

EuroVelo10

Nadbałtycki Szlak Rowerowy (EuroVelo10) to fascynująca trasa rowerowa o długości ponad 9000 kilometrów, obejmująca dziewięć krajów położonych wokół Morza Bałtyckiego.



**BALTIC
BIKING**
UPGRADE



Południowa część regionu Morza Bałtyckiego, obejmująca tereny Polski, Niemiec, Danii, Szwecji i Litwy, oferuje rowerzystom różnorodne atrakcje – od piaszczystych plaż i malowniczych klifów po historyczne miasta hanzeatyckie i urocze krajobrazy wiejskie.



EuroVelo10 łączy duże miasta, takie jak Kopenhaga, Sztokholm i Gdańsk, z mniej uczęszczanymi regionami, zapewniając idealne połączenie atrakcji miejskich i piękna przyrody.



Rowerzyści mogą zwiedzać miejsca wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO, parki narodowe i tętniące życiem nadmorskie miejscowości, jednocześnie ciesząc się bogatym dziedzictwem kulturowym regionu i serdeczną gościnnością mieszkańców.



EuroVelo 10 – Nadbałtycki Szlak Rowerowy jest odpowiedni zarówno dla rowerzystów długodystansowych, jak i dla osób wybierających się na jednodniowe wycieczki, umożliwiając podróżnym dostosowanie trasy do własnych preferencji.

EuroVelo 10 – Nadbałtycki Szlak Rowerowy promuje zrównoważoną turystykę, sprzyja współpracy transgranicznej i wspiera lokalną gospodarkę wzdłuż swojego przebiegu. Dzięki ciągłym ulepszeniom infrastruktury i usług przyjaznych rowerzystom EuroVelo10 staje się jedną z najważniejszych nadmorskich tras rowerowych w Europie.

TRASY ROWEROWE

Pomorza Zachodniego



Pomorze Zachodnie zaprasza na długodystansowe trasy rowerowe o łącznej długości 1100 km. Trasy tworzą spójną sieć w ramach której do dyspozycji rowerzystów oddane zostały Trasa Blue Velo (nr 3), Trasa Velo Baltica (EuroVelo10 i 13), Trasa Pojezierzy Zachodnich (nr 20), Stary Kolejowy Szlak (nr 15) oraz trasa Wokół Zalewu Szczecińskiego. Pomorze Zachodnie rozbudowuje sieć o kolejne trasy rowerowe m.in. Berlin-Szczecin-Kołobrzeg. Trasy te przebiegają przez całe województwo komunikując ze sobą wiele miast i atrakcji turystycznych. Trasy stanowią połączone wspólnym oznakowaniem odcinki nowych i istniejących dróg rowerowych, dróg publicznych o małym natężeniu ruchu oraz dróg leśnych. Dzięki temu każdy niezależnie od kondycji fizycznej czy rodzaju roweru może komfortowo i bezpiecznie przemierzać Pomorze Zachodnie.



+48 91 454 27 67



rowery@wzp.pl



<https://rowery.wzp.pl>

Interreg
South Baltic



Co-funded by
the European Union



BALTIC
BIKING
UPGRADE



Pomorze
Zachodnie





EuroVelo10 - znana jako Nadbałtycki Szlak Rowerowy, to licząca ponad 9000 kilometrów przygoda rowerowa łącząca dziewięć krajów wokół Morza Bałtyckiego. Ta różnorodna trasa oferuje rowerzystom wspaniałe nadmorskie krajobrazy, bogate dziedzictwo kulturowe i ciepłą gościnność w Danii, Estonii, Finlandii, Niemczech, Łotwie, Litwie, Polsce i Szwecji. Od piaszczystych plaż i historycznych miast hanzeatyckich po malownicze obszary wiejskie, EuroVelo10 zapewnia niezrównane wrażenia rowerowe zarówno dla miłośników długich dystansów, jak i jednodniowych wycieczek.

+48 91 454 27 67

rowery@wzp.pl

<https://en.eurovelo.com/ev10>

Interreg
South Baltic

Co-funded by
the European Union

BALTIC
BIKING
UPGRADE

10
Baltic Sea Cycle Route

Miejsca Przyjazne Rowerzystom



Pomorze Zachodnie jako region przyjazny rowerzystom posiada system rekomendacji miejsc, w których podróżujący na dwóch kółkach mogą znaleźć nocleg na minimum dobę, przechować bagaż czy naprawić sprzęt. Podstawowymi założeniami systemu rekomendacji Miejsc Przyjaznych Rowerzystom w województwie zachodniopomorskim są: ujednolicenie poziomu świadczonych usług, czytelna informacja o udogodnieniach i atrakcjach dostępnych na trasie rowerowej oraz łatwe wyszukiwanie podmiotów należących do sieci. System Pomorza Zachodniego działa na podobnych zasadach jak inne systemy w Polsce (Małopolska, Green Velo) oraz w Europie (Bett+Bike w Niemczech, Danii i Austrii).



