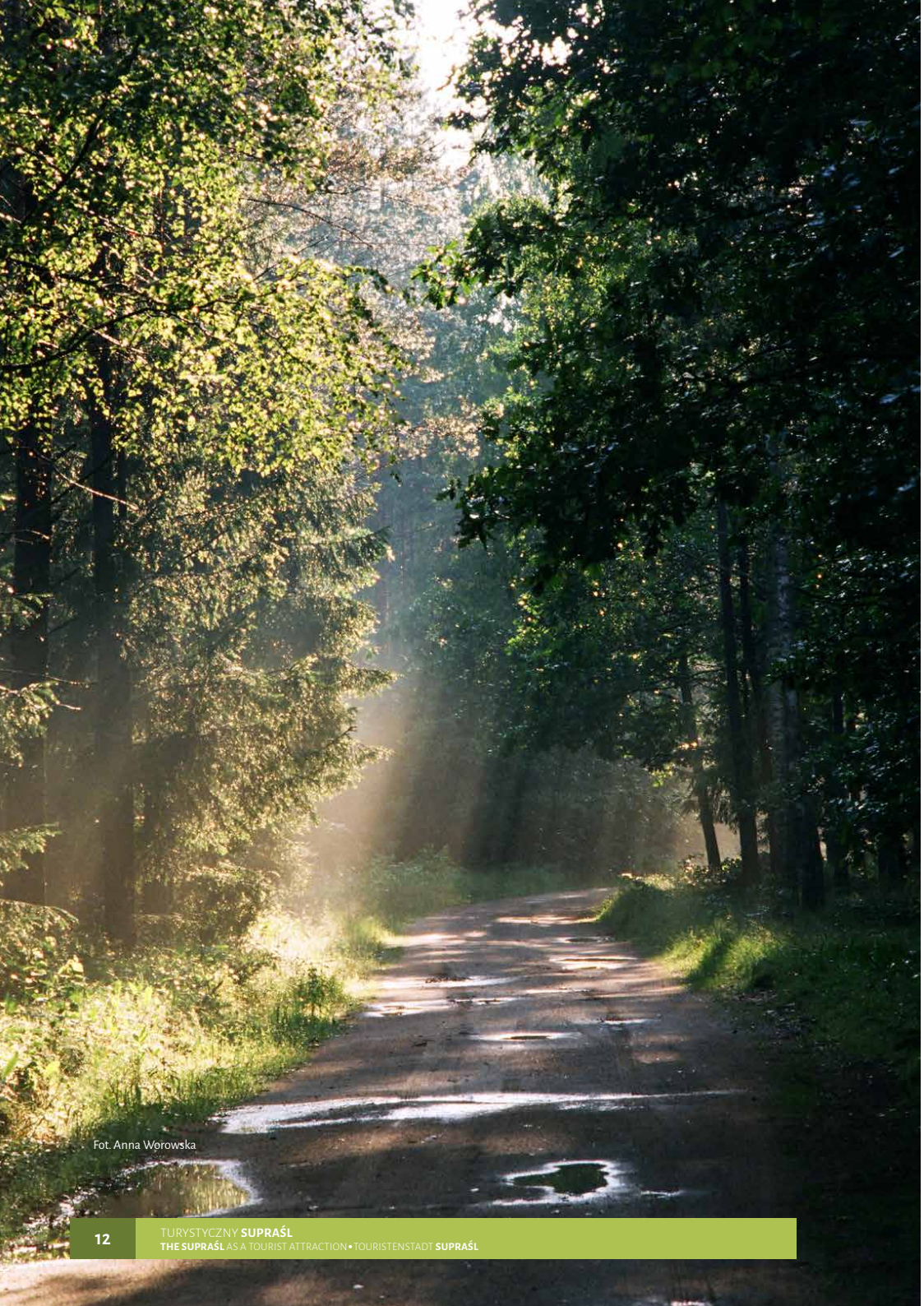
DIE ROUTE AM RAND DES KNYSZYŃSKA-URWALDES

CA. 56 KM, GELB MARKIERT

Der Weg führt den südlichen Waldrand entlang. Während der Wanderung ist man von riesigen Urwaldbäumen umgeben, von Zeit zu Zeit geht man an kleinen Dörfern mit Holzhäusern vorbei. Das größte Dorf auf der Route ist das historische Gródek, der Sitz der in der Adelsrepublik Polen bekannten Familie Chodkiewicz. Während der Wanderung wäre es schön, eine Pause zu machen, um zum Beispiel in Mostowlany das malerische Tal des Grenzflusses Swisłocz zu genießen.

DER ROUTENVERLAUF:

WIEROBIE – ŚWISŁOCZANY – MOSTOWLANY – ZUBRY – BIELEWICZE KOLONIA – GRÓDEK – DZIERNIAKOWO – SOKOLE – SŁOMIANKA – ZAJEZIERCE – KAMIONKA – HENRYKOWO – SOBOLEWO



Fot. Anna Worowska

Szlak Borami Dorzecza Supraśli

znaki zielone, długość około 36,5 km

Trasa ciekawa krajobrazowo. Szlak rozpoczyna się w Grabówce i wiedzie przez najciekawsze fragmenty Puszczy Knyszyńskiej, przez Supraśl - centrum turystyczne Puszczy Knyszyńskiej i skupisko zabytków XVII-XIX- wiecznych, a kończy się w Kopnej Górze, gdzie dodatkową atrakcją jest możliwość obejrzenia arboretum.

Z uwagi na fakt, że jest on stosunkowo łatwy do przebycia (więcej trudności może sprawić jedynie pokonanie Krzemiennych Gór) mogą go przemierzać turyści zarówno zaawansowani jak i początkujący.

PRZEBIEG SZLAKU:

GRABÓWKA – CIASNE – JEZ. KOMOSA – REZERWAT KRASNE – SUPRAŚL – PODSUPRAŚL – KOLONIA KRZEMIENNE – KONNE – SURAŻKOWO – ŁAŹNIE – KOPNA GÓRA

THE SUPRAŚL RIVER BASIN FOREST TRAIL

IS 35 KM LONG AND IS MARKED WITH GREEN SIGNAGE

This trail leads through very interesting landscape. It begins in Grabówka and takes you through the most interesting parts of the Knyszyn Forest, through Supraśl – a tourist centre with many 17th to 19th century historic monuments, and ends in Kopna Góra, where there is an arboretum you can visit – which is an added attraction.

Since the trail is relatively easy (although conquering the Krzemienne Hills could cause a little difficulty), it is suitable for both advanced hikers and beginners.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

GRABÓWKA – CIASNE – KOMOSA LAKE – THE KRASNE NATURE RESERVE – SUPRAŚL – PODSUPRAŚL – KOLONIA KRZEMIENNE – KONNE – SURAŻKOWO – ŁAŹNIE – KOPNA GÓRA

DIE ROUTE DURCH DIE WÄLDER IM EINZUGSGEBIET DES FLUSSES SUPRAŚL

35 KM, GRÜN MARKIERT

Diese Route ist wegen der Landschaften interessant. Der Wanderweg beginnt in Grabówka und führt durch die interessantesten Gebiete des Knyszyńska-Urwaldes, über Supraśl - das Touristenzentrum des Knyszyńska-Urwaldes, wo sich viele Sehenswürdigkeiten aus dem siebzehnten bis zum neunzehnten Jahrhundert befinden. Die Route endet in Kopna Góra mit der zusätzlichen Attraktion, und zwar der Möglichkeit, das Arboretum zu sehen. Da dieser Wanderweg relativ einfach ist - größere Schwierigkeiten kann nur das Besteigen von Krzemienne Góry (Feuersteingebirge) bereiten - kann er sowohl von fortgeschrittenen Touristen, als auch von Anfängern gewählt werden.

DER ROUTENVERLAUF:

GRABÓWKA – CIASNE – JEZ. KOMOSA – REZERWAT KRASNE – SUPRAŚL – PODSUPRAŚL – KOLONIA KRZEMIENNE – KONNE – SURAŻKOWO – ŁAŹNIE – KOPNA GÓRA

Szlak Wzgórz Świętojańskich

kolor znaków: czerwony - 27 km

Fot. Anna Worowska

Szlak o wybitnych walorach krajoznawczych. Prowadzi przez ciekawe fragmenty Puszczy Knyszyńskiej, w tym na odcinku kilku kilometrów grzbietem Wzgórz Świętojańskich, najwyższych wzniesień morenowych w puszczy. Rozpoczyna się we wsi Sokole. Biegnie przez centralny fragment Parku. Atrakcją są również śródleśne jeziorka i rzeki: Świniobródka, Płoska i Starzynka, jak również miejsca pamięci narodowej w Popówce oraz najwyższe wzniesienie - góra św. Jana. Kończy się zwiedzaniem Supraśla.

PRZEBIEG SZLAKU:

ŻEDNIA – SOKOLE – ŚWINOBRÓD – POPÓWKA – DOWNIEWO – KRÓLOWY MOST – GÓRA ŚW. JANA – CIELICZANKA – SUPRAŚL

THE ŚWIĘTOJAŃSKIE HILLS

TRAIL IS 27 KM LONG AND IS MARKED WITH RED SIGNAGE

Trail of outstanding sightseeing value. It leads through interesting parts of the Knyszyn Forest, including a several kilometre long stretch along the ridge of the Świętojańskie Hills – the highest moraine hills in the forest. The trail begins in the village of Sokole and runs through the central part of the Landscape Park. The attractions include forest lakes and rivers: the Świniobródka, Płoska and Starzynka, the national memorial in Popówka as well as the highest upland – Góra św. Jana [St. John's Hill]. The trail ends in Supraśl.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

ŻEDNIA – SOKOLE – ŚWINOBRÓD – POPÓWKA – DOWNIEWO – KRÓLOWY MOST – GÓRA ŚW. JANA – CIELICZANKA – SUPRAŚL

DIE ROUTE DER JOHANNISHÜGEL

27 KM, ROT MARKIERT

Die Route zeichnet sich durch herausragende landeskundliche Merkmale und Höhepunkte aus. Sie führt durch interessante Gebiete des Knyszyńska-Urwaldes, darunter einige Kilometer den Rücken der Johannishügel entlang. Das sind die höchsten Moränenhügel im Knyszyńska-Urwald. Der Wanderweg beginnt in dem Dorf Sokole und führt durch die Mitte des Parks. Zu den Attraktionen gehören hier auch Waldseen und Flüssen Świniobródka, Płoska und Starzynka, die Gedenkstätten in Popówka sowie die höchste Erhebung - der St. Johannis-Berg. Er endet mit der Besichtigung von Supraśl.

DER ROUTENVERLAUF:

ŻEDNIA – SOKOLE – ŚWINOBRÓD – POPÓWKA – DOWNIEWO – KRÓLOWY MOST – GÓRA ŚW. JANA – CIELICZANKA – SUPRAŚL

Fot. Anna Worowska

Śladami Powstania Styczniowego

kolor znaków: czerwony - 49 km

Przypomina o ostatnim XIX-wiecznym zrywie niepodległościowym, jako że Puszcza Knyszyńska była schronieniem partii powstańczych z 1863 r. Szlak wyznaczają Uroczysko Chomontowszczyzna pod Waliłami, liczne kapliczki na tzw. świętych sosnach. Dodatkowym atutem trasy są rezerwaty przyrody: Międzyrzecze i Góra Pieszczana.

THE TRAIL "IN THE FOOTSTEPS OF THE JANUARY UPRISING"

IS 49 KM LONG AND IS MARKED WITH RED SIGNAGE

This trail brings back to mind the last insurrection which took place in the 19th century in an attempt to regain independence; the Knyszyn Forest acted as a refuge for insurgents in 1863. The trail goes through the Chomontowszczyzna nature reserve near Waliły, with numerous shrines hung on so-called sacred pine trees. An additional attraction of the trail are the Międzyrzecze and Góra Pieszczana nature reserves.

DIE ROUTE DES JANUARAUFSTANDES

49 KM, ROT MARKIERT

Sie erinnert an den letzten Aufstand des neunzehnten Jahrhunderts. Der Knyszyńska-Urwald war eine Zuflucht für die Abteilungen der Aufständischen von 1863. Auf der Route befindet sich „Wildnis Chomontowszczyzna" in der Nähe von Waliły. An den sogenannten heiligen Kiefern können zahlreiche Bildstöcke bewundert werden. Ein weiterer Vorteil dieses Wanderweges sind Naturschutzgebiete: Międzyrzecze und Góra Pieszczana.

Szlak podmiejskich rezydencji

długość 56 km, znaki żółte.

Szlak okalający Białystok od południa i wschodu. Łączy dolinę Narwi i kompleksy leśne Puszczy Knyszyńskiej. Trasa biegnie terenami o krajobrazach charakterystycznych dla okolic Białegostoku kończąc swój bieg w zabytkowym Supraślu.

PRZEBIEG SZLAKU:

BOKINY - BACIUTY - TUROŚŃ DOLNA - TUROŚŃ KOŚCIELNA - JUCHNOWIEC DOLNY - JUCHNOWIEC KOŚCIELNY - KUDRYCZE - ZABŁUDÓW - KRASNE - FOLWARKI MAŁE - RAFAŁÓWKA - KAMIONKI - MAJÓWKA - SUPRAŚL

THE "SUBURBAN RESIDENCES" TRAIL

is 46 km long and marked with yellow signage.

The trail skirts Białystok from south to east. It runs through the Narew river valley and Knyszyn Forest, through landscape characteristic of Białystok, and ends in the historic Supraśl.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

TUROŚŃ DOLNA – TUROŚŃ KOŚCIELNA – JUCHNOWIEC KOŚCIELNY – ZA BŁUDÓW – BOBROWA DOLINA – SUPRAŚL

DIE ROUTE DER STADTNAHEN RESIDENZEN

46 km, gelb markiert

Das ist ein Radweg, der an Białystok südlich und östlich vorbei führt. Er verbindet das Narew-Tal und die Wälder des Knyszyńska-Urwaldes. Auf der Route können die Landschaften bewundert werden, die für die Umgebung von Białystok charakteristisch sind. Die Route endet ihren Lauf im historischen Supraśl.

DER ROUTENVERLAUF:

TUROŚŃ DOLNA – TUROŚŃ KOŚCIELNA – JUCHNOWIEC KOŚCIELNY – ZABŁUDÓW– BOBROWA DOLINA – SUPRAŚL

Fot. Anna Worowska

Pętla rowerowa „Kresowe wędrówki”

długość: około 280 km.

Fot. Archiwum UM w Supraślu

Szlak o charakterze obwodnicy rowerowej Puszczy Knyszyńskiej, pomiędzy dwoma krańcami puszczy – wschodnim oraz zachodnim, rozpoczyna się i kończy w Krynkach. Umożliwia kilkudniową wycieczkę po obszarze Puszczy Knyszyńskiej i jej okolicach, dobre poznanie zróżnicowania przyrodniczego i kulturowego.

PRZEBIEG:

KRYNKI – KRUSZYNIANY – GÓRANY – OSTRÓW NOWY – OSTRÓW PÓŁNOCNY – SZUDZIAŁOWO – TALKOWSZCZYZNA – KOPNA GÓRA – SURAŻKOWO – PODSUPRAŚL – REZERWAT JAŁÓWKA – CZARNA BIAŁOSTOCKA – CZARNA WIEŚ KOŚCIELNA – KOPISK – WASILKÓW – NOWODWORCE – OGRODNICZKI – CIASNE – KRASNY LAS – LEŚNICZÓWKA IZOBY – KRÓLOWY MOST – ŚWINOBRÓD – TOPOLANY – HIERONIMOWO – MICHAŁOWO – NOWA WOLA – GORBACZE – JUSZKOWY GRÓD – BOBDARY – BACHURY – SZYMKI – NOWOSADY – JAŁÓWKA – MOSTOWLANY – BOBROWNIKI – CHOMONTOWCE – ŁOSINIANY – KRUSZYNIANY – KRYNKI; KOLOR: ZIELONY (KRYNKI – JAŁÓWKA), ŻÓŁTY (JAŁÓWKA – KRUSZYNIANY), ZIELONY (KRUSZYNIANY – KRYNKI);

THE “BORDERLAND TREKS”

CYCLE TRAIL IS APPROXIMATELY 280 KM LONG

The route takes the form of a cycling path through the Knyszyn Forest running from east to west. It begins and ends in Krynki. It gives you the opportunity to explore the Knyszyn Forest for a few days and acquire a good knowledge of its natural and cultural diversity.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

KRYNKI – KRUSZYNIANY – GÓRANY – OSTRÓW NOWY – OSTRÓW PÓŁNOCNY – SZUDZIAŁOWO – TALKOWSZCZYZNA – KOPNA GÓRA – SURAŻKOWO – PODSUPRAŚL – THE JAŁÓWKA NATURE RESERVE – CZARNA BIAŁOSTOCKA – CZARNA WIEŚ KOŚCIELNA – KOPISK – WASILKÓW – NOWODWORCE – OGRODNICZKI – CIASNE – KRASNY LAS – LEŚNICZÓWKA IZOBY [THE IZOBY FORESTER'S LODGE] – KRÓLOWY MOST – ŚWINOBRÓD – TOPOLANY – HIERONIMOWO – MICHAŁOWO – NOWA WOLA – GORBACZE – JUSZKOWY GRÓD – BOBDARY – BACHURY – SZYMKI – NOWOSADY – JAŁÓWKA – MOSTOWLANY – BOBROWNIKI – CHOMONTOWCE – ŁOSINIANY – KRUSZYNIANY – KRYNKI.

SIGNAGE:

GREEN (KRYNKI – JAŁÓWKA); YELLOW (JAŁÓWKA – KRUSZYNIANY); GREEN (KRUSZYNIANY – KRYNKI).

DIE RINGROUTE „KRESY- WANDERUNGEN“

CA. 280 KM

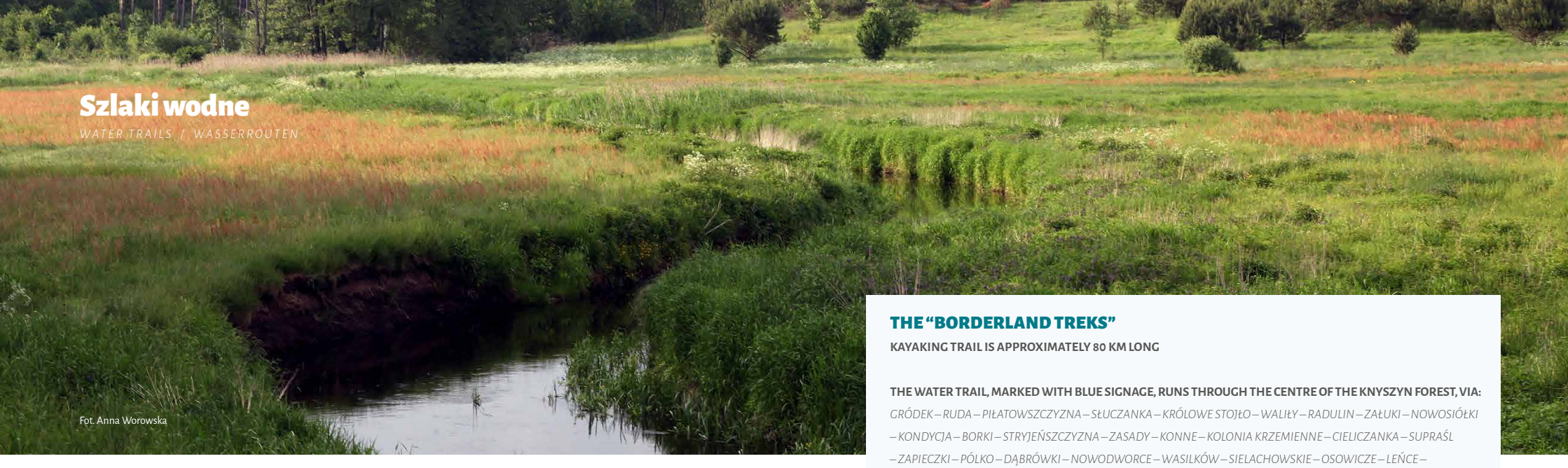
Der Routenverlauf: Die Route bildet eine Fahrradringstraße innerhalb des Knyszyńska-Urwaldes, zwischen dem östlichen und westlichen Ende des Waldes, sie beginnt und endet in Krynki. Dank dieser Route kann man in ein paar Tagen den Knyszyńska-Urwald und seine Umgebung besichtigen und dabei die Vielfalt der Natur und Kultur gut kennenlernen.