+48 91 454 25 37



mpr@wzp.pl



<https://rowery.wzp.pl/mpr-y>

Interreg
South Baltic



Co-funded by
the European Union



**BALTIC
BIKING
UPGRADE**



10 dobrych rad dla rowerzysty na EuroVelo10

1. Zaplanuj trasę z wyprzedzeniem

Przeanalizuj przebieg EuroVelo10 na wybranym odcinku, sprawdź aktualne mapy i ewentualne objazdy. Warto też skorzystać z aplikacji rowerowych i tras GPS, które pomogą dokładniej ocenić dystans, czas przejazdu i możliwości noclegowe wzdłuż trasy.

2. Sprawdź stan techniczny roweru

Regularna kontrola roweru to podstawa bezpieczeństwa. Sprawdź ciśnienie w oponach, zużycie klocków hamulcowych, napięcie linek i stan napędu. Zabierz odpowiednie narzędzia i zestaw naprawczy.

3. Zadbaj o widoczność

Na nadmorskich drogach często panuje mgła i pogorszone warunki widoczności. Wyposaż się w przednie i tylne lampki o dużej mocy, najlepiej z trybem migającym. Załóż elementy odblaskowe na plecak, kask oraz koła, aby zwiększyć widoczność z każdej strony.

4. Zabierz odpowiednie ubranie

Warstwowy ubiór pozwala dopasować się do zmieniającej się pogody. Lekka kurtka przeciwwiatrowa i przeciwdeszczowa jest szczególnie ważna przy jeździe wzdłuż wybrzeża. W chłodniejsze dni przyda się bielizna termiczna, a latem przewiewne, szybkoschnące materiały.

5. Nawadniaj się regularnie

Picie małymi porcjami pozwala utrzymać energię i uniknąć odwodnienia. Miej przy sobie zapasową butelkę wody.



6. Znaj zasady ruchu drogowego

EuroVelo10 - Nadbałtycki Szlak Rowerowy przebiega przez różne typy nawierzchni — ścieżki rowerowe, drogi lokalne i odcinki wspólne z pieszymi. Szanuj zasady ruchu, aby zwiększyć bezpieczeństwo swoje i innych. Zachowaj ostrożność, sygnalizuj manewry i ustępuj pierwszeństwa, gdy wymaga tego sytuacja.

7. Rób przerwy na odpoczynek

Planowanie przerw pomaga uniknąć przeciążenia mięśni i bólu pleców. Podczas postojów rozciągnij nogi, napij się wody i zjedz drobną przekąskę. Wzdłuż EuroVelo10 znajduje się wiele punktów widokowych i miejsc do odpoczynku, które pozwalają cieszyć się krajobrazem i złapać oddech podczas podróży.

8. Chroń skórę przed słońcem

Jazda blisko morza oznacza większe odbicie promieni UV. Stosuj krem z wysokim filtrem, nie zapominając o karku, uszach i dłoniach. Okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV chronią wzrok, a przewiewna czapka pod kaskiem zapobiega przegrzaniu.

9. Zabierz podstawowe narzędzia i apteczkę

W małej apteczce warto mieć plastry, bandaż elastyczny, maść przeciwoarciową, środki dezynfekujące oraz niewielkie nożyczki. Oprócz multitoola przydatne są trytytki i taśma naprawcza — pomogą w awaryjnych sytuacjach, gdy coś poluzuje się lub odpadnie.

10. Szanuj naturę i lokalne społeczności

Jadąc przez tereny przyrodnicze, trzymaj się wyznaczonych ścieżek, aby chronić lokalny ekosystem. Nie zakłócaj spokoju zwierząt, zwłaszcza w rezerwach i obszarach chronionych. Pamiętaj również, aby wspierać lokalne biznesy — to sposób na budowanie dobrej atmosfery wokół rowerzystów.



10 miejsc, które warto odwiedzić na EuroVelo10

1. Kopenhaga (Dania)

Stolica Danii to symbol europejskiej kultury rowerowej. Posiada rozbudowaną sieć ścieżek, mostów rowerowych i udogodnienia, które czynią jazdę przyjemną i bezpieczną. Nowoczesna architektura miesza się tu z historycznymi ulicami, a nadmorska atmosfera sprawia, że Kopenhaga jest jednym z najbardziej inspirujących punktów EuroVelo10.