DIE ORTE AUF DER ROUTE:

KRYNKI – KRUSZYNIANY – GÓRANY – OSTRÓW NOWY – OSTRÓW PÓŁNOCNY – SZUDZIAŁOWO – TALKOWSZCZYZNA – KOPNA GÓRA – SURAŻKOWO – PODSUPRAŚL – REZERWAT JAŁÓWKA – CZARNA BIAŁOSTOCKA – CZARNA WIEŚ KOŚCIELNA – KOPISK – WASILKÓW – NOWODWORCE – OGRODNICZKI – CIASNE – KRASNY LAS – FÖRSTEREI IZOBY – KRÓLOWY MOST – ŚWINOBRÓD – TOPOLANY – HIERONIMOWO – MICHAŁOWO – NOWA WOLA – GORBACZE – JUSZKOWY GRÓD – BOBDARY – BACHURY – SZYMKI – NOWOSADY – JAŁÓWKA – MOSTOWLANY – BOBROWNIKI – CHOMONTOWCE – ŁOSINIANY – KRUSZYNIANY – KRYNKI;

ZEICHENFARBEN :

GRÜN (KRYNKI – JAŁÓWKA), GELB (JAŁÓWKA – KRUSZYNIANY), GRÜN (KRUSZYNIANY – KRYNKI)



Szlaki wodne

WATER TRAILS / WASSERROUTEN

Fot. Anna Worowska

Szlak kajakowy „Kresowe wędrówki"

długość: około 80 km.

NIEBIESKI SZLAK WODNY BIEGNĄCY PRZEZ ŚRODEK PUSZCZY KNYSZYŃSKIEJ, PRZEZ MIEJSCOWOŚCI:
GRÓDEK – RUDA – PIŁATOWSZCZYZNA – SŁUCZANKA – KRÓLOWE STOJŁO – WALIŁY – RADULIN – ZAŁUKI – NOWOSIÓŁKI – KONDYCJA – BORKI – STRYJEŃSZCZYZNA – ZASADY – KONNE – KOLONIA KRZEMIENNE – CIELICZANKA – SUPRAŚL – ZAPIECZKI – PÓLKO – DĄBRÓWKI – NOWODWORCE – WASILKÓW – SIELACHOWSKIE – OSOWICZE – LEŃCE – DOBRZYNIEWO KOŚCIELNE – DZIKIE – ZŁOTORIA (UJŚCIE DO RZEKI NAREW);

Rzeka Supraśl ma długość około 100 km. Początek bierze w bagnach na północ od wsi Topolany. W swoim górnym biegu początkowo płynie na wschód, za Michałowem skręca na północ, gdzie płynie przez Puszczę Knyszyńską i Gródek (miejsce rozpoczynania spływów). Około 2 km poniżej Gródka rzeka tworzy przełom przez strefę moreny czołowej. Począwszy od wsi Piłatowszczyzna, skręca na północny zachód i przez 30 km jest naturalną granicą pomiędzy powiatem sokólskim i białostockim. Dalej płynie przez Supraśl, Wasilków (zahacza o obrzeża Białegostoku). Około 3 km w górę od wodowskazu w miejscowości Fasty na rzece znajduje się jaz piętrzący wodę w celu nawodnienia łąk w dolinie.

THE "BORDERLAND TREKS"

KAYAKING TRAIL IS APPROXIMATELY 80 KM LONG

THE WATER TRAIL, MARKED WITH BLUE SIGNAGE, RUNS THROUGH THE CENTRE OF THE KNYSZYN FOREST, VIA:
GRÓDEK – RUDA – PIŁATOWSZCZYZNA – SŁUCZANKA – KRÓLOWE STOJŁO – WALIŁY – RADULIN – ZAŁUKI – NOWOSIÓŁKI – KONDYCJA – BORKI – STRYJEŃSZCZYZNA – ZASADY – KONNE – KOLONIA KRZEMIENNE – CIELICZANKA – SUPRAŚL – ZAPIECZKI – PÓLKO – DĄBRÓWKI – NOWODWORCE – WASILKÓW – SIELACHOWSKIE – OSOWICZE – LEŃCE – DOBRZYNIEWO KOŚCIELNE – DZIKIE – ZŁOTORIA (WHERE IT FLOWS INTO THE RIVER NAREW).

The River Supraśl is approximately 100 km long. It first leads through marshlands to the north of the village of Topolany. In its upper reaches is initially flows eastwards and passing Michałów turns north to flow through the Knyszyn Forest and the village of Gródek (where the trail starts). About 2 km below Gródek, the river winds through the end moraine. Starting from the village of Piłatowszczyzna, it turns northwestwards, forming a natural boundary line between the districts of Sokółka and Białystok for 30 kilometres. It then flows through Supraśl, Wasilków (skirting the boundaries of Białystok). Approximately 3 km upstream of the water sign, at a place called Fasty, the water is regulated with weirs to irrigate the meadows in the valley.

DIE KAJAKROUTE „KRESY –WANDERUNGEN"

CA. 80 KM

EINE BLAUE WASSERROUTE, DIE DURCH DIE MITTE DES KNYSZYN-URWALDES AN FOLGENDEN ORTEN VORBEILÄUFT: GRÓDEK – RUDA – PIŁATOWSZCZYZNA – SŁUCZANKA – KRÓLOWE STOJŁO – WALIŁY – RADULIN – ZAŁUKI – NOWOSIÓŁKI – KONDYCJA – BORKI – STRYJEŃSZCZYZNA – ZASADY – KONNE – KOLONIA KRZEMIENNE – CIELICZANKA – SUPRAŚL – ZAPIECZKI – PÓLKO – DĄBRÓWKI – NOWODWORCE – WASILKÓW – SIELACHOWSKIE – OSOWICZE – LEŃCE – DOBRZYNIEWO KOŚCIELNE – DZIKIE – ZŁOTORIA (DIE MÜNDUNG IN DEN FLUSS NAREW)

Der Fluss Supraśl hat eine Länge von etwa 100 km. Die Supraśl entspringt dem Sumpf nördlich des Dorfes Topolany. In ihrem Oberlauf fließt sie zunächst nach Osten, dreht hinter Michałów nach Norden ab, wo sie durch den Knyszyńska-Urwald und Gródek fließt (hier fangen die Kanufahrten an). Etwa 2 km hinter Gródek gibt es einen Durchbruch des Flusses durch die Endmoräne. Bei dem Dorf Piłatowszczyzna dreht die Supraśl nach Nordwesten ab und bildet hier die 30 km lange natürliche Grenze zwischen den Landkreisen Sokółka und Białystok. Weiter fließt sie durch die Städte Supraśl und Wasilków (berührt sogar den Rand von Białystok). Im Ort Fasty, ca. 3 km flussaufwärts vom Wasserstandsmesser, befindet sich eine Stauanlage, dank der die Bewässerung der Wiesen im Tal möglich ist.

Rzeka Supraśl

Rzeka Supraśl jest prawym dopływem Narwi o długości 101,8 km.

Cała dolina rzeki Supraśl jest zatorfiona, a wzdłuż obu jej brzegów na odcinku od Gródka do Wasilkowa ciągną się zwarte lasy Puszczy Knyszyńskiej. W środkowym biegu nad brzegami rzeki występują moreny czołowe. Otoczenie rzeki w większości jest łąkowo-leśne i można znaleźć ciekawe biwaki, pozwalające na samotne obcowanie z przyrodą.

Dogodne miejsce rozpoczynania spływów znajduje się w Gródku (76,7km). Dalej trasa spływu biegnie przez miejscowości: Piłatowszczyzna (71,6 km), Słuczanka (69,4 km), Królowe Stojło (67,4 km), Waliły (64,5 km); Radulin (61,1 km), Załuki (60,1 km), Nowosiółki (56,8 km), Borki (53,3 km), Zasady (48,5 km), Supraśl (37,6 km), Nowodworce (24,6 km), Wasilków (21,7 km), Jurowce (17,4 km), Usowicze (15,6 km), Leńce (13,8 km), Dobrzyniewo Fabryczne (10,1 km), Dzikie (5,6 km), ujście rzeki Supraśl do Narwi – na przeciwległym brzegu wieś Złotoria.

THE RIVER SUPRAŚL KAYAKING TRAIL

The River Supraśl is a right bank tributary of the River Narew and is 101.8 km long. The whole of the Supraśl river valley has peat deposits and dense forest stretches along both its banks, on the Gródek – Wasilków section. The middle course runs through end moraines which form the river banks on either side. The river runs mostly through meadows and woodland with interesting places where you can camp, thus allowing you to spend time communing with nature. A convenient place to start kayaking is in Gródek (76.7 km). Further along, the trail runs through: Piłatowszczyzna (71.6 km), Słuczanka (69.4 km), Królowe Stojło (67.4 km), Waliły (64.5 km), Radulin (61.1 km), Załuki (60.1 km), Nowosiółki (56.8 km), Borki (53.3 km), Zasady (48.5 km), Supraśl (37.6 km), Nowodworce (24.6 km), Wasilków (21.7 km), Jurowce (17.4 km), Usowicze (15.6 km), Leńce (13.8 km), Dobrzyniewo Fabryczne (10.1 km), Dzikie (5.6 km), which is where the Supraśl flows into the River Narew. The village of Złotoria is located on the opposite bank of the river.

DER FLUSS SUPRAŚL

Der Fluss Supraśl ist ein rechter Nebenfluss von Narew mit einer Länge von 101,8 km. Im ganzen Tal der Supraśl kommen Torfmoore vor, beide Flussufer entlang auf der Strecke von Gródek bis Wasilków wachsen dichte Wälder des Knyszyńska-Urwaldes. Im mittleren Flusslauf erheben sich an den Ufern des Flusses die Endmoränen. Der Fluss ist vor allem von Wiesen und Wäldern umgeben. Es gibt hier viele interessante Plätze, wo man allein die Natur genießen kann. Die Kajaktouren fangen in Gródek an (76,7km). Dann führt die Route durch folgende Ortschaften: Piłatowszczyzna (71,6 km), Słuczanka (69,4 km), Królowe Stojło (67,4 km), Waliły (64,5 km); Radulin (61,1 km), Załuki (60,1 km), Nowosiółki (56,8 km), Borki (53,3 km), Zasady (48,5 km), Supraśl (37,6 km), Nowodworce (24,6 km), Wasilków (21,7 km), HYPERLINK „http://www.polskieszlaki.pl/jurowce.html" Jurowce (17,4 km), Usowicze (15,6 km), Leńce (13,8 km), Dobrzyniewo Fabryczne (10,1 km), Dzikie (5,6 km), die Mündung des Flusses Supraśl in Narew – am gegenüberliegenden Ufer liegt das Dorf Złotoria.

Fot. Marta Żynel

Rzeka Sokołda

Fot. B. Aleksiejuk

Rzeka Sokołda jest prawym dopływem Supraśli o długości 52 km. Wypływa dwoma strugami na obszarze Wzgórz Sokólskich koło wsi Trzcianka. Poniżej miejscowości Straż Sokołda płynie przez zwarty kompleks lasów iglastych Puszczy Knyszyńskiej.

POCZĄTEK SZLAKU KAJAKOWEGO SOKOŁDY ZNAJDUJE SIĘ W MIEJSCOWOŚCI STRAŻ (23,6 KM).
DALEJ TRASA SPŁYWU BIEGNIE PRZEZ MIEJSCOWOŚCI: OSTRÓWEK (20,9 KM); DWORZYSK (16,0 KM); MIĘDZYRZECZE (9,3 KM); KOPNA GÓRA (8,2 KM); SOKOŁDA (7,5 KM); PODŁAŹNIE (5,2 KM), SURAŻKOWO (1,0 KM); UJŚCIE SOKOŁDY DO SUPRAŚLI, NAPRZECIWKO WSI ZASADY (0,0 KM).

THE RIVER SOKOŁDA

The River Sokołda is a right bank tributary of the Supraśl and is 52 km long. It flows in two streams in the vicinity of the Sokólskie Hills near the village of Trzcianka. Below the village of Straż Sokołda it flows through a dense coniferous section of the Knyszyn Forest.

THE SOKOŁDA KAYAKING TRAIL STARTS IN STRAŻ (23.6 KM).
FURTHER ALONG – THE TRAIL RUNS THROUGH – OSTRÓWEK (20.9 KM) – DWORZYSK (16.0 KM) – MIĘDZYRZECZE (9.3 KM) – KOPNA GÓRA (8.2 KM) – SOKOŁDA (7.5 KM) – PODŁAŹNIE (5.2 KM) – SURAŻKOWO (1.0 KM) – WHERE THE RIVER SOKOŁDA FLOWS INTO THE SUPRAŚL. THE VILLAGE OF ZASADY (0.0 KM) LIES OPPOSITE.

DER FLUSS SOKOŁDA

Der Fluss Sokołda ist ein rechter Nebenfluss der Supraśl mit der Länge von 52 km. Der Fluss entspringt in Form von zwei Strömen auf dem Gebiet von Wzgórza Sokólskie in der Nähe des Dorfes Trzcianka. Unterhalb des Dorfes Straż fließt die Sokołda durch die dichten Nadelwälder des Knyszyńska-Urwaldes.

DIE SOKOŁDA- KAJAKROUTE BEGINNT IN DER ORTSCHAFT STRAŻ (23,6 KM)
UND FÜHRT WEITER ÜBER OSTRÓWEK (20,9 KM); DWORZYSK (16,0 KM); MIĘDZYRZECZE (9,3 KM); KOPNA GÓRA (8,2 KM); SOKOŁDA (7,5 KM); PODŁAŹNIE (5,2 KM), SURAŻKOWO (1,0 KM). DIE MÜNDUNG VON SOKOŁDA IN DEN FLUSS SUPRAŚL BEFINDET SICH GEGENÜBER DEM DORF ZASADY (0,0 KM).

Rzeka Płoska - Królowy Most

ujście Płoski do Supraśli, ok. 8,3 km, razem z Supraślą - 33,8 km

Szlak nieco trudny - dość szybki nurt, sztuczne progi i jazy w dolnym biegu. Szerokość rzeki 3-6 m, średnia głębokość 0,5 m

Fot. Anna Worowska

THE RIVER PŁOSKA – KRÓLOWY MOST

WHERE THE RIVER PŁOSKA FLOWS INTO THE SUPRAŚL, APPROX. 8.3 KM; TOGETHER WITH THE SUPRAŚL APPROX. 33.8 KM

A rather difficult trail – the current is fast flowing, with artificial rapids and weirs in its lower reaches. Width of the river 3–6 m, average depth 0.5 m.

FLUSS PŁOSKA - KRÓLOWY MOST

DIE MÜNDUNG VON PŁOSKA IN SUPRAŚL, ETWA 8,3 KM LANG, ZUSAMMEN MIT SUPRAŚL - 33,8 KM

Eine etwas schwierige Route – eine ziemlich reißende Strömung, künstliche Schwellen und Stauanlagen im Flussunterlauf. Flussbreite 3-6 m, die Tiefe im Durchschnitt 0,5 m.

Szlaki konne

·EQUESTRIAN TRAILS / REITROUTEN

Fot. Archiwum UM w Supraślu

Szlak Konny Puszczy Knyszyńskiej

„Kresowe Wędrówki"

znaki pomarańczowe, długość około 120 km

Jest to jeden z trzech istniejących na Podlasiu znakowanych szlaków konnych. Trasa wiedzie przez Puszczę Knyszyńską. Przemieszczając się nią konno mijamy ośrodki jeździeckie, gdzie można na noc zostawić konia i skorzystać z noclegu. Na szlaku mamy możliwość zapoznania się z walorami krajobrazowo- przyrodniczymi Puszczy i odetchnąć w ciszy.

PRZEBIEG SZLAKU:

KOLONIA FOLWARKI TYLWICKIE – PIEŃKI-WALIŁY – RADUNIN-KOLONIA – KONDYCJA – LIPOWY MOST – KOPNA GÓRA – SURAŻKOWO – PODSUPRAŚL – REZERWAT JAŁÓWKA – STUDZIANKI – OŻYNNIK – RUDA RZECZKA – WÓLKA RATOWIECKA – LEŚNICZÓWKA PONIKŁA – KRYNICE

THE "BORDERLAND TREKS"

EQUESTRIAN TRAIL THROUGH THE KNYSZYN FOREST IS APPROXIMATELY 120 KM LONG AND IS MARKED WITH ORANGE SIGNAGE

This is one of three signed equestrian trails in the Podlasie region leading through the Knyszyn Forest. When travelling on horseback you pass through equestrian centres where you can stable your horse for the night and find accommodation. This trail gives you the opportunity to become acquainted with the beauty of the landscape and forest, relaxing in the peace and quiet.

THE ROUTE TAKES YOU THROUGH:

KOLONIA FOLWARKI TYLWICKIE – PIEŃKI-WALIŁY – RADUNIN-KOLONIA – KONDYCJA – LIPOWY MOST – KOPNA GÓRA – SURAŻKOWO – PODSUPRAŚL – THE JAŁÓWKA NATURE RESERVE – STUDZIANKI – OŻYNNIK – RUDA RZECZKA – WÓLKA RATOWIECKA – LEŚNICZÓWKA PONIKŁA – THE PONIKŁA FORESTER'S LODGE – KRYNICE

DIE REITROUTE DES KNYSZYŃSKA-URWALDES „KRESY-WANDERUNGEN"

CA. 120 KM, ORANGE MARKIERT

Das ist eine der drei markierten Reitrouten Podlachiens. Der Reitweg führt durch den Knyszyńska-Urwald. Auf diesem Weg kann man in den sich unterwegs befindenden Raststätten übernachten und dort auch Pferde für die Nacht lassen. Auf der Route kann man die Natur und die Landschaften bewundern und sich in der Stille ausruhen.

ROUTENVERLAUF:

KOLONIA FOLWARKI TYLWICKIE - PIEŃKI-WALIŁY - RADUNIN-KOLONIA - KONDYCJA - LIPOWY MOST - KOPNA GÓRA - SURAŻKOWO - PODSUPRAŚL – NATURSCHUTZGEBIET JAŁÓWKA - STUDZIANKI - OŻYNNIK - RUDA RZECZKA - WÓLKA RAKOWIECKA – FÖRSTEREI PONIKŁA – KRYNICE

Szlaki turystyczne i edukacyjne

TOURIST AND EDUCATIONAL TRAILS / TOURISMUS- UND BILDUNGSWEGE

Dolina Jałówki

o długości 3 km

Biegnie przez najciekawsze fragmenty rezerwatu „Jałówka". Prezentuje przekrój doliny Jałówki - jednego z licznych puszczańskich strumieni oraz charakterystyczne dla Puszczy Knyszyńskiej zbiorowiska roślinne, w tym naturalne starodrzewy. Ta ścieżka również kończy się przy wiacie, gdzie można odpocząć przy ognisku. Jest to o tyle istotne, że po drodze trzeba pokonać całkiem nienizinne pagórki, na których można się nieco zasapać.