2. Karlskrona (Szwecja)

Miasto zostało zbudowane na kilkudziesięciu wyspach i stanowi jeden z najważniejszych ośrodków marynarki wojennej Szwecji. Wpisane na listę UNESCO zachwyca układem urbanistycznym, muzeami i pięknymi widokami na archipelag. To idealne miejsce, aby połączyć rowerową wyprawę z lekcją historii i poznaniem kultury regionu.

3. Sztokholm (Szwecja)

Stolica Szwecji położona na 14 wyspach to jedno z najbardziej malowniczych miast Europy. Stare Miasto, zachwyca wąskimi uliczkami i średniowiecznymi kamienicami. Sztokholm oferuje liczne muzea, piękne bulwary, widoki na archipelag oraz świetne ścieżki rowerowe prowadzące wzdłuż wody. To idealne miejsce, by połączyć intensywne zwiedzanie z nadmorskim klimatem.

4. Helsinki (Finlandia)

Helsinki to stolica, w której miejski rytm płynnie łączy się z naturą. Miasto rozciąga się na wielu wyspach, otoczone zatokami i zielenią. Trasa prowadzi zarówno przez tętniące życiem centrum, jak i wśród nadmorskich krajobrazów. To miejsce, gdzie skandynawski design i architektura współistnieją z dzikim, surowym urokiem fińskiej natury.

5. Tallinn (Estonia)

Tallinn to jedno z najlepiej zachowanych średniowiecznych miast Europy. Mroczne uliczki, baszty, mury obronne i historyczne zaułki tworzą klimat, który przenosi podróżnika kilka wieków wstecz. Jednocześnie stolica Estonii jest nowoczesna i pełna energii, oferując świetną infrastrukturę i piękne widoki na Bałtyk.



6. Ryga (Łotwa)

Stolica Łotwy zachwyca architekturą secesyjną — jedną z najbogatszych w Europie. Stare Miasto z pięknymi placami, bulwarami i widokami na Dźwinę zapewnia świetny przystanek na EuroVelo10. Ryga łączy atmosferę wielkiego miasta z przyjaznym, spokojnym klimatem.

7. Kłajpeda i Mierzeja Kurońska (Litwa)

Kłajpeda, tętniący życiem port nad Morzem Bałtyckim, to dopiero początek atrakcji — prawdziwym skarbem jest Mierzeja Kurońska, rozciągająca się za miastem. Ten niezwykły półwysep pełen jest piaszczystych wydm, gęstych lasów i urokliwych wiosek rybackich, tworząc niemal bajkowy krajobraz. Przejazd rowerem wzdłuż Mierzei to relaksująca przygoda dla każdego miłośnika przyrody i nadmorskiej ciszy.

8. Stralsund (Niemcy)

Historyczne hanzeatyckie miasto położone nad cieśniną Strelasund. Jego imponująca, ceglana architektura gotycka, piękne muzea oraz widok na most prowadzący na wyspę Rugię czynią je jednym z najciekawszych punktów niemieckiego wybrzeża. Stare Miasto wpisane jest na listę UNESCO, a świetne ścieżki wzdłuż nabrzeża sprawiają, że Stralsund to obowiązkowy przystanek na EuroVelo10.

9. Świnoujście (Polska – Pomorze Zachodnie)

Świnoujście to jedyne w swoim rodzaju miasto wyspiarskie, rozłożone na kilkudziesięciu wyspach i otoczone wodą z niemal każdej strony. Zachwyca rozległymi plażami, nowoczesną promenadą, tętniącym życiem portem oraz imponującą latarnią morską — jedną z najwyższych w Europie. To naturalny punkt wejścia na polski odcinek EuroVelo10.

10. Trójmiasto – Gdańsk, Sopot, Gdynia (Polska – Pomorze)

Trójmiasto, serce polskiego wybrzeża na EuroVelo10, łączy nadmorski klimat z bogatą historią i nowoczesnością. Gdańsk urzeka atmosferą dawnego portu hanzeatyckiego i malowniczymi uliczkami, Sopot przyciąga eleganckim moło i kurortowym charakterem, a Gdynia zachwyca modernistyczną architekturą, otwartymi przestrzeniami i spektakularnymi klifami. To doskonałe miejsce, by odkrywać różnorodność Bałtyku.