THE JAŁÓWKA VALLEY

TRAIL IS 3 KM LONG

The trail runs through the most interesting part of the Jałówka nature reserve and takes you through a cross section of the Jałówka valley, one of the many forest streams, as well as through plant communities that are characteristic of the Knyszyn Forest and ancient groves of trees. The trail ends at a shelter where you can relax by an open fire; this is of some importance because along the way you will have to overcome some quite high hills which can really knock the wind out of you.

DAS JAŁÓWKA

TAL, 3KM LANG

Dieser Bildungsweg führt durch die interessantesten Teile des Naturschutzgebietes „Jałówka". Er zeigt einen Querschnitt des Jałówka- Tales - eines der vielen Urwaldbäche sowie die für den Knyszyńska-Urwald typischen Pflanzensammlungen, darunter natürliche Altbaumbestände. Am Ende der Route befindet sich eine Überdachung, wo man sich am Lagerfeuer erholen kann. Das ist eine gute Idee, weil man auf der Route hohe Endmoränenhügel überwinden muss und man sicher ein bisschen müde sein wird.

Krasne

Biegnie przez zachowane w naturalnym stanie, charakterystyczne dla Puszczy Knyszyńskiej, siedliska borowe. Można tu obejrzeć drzewostany ze wspaniałymi, starymi sosnami.

THE KRASNE

TRAIL IS 3 KM LONG

The trail runs through a tract of land that is totally natural and characteristic of the Knyszyn Forest, where you can see stands of beautiful ancient pine trees.

KRASNE

Der Bildungsweg verläuft durch die für den Knyszyńska-Urwald typischen Hochwälder, die im natürlichen Zustand erhalten sind. Hier kann man Baumbestände mit schönen, alten Kiefern sehen.

Kopna Góra

o długości 4 km

Bierze początek przy bramie Arboretum. W znacznej części biegnie przez rezerwat przyrody „Woronicza", utworzony dla ochrony doliny rzeczki Woronicza, oraz występującej tam roślinności. Na dalszym odcinku ścieżki prezentowane są przykłady sposobów gospodarowania w lesie.

Tu, jako leśnicy, mamy szansę wykazać choćby w wycinkowej formie, że wiedza zdobyta w trakcie wieloletniej nauki zawodu służy nam, wbrew obiegowym sądom, do znacznie inteligentniejszych zajęć niż bieganie po lesie z siekierą i strzelbą.

Po zatoczeniu pętli ścieżka kończy się na dużej polanie (dawnej składnicy drewna), gdzie pod wiatą, przy ognisku, można spokojnie przetrawić zdobytą wiedzę

THE KOPNA GÓRA

TRAIL IS 4 KM LONG

The trail starts at the entrance to the Arboretum. For the most part, it runs through the Woronicza nature reserve which was created to protect the Woronicza river valley as well as the plant communities that grow there.

Along further sections of the trail, you will come across various kinds of forestry management where, as foresters, we have an opportunity to make people aware – even if only to a small degree – that contrary to popular belief, the knowledge we have acquired over the years encourages us to indulge in far more intelligent pastimes than merely running through the wood with an axe and a shotgun.

On completing the trail you arrive at a large clearing (a former timber depot) where under a shelter, and alongside a campfire, you can quietly come to terms with what you have learnt along the way.

KOPNA GÓRA

4 KM LANG

Der Weg beginnt an der Pforte des Arboretums. Zum größten Teil verläuft er durch das Naturschutzgebiet „Woronicza", das gegründet wurde, um die Pflanzenwelt im Tal des Flüsschens Woronicza zu schützen.

Weitere Strecken des Pfades präsentieren Beispiele dafür, wie der Wald bewirtschaftet werden soll. Die Förster haben hier eine Chance, den Touristen wenigstens teilweise bewusst zu machen, wozu ihnen das während der langjährigen Berufsausbildung erworbene Wissen dient.

Und die Förster beschäftigen sich in Wirklichkeit mit ernsten Tätigkeiten, obwohl sie nach oft wiederholten Meinungen nur mit einer Axt und Flinte durch den Wald laufen. Der Pfad macht einen Bogen und endet an einer großen Lichtung (am ehemaligen Holzlagerhaus). Dort kann man unter einer Überdachung am Feuer über die auf dem Weg gesammelten Informationen ruhig nachdenken.

Tradycja sportowa w Supraślu

Supraśl niewielkie miasteczko o ogromnym sportowym duchu.

Już w latach 30. odbywały się tu pierwsze wyścigi rowerowe, biegi przełajowe i biegi w workach. Różnorodność imprez sportowo-rekreacyjnych kumulowała się w 1955 roku. Przeprowadzano wówczas biegi przełajowe, biegi narodowe, spartakiady, zawody kajakowe, strzeleckie i narciarskie.

Organizowano również mistrzostwa szachowe Supraśla, w pływaniu i w tenisie stołowym. 9 czerwca 1956 r. supraski klub sportowy zorganizował zawody rowerowe dla wszystkich chętnych pod nazwą „Kolarski Wyścig Pokoju" na trasie: Wasilków – Białystok – Supraśl, co było ewenementem w historii Supraślanki. Największą popularnością we wszystkich imprezach masowych cieszyła się jednak gra w piłkę nożną. Tu szczególnie prestiżowe były mecze: „Hebel" kontra „Kłoda" rozgrywane od połowy lat 60. do końca lat 80., jako towarzyskie spotkania pomiędzy drużynami dwóch największych supraskich zakładów – Stolarni i Tartaku.

Sports tradition in Supraśl

Supraśl is a small town with a great sporting spirit.

In the 1930s the first bicycle, cross-country and sack races were already taking place. A variety of sports and recreational activities were introduced in 1955, when national races, Spartakiads, kayak races, shooting and skiing competitions, as well as chess, swimming and table tennis championships were organized.

On 9 June 1956 the Supraślanka Municipal Sports Club organized the "Bicycle Peace Race", in which anyone could participate: the route ran from Wasilków through Białystok to Supraśl, and was an unusual event in the club's history. Football was, however, the most popular mass event. Particularly prestigious were the matches between "Hebel" [plane] and "Kłoda" [log] organized from the mid-1960s until the late 1980s, which were fought out between the football teams of the two largest plants in Supraśl – the Woodworking and the Sawmill plants respectively.

Fot. R. Dobrowolski

Sporttraditionen in Supraśl

Supraśl ist ein kleines Städtchen mit einem unheimlich großen Sportgeist.

Bereits in den 30er Jahren fanden hier die ersten Radrennen, Querfeldeinrennen und Sackrennen statt. Zur Kumulation der Vielfalt von Sport-und Erholungsveranstaltungen kam es im Jahre 1955. In diesem Jahr wurden Querfeldeinrennen, Volksrennen, Spartakiaden, Kajak-, Schieß- und Skiwettkämpfe durchgeführt. Außerdem wurden die Meisterschaften von Supraśl im Schwimmen und Tischtennis sowie Schachmeisterschaften organisiert. Am 9. Juni 1956 veranstaltete der Supraśler Sportverein ein Radrennenwettbewerb für alle, die daran teilnehmen wollten, unter dem Namen „Radfriedensfahrt". Die Fahrt verlief durch Wasilków, Białystok und Supraśl, was in der Geschichte des Städtischen Sportklubs „Supraślanka" einzigartig war.

Auf allen Massenveranstaltungen erfreute sich aber der Fußball größter Popularität. Für besonders wichtig wurden Fußballtreffen gehalten, die von der Mitte der 60er bis zum Ende der 80er Jahre ausgetragen wurden. In diesen Freundschaftsfußballspielen spielten „Hebel" (Hobel) gegen „Kłoda" (Holzklotz), die Teams der beiden größten Betrieben in Supraśl - der Zimmerei und des Sägewerkes.

Wymarzona kraina rowerzystów

Supraśl od kilku lat zwany jest krainą rowerów górskich.

Kiedy w 2007 roku do Supraśla zawitał maraton MTB Mazovia, jego uczestnicy nie spodziewali się, że przyjdzie im się zmierzyć z podjazdami i zjazdami niemal takimi jak w górach. Od tamtej pory zalesione podlaskie wzgórza, zwane Górami Krzemiennymi, stają się coraz bardziej znane w Polsce. Okolice Supraśla to teren znakomicie nadający się do jazdy każdym rodzajem

Fot. Z. Kowalski

roweru. Walory te świetnie wykorzystali Mirek i Michał Barej z Białegostoku, którzy sprowadzili do Supraśla słynnego kolarza Cezarego Zamanę, organizującego cykl wyścigów Mazovia MTB Maraton. W tych imprezach, odbywających się dotychczas wyłącznie na Mazowszu, uczestniczyli głównie kolarze - amatorzy z Warszawy i okolic. W 2007 r. po raz pierwszy przyjechali do Supraśla i zachwycili się tymi terenami. Podziwiali piękno ogromnej Puszczy Knyszyńskiej i byli zszokowani trudnością ścieżek w Górach Krzemiennych. Jest to rezerwat w Nadleśnictwie Supraśl, z różnicą wysokości do 45 km. Nazwano ten etap maratonu królewskim, czyli najpiękniejszym i najtrudniejszym.

Fot. Z. Kowalski

Oznakowana trasa rowerowa MTB długości około 17 km to niezwykle przyjemna, choć miejscami dość trudna przeprawa przez tajemnicze zakątki lasów Nadleśnictwa Supraśl. Na miłośników rowerowego szaleństwa czekają liczne pagórki i wzniesienia, podjazdy i zjazdy zarośniętą groblą nad piękną i dziką doliną. Punkty końcowe trasy MTB przebiegają przez Podsupraśl, w pobliżu rezerwatu Krzemienne oraz przy ukrytej pośród drzew niezwykłej galerii rzeźb w pobliżu rezerwatu Surażkowo. Te drewniane rzeźby przedstawiające powstańców styczniowych przypominać mają, że właśnie w tym miejscu, w 1863 roku, dokonano ich egzekucji. Twórcą tej galerii jest białostocki rzeźbiarz Ryszard Bołtowicz.

Świetnym miejscem do wycieczek rowerowych jest też grobla prowadząca od plaży miejskiej w Supraślu. Jest ona elementem tzw. Supraskiego Systemu Wodnego, który w 2008 roku został uznany za zabytek. Groblą prowadzi wygodna droga wijąca się między starą i nową rzeką. Na końcu znajdują się ławeczki oraz mostek, którym można dostać się na drugi brzeg rzeki – w okolice Gór Krzemiennych. „Hebel" kontra „Kłoda" rozgrywane od połowy lat 60. do końca lat 80., jako towarzyskie spotkania pomiędzy drużynami dwóch największych supraskich zakładów – Stolarni i Tartaku.

The cyclists' dream land

Thanks to Mirek and Michał Barej from Białystok, the area around Supraśl has for several years been known as the land of mountain bicycles.

In 2007 they invited Cezary Zamana – a famous cyclist who organized races as part of the Masovia MTB Marathon – to Supraśl. Up until then these races were only organized in Masovia and the participants were mostly amateur cyclists from Warsaw and its environs. When the first MTB Masovia marathon was organized in Supraśl, the participants were not anticipating having to conquer uphill and downhill sections very similar to those encountered in mountainous areas. Since then, the Podlasie hills covered with forests, known as the Góry Krzemienne, have been increasingly popular in Poland. It is a beautiful nature reserve in the Supraśl Forest District, with significant differences in altitude. This stage of the race was called the "royal" stage as it was the most picturesque as well as the most difficult.

The delineated MTB cycle path is 17 km long. It is an exceptionally pleasant route, although quite difficult at times, which leads through corners of the Knyszyn Forest steeped in mystery. There are many hills and slopes – ups and downs along the dyke of a picturesque and wild river valley. The final stages of the MTB route lead through Podsupraśl, near the Krzemienne nature reserve and past an unusual sculpture gallery hidden among the trees close to the Surażkowo nature reserve. These wooden sculptures commemorate the insurgents who participated in the January Uprising and who were executed there in 1863. The sculptures were carved by Ryszard Bołtowicz, a sculptor from Białystok.

Another great place for cycling is along the dyke leading to the municipal beach in Supraśl. It is part of the so-called Supraśl Water Network, which in 2008 was registered as a cultural heritage site. There is a road along the dyke that meanders between the old and new river. At the end there are benches and a small bridge, which leads across the river to the Góry Krzemienne hills.

Fot. Z. Kowalski

Ein Traumland für Radfahrer

Supraśl wird seit einigen Jahren als ein Mountainbikeland bezeichnet.

Als im Jahre 2007 das Masovia MTB Marathon nach Supraśl kam, hatten seine Teilnehmer keine Ahnung davon, dass sie bergauf und bergab fast wie in den Bergen fahren werden müssen. Seit dieser Zeit werden die bewaldeten Hügel des Podlachiens, die Krzemienne Góry (Feuersteingebirge) heißen, in Polen immer bekannter.

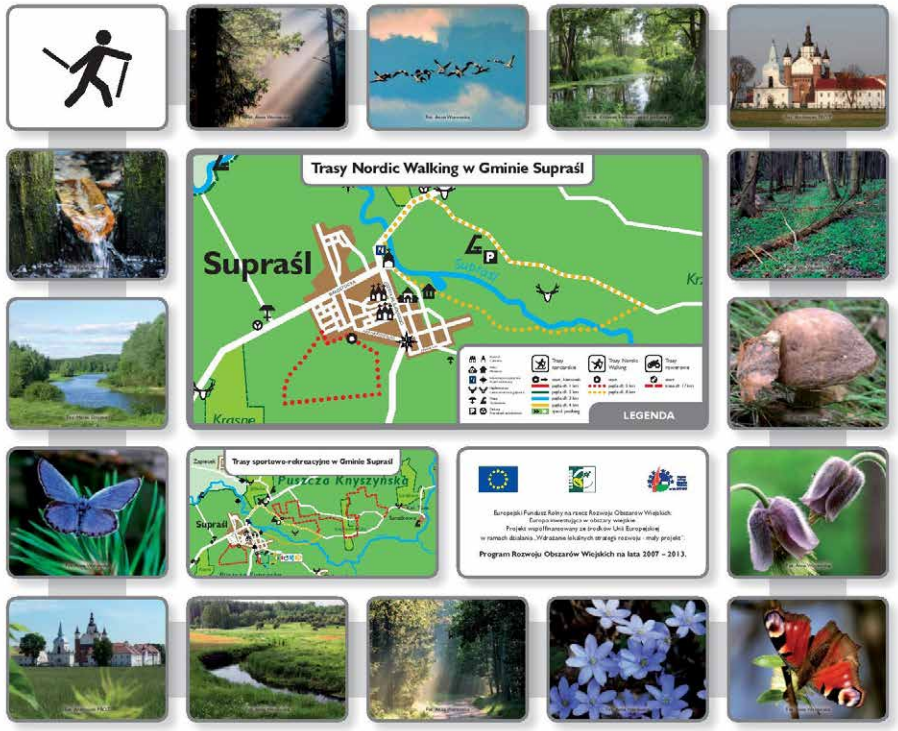
Die Umgebung von Supraśl eignet sich hervorragend zum Radfahren mit jedem Fahrradtyp. Diese Vorteile wurden von Mirek und Michał Barej aus Bialystok optimal ausgenutzt. Sie luden den berühmten Radfahrer Cezary Zaman nach Supraśl ein, der eine Reihe von Radrennen „Masovia MTB Marathon" organisierte. An diesen Radrennen, die bisher nur in der Region Masowien statt fanden, nahmen vor allem Amateurradfahrer aus Warschau und Umgebung teil. Im Jahre 2007 kamen sie zum ersten Mal nach Supraśl und waren von diesen Gebieten begeistert. Sie bewunderten die Schönheit des riesigen Knyszyn-Urwaldes und wurden schockiert, dass die Radwege im Feuersteingebirge so schwierig sind. Das ist ein Naturschutzgebiet in der Försterei Supraśl mit einem Höhenunterschied bis 45 km. Diese Marathonetappe, die die schönste und die schwierigste ist, wurde als die „Königsetappe" bezeichnet.

Der markierte MTB-Radweg mit einer Länge von ca. 17 km ist eine sehr angenehme, aber auch manchmal etwas schwierige Überquerung durch geheimnisvolle Ecken der Wälder in der Försterei Supraśl. Die Radverrückten treffen hier zahlreiche Hügel und Erhebungen, Auf- und Abfahrten auf dem überwucherten Damm über einem schönen und wilden Tal. Endpunkte der MTB-Route führen durch Podsupraśl, in der Nähe vom Naturschutzgebiet Krzemienne und an einer unter den Bäumen versteckten ungewöhnlichen Skulpturengalerie in der Nähe vom Naturschutzgebiet Surażkowo. Diese Holzfiguren der Januaraufständischen sollen daran erinnern, dass im Jahre 1863 gerade an diesem Ort ihre Exekution stattfand. Der Autor dieser Galerie ist der in Białystok lebende Bildhauer Ryszard Bołtowicz. Zum Radfahren eignet sich ausgezeichnet auch der Damm, der am Stadtstrand in Supraśl beginnt. Er bildet einen Teil des sogenannten Supraśler Wassersystems, das im Jahre 2008 für ein historisches Denkmal erklärt wurde. Auf dem Damm führt ein bequemer Weg, der sich zwischen dem alten und dem neuen Fluss schlängelt. Am Ende gibt es Bänke und eine Brücke, wo man auf die andere Seite des Flusses - in die Nähe vom Feuersteingebirge – gelangen kann.

Z kijkami
w zjawiskowej okolicy

Uzdrowisko Supraśl stwarza idealne warunki wielbicielom stosunkowo nowej w Polsce dyscypliny - nordic walking.

Bulwary im. W. Wołkowa, malownicze ścieżki leśne na Podsupraślu (dł. 8km) oraz w okolicy rezerwatu Krasne do Jeziora Komosa (dł. 5km) zachęcają do eksplorowania tego pięknego terenu. Jest to uczta dla zmysłów, bo aromatyczne olejki eteryczne i śpiew ptaków, gwarantują wytchnienie i głęboką relaksację podczas marszu.



Nordic walking across a remarkable piece of land

The Supraśl Health Resort offers excellent conditions for lovers of Nordic walking, which is a relatively new discipline in Poland.

Fot. Marta Żynel

The Wiktor Wołkow Boulevards, as well as the picturesque forest trails close to Podsupraśl (8 km) and near the Lake Krasne nature reserve, leading to Lake Komosa (5 km), incite visitors to explore these beautiful environs. It is a feast for all the senses; aromatic therapeutic oils and birdsong guarantee a deeply relaxing walk.

Mit Stöcken in einer wunderschönen Gegend

Der Kurort Supraśl schafft ideale Bedingungen für die Liebhaber von Nordic Walking - einer in Polen relativ neuen Sportart.

Die Wiktor-Wołkow Boulevards, die malerischen Waldpfade in Podsupraśl (8 km lang) und um das Naturschutzgebietes Krasne bis zum See Komosa (5km lang) spornen dazu an, diese schöne Gegend kennen zu lernen. Es ist ein Fest für die Sinne, denn die ätherischen Öle und der Vogelgesang garantieren die Erholung und tiefe Entspannung während der Wanderung.Teil des sogenannten Supraśler Wassersystems, das im Jahre 2008 für ein historisches Denkmal erklärt wurde. Auf dem Damm führt ein bequemer Weg, der sich zwischen dem alten und dem neuen Fluss schlängelt. Am Ende gibt es Bänke und eine Brücke, wo man auf die andere Seite des Flusses - in die Nähe vom Feuersteingebirge – gelangen kann.

Z wiosłem i w siodle

Kajakarstwo z roku na rok zbiera coraz to więcej zwolenników.

Gdy tylko rzeka roztopi lody, a pogoda na to pozwoli, liczni kajakarze przemierzając rzekę solo, lub grupami. Ostatnimi czasy organizowane są nawet pielgrzymki kajakowe do Supraśla. Nic dziwnego, w gminie Supraśl panują fantastyczne warunki środowiskowe. Przez rzekę Supraśl prowadzi szlak kajakowy od Gródka do Wasilkowa o łącznej długości ok. 62 km. Także na rzece Sokołda wyznaczony jest szlak kajakowy o długości 28,5 km. Do dyspozycji mieszkańców i turystów są też prężnie działające wypożyczalnie sprzętu wodnego.

Alternatywą dla popularnych aktywności sportowych w gminie są konne eskapady wytyczonymi szlakami. „Kresowe wędrówki" to jeden z trzech szlaków konnych na Podlasiu, długość około 120 km. Trasa wiedzie przez Puszczę Knyszyńską. Przemieszczając się nią konno mijamy ośrodki jeździeckie, gdzie można na noc zostawić konia i skorzystać z noclegu. Na szlaku mamy możliwość zapoznania się z walorami krajobrazowo- przyrodniczymi Puszczy i odetchnąć w ciszy.

With paddles and in the saddle

Kayaking is attracting more and more people each year.

As soon as the ice on the river has melted, and the weather is favourable, many kayakers go down the river alone or in groups. Recently even pilgrimages have been organized in the form of kayaking trips to Supraśl. This is not surprising, as the conditions for kayaking in the Supraśl Municipality are fantastic. There is a 62 km kayaking route leading from Gródek to Wasilków, and a 28.5 km route along the River Sokołda. There are also many places where inhabitants and tourists alike can hire equipment for water sports. An alternative to other popular sports activities are horse-riding trips along signed equestrian trails. The "Borderland treks" – ca. 120 km in length – is one of the three equestrian trails in the Podlasie region. The route leads through the Knyszyn Forest, allowing you to relax in its silence and admire the landscape and nature.

Mit dem Paddel und im Sattel

Der Kajaksport erfreut sich von Jahr zu Jahr immer größeren Beliebtheit.

Sobald das Eis auf dem Fluss schmilzt und das Wetter es erlaubt, unternehmen zahlreiche Paddler Solo- oder Gruppenfahrten auf dem Fluss. In letzter Zeit werden sogar Kajakpilgerfahrten nach Supraśl organisiert. Kein Wunder, weil in der Gemeinde Supraśl fantastische Umweltbedingungen herrschen. Durch den Fluss Supraśl führt eine Kajakroute von Gródek nach Wasilków mit der Gesamtlänge von ca. 62 km. Auch auf dem Fluss Sokołda wurde eine Kajakroute mit einer Länge von 28,5 km abgesteckt. Den Touristen und Einwohnern stehen auch sehr gut funktionierende Verleihstellen für Wassersportgeräte zur Verfügung.

Fot. Archiwum PROT

Eine Alternative zu den beliebten Sportaktivitäten in der Gemeinde bilden Pferdewanderungen auf markierten Routen. „Kresy- Wanderungen „ ist einer der drei Reitwege in Podlachien mit der Länge von etwa 120 km. Die Route führt durch den Knyszyn-Urwald. Auf diesem Weg kann man in den sich unterwegs befindenden Raststätten übernachten und dort auch Pferde für die Nacht lassen. Auf der Route kann man die Natur und die Landschaften bewundern und sich in der Stille ausruhen.

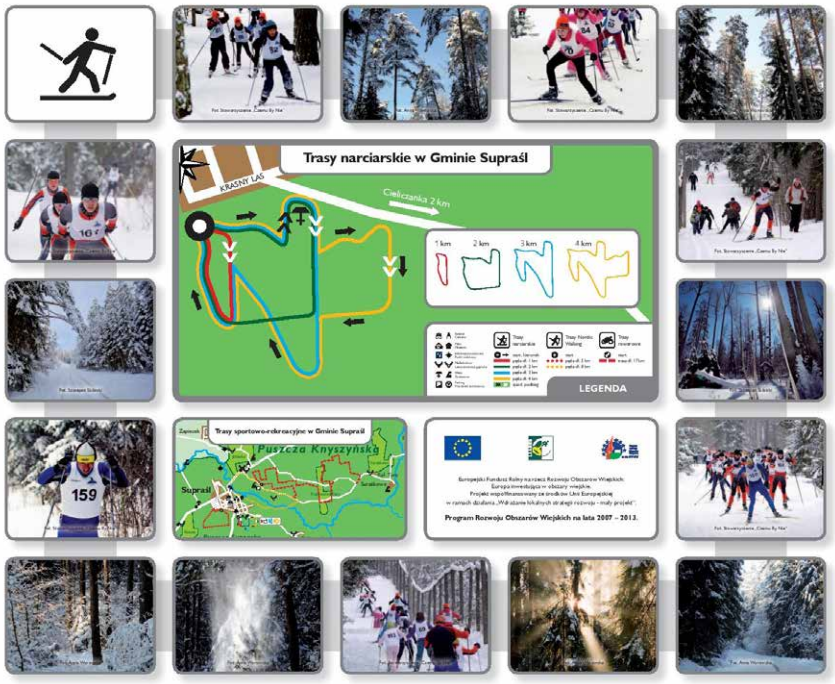
Aktywni latem i zimą

Również okres zimowy w Supraślu to nie czas, by pozostawać w domu!

Dużym powodzeniem cieszą się kuligi prowadzące przez tajemniczo zaśnieżone lasy Puszczy Knyszyńskiej. Nie ma nic przyjemniejszego, niż przejażdżka saniami ciągniętymi przez konie po leśnej białej drodze. To gwarantowana - dobra zabawa zarówno dla dzieci i dorosłych, rodzin, grup zorganizowanych oraz dla firm.

Fot. CKiR w Supraślu

Tradycja narciarstwa biegowego w Supraślu sięga lat 20. ubiegłego wieku. Z miasteczka wywodzi się też wielu wybitnych narciarzy, jak Andrzej Piotrowski, który w 1992 roku reprezentował Polskę w igrzyskach olimpijskich w Albertville we Francji czy jedna z najbardziej obiecujących polskich narciarek Emilia Romanowicz. W samym miasteczku znajduje się wypożyczalnia nart biegowych. Jest też nauka jazdy prowadzona przez instruktora. Trasy narciarskie na Uroczysku Glinki są oznakowane tabliczkami kierunkowymi. Są to cztery trasy, stanowiące pętlę o długości 1, 2, 3 i 4 km. Trasy mają różny stopień trudności, tak aby mogły być atrakcyjne zarówno dla amatorów jak i zawodowców. Każdej trasie odpowiada odpowiedni kolor na tabliczkach tak aby narciarz łatwo mógł rozpoznać na której pętli się znajduje.



Active in summer and winter

Winter in Supraśl is not a time to stay at home!

Sleigh-rides through the mysterious, snow-covered trees in the Knyszyn Forest are very popular. There is nothing more pleasant than sleigh riding along a white forest track. It is great fun both for children and adults, families, organized groups and company outings.

The tradition of cross-country skiing in Supraśl goes back to the 1920s. Many outstanding skiers come from here, such as Andrzej Piotrowski, who represented Poland in the winter Olympics in Albertville, France, in 1992; and one of the most promising Polish female skiers – Emilia Romanowicz. You can hire skis in Supraśl, as well as taking skiing lessons with an instructor. There are four signed skiing trails in the vicinity of Uroczysko Glinki – 1, 2, 3 and 4 km long – which form loops with varying levels of difficulty and are therefore attractive both to amateurs and professional skiers. Each trail is marked with plaques in different colours, so that the skiers can easily recognize which trail they are following.

Im Sommer und im Winter aktiv sein

Fot. CKiR w Supraślu

Der Winter in Supraśl ist keine gute Zeit dazu, zu Hause zu bleiben!

Einer großen Beliebtheit erfreuen sich die Schlittenfahrten, die durch den geheimnisvoll verschneiten Knyszyn-Urwald führen. Es gibt nichts Angenehmeres als die Fahrt mit dem Pferdeschlitten auf einem weißen Waldweg. Das garantiert Riesenvergnügen sowohl für Kinder, als auch für Erwachsene, Familien, organisierte Gruppen und Firmen.

Die Skilanglauftradition in Supraśl geht auf die 20er Jahre des letzten Jahrhunderts zurück. Aus dieser Kleinstadt kommen viele hervorragende Skifahrer, u.a. Andrzej Piotrowski, der im Jahre 1992 Polen bei den Olympischen Spielen in Albertville in Frankreich vertrat, und eine der vielversprechendsten polnischen Skifahrerinnen Emilia Romanowicz. In Supraśl befindet sich ein Langlaufskiverleih. Es gibt auch eine Skifahrschule, die von einem Skilehrer geführt wird. Die Skipisten auf „Uroczysko Glinki" werden mit Richtungsschildern markiert. Hier befinden sich vier Routen, die Skischleife mit einer Länge von 1 2, 3, und 4 km bilden. Der Schwierigkeitsgrad der Routen ist differenziert, so dass sie sowohl für Amateure, als auch für Profis attraktiv sein können. Jede Route ist mit anderer Farbe auf den Schildern markiert, so dass der Skifahrer leicht erkennen kann, auf welcher Schleife er sich gerade befindet.

Arboretum w Kopnej Górze

Arboretum w Kopnej Górze założone zostało w 1988 roku i do dziś prowadzone jest przez Nadleśnictwo Supraśl. Jego pomysłodawcą, organizatorem i pierwszym kierownikiem był, nieżyjący już, mgr inż. Wojciech Wygralak.

Arboretum (od łacińskiego słowa arbor – drzewo, drzewostan) w Kopnej Górze można opisać jako rodzaj ogrodu botanicznego połączonego z parkiem leśnym rozciągającym się na obszarze 26ha. Na tej stosunkowo niewielkiej, jak na warunki puszczańskie, powierzchni spotkać można większość typów siedliskowych lasu charakterystycznych dla Puszczy Knyszyńskiej. Źródłem tego bogactwa jest znaczne zróżnicowanie rzeźby terenu (od 132 do 154 m n.p.m.) oraz duża rozmaitość gleb. Ważną funkcją, którą pełni arboretum jest edukacja i popularyzacja wiedzy przyrodniczej i leśnej. Arboretum jest doskonałym miejscem do prowadzenia zajęć szkolnych o tej tematyce. Dzięki specyficznemu połączeniu rodzimej i obcej przyrody w jednym miejscu można poznać nie tylko egzotyczne ciekawostki ze świata roślin, ale także dostrzec bogactwo i piękno polskiego lasu.

The Arboretum in Kopna Góra

The Arboretum in Kopna Góra was established in 1988 on the initiative of the late Wojciech Wygralak who was its organizer and first manager. It has been managed by the Supraśl Forest District Inspectorate from the outset.

The Arboretum (from the Latin word arbor – tree) in Kopna Góra can be described as a kind of botanic garden-cum-forest park which extends over 26 hectares. Although relatively small, the area provides the majority of forest habitats for plant communities typical of the Knyszyn Forest. The wealth of flora can be attributed to the diversified geomorphic features – the differences in elevation ranging from 132 to 154 metres above sea level – and the diversity of the soils. For those people interested in their homeland's nature, it is a forest in miniature. One of the important functions of the Arboretum is educating and popularizing knowledge pertaining to nature in general and forests in particular; it is an ideal place for conducting school activities devoted to this subject. The combination of indigenous and foreign plant species in one area enables visitors to become acquainted with the exotic species of flora, as well as appreciating the beauty of Polish forests. The Arboretum in Kopna Góra is therefore the most important educational site in the Supraśl Forest District and one of the most important in the Knyszyn Forest.

fot. Katarzyna Sadowska

Das Arboretum in Kopna Góra

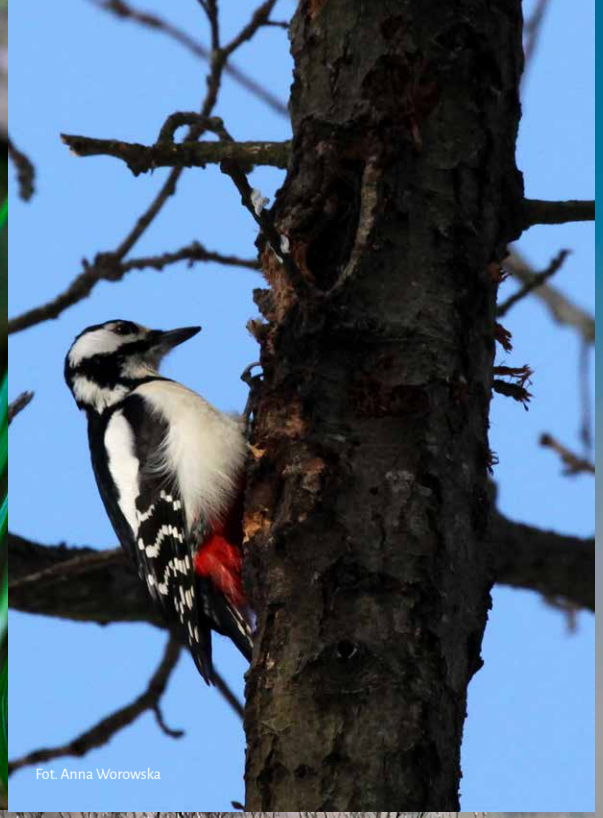
Das Arboretum in Kopna Góra wurde 1988 gegründet und wird bis heute von der Försterei Supraśl geführt. Sein Initiator, Gründer und erster Leiter war der bereits verstorbene Mag. Ing. Wojciech Wygralak.

Das Aboretum (vom lateinischen Wort arbor – Baum, Baumstand) in Kopna Góra kann als eine Art botanischer Garten charakterisiert werden, der mit dem Waldpark kombiniert wird und die Fläche von 26 ha hat. Auf dieser für einen Urwald relativ kleinen Fläche sind die meisten Waldlebensraumtypen zu treffen, die für den Knyszyńska-Urwald typisch sind. Dieser Reichtum ist dank der ziemlich großen Höhenunterschiede des Bodenreliefs (von 132 bis 154 m ü. d. M.) und einer großen Vielfalt der Böden möglich.

Das Arboretum erfüllt eine wichtige Funktion, die mit der Bildung und Popularisierung der Natur- und Waldkunde verbunden ist. Das Arboretum eignet sich hervorragend dazu, den Unterricht zum Thema Wald durchzuführen. Hier wurden in einem Ort die eigene und die Natur anderer Länder spezifisch verbunden. Man kann hier nicht nur exotische Neuigkeiten aus der Pflanzenwelt kennenlernen, sondern auch den Reichtum und die Schönheit des polnischen Waldes richtig einschätzen.

Fot. Anna Wołowska

Fot. Anna Worowska


Fot. Anna Worowska

Fot. Marta Żynel

Fot. Anna Worowska

Fot. Anna Worowska

Fot. Anna Worowska

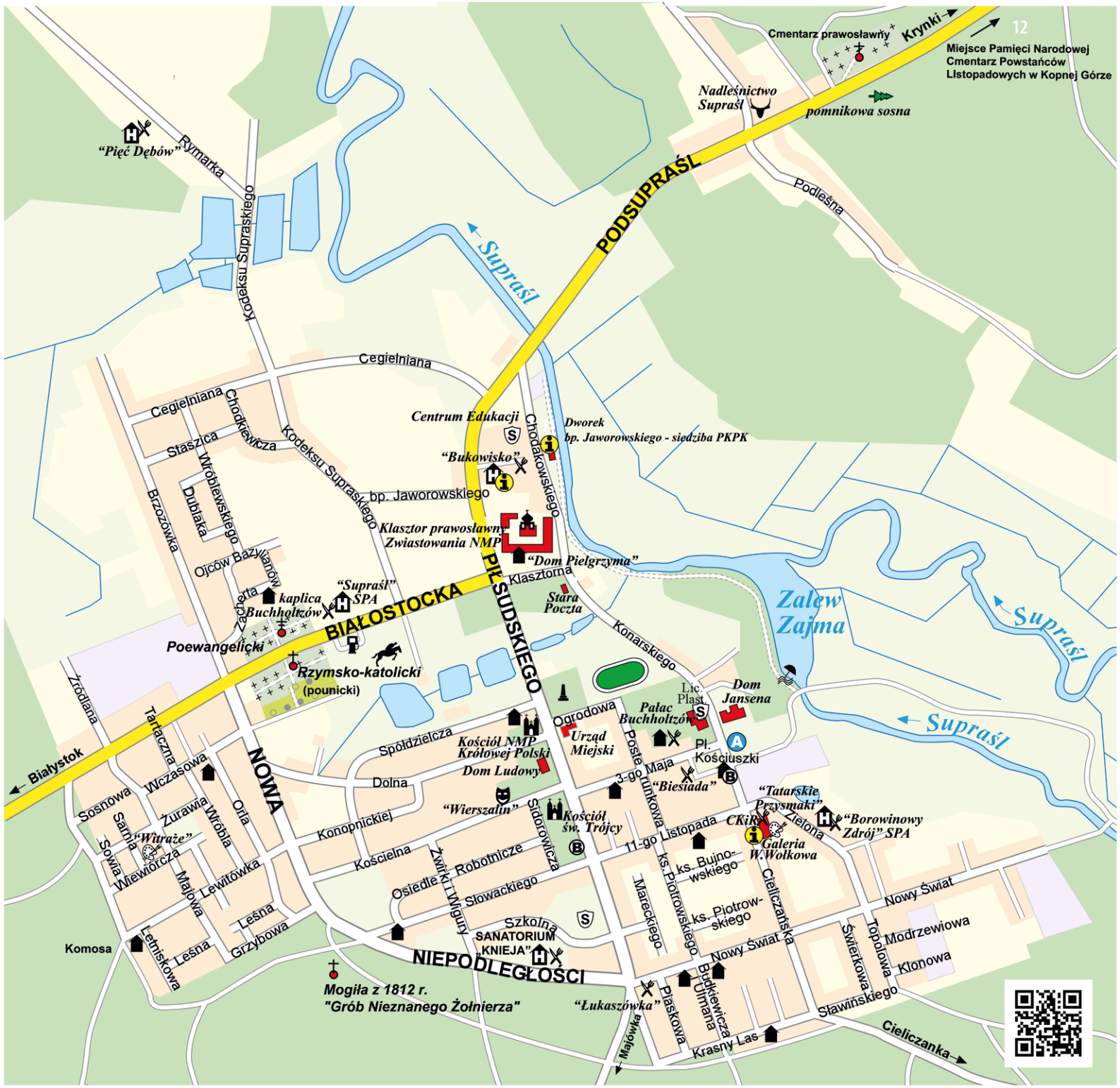
Fot. Marta Żynel

Fot. Marta Żynel

Fot. Anna Worowska

Fot. Anna Worowska

Fot. Marta Żynel



UZDROWISKO Supraśl

- **Punkty informacji turystycznej** / Tourist information / Touristik informationen
- **Stacje paliw** / Petrol station / Tankstelle
- **Kościoły, cerkwie** / Church / Kirche
- **Cmentarze** / Cemetery / Friedhof
- **Hotele** / Hotel / Hotel
- **Domy noclegowe** / Hostels / Hostels
- **Restauracje** / Restaurant / Restaurant
- **Kąpieliska** / Riverside / Badestrand
- **Stadniny** / Stud / Gestüt
- **Szkoły** / School / Schule
- **Teatry** / Theatre / Theater
- **Muzea** / Museum / Museum
- **Galerie** / Gallery / Galerie
- **Pomniki** / Monument / Denkmal
- **Parkingi** / Parking / Parking

Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich

LEADER

UZDROWISKO Supraśl

Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie"
Publikacja opracowana przez Gminę Supraśl, współfinansowana jest ze środków Unii Europejskiej w ramach działania „Wdrażanie lokalnych strategii rozwoju" – mały projekt Program Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013

Instytucja Zarządzająca PROW 2007-2013 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi