

POLSKA
POMORSKIE

New Journey





4	—	BĄDŹ JAK TIGER WOODS
6	—	PEŁEN STÓŁ
14	—	NA WŁAŚCIWYM KOŃCU SZLAKU
18	—	PO ZDROWIE I URODĘ
24	—	RELAKS CIAŁA I UMYŚŁU
30	—	NA ZAKUPY
32	—	JAK WILK MORSKI

POLSKA. WIELE HISTORII, WIELE OPOWIEŚCI. NA PEWNO ZNASZ ICH MNÓSTWO.

Ale czy wiedziałeś, że Polska to również miejsce, w którym wypoczniesz i zregenerujesz ciało i umysł? Zaskoczony? Tak myśleliśmy. To uczucie, które najczęściej towarzyszy przyjeżdżającym do Polski z dalekich stron. Bo Polska to nowoczesny i dynamicznie rozwijający się kraj. Gościnny i otwarty, pełen uśmiechniętych ludzi z pasją.

PO PROSTU PRZYLEĆ DO GDAŃSKA I ROZPOCZNIJ PRZYGODĘ.

Dynamiczna metropolia zwana Trójmiastem doskonale harmonizuje z sąsiadującą krainą tysiąca jezior Warmii i Mazur oraz Pomorzem Zachodnim. Pobyt w mieście doskonale wypełnisz zajęciami z bogatej oferty turystycznej i rekreacyjnej. Regenerację sił zapewnią ci gabinety SPA, a po szaleństwie zakupowym czas już tylko na poznanie smaków kuchni regionalnej. Niezależnie od tego na co się zdecydujesz, wszystko pozytywnie cię zaskoczy doskonałym poziomem i rozsądnymi cenami.

Dogodne połączenia komunikacyjne, wysoka jakość usług, a także konkurencyjność cenowa sprawia, że twoja podróż do Polski stanie się niezapomnianym wspomnieniem. Będziesz tu wracać.



WWW.POMORSKIE.TRAVEL



WYDAWCA:
Pomorska Regionalna
Organizacja Turystyczna
AL. WĄLY JAGIELLOŃSKIE 2A
80-887 GDAŃSK
WWW.PROT.GDA.PL
INFO@PROT.GDA.PL
TEL.: +48 58 732 70 40



PARTNER:
Samorząd Województwa
Pomorskiego



PRODUCENT:
Anywhere.pl
UL. KOŚCIUSZKI 61
81-703 Sopot
BIURO@ANYWHERE.PL
WWW.ANYWHERE.PL

ŹRÓDŁO ZDJEĆ:
URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO
REPOZYTORIUM ZDJEĆ ISIT,
POMORSKA REGIONALNA
ORGANIZACJA TURYSTYCZNA –
REPOZYTORIUM PROT
ARCHIWUM UM GDAŃSK, ARCHIWUM
UM Sopot, ARCHIWUM UM GDYNIA,
FOTOLIA.COM



Wydawnictwo dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach zadania „Incoming Poland – rozwój konkurencyjnych produktów turystyki przyjazdowej poprzez uruchomienie narzędzi wsparcia dla branży turystycznej regionu pomorskiego”



4-5
GOLF

WWW.POMORSKIE-PRESTIGE.EU

BĄDŹ JAK TIGER WOODS

Golf to piękna i wcale nie elitarna wręcz rodzinna dyscyplina sportu, a uprawiać mogą ją całe pokolenia – przekonują miłośnicy tego wiekowego, brytyjskiego sportu. Choćaż Polska dopiero buduje swoją golfową tradycję, Pomorskie coraz bardziej wyróżnia się na europejskiej mapie.

JUŻ W SAMYM REGIONIE ZNAJDUJE SIĘ KILKA ciekawych obiektów wśród których prym wie-dzie *Sierra Golf Club*, a jeśli jeszcze dołączymy do tego grona sąsiadujące z Pomorskim *Sand Valley Golf & Country Club* tworzy nam się iście królew-skie zaplecze.

Jednym z najbardziej prestiżowych pól golfo-wych o klasie mistrzowskiej w Europie jest kom-pleks *Sierra Golf Club* położony w Pętkowicach koło Wejherowa, czyli około 25 km od Trójmiasta. Co czyni Sierrę perelką, która dotrzymuje kroku najlepszym na świecie? Na 82 hektarach (par 72) mieści się pełnowymiarowe, osiemnastodółko-we pole klasy mistrzowskiej – jest wyposażone w nowoczesny driving range (26 osłoniętych od deszczu stanowisk), putting, chipping i pitching green. Zaprojektowane przez mistrza w swoim

fachu – Camerona Sinclaira – oferuje swoim gościom wszystko, czego mogliby wymagać od klubu golfowego. I więcej. Pięknu przyrody to-warzyszy bowiem najnowocześniejsza elektro-nika. Wyposażone w GPS i 11-calowe dotykowe ekrany wózki, zostały połączone siecią wi-fi, dzięki czemu można na bieżąco śledzić wyniki, czytać porady czy po prostu swobodnie poruszać się po polu. Za pomocą tego systemu można też informować o zmianach pogodowych czy nawet zamówić drinka z baru. Goście mają również do dyspozycji luksusowy lecz przyjazny Dom Klubowy i świetną bazę hotelową. To wszystko składa na się na idealne miejsce na organizację największych imprez tak sportowych, jak i bizne-sowych czy nawet po prostu rodzinnych.

Pod Gdańskiem znaleźć można dwa kolejne świetne 18- dołkowe pola o wysokim standardzie. 28 kilometrów od miasta znajduje się *Postołowo Golf Club*. Ten projekt Jeremy’ego Turnera zaj-muje 100 hektarów, zaś sama trasa profesjonalna ma ponad 7 kilometrów. Natomiast w Pasłęku (80 km od Gdańska, region warmińsko-mazurski) ulokowane zostało *Sand Valley Golf & Country Club*. Założony przez fińskiego golfowego przed-siębiorcę ten ośrodek przywiązuje ogromną wagę do golfowej tradycji polegającej na pozostaniu bli-sko natury i własnego poznawania pola golfowego. Zamierzeniem było stworzenie pola, które będzie przypominało projekty pochodzące z początków XX wieku. Gra na nim wymaga od zawodników dokładnego osądu sytuacji i umiejętności dosto-sowania strategii do warunków.

W Pomorskim dostępne są także mniejsze, 9-dółkowe ośrodki, jak choćby *Tokary Golf Club* i *Golf Club Zajączkowo*. Są to doskonale miejsca dla tych, którzy nigdy wcześniej nie mieli stycz-ności z tym sportem. W obu klubach pracują świetni instruktorzy pracujący zgodnie ze stan-dardami Professional Golf Association, którzy przykładają wagę nie tylko do wyników, ale także

+ PRZYDATNE ADRESY

SIERRA GOLF CLUB

Pętkowice
WWW.SIERRAGOLF.PL
KAMILA.PIEPER@SIERRAGOLF.PL

SAND VALLEY GOLF & COUNTRY CLUB

Pasłęk
WWW.SANDVALLEY.PL
PAWEL.OSIAK@SANDVALLEY.PL

POSTOŁOWO GOLF CLUB

Postołowo
WWW.POSTOLOWO.COM
OFFICE@POSTOLOWO.COM

TOKARY GOLF CLUB

Tokary
WWW.TOKARYGOLF.PL
BIURO@TOKARYGOLF.PL

GOLF CLUB ZAJĄCZKOWO

Kobylnica
WWW.GOLFZAJAZD.COM.PL
RECEPCJA@GOLFZAJAZD.COM.PL

GOLF PARK CITY

Gdynia
GOLFPARKCITY.PL
INFO@GOLFPARKCITY.PL

golfowej etykiety. Nie trzeba się także martwić o sprzęt – można go wypożyczyć na miejscu a nauczyciele pomogą w wyborze. Są to też pola z potencjałem i ambicjami. Obecnie w Tokarach trwają prace związane z rozbudową infrastruk-tury i podniesieniem klasy pola do rangi peł-nowymiarowych 18 dołków. Tokary dzieli od Gdańska dystans zaledwie 20 kilometrów. Liczy 45 hektarów i zwraca uwagę dzięki niezwyklemu ukształtowaniu terenu, charakterystycznemu dla Szwajcarii Kaszubskiej. Po lekcjach pod okiem instruktorów można sprawdzić swoich sił w bar-dziej profesjonalnych turniejach. Aby zdobyć Zieloną Kartę Polskiego Związku Golfowego wystarczy 10 godzin nauki oraz dwugodzinny eg-zamin teoretyczny. Karta daje możliwość gry na polach w całej Polsce oraz wzięcia udziału w tur-niejach dla początkujących.

Widzimy się zatem na polu. ■

**ABY ZDOBYĆ ZIELONĄ KARTĘ POLSKIEGO ZWIĄZKU GOLFOWEGO
WYSTARCZY 10 GODZIN NAUKI ORAZ DWUGODZINNY EGZAMIN
TEORETYCZNY. KARTA DAJE MOŻLIWOŚĆ GRY NA POLACH W CAŁEJ
POLSCE ORAZ WZIĘCIA UDZIAŁU W TURNIEJACH DLA POCZĄTKUJĄCYCH.**

GOLF 4 / 5

PAKIER GREEN FEE

W SIERRA GOLF CLUB Z NOCLEGIEM

SZCZEGÓŁY I CENY: WWW.SIERRAGOLF.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ Green Fee na 18-dółkowe pole mistrzowskie
- ✓ Green Fee na Akademii Golfa [9-dółków]
- ✓ zadaszony driving range z putting oraz pitching area
- ✓ zakwaterowanie w Sierra Apartments
- ✓ dwa symulatory golfa
- ✓ wynajem boksów na sprzęt golfowy i szafek ubraniowych w pełni wyposażonej szatni
- ✓ dostęp do restauracji w Domu Klubowym

PAKIER NOCLEG I GREEN FEE

SZCZEGÓŁY I CENY:
WWW.SIERRAGOLF.PL
WWW.SANDVALLEY.PL
SIERRAGOLF@SIERRAGOLF.PL
INFO@SANDVALLEY.PL

3 DNIOWY. W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w Sierra Golf Club lub Sand Valley (do wyboru)
- ✓ 2 x śniadanie
- ✓ 3 x całonogie Green Fee na 18-dółkowym polu mistrzowskim (w tym jedno Green Fee na polu golfowym poza miejscem pobytu)

5 DNIOWY. W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w Sierra Golf Club 2 noclegi w Sand Valley
- ✓ 4 x śniadanie
- ✓ 4 x całonogie Green Fee na 18-dółkowym polu mistrzowskim

DWUDNIOWY PAKIER POBYTOWY

W TOKARY GOLF CLUB

SZCZEGÓŁY I CENY: WWW.TOKARYGOLF.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ dwa śniadania i obiady w restauracji Roda
- ✓ możliwość gry w golfa a na polu 9- lub 18-dółkowym
- ✓ dostęp do infrastruktury do innych dyscyplin sportowych: Penanque (boules), jazdy konnej, tenisa ziemnego
- ✓ noclegi w Dworku Oleńka w Tuchomiu, hotelu Blick w Gdyni lub Villi BB w Baninie



6—13

KULINARIA

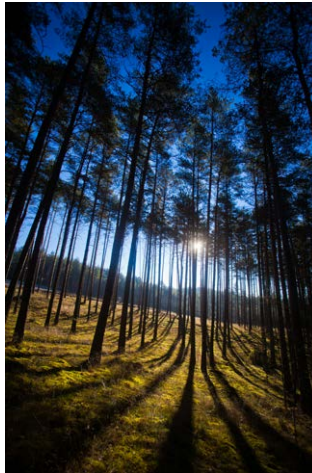
PEŁEN STÓŁ

Głodni?

Pozwólcie się ugościć
po pomorsku.

TRADYCYJNA LOKALNA KUCHNIA, JAK SAMA nazwa wskazuje, jest uzależniona od geografii. Im bardziej zróżnicowany i sprzyjający zwierzętom i roślinom teren, tym ciekawsze potrawy na stołach jego mieszkańców. Pomorskie jest w tej kategorii zdecydowanie zwycięzcą. Jest tu wszystko – morze, jeziora, rzeki, lasy, pola, pastwiska oraz ludzie, którzy wiedzą jak przygotować posiłek od momentu zapewnienia sobie odpowiednich składników.

Nie bez kozery region ten kojarzy się wielu z rybami. Poprzecinany jest rzekami, poplamiony jeziorami i sąsiaduje z bogatym w ryby Morzem Bałtyckim. Dlatego też tradycje rybołówstwa i spożywania ryb są tu stare, ale żywe. Niemal w każdej restauracji ważną część menu stanowią potrawy z ryb. To właśnie nich najczęściej szukają także odwiedzający Pomorze. Nic więc dziwnego, że miejscowi szefowie kuchni specjalizują się w przyrządzaniu takich potraw. Na tutejszych stołach króluje śledź. Najcenniejsze są tłuste matiasy, które poławia



IM BARDZIEJ ZRÓŻNICOWANY I SPRZYJAJĄCY ZWIERZĘTOM I ROŚLINOM TEREN, TYM CIEKAWSZE POTRAWY NA STOŁACH JEGO MIESZKAŃCÓW. POMORSKIE JEST W TEJ KATEGORII ZDECYDOWANIE ZWYCIĘZCĄ. JEST TU WSZYSTKO – MORZE, JEZIORA, RZEKI, LASY, POLA, PASTWISKA ORAZ LUDZIE, KTÓRZY WIEDZĄ JAK PRZYGOTOWAĆ POSIŁEK OD MOMENTU ZAPEWNIENIA SOBIE ODPOWIEDNIH SKŁADNIKÓW.

się głównie w maju i czerwcu. Najpopularniejsza i najbardziej tradycyjna wersja to marynowane śledzie, podawane z cebulą, olejem lub śmietaną oraz z ziemniakami w mundurkach. Na taki okaz po kaszubsku warto wpaść choćby do restauracji *Velevetka* w Gdańsku. Z kolei w sopockim *Bulaju* szef kuchni Artur Moroz proponuje skosztować matiasa z marchwią i szparagami.

O ile śledź nie traci na popularności od lat, to jednak nie zdominował pomorskich menu w sposób absolutny. O uznanie smakoszy rywalizuje m.in. z miejscowymi rybami słodkowodnymi, pośród których prym wiodą szczególnie węgorz, szczupak i sielawa poławiane z Jezior Raduńskich na Kaszubach. Węgorze i sielawy (zwane przez kaszubskich rybaków „kaszubskimi śledziami”) zwykło się wędzić w beczce. Szczupaki z kolei przyrządza się na wiele sposobów. W *Bulaju* w Sopocie podawany jest w wersji marynowanej. W menu restauracji znajdziecie również potrawy z innych miejscowych ryb – carpaccio z dorsza, tatar z łososia bałtyckiego czy zupę rybną. Z kolei restauracja *Targ Rybny – Fishmarkt*, zlokalizowana w Gdańsku, niemal przy samej Motławie, proponuje potrawy z łososia, halibuta czy okonia morskiego. W poszukiwaniu tradycyjnych i nowoczesnych dań rybnych



warto także zajrzeć do kart restauracji *Kubicki* w Gdańsku, *Białej* w Hotelu Bryza w Juracie, *Czarny Kos* w Borkowie czy *Wave* w Hotelu Sheraton w Sopocie. Z kolei w *Palacu Poraj* czeka na smakoszy nie lada rarytas – zachwalane przez cenionego krytyka kulinarnego Macieja Kuronia roladki z pstrąga z masłem chrzanowym.

Kolejny rozdział w geograficznej mapie Pomorza to lasy. Oferują szefom kuchni zarówno owoce, jak i grzyby oraz – niezwykle cenioną przez smakoszy – dziczyznę. Na talerzach coraz częściej odnaleźć można potrawy przyrządzane przy użyciu jagód, malin, jeżyn, poziomek, dzikiej róży czy jarzębiny, niezwykle zresztą popularnej pośród gości z północnego wybrzeża Bałtyku. Restauracje korzystają z usług lokalnych dostawców, dzięki czemu klient dostaje produkty najwyższej jakości. Oczywiście sezon na owoce leśne nie trwa przez cały rok.

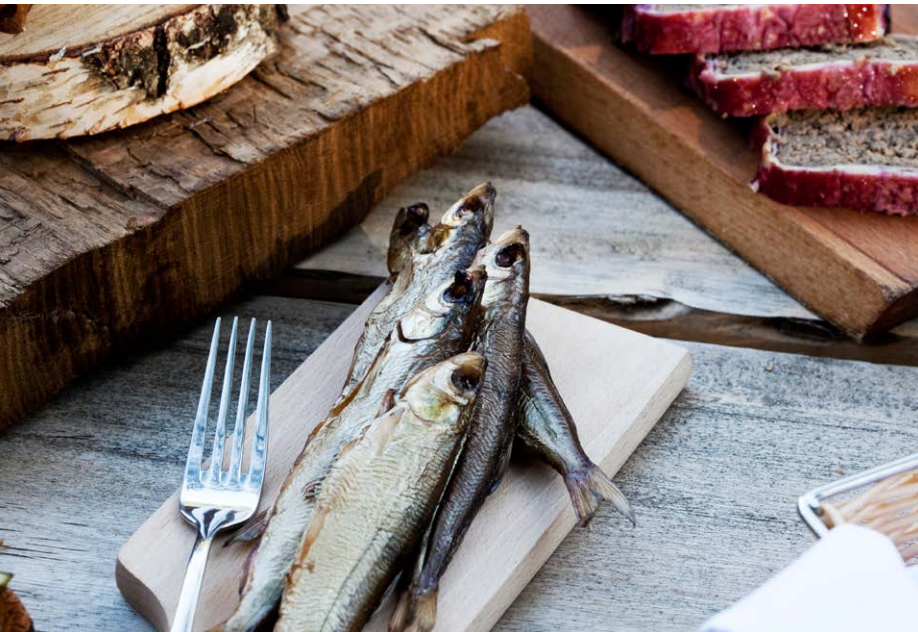
Po zbiorach restauratorzy przetwarzają je na konfitury i soki, z których mogą korzystać także zimą. Podobnie jest z grzybami – są suszone lub marynowane w tradycyjny sposób. Tak samo robi się zresztą w wielu pomorskich domach. Tej trudnej, ale niezwykle wartej zachodu sztuki można się nauczyć w Akademii Kulinarnej Fument. Lasy to również dziczyzna. W lokalach Trójmiasta i okolic na stoły trafia mięso dzików i saren. W restauracji *Inspiracja* w Pałacu Kościeszym w Przyjaźni serwowane jest mięso z sarny z kruszonką z orzechów i chrustem z chleba wieloziarnistego. Sarnie mięso jest delikatne, ale zdecydowane w smaku – dodatek w postaci sosu anyżowo-pietruszkowego, perfum sosnowych i sześciu rodzajów soli smakowych sprawia, że warto do Przyjaźni zajrzeć choćby tylko na obiad. Z darów lasu korzystają także szefowie kuchni w gdańskich restauracjach: *Filharmonia*, *Kokieteria* w Hotelu Hanza oraz *Szafarnia 10*, gdzie miłośników dziczyzny na pewno skuszą żeberka z dzika marynowane w occie winnym, jałowcu, rozmarynie, tymianku, czosnku i odrobiny oleju. Dodatkowo spotkanie z owocami lasu przeżyjesz w *1906 Gourmet Restaurant* w Pałacu Ciekocinko w Ciekocinku oraz *Piano* w Hotelu Chopin w Pruszczu Gdańskim. Natomiast do *Palacu Poraj* w Poraju warto zajrzeć jesienią, by skosztować pieczonego mięsiwa przygotowywanego w tradycyjny sposób – m.in. schabu po staropolsku ze śliwkami, wołowej pieczeni Belzebuba, szynki z dzika, udźca jelenia czy wątróbki z dzika z jabłkami i miodem. Widać zatem, że lasy żywią Pomorzan również w XXI wieku.

Oczywiście w kuchni pomorskiej, jak każdej polskiej, nie brakuje mięs. Od kilku lat odżywa tradycja przyrządzania gęsiny i kaczki, dzięki czemu coraz częściej lądują one na naszych stołach. Smakosze zauważyli bowiem, że nasycenie tutejszej trawy jodem i solą morską sprawiają, że gęsie i kaczki mięso ma tutaj wyjątkowy smak. W tym przekonaniu można się utwierdzić przekraczając

progi restauracji *Thusta Kaczka* w Gdyni. Ukryta nieco na uboczu w Orłowie oferuje w kwestii kaczek to co najlepsze. Absolutną koniecznością jest skosztowanie podwędzanej kaczki piersi z polentą, truskawkami, botwiną, malinami, octem balsamicznym i zielonym pieprzem. Potrawy z kaczki znajdują się również w kartach restauracji *Velevetka* w Gdańsku, *Bulaj* w Sopocie, *Kozi Gród* w Pomlewie. Z kolei o dania z gęsiny warto zapytać w *Inspiracji* w Pałacu Kościeszym, *Kokieterii* w Hotelu Hanza czy *Nordowi Mól* w Celbowie. *Zielona Brama* w Przywidzu oferuje znakomite gęsie udko z młodą kapustą, pieczonym jabłkiem, smażoną gruszką, konfiturą z dyni, suszonych śliwek i żurawiny.

Wszelkiego rodzaju drób to nie wszystko, co oferują okoliczne stoły. Czy jedliście kiedyś królika? Jeśli chcecie spróbować jego mięsa w najlepszej postaci zajrzyjcie do restauracji *Piwna 47 Food & Wine* w Gdańsku na skok z królika ze śmietaną, groszkiem, karmelizowanymi marchewkami, miętą i purée ziemniaczanym. Zupełnie inne po-





dejsćcie do kaszubskich mięs proponuje restauracja *Delmonico Cut Steakhouse*, którą znajdziecie w Sopocie. Jak sama nazwa wskazuje, jej specjalnością są steki. Przyrządzane są tam z najwyższej jakości mięsa rasy Wagyu (w kategorii marmurkowatości ocenianego bardzo często poza skalą). Wagyu to co prawda rasa pochodząca z Azji, ale stado Delmonico znalazło swoją przystań na 240 hektarach lasów i łąk w samym sercu Kaszub.

Kolejna przystań na mapie regionalnych smaków to sery. Wbrew pozorom sery zwykle się przyrządzać nie tylko w górach, ale właści-

wie w całej Polsce. Te z Pomorskiego pochodzą głównie z mleka krowiego i koziego. Najbardziej znanym z nich jest Słupski Chłopczyk – pleśniowy camembert, który wytwarzany jest w Słupsku od 1925 roku. Tradycyjnie wyrabia się także ser topiony na parze z kminkiem, powstający na bazie domowego twarogu. Prym w produkcji serów wiodą nie wielkie zakłady mleczarskie, a niewielkie tradycyjne, często rodzinne serownie. Na mapie warto zaznaczyć sobie Zagrodę Rakowiec,

w której powstaje 15 gatunków serów, Osadę Burego Misia czy w końcu rodzinną Kaszubską Kozę, gdzie sery wyrabia się ręcznie, jak za dawnych lat. Produkty tych i innych wytwórców także stanowią inspirację dla szefów kuchni. W restauracji *Zielona Brama* w Przywidzu można skosztować sera koziego z rakiem, towarzyszącego sałacie malinowej z rumianą perliczką, które oprószone są orzeszkami pinii. Restauracja *Filharmonia* proponuje za to jagnięcinę sous vide wraz z ziemniakami, pietruszką i pieczonymi pomidorami oraz emulsją z koziego sera. Z kolei w *1906 Gourmet Restaurant* w Pałacu Ciekocinko zostaniemy powitani kwiatem cukinii z kozim serem. Regionalne sery trafiają jednak nie tylko w ręce szefów kuchni. Nic nie stoi na przeszkodzie, by samemu opracowywać przepisy na ich podstawie czy dołączyć je do swoich śniadań i przekąsek. Wystarczy wybrać się np. na Targ Śniadaniowy, który odbywa się w weekendy od maja do września w Sopocie i Gdańsku, na Wolny Targ w Gdańsku czy do Jadłostajni Kolibki w Gdyni i zrobić zakupy.

NIE BEZ KOZERY REGION TEN KOJARZY SIĘ WIELU Z RYBAMI. POPRZECINANY JEST RZEKAMI, POPLAMIONY JEZIORAMI I SĄSIADUJE Z BOGATYM W RYBY MORZEM BAŁTYCKIM. DLATEGO TEŻ TRADYCJE RYBOŁÓWSTWA I SPOŻYWANIA RYB SĄ TU STARE, ALE ŻYWE. NIEMAL W KAŻDEJ RESTAURACJI WAŻNĄ CZĘŚĆ MENU STANOWIĄ POTRAWY Z RYB. TO WŁAŚNIE NICH NAJCZĘŚCIEJ SZUKAJĄ TAKŻE ODWIEDZAJĄCY POMORZE.

Na listę zakupów polecamy także wpisać miody. O tutejszych tradycjach pszczelarskich pisali jeszcze starożytni. Dzisiaj w pomorskim znajduje się ponad 30 tysięcy uli. Pszczółły cenią sobie chłodniejszy klimat oraz bogactwo przyrodnicze okolicy. Dzięki temu pszczelarze dostarczają na nasze stoły tradycyjne miody pszczołkowskie (o unikalnym smaku, dzięki zbieraniu ich z obszaru zbiorów rzepaku) i wielokwiatowe miody kaszubskie, które zbierane są od połowy maja do końca sierpnia.



Na osobny rozdział zasłużyła sobie kaszubska truskawka. Jest zdecydowanie słodsza i bardziej aromatyczna niż owoce pochodzące z innych regionów kraju. Jest jednocześnie mniejsza, ma jasnoczerwoną skórkę i nieco przypomina smakiem poziomkę leśną. Wszystko to dzięki innej glebie, ukształtowaniu terenu i chłodniejszemu klimatowi Kaszub, na który wpływa przede wszystkim obecność Morza Bałtyckiego. Najcenniejsze są truskawki z upraw na słonecznych stokach wzgórz morenowych Pojezierza Kaszubskiego – to one właśnie zostały wpisane do europejskiego systemu nazw i oznaczeń geograficznych. Ów wpis jest gwarantem jakości, ponieważ wymusza przestrzegania rygorystycznych norm – przy uprawie stosowane są jedynie środki oparte na naturalnych składnikach, a zbiory odbywają się wyłącznie ręcznie.

Kiedy w czerwcu i lipcu truskawka kaszubska zaczyna trafiać do okolicznych szefów kuchni warto zajrzeć choćby do restauracji *Sztuczka* w Gdyni, w której gości ona jako element deserów, przystawek i dań głównych. W *Gdańskim Bowke* w Gdańsku natomiast skosztować można polędwicy z jelenia z kaszubskimi truskawkami, nutą chili i szparagami. Z kolei w *Starym Browarze w Kościerzynie* serwowana jest lekka sałatka z pieczonym na różowo rostbefem, truskawkami, pomidorkami, roszponką, sałatą rzymską, prażonym sezamem i ziołowym sosem vinaigrette. W karcie znajdują się także tradycyjne ruchanki, czyli kaszubskie placki z domową konfiturą z truskawek, malin, gruszek i żurawiny oraz pizza z czekoladą i truskawkami.

Po obfitym posiłku warto wspomnieć trawienie. Najlepiej oczywiście postawić na tradycję. Nasz region również w kwestii alkoholi ma do zaoferowania interesujący wybór. Na największą uwagę zasługują dwa likiery – Goldwasser i Machandel. Ten pierwszy, zwany gdańską wódką, wygląda naprawdę wyjątkowo – w gęstym alkoholu pływają drobiny prawdziwego złota, które mają ponoć zbawienne dla zdrowia właściwości. Korzenie Goldwassera sięgają XVI wieku, co czyni go jednym z najstarszych likierów świata. Na kieliszek tego trunku warto udać się do restauracji pod wszystko mówiącą nazwą *Goldwasser* w Gdańsku. Z kolei Machandel to likier jałowcowy, przygotowywany według starej niderlandzkiej receptury. Degustuje się go w towarzystwie wędzonej żuławskiej śliwki. Na spróbowanie zapraszamy do restauracji *Pod Łososiem* w Gdańsku.

Na koniec zostawiliśmy sobie najpopularniejszy trunek, czyli piwo. Można zaryzykować tezę,

że nie byłoby bez piwa Gdańska. Wytwarzano je tutaj już w średniowieczu, a na przełomie XIV i XV wieku w Gdańsku i okolicy było ponad 400 browarów! Dziś prym znów wiodą regionalne produkty. Żeby doświadczyć, jak naprawdę smakuje piwo z Pomorskiego, zapraszamy szczególnie do najstarszego browaru restauracyjnego w Gdańsku – *Brovarni*, zlokalizowanej przy samej Motławie. Warzy się tutaj trzy rodzaje – jasne, ciemne i pszeniczne. W *Gdańskim Bowke* można łyknąć naturalnego niepasteryzowanego piwa o tej samej nazwie, które powstaje w rodzinnym browarze. *Stary Browar Kościerzyna* też nie wziął swojej nazwy znikąd – piwo warzy się tu od ponad 150 lat!

To jak? Głodni? ■



HISTORIA PIWOWARSTWA

PAKIET DLA MIŁOŚNIKÓW PIWA

SZCZEGÓŁY:

WWW.HOTELGDANSK.COM.PL
WWW.BROVARNIA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ wyśmienita kolacja w postaci specjalności Restauracji Hotelu Gdańsk: miodowa golonka pieczona w piwie z sosem z wędzonych jabłek, zasmażaną kapustą i musztardowym purée
- ✓ degustacja piw warzonych w Brovarni Hotelu Gdańsk: jasnego, ciemnego i pszenicznego [3x 0,3 l]
- ✓ seminarium piwowara Brovarni Hotelu Gdańsk, który opowie o procesie warzenia piwa i podzieli się ciekawostkami o piwie
- ✓ zwiedzanie warzelni
- ✓ 2 noclegi w pokoju dwuosobowym lub jednoosobowym
- ✓ doskonałe śniadania w formie bufetu z regionalnymi specjałami w Restauracji Hotelu Gdańsk
- ✓ regenerujący i pobudzający Masaż Piwny, który polepsza krążenie i dodaje energii
- ✓ nieograniczony dostęp do Centrum Saun ekskluzywnego Med Spa (do dyspozycji sauna fińska z koloroterapią, sauna parowa z efektem gwieździstego nieba, grota solno-lodowa, salon wypoczynkowy)

TAJEMNICE KOŚCIERSKIEGO BROWARU

SZCZEGÓŁY: WWW.STARYBROWARKOSCIERZYNA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ zwiedzanie Starego Browaru Kościerzyna
- ✓ możliwość prześledzenia krok po kroku procesu warzenia piwa i poznania tajników pracy piwowara

- ✓ degustacja specjałów Starego Browaru Kościerzyna: piw, dań oraz produktów charakterystycznych dla Kościerzyny

Stary Browar Kościerzyna to również hotel*, regionalna restauracja, pizzeria, pub oraz centrum handlowe*

KULINARNA PODRÓŻ

Z NOCLEGIEM W PAŁACU KOŚCIESZY

SZCZEGÓŁY: WWW.PALACKOSCIESZY.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ nocleg w pokoju De Luxe w Pałacu Kościesz w Przyjaźni
- ✓ śniadanie w hotelowej restauracji
- ✓ kolacja w hotelowej restauracji „Inspiracja”, w skład której wchodzi 8-daniowe menu degustacyjne (dania rybne, owoce morza, świeże warzywa, mięsa, desery)

SPOTKANIE Z KUCHNIĄ MENONICKĄ

SZCZEGÓŁY: WWW.HOTELCHOPIN.GDA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ kolacja w Restauracji Piano w Hotelu Chopin z potrawami przygotowanymi na podstawie oryginalnych receptur menonickich z produktów lokalnych dostawców (kommst borscht, czyli zupa z kapusty i pomidorów na obfitym bulionie mięsnym – tradycyjna receptura z połowy XVI wieku; verenikje – pierogi z maki mielonej w miejscowym młynie z nadzieniem z przetartego bobu; holuptchi – kapusta faszerowana mięsem, cebulą i niepaloną białą kaszą gryczaną; pluma moos – zupa z suszonych owoców z gęstą śmietaną na zimno lub gorąco; bubbaht – swojska kielbasa z domowej wędzarni ze smażoną cebulą upieczoną w cieście drożdżowym przygotowanym na mące orkiszowej]

**Oferta dostępna dla grup powyżej 10 osób. Możliwość noclegu w Hotelu Chopin według cennika dla grup.*

KULINARNE DOŚWIADCZENIE W TRÓJMIEŚCIE

SZCZEGÓŁY: WWW.TPOTRAVEL.COM

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 4 noce i śniadania w hotelu 3- lub 4-gwiazdkowym w centrum Gdańska, w pokoju dwuosobowym
- ✓ 3 lunche
- ✓ 3 kolacje w restauracji (m.in. dania kaszubskie i muzyka na żywo, dania rybne)
- ✓ 1 kolacja w hotelu
- ✓ rejs statkiem na Hel
- ✓ zwiedzanie Trójmiasta z lokalnymi przewodnikami
- ✓ bilety wstępu na zaplanowane atrakcje (m.in. Europejskie Centrum Solidarności, Muzeum Zamkowe w Malborku)
- ✓ seminarium dotyczące procesu warzenia piwa oraz uroczyste otwarcie beczek z piwem
- ✓ transport autokarem
- ✓ ubezpieczenie
- ✓ podatek

LIVE COOKING W RESTAURACJI BIAŁEJ

SZCZEGÓŁY: WWW.BRYZA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ noclegi w Hotelu Bryza w Juracie w pokojach typu standard lub apartamenty
- ✓ śniadania z widokiem na morze
- ✓ kolacje w formie bufetów połączone z gotowaniem na żywo* (świeże smażone ryby, ryby wędzone, krewetki, dania grillowane)
- ✓ voucher na 25 zł/os/dzień na dowolne zabiegi spa lub masaże

- ✓ bezpłatny parking strzeżony

**od ostatniego weekendu VI do końca VIII live cooking odbywa się w Restauracji Markiza*

DEGUSTACJA W DELMONICO CUT STEAKHOUSE

SZCZEGÓŁY: WWW.DELMONICOCUT.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ degustacja jednego z trzech oferowanych menu degustacyjnych: (I menu: przystawka, zupa, dodatki do dania głównego, 3 rodzaje steków z wołowiny Wagyu, desery; II menu: przystawka, zupa, dodatki do dania głównego, 7 rodzajów steków z wołowiny Wagyu, desery, wino do kolacji, cygaro; III menu: przystawka, zupa, dodatki do dania głównego, udziec jagnięcy i kotleciki jagnięce, desery, wino do kolacji, cygaro) – wszystkie degustacje prowadzone są przez kucharza, który opowiada o daniach przy gościach, objaśnia tajniki hodowli oraz specyfikę genetyczną bydła i owiec ze stada Delmonico
- ✓ możliwość obejrzenia hodowli
- ✓ możliwość noclegu na Kaszubach [80 zł/osoba] lub w Hotelu Opera w Sopocie

+ PRZYDATNE ADRESY

1906 GOURMET RESTAURANT, PAŁAC CIEKOCINKO

Ciekocinko
WWW.PALACCIEKOCINKO.PL
RESTAURANT@PALACCIEKOCINKO.PL

BIAŁA, HOTEL BRYZA

Jurata
WWW.BRYZA.PL
RECEPCJA@BRYZA.PL

BIAŁY KRÓLIK, QUADRILLE CONFERENCE & SPA

Gdynia
WWW.BIAŁY-KROLIK.PL
RESTAURACJA@BIAŁY-KROLIK.PL

BROVARNIA, HOTEL GDAŃSK

Gdańsk
WWW.BROVARNIA.PL
INFORMACJA@BROVARNIA.PL

BULAJ

Sopot
WWW.BULAJ.PL
BIURO@BULAJ.PL

CZARNY KOS

Barkowo koło Żukowa
WWW.CZARNYKOS.PL
INFO@CZARNYKOS.PL

DELMONICO CUT STEAKHOUSE

Sopot
WWW.DELMONICOCUT.PL
REZERWACJE@DELMONICOCUT.PL

FILHARMONIA

Gdańsk
WWW.RESTAURACJAGDANSK.PL
BIURO@RESTAURACJAFILHARMONIA.PL

GDAŃSKI BOWKE

Gdańsk
WWW.GDANSKIBOWKE.COM
INFO@GDANSKIBOWKE.COM

INSPIRACJA, PAŁAC KOŚCIESZY

Przyjaźń
WWW.PALACKOSCIESZY.PL
REZERWACJE@PALACKOSCIESZY.PL

KOKIETERIA, HOTEL HANZA

Gdańsk
WWW.RESTAURACJAKOKIETERIA.PL
INFO@RESTAURACJAKOKIETERIA.PL

KOZI GRÓD

Pomlewo
WWW.KOZIGROD.PL
KOZIGROD@KOZIGROD.PL

KUBICKI

Gdańsk
WWW.RESTAURACJAKUBICKI.PL
KONTAKT@RESTAURACJAKUBICKI.PL

NORDOWI MÓL

Celbowa koło Pucka
WWW.NORDOWIMOL.PL
MARKETING@NORDOWIMOL.PL

PAŁAC PORAJ

Wicko
WWW.PALACPORAJ.PL
PORAJ@PORAJ.ORG

PIANO, HOTEL CHOPIN

Pruszcz Gdański
WWW.HOTELCHOPIN.GDA.PL
RECEPCJA@HOTELCHOPIN.GDA.PL

PIWNA 47 FOOD&WINE

Gdańsk
WWW.PIWNA47.PL
INFO@PIWNA47.PL

RESTAURACJA ZAMKOWA, ZAMEK W KROKOWEJ

Krokowa
WWW.ZAMEKKROKOWA.PL
RECEPCJA@ZAMEKKROKOWA.PL

STARY BROWAR KOŚCIERZYNA

Kościerzyna
WWW.STARYBROWARKOSCIERZYNA.PL
RECEPCJA@STARYBROWARKOSCIERZYNA.PL

SZAFARNIA 10

Gdańsk
WWW.SZAFARNIA10.PL
RESTAURACJA@SZAFARNIA10.PL

SZTUCZKA

Gdynia
WWW.SZTUCZKA.COM
REZERWACJASZTUCZKA@GMAIL.COM

TARG RYBNY – FISHMARKT

Gdańsk
WWW.TARGRYBNY.PL
RESTAURACJA@TARGRYBNY.PL

TLUSTA KACZKA

Gdynia
WWW.TLUSTAKACZKA.PL
REZERWACJE@TLUSTAKACZKA.PL

VELEVETKA

Gdańsk
WWW.VELEVETKA.PL
RESTAURACJA@VELEVETKA.PL

WAVE, HOTEL SHERATON

Sopot
WWW.SHERATON.PL/SOPOT
SOPOT@SHERATON.COM

ZIELONA BRAMA

Przywicz
WWW.ZIELONABRAMA.COM.PL
RESTAURACJA@ZIELONABRAMA.COM.PL

PAKIETY KULINARNE



14-17

BURSZTYN

WWW.POMORSKIE-PRESTIGE.EU

NA WŁAŚCIWYM KOŃCU SZLAKU

Na przestrzeni setek, a nawet tysięcy lat nikogo w Europie nie trzeba było przekonywać o walorach bałtyckiego bursztynu. To nie zmieniło się do dziś, więc jeśli nie wiesz, ile do zaoferowania ma ten kruszec i dlaczego Pomorskie z niego słynie, koniecznie nadrób zaległości.

NIE BĘDIEMY WYJAŚNIAĆ CZYM WŁAŚCIWIE jest bursztyn i jak wygląda – jego sława sięga daleko poza zasięg naszego magazynu. Wskażemy jednak kilka miejsc na mapie Pomorskiego, gdzie o jantarze można dowiedzieć się jeszcze więcej, zobaczyć jak się go wydobywa, obrabia, co można z niego zrobić oraz jak wykorzystać go dla własnego zdrowia.

Pomorskie jest na samym końcu Szlaku Bursztynowego – drogi, którą pokonywali kupcy i wydobywcy z całej Europy, by w końcu dotrzeć do bogatego w ten kruszec Morza Bałtyckiego. Pamiątką tego szlaku jest autostrada A1 (europejskie oznaczenie E75), która zaczyna się nad Bałtykiem, docelowo ma zaś kończyć się po drugiej stronie kontynentu, nad Adriatykiem, i nosi nazwę AmberOne. Bursztyn wydobywa-

W STOLICY WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO, GDAŃSKU, JANTAR OBRABIA SIĘ OD WIEKÓW. NAJSTARSZE ŚLADY PRACOWNI BURSZTYNNICZYCH NA TERENIE MIASTA POCHODZĄ Z X WIEKU. DZISIAJ MIASTO NOSI MIANO ŚWIATOWEJ STOLICY BURSZTYNU I SKUPIA PONAD 70% ŚWIATOWEJ PRODUKCJI BIŻUTERII I INNYCH WYROBÓW Z BURSZTYNU.

no na Pomorzu jeszcze w neolicie – 4,5 tys. lat temu. Stąd surowe kamienie oraz kosztowności wędrowały za pośrednictwem kupców do całej Europy, a nawet jeszcze dalej. Dziś niewiele się zmieniło. W Pomorskim bursztyn jest obecny w praktycznie każdej sferze życia – od mody, przez gastronomię, aż do lecznictwa.

W stolicy województwa pomorskiego, Gdańsku, jantar obrabia się od wieków. Najstarsze ślady pracowni bursztyenniczych na terenie miasta pochodzą z X wieku. Dziś miasto nosi miano Światowej Stolicy Bursztynu i skupia ponad 70% światowej produkcji biżuterii i innych wyrobów z bursztynu. Jest też gospodarzem najważniejszych w bursztyenniczej branży targów Amberif (podczas którego odbywa się Gala Mody i Bursztynu, prezentująca najnowsze trendy zastosowania drogocennej żywicy w modzie) i Ambermart oraz Forum Miast Szlaku Bursztynowego, jak również posiedzeń i seminariów Światowej Rady Bursztynu. W Gdańsku znajduje się także „Bursztynowa Pięta Aleja”: ulice Mariacka, Długa i Długi Targ oraz Długie Pobrzeże. To właśnie na tych czterech ulicach znajduje się najwięcej sklepów i galerii, w których sprzedawana jest unikalna biżuteria i elementy dekoracji mieszkań, oczywiście wykonane przy użyciu bursztynu. W wielu z nich można podpatrywać przy pracy najlepszych rzemieślników obrabiających jantar. W galeriach dowiemy się także jak odróżnić prawdziwy bałtycki bursztyn od falsyfikatu. W tutejszej Akademii Sztuk Pięknych działa także Pracownia Biżuterii prowadzona przez cenionego projektanta profesora Sławomira Fijałkowskiego. Pracownia każdego roku wydaje „Trendbook”, który sumuje i streszcza aktualne trendy. Również tak ważne i charakterystyczne wydarzenia, jak Jarmark św. Dominika i Święto Ulicy Mariackiej chętnie nawiązują do bursztynu. Gdańsk jest też związany z bursztynem na po-

ziomie administracyjnym. Nominuje się tutaj bowiem Ambasadora Bursztynu, którego zadaniem jest popularyzować w Polsce i na świecie zalety omawianego kruszcu. W takim mieście nie może też zabraknąć Muzeum Bursztynu. Jest to nowoczesniejsze gdańskie muzeum, w którym zwiedzający poznają pochodzenie, walory, sposoby wydobycia i obróbki jantaru. Swoje wystawy o burszynie zwiedzającym prezentują także gdańskie Muzeum Archeologiczne oraz Centrum Edukacji Archeologicznej „Błękitny Lew” oraz Muzeum Inkluzy w Burszynie mieszczące się na Wydziale Biologii Uniwersytetu Gdańskiego – czeka tutaj ponad 5500 bryłek kruszcu z 13 tysiącami inkluzji zwierzęcych. Nawet stadion piłkarski w Gdańsku jest bursztynowy. Znajdujący się w dzielnicy Letnica obiekt był jedną z najpiękniejszych aren Euro 2012 i przypomina ogromny bursztyn. Można go podziwiać z bliska lub nawet od środka, ale także jako element panoramy miasta – wygląda wtedy jak duży, piękny, wyrzucony przez morze na brzeg okaz.

Największa firma bursztyennicza w Polsce – Manufaktura S & A – ma swoją siedzibę w Gdyni. Firma nie tylko przoduje w wyrobach jubilerskich, ale także otworzyła swój zakład dla zorganizowanych grup. Turystom poświęcony jest program Amber Emotions, w ramach którego mogą oni posłuchać historii i ciekawostek o obróbce kruszcu, a także nauczyć się odróżniać bursztyn bałtycki od podróbek, czy w końcu zapoznać się z jego właściwościami prozdrowotnymi. Jantaru nie brakuje rzecz jasna także w życiu artystycznej dzielnicy miasta – Orłowa. W zlokalizowanym tutaj, tuż przy samej plaży, Zespole Szkół Plastycznych uczniowie uczą się fotografowania bursztynu w mikroskali.

Ulokowany między Gdańskiem a Gdynią Sopot też siłą rzeczy nie może się obejść bez jantaru. To w końcu miasto artystów i desi-

gnu. Na słynnym sopockim festiwalu autorom i wykonawcom najlepszych piosenek przyznaje się Bursztynowego Słowika zaprojektowanego przez mieszkającego nigdzie indziej jak w Sopocie Bogdana Mirowskiego. W kurorcie tworzy także Lucjan Myrta, którego specjalnością jest kreowanie naturalnych odmian bursztynu monumentalnych przedmiotów wypełnionych rzezbami i obrazami. Na poszukiwania życiowych inspiracji warto też zajrzeć na Sopot Fashion Days – miłośnicy „złota Bałtyku” na pewno nie będą zawiedzeni.

Miastem o długiej i bogatej tradycji bursztyenniczej jest także Słupsk. Mieścił się tutaj jeden z pierwszych na Pomorzu (starszy nawet od gdańskiego) cechów zrzeszających rzemieślników obrabiających ten kruszec. Nazywano ich „Paternostermacher”, czyli wytwórcami różańców. Z czasem w miejsce różańców zaczęły także powstawać uchwyty do sztuców. Warto także dodać, że wizytówką miasta jest Niedźwiadek Szczęścia, dziś obecny głównie jako maskotka rozdająca dzieciom cukierki w centrum Słupska. Niedźwiadek swój rodowód ma jednak w bursztynowej figurce przedstawiającej to zwierzę. Obecnie w mieście można kupić repliki oryginalnego wisiora, będącego prawdopodobnie talizmanem łowcy niedźwiedzi, a pochodzącego sprzed 6 tysięcy lat. Oryginał przechowywany jest w muzeum w Stralsundzie.

Jednym z ciekawszych miejsc na bursztynowej mapie Pomorskiego jest miejscowość o wiele mówiącej nazwie Jantar, leżąca w gminie Stegna. Tutaj każdego roku, począwszy od 1999, odbywają się Mistrzostwa Świata w Polawianiu Bursztynu. Warto zaznaczyć, że wielu mieszkańców gminy Stegna trudni się tym zajęciem. W niedalekiej Steganie mieści się z kolei Muzeum Bursztynu „Bursztynowa Komnata” – na wystawie prezentowane są tam eksponaty brył bursztynu i inkluzji pochodzące z prywatnych zbiorów właściciela. Ciekawym eksponatem jest także drzewo oczekujące bursztynem.

Jedną z największych kolekcji bursztynu znajduje się w Muzeum Zamkowym w Malborku. Olbrzymi krzyżacki zamek jest domem dla wystawy przedstawiającej przedmio-

ty wykonane z jantaru na przestrzeni wieków. Znajduje się ona w piwnicy Zamku Średniego – warto o niej pamiętać podczas zwiedzania.

Bursztyn jest też wpleciony w historię Pruszcza Gdańskiego. Na jego terenie istniał niegdyś ośrodek handlowy zwany faktorią. Położone na zbiegu szlaków handlowych miało zaczęło zarabiać dobre pieniądze na handlu bursztynem, dlatego w Pruszczu rychło zaczęły rozwijać się warsztaty rzemieślnicze. W 2011 roku otwarta została rekonstrukcja dawnej osady handlowej – można w niej zobaczyć jak żyli dawni mieszkańcy Pomorza, ale także uczestniczyć w lekcjach muzealnych poświęconych dawnemu rękodzielnictwu i rzemiosłom.

Rzecz jasna te atrakcje to nie jedyny sposób, w jaki bursztyn jest obecny w codziennym życiu Pomorza. Wpływa on praktycznie na wszystkie sfery. Jest obecny m.in. w gastronomii czy usługach SPA. Pomorscy szefowie kuchni inspirować się kruszczem przy tworzeniu i wymyślaniu kolejnych dań czy komponowaniu menu dla swoich lokali. „Złoto Bałtyku” jest także obecne w ośrodkach SPA – dzięki swoim leczniczym właściwościom stało się bazą dla produkcji wielu kosmetyków, ale także jest używane podczas rytuałów i zabiegów. Tak naprawdę wystarczy rozejrzeć się dookoła po Pomorskim, a kolejne pozycje, atrakcje i ciekawostki związane z bursztynem same będą wpadać do naszego planu pobytu.

Niemal każde z pomorskich miast i miasteczek ma bursztyn wplątany w swoją historię. W wielu z nich mieszkają i pracują poławiacze bursztynu czy rzemieślnicy zajmujący się jego obróbką. To właśnie tutaj powstały przecież takie dzieła jak legendarna Bursztynowa Komnata i bursztynowy Ołtarz w kościele św. Brygidy. Gdzie zatem szukać najpiękniejszych wyrobów z jantaru i najlepszych o nim informacji? W Pomorskim! ■

AMBERMODA

SZCZEGÓŁY:
AMBERMODA
MG@AMBERMODA.COM
WWW.AMBERMODA.COM

Autorska galeria i pracownia, w której można podpatrywać złotników i szlifierzy bursztynu przy pracy podczas projektowania, szlifowania i lutowania biżuterii. Odbývają się tu także wystawy sztuki złotniczej i bursztynniczej cenionych autorów oraz autorskie wyroby właścicieli galerii.

ZOSTAŃ WŁADCĄ BURSZTYNU

SZCZEGÓŁY:
JOYEVENT.PL / TRAVEL & EVENT AGENCY
JOYEVENT@JOYEVENT.PL
WWW.JOYEVENT.PL

Gra miejska „Władcy Bursztynu” to unikalna metoda na poznanie historii i właściwości tego kruszcu. Gracze wcielają się w średniowiecznych kupców, których zadaniem jest odebranie bursztynu oraz dostarczenie go do umówionego miejsca o umówionej godzinie rosyjskim kupcom zmierzającym Bursztynowym Szlakiem do Akwilei. W trakcie rozgrywki uczestnicy muszą wypełnić zadania i rozwiązać zagadki oraz odnaleźć łączników, którzy podzielą się z nimi drogocennymi informacjami. Gra „Władcy Bursztynu” – to oferta nagrodzona w konkursie na najlepszy produkt turystyczny Gdańska, organizowanym przez Gdańską Organizację Turystyczną.

W zależności od ustalonych zadań uczestnikami imprezy mogą być zarówno dzieci (grupy szkolne) jak i dorośli (grupy turystyczne, imprezy integracyjne, firmowe). Jest to rodzaj gry miejskiej, czyli gry, której planszą jest przestrzeń miejska a pionkami stają się sami uczestnicy.

MUZEUM BURSZTYNU

SZCZEGÓŁY:
MUZEUM BURSZTYNU
BURSZTYN@MHMG.GDA.PL
WWW.MHMG.GDA.PL/BURSZTYN

Muzeum Bursztynu zlokalizowane w zabytkowym Zespole Przedbramia ulicy Długiej to najnowocześniejsze gdańskie muzeum, a jednocześnie jedna z najciekawszych w regionie wystaw poświęconych bursztynowi. Zwiedzający poznają pochodzenie, walory i sposoby obróbki kruszcu, a także mogą podziwiać wykonane z niego współczesne dzieła sztuki.

MUZEUM ARCHEOLOGICZNE W GDAŃSKU

SZCZEGÓŁY:
MUZEUM ARCHEOLOGICZNE
MAG@ARCHEOLOGIA.PL
WWW.ARCHEOLOGIA.PL

Stala ekspozycja „Z bursztynem przez tysiąclecia” to pierwsza tego typu wystawa w powojennej Polsce. Można na niej zobaczyć naturalne formy, unikalne odmiany oraz inkluzje. Wystawa przedstawia także przebieg Szlaku Bursztynowego i niektóre znalezione na nim odkrycia archeologiczne. Najstarsze obiekty w kolekcji to fragmenty ozdób ze schyłku paleolitu oraz amulety związane z kultem płodności i magią myśliwską i leśną z okresu mezolitu. Prezentowane wyroby zaskakują swoją prostotą, zachwycają pomysłowością, świadczą o rozwoju wyobraźni oraz o doskonaleniu warsztatu bursztynnika na przestrzeni dziejów. Wystawę zamyka współczesne gdańskie rzemiosło artystyczne.

MANUFAKTURA „S & A”

SZCZEGÓŁY:
MANUFAKTURA „S & A”
WWW.S-A.PL

45-minutowy program zwiedzania manufaktury „S & A” umożliwía zapoznanie się ze współczesnymi sposobami obróbki bursztynu i produkcji biżuterii z tego kruszcu. Program obejmuje szlifiernię, dział pracy ręcznej oraz ekspozycję gotowych wyrobów. Zwiedzanie odbywa się z przewodnikiem, skierowane jest do grup zorganizowanych (od 10 osób) po telefonicznym umówieniu.

GALERIA „STYL”

SZCZEGÓŁY:
GALERIA „STYL”
GALERIA@AMBERSTYL.PL
WWW.AMBERSTYL.PL

Należąca do Zbigniewa Strzelczyka – Mistrza Bursztyniarza, Mistrza Złotnika i Mistrza Rzemiosła Artystycznego w jednej osobie – galeria na Długim Pobrzeżu pozwala nie tylko obejrzeć ekspozycję bursztynowej biżuterii, ale także zapoznać się z tajnikami warsztatu. Grupy nie większe niż 10 osób mogą uczestniczyć w wykładach wiedzy o bursztynie, pokazać obróbki (szlifowanie, polerowanie, fasetowanie, rzeźbą), mogą także oglądać mikroskopowe pokazy inkluzji w bursztynie i nauczyć się rozpoznawać prawdziwy bursztyn. Pracownicy opowiadają także o związanej z kruszczem medycynie ludowej czy zasadach projektowania biżuterii. Istnieje także możliwość indywidualnego szlifowania bursztynu.

PAKIETY BURSZTYNOWE

+ PRZYDATNE ADRESY

AMBER MANUFACTURE MICHEL
Gdańsk
WWW.AMPMICHEL.COM.PL
MICHEL@AMBERMANUFACTURE.COM.PL

AMBERMODA
Sopot
WWW.AMBERMODA.COM
MG@AMBERMODA.COM

BIURO PODRÓŻY „SZCZYPTA ŚWIATA”
Gdańsk
WWW.TOURSINGDANSK.PL
INFO@TOURSINGDANSK.PL

GALERIA „MOJA FORMA”
Gdańsk
WWW.MOJAFORMA.COM
LISTY@MOJAFORMA.COM

GALERIA „STYL”
Gdańsk
WWW.AMBERSTYL.PL
GALERIA@AMBERSTYL.PL

GALERIA BURSZTYNOWA
Gdańsk
WWW.AMBERGALLERY.PL
OFFICE@AMBERGALLERY.PL

GALERIA BURSZTYNU „PRESTIGE”
Gdańsk
WWW.GALERIAPRESTIGE.PL
KONTAKT@GALERIAPRESTIGE.PL

JOYEVENT.PL TRAVEL&EVENT AGENCY
Gdańsk
WWW.JOYEVENT.PL
JOYEVENT@JOYEVENT.PL

MANUFAKTURA „S&A”
Gdynia
WWW.S-A.PL
ASYSTENT@S-A.PL

MANUFAKTURA BURSZTYNU W MUZEUM BURSZTYNU
Gdańsk
WWW.S-A.PL
MANUFAKTURA.BURSZTYNU@S-A.PL

MIĘDZYNARODOWY BAŁTYCKI PARK KULTUROWY „FAKTORIA”

Pruszcz Gdański
WWW.FAKTORIA-PRUSZCZ.PL
BIURO@FAKTORIA-PRUSZCZ.PL

MUZEM BURSZTYNU „BURSZTYNOWA KOMNATA”
Stegna
WWW.BURSZTYNOWAKOMNATA.COM
INFO@BURSZTYNOWAKOMNATA.COM

MUZEUM ARCHEOLOGICZNE
Gdańsk
WWW.ARCHEOLOGIA.PL
MAG@ARCHEOLOGIA.PL

MUZEUM BURSZTYNU
Gdańsk
WWW.MHMG.GDA.PL/BURSZTYN
BURSZTYN@MHMG.GDA.PL

MUZEUM INKULZJI W BURSZTYNIE
Gdańsk
WWW.MUZEUM.GDA.PL
BURSZTYN@BIOL.UG.PL

MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU
Malbork
WWW.ZAMEK.MALBORK.PL
INFO@ZAMEK.MALBORK.PL

TARGI BURSZTYNU „AMBERMART”
Gdańsk
WWW.AMBERMART.PL
EWA.RACHON@MTGSA.COM.PL

TEJA TUR
Sopot
WWW.TEJA.COM.PL
TEJA@TEJA.COM.PL

BURSZTYNOWE WYCIECZKI

SZCZEGÓŁY:
BIURO PODRÓŻY „SZCZYPTA ŚWIATA”
BIURO@SZCZYPTASWIATA.COM.PL
INFO@TOURSINGDANSK.PL
WWW.SZCZYPTASWIATA.COM.PL
WWW.TOURSINGDANSK.PL

Biuro Podróży „Szczypta Świata” ma w ofercie specjalny pakiet wycieczek o tematyce bursztynowej, oczywiście po Pomorzu. W wycieczkach mogą wziąć udział grupy zorganizowane oraz osoby indywidualne. Wycieczkami opiekują się najlepsi przewodnicy, mówiący również w językach angielskim, niemieckim, hiszpańskim, francuskim i rosyjskim.

W POGONI ZA BURSZTYNEM

SZCZEGÓŁY:
TEJA TUR
WWW.TEJA.COM.PL

Gra miejska, która przybliży dzieje bursztynu oraz Gdańska. Jej akcja rozgrywa się w przyszłości. Gracze muszą rozwiązać zagadkę zniknięcia złóż bursztynu z terenów Gdańska. Wcielają się w grupę śledczych, która rusza na poszukiwania kruszcu. Uczestnicy akcji poszukiwawczej podążają do kolejnych miejsc Gdańska. Zbierają kolejne części mapy i dodatkowo kamienie bursztynu oraz zapamiętują informacje o historii Miasta. Po zebraniu wszystkich części układanki i złożeniu ją w całość, uzyskają mapę z zaznaczonym punktem końcowym, gdzie skryli się złodzieje cennego bursztynu. Uczestnicy muszą odpowiedzieć na zadane pytania, które pozwolą zdobyć im dodatkowe kamienie. Wygrywa grupa, która uzbiera najwięcej bursztynów.

AMBER MANUFACTURE MICHEL

SZCZEGÓŁY:
AMBER MANUFACTURE MICHEL
WWW.AMPMICHEL.COM.PL

Amber Manufacture Michel to firma zajmująca się produkcją bursztynowej biżuterii. Jej wyroby prezentowane są w należącej do niej galerii na Długim Pobrzeżu w Gdańsku. W lokalu przedstawia się także proces wytwarzania biżuterii z bursztynu zarówno tradycyjnymi, jak i współczesnymi metodami, a także historię bursztynu i szlaku bursztynowego, inkluzje w bursztynie i ciekawostki na jego temat.

MIĘDZYNARODOWY BAŁTYCKI PARK KULTUROWY „FAKTORIA”

SZCZEGÓŁY:
MIĘDZYNARODOWY BAŁTYCKI PARK KULTUROWY „FAKTORIA”
BIURO@FAKTORIA-PRUSZCZ.PL
WWW.FAKTORIA-PRUSZCZ.PL

Rekonstrukcja faktorii handlowej, która znajdowała się na terenie Pruszcza Gdańskiego między I a V w. n.e. Można w niej znaleźć ekspozycję muzealną Chata Wodza, miejsce spotkań z żywą archeologią pod nazwą Hala Targowa oraz rekonstrukcje Chaty Bursztyniarza i Chaty Kowala, w których w unikalny sposób łączą się nowoczesne technologie i bogactwo zabytków archeologicznych z pięknem bursztynowych eksponatów.

MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU

SZCZEGÓŁY:
MUZEUM ZAMKOWE W MALBORKU
INFO@ZAMEK.MALBORK.PL
WWW.ZAMEK.MALBORK.PL

W Muzeum Zamkowym w Malborku znajduje się stała ekspozycja bursztynu. Zawiera przedmioty wykonane z jantaru pochodzące z różnych epok – od czasów prehistorycznych począwszy na współczesności skończywszy. Dużą część wystawy stanowią XVII-XVIII-wieczne szkatuły, ołtarzyki, sztucce, świeczniki, plastyka figuralna i biżuteria. Ekspozycja znajduje się w piwnicy skrzydła wschodniego Zamku Średniego i jest jedną z największych w Polsce i na świecie.

BURSZTYNOWA GALERIA

SZCZEGÓŁY:
BURSZTYNOWA GALERIA
WWW.AMBERGALLERY.PL

Prestżiowa galeria z wieloletnim doświadczeniem w sprzedaży najciekawszej biżuterii bursztynowej. Obok klasycznego wzornictwa, galeria proponuje innowacyjne rozwiązania i nowoczesne projekty, takie jak bursztyn połączony z diamentami. W galerii można wziąć udział w wykładach na temat pochodzenia bursztynu czy metod jego wydobycia. Prowadzone są także lekcje odróżniania prawdziwego bursztynu bałtyckiego od falsyfikatów.



18–23
ZDROWIE

PO ZDROWIE I URODĘ

Choć może było to trochę niespodziewane, to jednak w ostatnich latach Pomorze stało się jednym z ważniejszych regionów pod względem turystyki medycznej i zdrowotnej.



DO POMORSKIEGO CHĘTNIE ZJEŻDŻAJĄ turyści z praktycznie całego świata. Wielu z nich przyjeżdża tutaj nie tylko po to, żeby zwiedzać i zażywać kąpeli słonecznych, ewentualnie powdychać jodu, ale także podreperować zdrowie czy poprawić urodę. Nic dziwnego – tutejsze kliniki i centra medyczne oferują nie tylko najwyższej jakości usługi wykonywane przy pomocy najnowocześniejszego sprzętu, ale także atrakcyjne ceny.

POWRÓT DO SPRAWNOŚCI

Przebyta operacja czy zabieg to tak naprawdę zawsze tylko początek procesu dochodzenia do zdrowia. Równie ważna, a przecież trwająca znacznie dłużej, jest rehabilitacja. Zdają sobie sprawę z tego faktu i lekarze, i pacjenci. Dlatego też najlepsze centra rehabilitacyjne niezmiennie cieszą się powodzeniem.

W pomorskich klinikach stawia się na kompleksową rehabilitację, przez co mamy na myśli nie tylko przywrócenie pacjentowi sprawności ruchowej, ale także zadbanie o emocjonalną, społeczną, psychiczną i zawodową sferę jego życia. Dlatego też zatrudniają one nie tylko najlepszych lekarzy, pielęgniarki, fizjoterapeutów i rehabilitantów, ale także psychologów i dietetyków.

W poszczególnych centrach do formy wracają pacjenci po zabiegach ortopedycznych, chirurgicznych i neurochirurgicznych, po oparzeniach i problemach neurologicznych. Dlatego też w wie-

lu miejscach funkcjonują specjalnie przygotowane symulacje warunków środowiska domowego – rekonwalescent ma pełną możliwość powrotu do normalnej aktywności. Aby to było możliwe plan rehabilitacji jest za każdym razem konstruowany przy udziale pacjenta i jego rodziny.

Dużym atutem pomorskich centrów rehabilitacji jest ich lokalizacja. Dzięki temu proces powrotu do sprawności nie ogranicza się do zwykłych ćwiczeń, ale jest uzupełniony o możliwość relaksu na łonie natury czy na plaży. Każdy lekarz przecież wie, że pozytywne nastawienie pacjenta to połowa sukcesu.

Jedną z wiodących placówek rehabilitacyjnych jest *Klinika Krojanty* w miejscowości Krojanty koło Chojnic. Położony na skraju Borów Tucholskich ok. 2 godzin od Gdańska, ośrodek specjalizuje się w leczeniu schorzeń kręgosłupa, narządów ruchu i bólu głowy, a jego system leczenia polega w dużej mierze na zwiększeniu odporności organizmu na stres i przeciążenia. Pracujący w Krojantach specjaliści zajmują się także rehabilitacją po operacjach ortopedycznych i złamaniach, rehabilitacją przedoperacyjną, odnową biologiczną wraz z programem antystresowym czy uaktywnianiem osób starszych.

Z kolei *Ośrodek Rehabilitacyjno-Wypoczynkowy „Neptun”* w Jantarze (ok. 40 km od Gdańska) oferuje m.in. dwutygodniowe turnusy rehabilitacyjne dla osób niepełnosprawnych. Podczas 14 dni uczestnicy mają zapewnione posiłki, zakwaterowanie, opiekę medyczną i rehabilitacyjną, zabiegi, zajęcia fakultatywne (jak choćby wieczory kulinarne czy karaoke) a także możliwość korzystania

z infrastruktury rekreacyjnej na terenie ośrodka. W „Neptunie” dostępne są m.in. kryty basen, komora kriogeniczna, grota solna, hydroterapia, fizykoterapia, masaże, kinezyterapia, światłolecznictwo i balneoterapia.

Na rehabilitacyjnej mapie Pomorza warto zaznaczyć także pięciogwiazdkowy hotel *Grand Lubicz – Uzdrawisko Ustka* w Ustce, zlokalizowany w odległości 150 km od Gdańska. Tam na rekonwalescentów czeka 25 gabinetów oferujących usługi z zakresu balneoterapii, hydroterapii, termoterapii, światłoterapii, elektroterapii, kinezyterapii i gabinety do masażu i inhalacji. Prowadzone jest tam leczenie chorób ortopedyczno-urazowych, układu nerwowego, reumatologicznych, kardiologicznych i nadciśnienia, rehabilitacja kobiet po mastektomii, leczenie cukrzycy, chorób endokrynologicznych, osteoporozy i chorób zawodowych. Ustka słynie ponadto z wód solankowych i pokładów leczniczej borowiny, które w połączeniu z bogatym w jod nadmorskim klimatem potrafią zdziałać cuda.

Z cudami można mieć także do czynienia w *Hotelu Kuracyjnym* w Gdyni. Świetni specjaliści znający najnowsze metody rehabilitacji i nowoczesny sprzęt są tam gwarantami sukcesu. Poza rehabilitacją ortopedyczną prowadzone są tam też rehabilitacja ginekologiczna, leczenie bólu kręgosłupa, terapia dla pacjentów z chorobą zwyrodnieniową stawów i dla dzieci z wadami postawy. Dostępne są też specjalne programy, m.in. relaksacyjny, przeznaczony dla osób przemęczonych życiem zawodowym. Centrum Rehabilitacji i Odnowy Biologicznej funkcjonujące przy hotelu oferuje też 7- i 14-dniowe turnusy rehabilitacyjne – warto się z nimi zapoznać planując przyjazd nad morze.

WIDZIEĆ NA RÓŻOWO BEZ RÓŻOWYCH OKULARÓW

W Pomorskim z powodzeniem rozwiązuje się także problemy ze wzrokiem. W tutejszych gabinetach okulistycznych można często spotkać zagranicznych pacjentów, których przyciąga wysoka jakość leczenia i niskie ceny.

W Pomorskim leczy się skutecznie praktycznie wszystkie choroby wzroku i oczu. Oferowane są najwyższej jakości usługi, niezależnie od tego,

czy chodzi o podstawowe badania wzroku i dobranie pierwszej pary okularów czy soczewek kontaktowych, czy specjalistyczną diagnostykę i precyzyjny zabieg chirurgiczny.

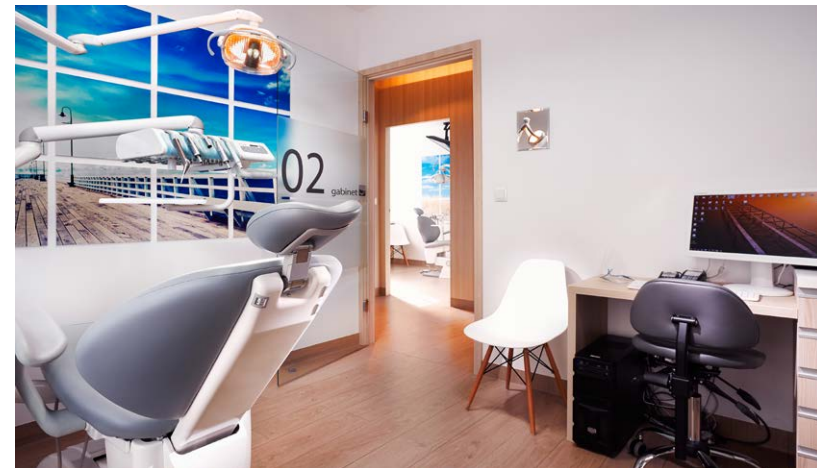
Okuliści i chirurdzy skutecznie leczą zaćmę, jaskrę, choroby rogówki, przeprowadzają laserowe operacje oczu, specjalizują się także w neurookulistyce, chirurgii plastycznej okolic gałki ocznej czy chirurgii refrakcyjnej. Skutecznie leczy się tutaj choćby zeza czy choroby siatkówki. Wszystko to przy pomocy najnowocześniejszego sprzętu.

Okulistyka to jednak także opieka pozabiegowa. Właściciele klinik okulistycznych i zatrudniona w nich kadra zadbała o to, żeby sale pooperacyjne oraz nadzór nad procesem dochodzenia do zdrowia pacjentów stały na jak najwyższym poziomie.

Pacjenci, którzy przyjeżdżają do Pomorskiego leczyć wzrok, chwalą sobie *Profesorskie Centrum Okulistyki* w Gdańsku. W zakresie usług wykonywanych przez Centrum jest pełen zakres zabiegów okulistycznych, leczenie chorób oczu, dobor miękkich i twardych soczewek kontaktowych, czy w końcu pełen zakres zabiegów i badań okulistyki dziecięcej.

WGRYŻ SIĘ W POMORZE

Żeby wgryźć się w Pomorskie (lub cokolwiek innego) trzeba mieć czym. Każdy, kto doświadczył kiedyś bólu zęba zdaje sobie sprawę, że o uzębienie lepiej dbać zawczasu. Tym bardziej, że na turystów czeka całe mnóstwo regionalnych potraw i smaków, obok których trudno przejść obojętnie.



Być może dlatego pośród turystyki medycznej, która rozwija się w Trójmieście i okolicach, ważną gałąź stanowi stomatologia.

I znów – najnowszy sprzęt i najlepsi fachowcy: jest to wizytówka nie tylko rehabilitacji i okulistyki, ale także pomorskich gabinetów stomatologicznych.

Nie bez powodu jedna z najlepiej ocenianych placówek stomatologicznych nosi nazwę *Europejskiego Centrum Implantologii i Estetyki*. W gdańskim centrum *Vivadental* – bo o tej placówce mowa – leczą się pacjenci z całej Europy. Vivadental specjalizuje się właściwie we wszystkim, co związane z zębami: implantologii, odbudowie kości, chirurgii stomatologicznej, protezycie, endodoncji, periodontologii, higienizacji, ortodoncji, wybielaniu zębów czy leczeniu zębów u dzieci. Dzięki temu leczenie jest kompleksowe – pacjent nie musi korzystać z trzech różnych gabinetów i usług kilku różnych lekarzy zajmujących się różnymi specjalizacjami. Co więcej, plan

leczenia jest ustalany indywidualnie dla każdego pacjenta z uwzględnieniem jego potrzeb. Cały proces odbywa się bezboleśnie dzięki stosowaniu komputerowego znieczulenia miejscowego lub ogólnego. Vivadental ma praktycznie nieograniczone możliwości diagnostyczne, technologiczne i terapeutyczne, dzięki czemu w jednym miejscu można całkowicie zmienić swój uśmiech. Warto nadmienić, że Vivadental nie tylko leczy, ale także prowadzi badania naukowe nad implantami, dzięki czemu lekarze Centrum mają dostęp do najnowocześniejszych technik i technologii.

Inną wiodącą placówką jest gdańska *Klinika Uśmiechu Perfect Smile*. Jej założyciele – lekarze dentyści implantolodzy Marek Markiewicz i Tomasz Zarański – od samego początku obrali sobie za cel leczenie, które będzie skuteczne, ale także mało inwazyjne i możliwe szybkie. Perfect Smile jako jedna z nielicznych placówek stosuje leczenie interdyscyplinarne, które nie skupia się na jednym zębie, ale na całym uzębieniu i jego roli

DO POMORSKIEGO CHĘTNIE ZJEŻDŻAJĄ TURYSŃCI Z PRAKTYCZNIE CAŁEGO ŚWIATA. WIELU Z NICH PRZYJEŹDŻA TUTAJ NIE TYLKO PO TO, ŻEBY ZWIEDZĄĆ I ZAŻYWAĆ KĄPIELI SŁONECZNYCH, EWENTUALNIE POWDYCHAĆ JODU, ALE TAKŻE PODREPEROWAĆ ZDROWIE CZY POPRAWIĆ URODĘ. NIC DZIWNEGO – TUTEJSZE KLINIKI I CENTRA MEDYCZNE OFERUJĄ NIE TYLKO NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI USŁUGI WYKONYWANE PRZY POMOCY NAJNOWOCZĘSIEJSZEGO SPRZĘTU, ALE TAKŻE ATRAKCYJNE CENY.

w zdrowiu i wyglądzie pacjenta. Możliwe jest to dzięki stosowaniu innowacyjnych, a jednocześnie prostych metod kosmetyki i leczenia.

WYMARZONY LOOK NA LATO

Pomorskie jest także zagłębiem renomowanych klinik i centrów medycyny estetycznej i chirurgii plastycznej. Nikogo nie powinno to dziwić – od lat tam, gdzie piękne plaże, także operacje plastyczne. Tutejsi chirurdzy plastyczni wzięli sobie zatem do serca ideę czynienia ludzi szczęśliwymi i postanowili pomóc im osiągnąć własny ideał piękna.

W pomorskich klinikach medycyny estetycznej nacisk kładziony jest na satysfakcję klienta. A osiąga się ją nie tylko przez wynik zabiegu, ale także przez cały przebieg kuracji – od konsultacji wstępnej do opieki pooperacyjnej. Oczywiście i w tym przypadku plan leczenia za każdym razem układany jest wspólnie z pacjentem, by spełnić indywidualne oczekiwania. Wiele z klinik dysponuje komfortowymi i zacisznymi salami pooperacyjnymi wyposażonymi w wygodny i nowy sprzęt. Jest w nich także dostęp do bezprzewodowego Internetu i całodobowa opieka.

Świetną renomą w dziedzinie medycyny estetycznej cieszy się klinika *Perfect Medica* z Gdańska. Zakład działa już od kilkunastu lat. W tym czasie jego progi opuściło wielu zadowolonych klientów. Lekarze z Perfect Medica jako największą pochwałę poczytują sobie wzrost samooceny i jakości życia pacjentów. Warto nadmienić, że większość wykonywanych tam zabiegów realizowana jest w trybie ambulatoryjnym i wymaga pozostania pacjenta w sali po zabiegu tylko przez kilka godzin, choć oczywiście istnieje też możliwość dłuższego pobytu w jednej z komfortowych sal.

Chirurdzy plastyczni z Pomorskiego są na bieżąco z najnowszymi osiągnięciami chirurgii plastycznej i rekonstrukcyjnej. Wykonują zabiegi z zakresu chirurgii twarzy, szyi, piersi, brzucha. Sprawnie i w bezpieczny sposób usuwają blizny, tatuaże i nowotwory skóry, wykonują liposukcję i zabiegi ginekologii estetycznej. W klinikach leczy się także nadmierną potliwość, modeluje usta czy wygładza zmarszczki. Wszystkie te zabiegi wymagają od lekarzy wysokich umiejętności manualnych i dobrej wyobraźni, ale także odpowiedniego podejścia do pacjenta i zrozumienia jego sytuacji oraz potrzeb. Wykonywane są przy użyciu najwyższej jakości sprzętu w doskonale do tego przystosowanych warunkach, co daje pacjentom gwarancję bezpieczeństwa. Wszyscy zatrudnieni w klinikach estetycznych lekarze i technicy są ekspertami w swoich dziedzinach i potrafią sprostać każdemu postawionemu przed nimi zadaniu. Na swoim fachu doskonale znają się także pielęgniarki i rehabilitanci, opiekujący się pacjentem po zabiegu – rozumieją, że kilka pierwszych dni po operacji to kluczowy moment w dochodzeniu do zdrowia.



Osobną sprawą w kwestii wyglądu i zdrowia jest waga. Otyłość to jedna z chorób cywilizacyjnych. Nie każdy z nadmiarem wagi potrafi poradzić sobie bez pomocy fachowców. A tych również łatwo znaleźć w Pomorskim. I warto, bo otyłość to nie tylko kwestia wyglądu – jest to przyczynek do mnóstwa chorób układu sercowo-naczyniowego, stawów, wątroby czy powstawania nowotworów i zakrzepów.

Do terapii otyłości trzeba podejść z głową. Dlatego też najlepiej zrzucić wagę w kontrolowany sposób, pod okiem dietetyków, specjalistów chirurgii bariatrycznej, psychologów i fizjoterapeutów. Każdy pacjent jest inny, dlatego też za każdym razem trzeba indywidualnie uwzględnić ryzyko i zyski i dobrać sposoby leczenia, które wyeliminują też inne związane z otyłością schorzenia. Innymi słowy – lepiej powierzyć swoje zdrowie w ręce fachowców. Jednych z najlepszych ekspertów w tej dziedzinie odnaleźć można w *Hotelu Wieniawa* w Rekowie Górnym (ok. 50 km od Gdańska), który ma w swojej ofercie wczasowy odchudzający. Dzięki nim nie tylko schudniesz, ale także będziesz mógł bez większych problemów utrzymać pożądaną wagę.

WSZYSTKO W JEDNYM MIEJSCU

Powyższe rozwiązania to oczywiście nie wszystko, co region pomorski ma do zaoferowania twojemu zdrowiu. Możliwości jest wiele i wszystkie są dostępne w zasadzie w granicach jednej krainy geograficznej. Ale żeby wybrać odpowiednią najlepiej poznać wszystkie. Dlatego też w poszukiwaniu odpowiedniego rozwiązania dla siebie warto zajrzeć na portal Trendmed.eu, za pośrednictwem którego można wykupić najlepszą dla nas ofertę.

Cóż nam zostaje – zapraszamy po zdrowie. ■

PAKIET DETOX

W SPA WIENIAWA W REKOWIE GÓRNYM

SZCZEGÓŁY I CENY:
WWW.VISITPOLAND.SE

Pakiety obejmują 5- lub 7-dniowe turnusy oczyszczające z noclegami i całodniowym wyżywieniem w czterogwiazdkowym Spa Wieniawa w Rekowie Górnym.

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ konsultacja lekarska
- ✓ analiza składu ciała
- ✓ indywidualna, specjalnie dobrana dieta oczyszczająca, zawierająca regionalne produkty pochodzące z upraw ekologicznych
- ✓ program aktywności z trenerem: pływanie, nordic walking, joga, gimnastyka
- ✓ masaże całego ciała (2 w programie 5-dniowym, 3 w programie 7-dniowym)
- ✓ pakiet powitalny z polskimi produktami
- ✓ transfer z i na lotnisko/bazę promową

REHABILITACJA KARDIOLOGICZNA

W JANTARZE

SZCZEGÓŁY I CENY:
MEDYK@MIERZEJA.PL
WWW.KLINIKA-MEDYK.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ pobyt 7,-14- lub 21-dniowy w nowoczesnym, słonecznym pokoju dwuosobowym lub komfortowym apartamencie o powierzchni 60 m² wraz z całodziennym wyżywieniem
- ✓ możliwość korzystania z bogatej oferty zabiegów kinezyterapii, hydroterapii, fizykoterapii i masażu (łącznie do 8 zabiegów rehabilitacyjnych dziennie przez 6 dni w tygodniu)
- ✓ wstęp na siłownię i do grotu solnej
- ✓ udział w prelekcjach dotyczących chorób cywilizacyjnych i modyfikacji stylu życia
- ✓ konsultacja lekarza specjalisty chorób wewnętrznych
- ✓ całodobowy nadzór pielęgniarski
- ✓ nieinwazyjna diagnostyka kardiologiczna: ECHO serca, próba wysiłkowa EKG na bieżni, badanie EKG metodą Holtera, całodobowy pomiar ciśnienia tętniczego
- ✓ bezpieczny trening fizyczny dostosowany do możliwości pacjenta

KOREKCJA PIERSI

W CLINICA MEDICA W GDYNI

SZCZEGÓŁY I CENY:
OFFICE@TRENDMED.EU
WWW.TRENDMED.EU

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ wykonanie badań krwi, prześwietlenia klatki piersiowej i USG piersi
- ✓ wizyta kwalifikująca do zabiegu u lekarza specjalisty chirurgii plastycznej i anestezjologa
- ✓ zabieg chirurgiczny ze znieczuleniem ogólnym
- ✓ doba w szpitalu (w razie konieczności) pod stałym nadzorem pielęgniarek i anestezjologa
- ✓ instruktarz pooperacyjny
- ✓ wizyta kontrolna
- ✓ zdjęcie szwów po tygodniu od zabiegu
- ✓ 8 noclegów w komfortowym, klimatyzowanym pokoju w hotelu 3-, 4- lub 5-gwiazdkowym w odległości do 10 minut od szpitala
- ✓ śniadania i obiadokolacje w hotelu

PAKIETY STOMATOLOGICZNE

W KLINICE UŚMIECHU PERFECT SMILE

SZCZEGÓŁY I CENY:
WWW.PERFECT-SMILE.PL

W SKŁAD PAKIETU NR 1 WCHODZĄ:

- ✓ scaling, piaskowanie plus fluoryzacja
- ✓ przegląd dentystyczny i konsultacja
- ✓ cyfrowe zdjęcie pantomograficzne RTG

W SKŁAD PAKIETU NR 2 WCHODZĄ:

- ✓ scaling, piaskowanie plus fluoryzacja
- ✓ przegląd dentystyczny i konsultacja
- ✓ cyfrowe zdjęcie pantomograficzne RTG
- ✓ tomografia komputerowa 3D do celów planowania implantologicznego

W SKŁAD PAKIETU NR 3 WCHODZĄ:

- ✓ scaling, piaskowanie plus fluoryzacja
- ✓ przegląd dentystyczny i konsultacja
- ✓ cyfrowe zdjęcie pantomograficzne RTG
- ✓ 2 x wypełnienie ubytków

W SKŁAD PAKIETU NR 4 WCHODZĄ:

- ✓ scaling, piaskowanie plus fluoryzacja
- ✓ przegląd dentystyczny i konsultacja
- ✓ cyfrowe zdjęcie pantomograficzne RTG
- ✓ 2 x wypełnienie ubytków
- ✓ wybielanie zębów lampą w klinice

HOTEL WIENIAWA
Rekowo Górne
WWW.HOTELWIENIAWA.COM
BIURO@HOTELWIENIAWA.COM

IMPLADENT
Gdańsk
WWW.ZIEMLEWSKI.PL
REJESTRACJA@IMPLADENT.EU

KLINIKA KROJANTY
Krojanty
WWW.KROJANTY.COM.PL
KLINIKA@KROJANTY.COM.PL

KLINIKA MEDYK
Jantar
WWW.KLINIKA-MEDYK.PL
MEDYK@MIERZEJA.PL

MEDICALTRAVEL
Katowice
WWW.MEDICAL-TRAVEL-POLAND.COM
INFO@MEDICAL-TRAVEL-POLAND.COM

NOVA DENTIS
Gdańsk
WWW.NOVA.DENTIS.PL
GDANSK@NOVA.DENTIS.PL

ORIENTTOURS
Sztokholm
WWW.VISITPOLAND.SE
INFO@VISITPOLAND.SE

PERFECT MEDICA
Gdańsk
WWW.PERFECTMEDICA.PL
REJESTRACJA@PERFECTMEDICA.PL

PERFECT SMILE
Gdańsk
WWW.PERFECT-SMILE.PL
REJESTRACJA@PERFECT-SMILE.PL

PROFESORSKIE CENTRUM OKULISTYKI OPTIMUM
Gdańsk
WWW.OKULISTYKA-TROJMIASTO.PL
REJESTRACJA@OKULISTYKA-TROJMIASTO.PL

SWISSMED
Gdańsk
WWW.SWISSMED.COM.PL
SWISSMED@SWISSMED.COM.PL

THE POLISH ASSOCIATION OF MEDICAL TOURISM
Gdańsk
WWW.PAMT.ORG
OFFICE@PAMT.ORG

TRENDMED
Gdynia
WWW.TRENDMED.EU
KONTAKT@TRENDMED.EU

VELCURE
Gdańsk
WWW.VELCURE.COM
INFO@VELCURE.COM

VIVADENTAL
Gdańsk
WWW.VIVADENTAL.PL
VIVADENTAL@VIVADENTAL.PL

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL JANTAR
Jantar
WWW.SZPITALJANTAR.PL
REJESTRACJA@SZPITALJANTAR.PL

PRZYDATNE ADRESY

ALL POLAND SP. Z O.O.
Gdańsk
WWW.ALL-POLAND.TRAVEL
TOUR@ALL-POLAND.COM

ANNA DENTAL CLINIC
Gdańsk
WWW.ANNADENTALCLINIC.COM
GABINET@ANNADENTALCLINIC.COM

CENTRUM REHABILITACJI MEWA
Sopot
WWW.REHABILITACJASOPOT.PL
INFO@REHABILITACJASOPOT.PL

CLINICA MEDICA
Gdynia
WWW.CLINICA-MEDICA.PL
KKACZOR@CLINICA-MEDICA.PL

HOTEL KURACYJNY
Gdynia
WWW.HOTELKURACYJNY.PL
REZERWACJA@HOTELKURACYJNY.PL

HOTEL LUBICZ
Ustka
WWW.HOTEL-LUBICZ.PL
RESERVATION@HOTEL-LUBICZ.PL



24-29
SPA

RELAKS CIAŁA *I UMYŚŁU*

Powiedzieć, że z roku na rok żyjemy coraz intensywniej i szybciej, to rzucić zwykłym frazesem. Wszyscy zdajemy sobie z tego sprawę każdego dnia dając z siebie sto procent w pracy i życiu codziennym. Jak zregenerować siły i naładować baterie?

OFERTA SPA W REGIONIE POMORSKIM JEST bogata i będzie z każdym rokiem bogatsza. Aby ułatwić wybór, mamy kilka wskazówek, które zwłaszcza teraz zimą w nadchodzącym sezonie wydają się być propozycją idealną. Jak się okazuje również taka dziedzina jak spa&wellness ulega modom i trendom. Królują wszelkiego rodzaju masaże, ale coraz popularniejsza staje się także refleksologia, czyli odpowiednie uciśkanie i gładzenie stóp, zbawiennie wpływające na zdrowie całego organizmu. Coraz więcej klientów korzysta także z hydroterapii i kąpeli leczniczych w solankach. Co ciekawe, widoczny staje się podział na zabiegi wykonywane zimą i latem. Latem szukamy relaksu i oczyszczenia, zimą natomiast możliwości rozgrzania organizmu. Wtedy właśnie w ofertach placówek SPA pojawiają się maseczki rozgrzewające, zabiegi z użyciem bursztynu, nawilżające i odżywcze, które pomogą naszej skórze przetrwać następne chłodne miesiące. Przy planowaniu weekendowego wypadu do SPA trzeba jednak uwzględnić także potrzeby naszych dzieci. O nich również pamiętają właściciele hoteli. Dzięki temu nie

musicie się martwić, że wasze pociechy zanudzą się na śmierć kiedy wy będziecie oddawać się ożywczym zabiegom.

W samym centrum Trójmiasta, bo w Sopocie, przed kilkoma laty powstał hotel *Mera SPA*. Szybko dołączył do czołówki najpopularniejszych i najlepiej ocenianych tego typu miejsc w kraju. Nowoczesny kompleks został usytuowany nad samą plażą, co już jest rzecz jasna atrakcją. Ale poza odpoczynkiem na złocistym piasku

Mera ma do zaoferowania wiele więcej. W skład kompleksu wchodzi bowiem Strefa SPA & Wellness, a na nią składa się 35 gabinetów zabiegowych, 4 baseny i jeszcze jeden na hotelowym dachu. Infrastruktura, doświadczona kadra oraz szeroki wachlarz zabiegów dostępnych w Merze to sprawdzona recepta na skuteczną regenerację.

Kilkanaście kilometrów dalej, w samym sercu Gdańska i nad rzeką Motławą, w swoje progi zaprasza czterogwiazdkowy *Hotel Hanza*. Jest on nie tyl-

ko świetną bazą na spacer po starej części Gdańska – mieści się naprzeciwko wyspy Ołowianka, na której znajduje się majestatyczna Polska Filharmonia Bałtycka, oraz przy której cumuje statek-muzeum Soldek, a jednocześnie dosłownie kilkadziesiąt metrów od słynnego gdańskiego Żurawia i ulicy Długi Targ, będącej sercem tej części miasta. Hanza jest także obiektem cenionym za swoje usługi SPA. Znajdziecie tam gabinety masażu, w których pracują znakomici fachowcy, saunę i siłownię. Hotel

**LATEM SZUKAMY RELAKSU I OCZYSZCZENIA, ZIMĄ NATOMIAST
MOŻLIWOŚCI ROZGRZANIA ORGANIZMU WTEDY WŁAŚNIE
W OFERTACH PLACÓWEK SPA POJAWIAJĄ SIĘ MASECZKI
ROZGRZEWAJĄCE, ZABIEGI Z UŻYCIEM BURSZTYNU, NAWILŻAJĄCE
I ODŻYWCZE, KTÓRE POMOGĄ NASZEJ SKÓRZE PRZETRWAĆ
NASTĘPNE CHŁODNE MIESIĄCE.**

słynie także z doskonałej oferty zabiegów na twarz i ciało, manicure i pedicure.

Jeszcze inny klimat panuje w *Dworze Oliwskim*, położonym w samym sercu pięknej spacerowej dzielnicy Oliwa w Gdańsku. Pięciogwiazdkowy hotel położony w zacisznej Dolinie Radości, idealnie wpisuje się w klimat starej Oliwy. Także tutaj, poza spokojem, znakomitą kuchnią i bliskością przyrody (o bociana spacerującego po hotelowym ogrodzie tu nietrudno) znajdziecie szeroką paletę możliwości odnowy biologicznej. Na pierwszy plan wysuwają się zabiegi odmładzające z wykorzystaniem kwasu hialuronowego, ale także herbaty, miodu czy ekstraktu z pomarańczy. Dwór Oliwski słynie też z intrygujących rytuałów SPA, w trakcie których goście przenoszą się duchem do głębin Morza Śródziemnego, na Daleki Wschód, na polinezyjskie wyspy czy do Afryki. No i jest oczywiście słynny hotelowy basen, który chcąc nie chcąc odpręży gości i oddaje im sił.

Pomimo zróżnicowanej jak widać oferty w samym Trójmieście, warto także sprawdzić inne miejsca na mapie regionu. Poszukiwania wymarzonego miejsca można zacząć od Juraty



na Półwyspie Helskim. Tam mieści się *Bryza Resort & SPA* (ok. 90 km od Gdańska), który jest uznawany za jeden z najnowocześniejszych ośrodków SPA w Polsce. Warto tam zadbać nie tylko o ciało, ale i o ducha, a w tym pomogą malownicze widoki i powiew morskiej bryzy. A kolacja zjedzona przy zachodzie słońca nad morzem na pewno nie zaszkodzi. Co ciekawe, Bryza oferuje też bursztynowe i solankowe zabiegi wykonywane tuż przy helskiej linii brzegowej oraz – to rzadkość – pakiet specjalnych zabiegów wyłącznie dla mężczyzn.



Całkiem niedaleko, bo około 85 km od Gdańska, znajduje się także *Dom Zdrojowy Jastarnia*, również słynący ze swoich możliwości. Oferowane są tutaj zabiegi odżywcze i liftingujące, a używane kosmetyki wytwarzane są z naturalnych składników, z których większość pochodzi z dna morskiego lub jest z morzem związana – np. z morskich alg lub kawioru.

Jednym z najwyżej cenionych miejsc na Kaszubach jest z kolei *Bazuny Hotel & SPA* (60 km od Gdańska), znajdujący się pod Kościerzyną. Tutaj z kolei obficie korzysta się z dóbr lasu.



Ośrodek jest nowoczesny i wyposażony w najnowsze zdobycze techniki, a mimo wszystko można się w nim poczuć jak w domu. Wpływają na to także detale – jak choćby fakt, że olejki i solanki podawane w naczyniach pochodzących z pobliskiej manufaktury i ozdobionych kaszubskim wzorem. Wykonywane tu zabiegi opierają się na kosmetykach wytwarzanych na bazie jałowca, kaszubskiej truskawki, lnu czy koziego mleka. Nie zaszkodzi zajrzeć także do pięciogwiazdkowego hotelu *Grand Lubicz*. Położony nad samym morzem, w uzdrowskiej części Ustki, czyli jakieś 150 km od Gdańska hotel łączy w swojej Strefie Medical wody solankowe z leczniczymi właściwościami borowiny i oczywiście nadmorskim, bogatym w jod powietrzem. Na co dzień prowadzone są tam terapie wielu powszechnych schorzeń. Choćby z tego powodu warto sprawdzić, co Grand Lubicz ma jeszcze do zaoferowania.

Jeśli przy okazji ładowania baterii chcemy dotknąć nieco historii, to nie ma na to lepszego miejsca niż *Hotel SPA Wieniawa* w Rekowie Górnym. Placówka mieści się w odrestaurowanym pałacu z końca XIX wieku, otoczonego trzyhektarowym ogrodem. Całkiem niedawno kompleks uzupełniono o kameralne SPA. Wszystko to niecałe pół godziny drogi od Gdyni i kilkanaście minut od morza.

Na sam koniec proponujemy wizytę w słynnej *Dolinie Charlotty* w Strzelinku pod Słupskiem, ok. 145 km od Gdańska. Kompleks słynie z organizowanego co roku Festiwalu Legend Rocka, ale również ze znakomitego SPA Bali Hai. Nazwa SPA wzięła się od inspiracji kulturą balijską. Przypomni wam o tym zarówno wystrój, wachlarz unikalnych na skalę kontynentu zabiegów, czy w końcu terapeutki, które pobierały nauki od mistrzów z Bali. Proponowane tam rytuały to wszelkiego rodzaju masaże (np. ciepłymi muszlami z Oceanu Spokojnego lub bawolim rogiem), peelingi, kąpiele w aromatycznych olejkach, w końcu także zabiegi na ciało z ekstraktem z pereł, mięty, aloesu, a nawet rytuał pielęgnacyjny z użyciem 24-karatowego złota.

Po pobycie w dobrym SPA nasz organizm będzie miał wystarczająco dużo energii, by znów podbić świat. ■



PAKIETY SPA

MED SPA

W HOTELU GDAŃSK

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.HOTELGDANSK.COM.PL

SPA@HOTELGDANSK.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w pokoju dwuosobowym ze śniadaniem
- ✓ podróż w krainę relaksu w Sauna Center
- ✓ „Ekskluzywna Odnowa” dla pań – rytuał składający się z wygładzającego peelingu całego ciała, elementów masażu i intensywnie nawilżającej maski
- ✓ masaż piwny dla panów – masaż całego ciała z wykorzystaniem ekstraktu chmielowego

ODCHUDZANIE I REWITALIZACJA

W HOTELU GRAND LUBICZ

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.GRANDLUBICZ.PL

RECEPCJA@GRANDLUBICZ.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 9 noclegów w komfortowych pokojach
- ✓ wyżywienie według zasad przygotowanych przez prowadzącego pobyt dietetyka medycznego Aleksandrę Panasłuk (2 śniadania dziennie, obiad, kolacja)
- ✓ spotkanie z dietetykiem: analiza składu masy ciała, zebranie wywiadu, przyporządkowanie kaloryczności
- ✓ konsultacja dietetyczna: analiza składu masy ciała i omówienie wyników, przygotowanie zaleceń żywieniowych
- ✓ 5 x poranna gimnastyka w basenie solankowym (20 min; od poniedziałku do piątku)
- ✓ 3 x indywidualna gimnastyka na przyrządach z terapeutą (20 min, od poniedziałku do piątku)
- ✓ 3 x nordic walking brzegiem morza i leśnymi ścieżkami z instruktorem (1,5 godz; od poniedziałku do piątku)
- ✓ 2 x masaż bańką chińską (30 min)
- ✓ 3 x szokujące bicze wodne (do 10 min)
- ✓ 1 x klasyczny masaż całego ciała (50 min)
- ✓ dostęp do Centrum Wellness (basen rekreacyjny ze zjeżdżalnią i sztuczną rzeką, 4-torowy basen sportowy, brodzik dla dzieci, wanny 12-osobowe z hydromasażem, basen VIP z wodą solankową o walorach leczniczych, łaźnia parowa oraz ziołowa, sauny sucha oraz na podczerwień]

POZNAJ SEKRET CHWILI

W SHERATON Sopot

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.SHERATON.PL/SOPOT

SPA.SOPOT@SHERATON.COM

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 3 noclegi w Sheraton Sopot Hotel w pokoju typu Superior oraz śniadania w Restauracji Wave
- ✓ 2 vouchery Half Board do Restauracji Wave
- ✓ manicure i pedicure
- ✓ Zabieg AA „Rewelacyjny System Bogatego Nawilżania Skóry”
- ✓ Masaż szwedzki 25 min
- ✓ dostęp do strefy relaksacyjnej SPA
- ✓ dostęp do Strefy Mokrej Sheraton Sopot (basen, basen do hydroterapii, łaźnia parowa Hammam, sauna fińska, łaźnia solankowa, fontanna lodowa, grotty deszczowe, tepidarium z podgrzewanymi leżankami, siłownia]

BALTIC COLLAGEN WEEKEND

W HOTELU NADMORSKI

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.NADMORSKI.PL

REZERWACJA@NADMORSKI.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w pokoju o podwyższonym standardzie jedno- lub dwuosobowym;
- ✓ konsultację z kosmetologiem i dobranie odpowiedniej terapii kolagenowej na bazie unikalnego produktu Baltic Collagen dostępnego wyłącznie w hotelowym Instytucie Genesis
- ✓ indywidualnie dobrana terapia kolagenowa składająca się z zabiegów opartych na bazie preparatów Baltic Collagen
- ✓ zestaw kosmetyków Baltic Collagen do codziennej pielęgnacji
- ✓ menu fit składające się ze śniadania wzbogaconego o produkty bio
- ✓ obiadowe kolacje serwowane w hotelowej restauracji w formie bufetu
- ✓ dostęp do kanałów filmowych pakietu Premium oraz premier VOD
- ✓ dostęp do łaźni parowej i sauny suchej oraz siłowni
- ✓ wypożyczenie rowerów i kijków do Nordic Walking
- ✓ bezpłatna konsultacja dietetyczna, oszacowanie wieku metabolicznego, poziomu nawodnienia organizmu oraz zapotrzebowania kalorycznego

BALI

W DOLINIE CHARLOTTY

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.DOLINACHARLOTTY.PL

SPA@CHARLOTTA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ słodki balijski poczęstunek na powitanie
- ✓ 2 noclegi w komfortowym pokoju w Dolinie Charlotty Resort & Spa
- ✓ 2 śniadania i 2 obiadowe kolacje w formie bufetu w hotelowej restauracji
- ✓ zabiegi w SPA: Rytuał Balijski – masaż balijski całego ciała połączony z tradycyjnym balijskim powitanie, czyli obmyciem i delikatnym masażem stóp (75 min), Aromatyczny Peeling całego ciała (15 min), zabieg relaksacyjny na twarz połączony z rewitalizującym zabiegiem na dłonie (50 min), odpoczynek w pokoju relaksacyjnym i poczęstunek w postaci Napoju Bogów z trawą cytrynową
- ✓ rabat 5% na dodatkowe masaże i zabiegi w SPA Bali Hai
- ✓ możliwość bezpłatnego i nieograniczonego korzystania z Centrum Rekreacji i Wellnes & Spa (basen, brodzik dla dzieci, sauny sucha, parowa, aromatyczna, sanarium, jacuzzi, sala fitness
- ✓ bezpłatny monitorowany parking
- ✓ dostęp do Internetu

RENDEZ-VOUZ

W DWORZE OLIWSKIM

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.DWOROLIWSKI.PL

SPA@DWOROLIWSKI.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ całonocne wejście do strefy Spa & Wellness (basen, świat saun, jacuzzi, „słoneczna plaża”, strefa cardio);
- ✓ zmysłowe i relaksujące częściowe masaże ciała i twarzy dla par w gabinecie, w którym czekać będzie także wino musujące i truskawki
- ✓ prywatna kolacja Candlelight w scenerii ogrodów Dworu Oliwskiego, na tarasie z widokiem na Trójmiejski Park Krajobrazowy lub w XVII-wiecznej winiarni, obejmująca specjalne Menu Degustacyjne Szeffa Kuchni
- ✓ nocleg w stylowym pokoju, sprzyjającym romantycznym chwilom we dwoje
- ✓ pięciogwiazdkowe śniadanie w renomowanej 1611 Restaurant

BAZUNY HOTEL & SPA

Kościerzyna

WWW.HOTELBAZUNY.PL

SPA@HOTELBAZUNY.PL

DOLINA CHARLOTTY RESORT & SPA

Strzelinko

WWW.DOLINACHARLOTTY.PL

SPA@CHARLOTTA.PL

DWÓR OLIWSKI

Gdańsk

WWW.DWOROLIWSKI.PL

SPA@DWOROLIWSKI.PL

HOTEL DOM ZDROJOWY

Jastarnia

WWW.ZDROJOWY.COM.PL

DOM@ZDROJOWY.COM.PL

HOTEL GDAŃSK

Gdańsk

WWW.HOTELGDANSK.COM.PL

SPA@HOTELGDANSK.PL

HOTEL GRAND LUBICZ

Ustka

WWW.HOTEL-LUBICZ.PL

RESERVATION@HOTEL-LUBICZ.PL

HOTEL HANZA

Gdańsk

WWW.HOTELHANZA.PL

HOTEL@HOTELHANZA.PL

HOTEL KURACYJNY

Gdynia

WWW.HOTELKURACYJNY.PL

REZERWACJA@HOTELKURACYJNY.PL

HOTEL NADMORSKI

Gdynia

WWW.NADMORSKI.PL

RECEPCJA@NADMORSKI.PL

HOTEL WIENIAWA

Rekowo Górne

WWW.HOTELWIENIAWA.COM

BIURO@HOTELWIENIAWA.COM

MERA SPA HOTEL

Sopot

WWW.MERASPAHOTEL.PL

SPARECEPTION@MERASPAHOTEL.PL

ORIENTTOURS

Sztokholm

WWW.VISITPOLAND.SE

INFO@VISITPOLAND.SE

PALAC CIEKOCINKO HOTEL RESORT & WELLNESS

Ciekocinko

WWW.PALACCIEKOCINKO.PL

RESERVATION@PALACCIEKOCINKO.PL

RESORT BRYZA SPA

Jurata

WWW.BRYZA.PL

RECEPCJA@BRYZA.PL

SHERATON Sopot HOTEL

Sopot

WWW.SHERATONSOPOTSPA.PL

SPA.SOPOT@SHERATON.COM

SOFITEL GRAND SOPOT

Sopot

WWW.SOFITEL.COM

H3419-RE@SOFITEL.COM

TRISTAN HOTEL & SPA

Kąty Rybackie

WWW.TRISTAN.COM.PL

HOTEL@TRISTAN.COM.PL

WELLNESS HILTON GDAŃSK

Gdańsk

WWW.HILTONGDANSK.PL

GDNHG_HOTEL@HILTON.COM

tour operator

WEEKEND Z RODZINNĄ ENERGIA

W MERA SPA HOTEL

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.MERASPAHOTEL.PL

SPARECEPTION@MERASPAHOTEL.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w nowoczesnym i wygodnym pokoju rodzinnym w MERA SPA HOTEL z widokiem na park
- ✓ śniadania w restauracji z widokiem na morze
- ✓ obiad w piątek i sobotę
- ✓ szlafrok, kapcie, zestaw ręczników do SPA
- ✓ relaksujące masaże aromatyczne dla rodziców
- ✓ przystępna kąpiel z bąbelkami dla dzieci lub owocowy masaż pleców dla nastolatków
- ✓ nielimitowany dostęp do basenu i saun
- ✓ dodatkowe płatne aktywności: możliwość wynajmu rowerów, wzięcia udziału w sesji nordic walking z instruktorem oraz darmowa sesja wodnego aerobiku we środy, czwartki i soboty [konieczna wcześniejsza rezerwacja miejsc]

CZAS TYLKO DLA NAS

W BAZUNY HOTEL & SPA

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.HOTELBAZUNY.PL

RECEPCJA@HOTELBAZUNY.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 2 noclegi w komfortowym pokoju dwuosobowym
- ✓ śniadania z wyborem dań kuchni polskiej i kaszubskiej
- ✓ romantyczne obiadowe kolacje przy blasku świec wybierane ze skróconej karty Restauracji Malena
- ✓ relaksujący masaż aromaterapeutyczny całego ciała z esencjonalnymi olejkami dla par wykonany przy blasku świec w podwójnym gabinecie zabiegowym
- ✓ dla panów do wyboru: aromatyczna, odprężająca i oczyszczająca kaszubska kąpiel ziołowa lub relaksujący, głęboko odprężający masaż głowy poprawiający kondycję skóry
- ✓ dla pań do wyboru: unikalny rewitalizujący zabieg na okolice oczu, ujędrniający i tonizujący, wygładzający i naprzężający skórę, dzięki czemu odzyskuje świeżość i blask lub masaż twarzy, szyi i dekoltu, który odświeża, wycisza emocje, łagodzi napięcie i zapobiega zmarszczkom
- ✓ wstęp do Strefy Wellness, w której do dyspozycji są jacuzzi, łaźnia parowa i sauna
- ✓ 5% rabatu na kosmetyki detaliczne oraz na pozostałe zabiegi i masaże Bazuny SPA Center nie objęte pakietem
- ✓ możliwość korzystania z Aqua Centrum oddalonego o 700 metrów, gdzie czekają baseny sportowy i rekreacyjny, zjeżdżalnie, parasole i bicze wodne
- ✓ godzina bowlingu w Klubie Bazuny
- ✓ 20% rabatu w Klubie Bazuny w ramach oferty „Happy Hours” między 18:00 a 20:00

PAKIEŃ PREMIUM SPA DE LUX

W HOTELU BRYZA

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.BRYZA.PL

SPA@BRYZA.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ butelka szampana Moët oraz świeże truskawki jako prezent powitalny
- ✓ 2 noclegi w luksusowym apartamencie z widokiem na morze
- ✓ 2 śniadania z widokiem na morze lub podane do apartamentu
- ✓ kolacja w restauracji przy stole VIP
- ✓ lunch a la carte przy stole VIP
- ✓ kolacja ze specjalnie dedykowanym menu z kieliszkiem wina podana w salonie apartamentu
- ✓ 3 zabiegi SPA de lux dla każdego gościa (zabieg na twarz, na ciało, masaż całego ciała) oraz rabat 10% na dodatkowe zabiegi
- ✓ możliwość korzystania z kompleksu Wellness (słoneczna łąeczka z podgrzewanymi łozami i widokiem na morze, relaksującą muzyką oraz unoszącym się zapachem olejków eterycznych, kompleks basenów z łózkami i baldachimami, łaźnie sucha i parowa, siłownia, tenis stołowy, rowery terenowe]
- ✓ serwis concierge
- ✓ kąpiel zabaw dla dzieci
- ✓ bezpłatny dozorowany parking

ODPOCZYNEK W ŁĘBIE

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.HOTELLEBA.COM.PL

RECEPCJA@HOTELLEBA.COM.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ 4 noclegi ze śniadaniem dla 1 osoby w pokoju dwuosobowym w Hotelu Łeba
- ✓ 4 obiadowe kolacje dla 1 osoby
- ✓ pielęgnacyjny zabieg na twarz dobrany indywidualnie do potrzeb skóry
- ✓ relaksacyjny masaż twarzy, szyi i dekoltu gorącymi kamieniami
- ✓ manicure i pedicure
- ✓ pielęgnacyjny czekoladowy masaż całego ciała
- ✓ harmonizujący zabieg nadający gładkości i ujędrniający skórę ciała oraz poprawiający jej kondycję
- ✓ kąpiel w kozim mleku i miodzie
- ✓ rower na 2 godziny
- ✓ dostęp do „Kids Klub” dla dzieci
- ✓ 10% zniżki na dodatkowe zabiegi SPA
- ✓ nielimitowany dostęp do kompleksu basenowego (basen, brodzik dla dzieci, sauny sucha, parowa i na podczerwień]



30–31

ZAKUPY

WWW.POMORSKIE-PRESTIGE.EU

NA ZAKUPY

Nie ma co ukrywać, iż zakupy stały się częścią codziennego życia. Chcemy kosztować, dobrze wyglądać, a do tego wyjątkowo się czuć. Podają to nam na tacy trójmiejskie centra handlowe kusząc nas coraz to nowymi produktami i ekskluzywnymi markami. I jak tu nie ulec! W końcu jak mawiał Tammy Faye Bakker – „zakupy są tańsze niż psychiatra”.

ZAKUPOWY MARATON W TRÓJMIEŚCIE rozpocząć można w Gdańsku od Centrum Handlowego (CH) Madison, znajdującym się nieopodal dworca kolejowego Gdańsk Główny. Tuż obok zajrzeć warto do markowych perfumerii, sklepów odzieżowych czy spożywczych w City Forum. Z kolei w Gdańsku Wrzeszczu znajduje się Galeria Bałtycka, która na swoich trzech poziomach dumnie prezentuje 200 sklepów, 15 restauracji i kawiarni zachęcając do zakupowego szaleristwa. Jeśli jednak lista zakupów nadal będzie niekompletna, pobliskie CH Manhattan idealnie ją uzupełni. Natomiast w poszukiwaniu promocji i dużych obniżek warto zajechać do Fashion House Outlet wchodzącego w skład Morskiego Parku Handlowego. Standardowa oferta cenowa tamtejszego outletu to możliwość zakupu znanych marek nawet do 70% taniej.

W TRAKCIE ZAKUPÓW WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ NA PRODUKTY EKSKLUZYWNYCH POLSKICH MAREK, JAK RÓWNIEŻ WYKORZYSTUJĄCE UNIKALNE ZASOBY REGIONU. NA SZCZEGÓLNĄ UWAGĘ ZASŁUGUJE BIŻUTERIA Z BURSZTYNEM, KTÓRA ZASKAKUJE NOWOCZESNĄ FORMĄ I DESIGNEM. MĘŻCZYZNOM POLECAMY WYSZUKANE TRADYCYJNE ALKOHOLE. GDAŃSK SŁYNIE Z ZIOŁOWO-KORZENNEGO GOLDWASSERA CZY JAŁOWCÓWKI ZWANEJ MACHANDLEM.

Warto także wybrać się do Gdyni. „Brzuchem” gdyńskiego shoppingu jest hala targowa – tu w kilkuset stoiskach można zaopatrzyć się w lokalne ale i egzotyczne specjalności: owoce, warzywa, ryby, mięso, nabiał, grzyby czy kwiaty. Tu można kupić świeże ryby z nocnego połowu, jaja kur z gospodarstw na pobliskich Kaszubach czy warzywa i owoce wprost od ogrodników. Nawet w najtrudniejszych czasach niedostatków zaopatrzeniowych w socja-

listycznej gospodarce Polski, tutaj można było kupić wszystko – głównie dzięki prywatnemu importowi gdyńskich marynarzy. Dziś kupcy hali mają swobodny i szeroki dostęp do źródeł zaopatrzenia, ale też wielką konkurencję sieci handlowych.

Znajdująca się nieopodal ul. Świętojańska to główny i ulubiony pasaż handlowy gdynian, który zmienia się tak jak zmienia się miasto. Z „parterowego domu towarowego”, który nie miał konkurencji przez dziesiątki lat, Świętojańska przekształciła się w ostatnim czasie w bardzo ciekawy „szlak kulinarny”. Sklepów jest tu dziś mniej niż kiedyś, choć są to eleganckie butiki i perfumerie. Niejako w zamian pojawiło się kilkadziesiąt restauracji, pizzerii, naleśnikarni, kawiarni, cukierni, tawern, pubów oferujących fast i slow food dla gości o różnych upodobaniach i zasobności portfela. Ich stylowe, ciekawie zaprojektowane wnętrza dodatkowo zachęcają do odwiedzin. Ale i w bocznych uliczkach Świętojańskiej można trafić na sympatyczne lokale z apetycznym, nierzadko egzotycznym menu. Warto ich poszukać dokonując osobistych odkryć.

Centrum Handlowe BATORY przy ul. 10 lutego, noszące dumne imię jednego z królów Polski, zwraca uwagę niebanalną architekturą, przywodzącą na myśl kadłub potężnego statku, cumującego przy kei. Nie jest to przypadek, gdyż BATORY to także nazwa polskiego transatlantyka, który niegdyś pływał na trasie Gdynia – Nowy Jork.

Od osiemnastu lat w jednej z najpiękniejszych i najekskluzywniejszych dzielnic Gdyni – Orłowie – funkcjonuje jedna z najelegantszych galerii handlowych w Polsce o nazwie KLIF. Galeria wyróżnia się luksusem marek znanych polskich i zagranicznych projektantów. Centrum to ma wyjątkowy, kameralny klimat, a jego nazwa kojarzy się z nieodległym od niego, malowniczym nad-

morskim urwiskiem – częścią rezerwatu przyrody. Zarówno to urwisko jak i galeria mają magnetyczną moc przyciągania gdynian i gości miasta.

Na trasie zakupowej Gdyni znajduje się również nowouruchomione centrum handlowe Riviera, które jest obecnie największym tego typu kompleksem Polski północnej. Zachwyca ono nie tylko liczbą markowych sklepów ale również nowoczesną i odważną architekturą. Pośród licznych obiektów ciekawostką jest The Coffee Factory – kawiarnia w stylu skandynawskim, w której fabryczna surowość miesza się z ciepłymi i przytulnymi akcentami. Idealne miejsce na tradycyjną fika po intensywnym zakupowym maratonie.

W trakcie zakupów warto zwrócić uwagę na produkty ekskluzywnych polskich marek, jak również wykorzystujące unikalne zasoby regionu. Na szczególną uwagę zasługuje biżuteria z bursztynem, która zaskakuje nowoczesną formą i designem. Mężczyznom polecamy wyszukane tradycyjne alkohole. Gdańsk słynie z ziołowo-korzennego Goldwassera czy jałowcówki zwanej Machandlem.

Niezależnie więc od tego, czy zdecydujemy się na produkty lokalne czy globalne, Pomorskie jest rajem dla każdego miłośnika zakupów. ■

PRZYDATNE ADRESY

GALERIA BAŁTYCKA

Gdańsk
WWW.GALERIABALTYCKA.PL
GALERIA@GALERIABALTYCKA.PL

CENTRUM HANDLOWE MADISON

Gdańsk
WWW.MADISON.GDA.PL
INFO@MADISON.GDA.PL

CENTRUM HANDLOWE MANHATTAN

Gdańsk
WWW.GCHMANHATTAN.PL
BIURO@GCHMANHATTAN.PL

CITY FORUM

Gdańsk
WWW.CITY-FORUM.OKAZJUM.PL
INFO@PROJEKT-ALFA.COM

CENTRUM HANDLOWE BATORY

Gdynia
WWW.BATORY.COM.PL

CENTRUM HANDLOWE KLIF

Gdynia
WWW.GDYNIA.KLIF.PL

GALERIA HANDLOWA RIVIERA

Gdynia
WWW.CENTRUMRIVIERA.PL
BIURO@CENTRUMRIVIERA.PL

FASHION HOUSE OUTLET

Gdańsk
WWW.FASHIONHOUSE.PL
RECEPCJA.GDANSK@FASHIONHOUSE.COM

ORIENT TOURS

Sztokholm
WWW.VISITPOLAND.SE
INFO@VISITPOLAND.SE

Tour operator

BEAUTY & SHOPPING IN POLAND

SZCZEGÓŁY I CENY:

WWW.VISITPOLAND.SE
INFO@VISITPOLAND.SE

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

- ✓ zabiegi beauty (medycyna nieinwazyjna)
- ✓ wyprawy na zakupy ze specjalnymi rabatami
- ✓ transfery i przejazdy
- ✓ 2 noce w partnerskich hotelach
- ✓ pełna koordynacja w języku szwedzkim, angielskim lub innych w razie potrzeby
- ✓ ubezpieczenie turystyczne



32–35
ŻAGLE

JAK WILK MORSKI

W zasadzie niewiele rzeczy poskąpiła
Pomorzu natura. A już na pewno nie
poskąpiła warunków do sportów wodnych.

WYBRZEŻE ZATOKI GDAŃSKIEJ I PUCKIEJ słynie w Europie jako jedno z miejsc najbardziej sprzyjających kite- i windsurfingowi. Wystarczy kilkadziesiąt kilometrów polskiego wybrzeża, by natrafić zarówno na spokojne wody, idealne dla początkujących, jak i bardziej porywcze wiatry, które będą stanowiły wyzwanie dla bardziej zaawansowanych, którzy zresztą każdego sezonu licznie odwiedzają naszą linię brzegową. Na nowicjuszy czekają z kolei profesjonalne szkołyki wind- i kitesurfingu oraz wypożyczalnie sprzętu. Jedna z pierwszych trzech szkół w Polsce zrzeszonych w Międzynarodowej Organizacji Kiteboardingu IKO mieści się w Rewie i nazywa się Aloha. Do dyspozycji adeptów są niezatłoczone plaże i ponad kilometrowy piaszczysty cypel. Po jego jednej stronie woda jest płaska, po drugiej faluje. Warunki umożliwiają pływani niezależnie od kierunku wiatru. Szkoła pro-

wadzi szkolenia dla początkujących, średnio-zaawansowanych i zaawansowanych, a zajęcia odbywają się od początku maja do października. Po całym dniu na wodzie szkoła oferuje także relaks w postaci grupowych spotkań w hamakach wraz z pokazami zdjęć i filmów kiteboardingowych. Inną propozycją jest Board & Kite, jedna z najstarszych polskich szkół kitesurfingu. Jej założycielem jest Łukasz Koński, dwukrotny Mistrz Polski w tej dyscyplinie. Szkoła mieści się na terenie kempingu Małe Morze 2 km od Władysławowa. Zajęcia odbywają się na bezpiecznych latawcach szkoleniowych i deskach Cabrinha. Po skończonym kursie każdy uczestnik otrzymuje międzynarodowy certyfikat IKO. A jeśli nie ma wiatru? Nie problem – wieczorami na terenie szkółki odbywają się imprezy, a w dzień instruktorzy organizują zajęcia pływania na wakeboardzie lub na deskach SUP.

WYSTARCZY KILKADZIESIĄT KILOMETRÓW POLSKIEGO WYBRZEŻA, BY NATRAFIĆ ZARÓWNO NA SPOKOJNE WODY, IDEALNE DLA POCZĄTKUJĄCYCH, JAK I BARDZIEJ PORYWCZE WIATRY, KTÓRE BĘDĄ STANOWIŁY WYZWANIE DLA BARDZIEJ ZAAWANSOWANYCH.

Oczywiście Pomorze sprzyja też spokojnym rejsom na jachtach. Region jest jednym ze światowych centrów produkcji jachtów, można więc tutaj z łatwością wyczerterować lub nawet zakupić własną jednostkę. Podczas rejsu warto odwiedzić mariny w Gdańsku (w samym sercu zabytkowej części miasta) oraz w Sopocie (przy najdłuższym w Europie moło). Gdynia z kolei słynie jako regionalna stolica międzynarodowych wydarzeń związanych z żeglarstwem. Oczywiście opcje zacumowania na chwilę lub dłużej nie ograniczają się do dużych ośrodków. Praktycznie każda większa miejscowość położona nad morzem posiada większą lub mniejszą przystań jachtową z pełną infrastrukturą.

Rośnie także zainteresowanie jachtingiem. Coraz większym zainteresowaniem cieszy się np. oferta Premium Yachting – firmy, która oferuje wynajem wysokiej klasy jednostek firmom i oso-

bom prywatnym. Premium Yachting organizuje rejsy korporacyjne, podczas których załoganci będą musieli nauczyć się współdziałania na łodzi. Firma udostępnia w tym celu jednostkę, którą kieruje kapitan, ale także przygotowuje scenariusze tego typu żeglarskich imprez. Na jachtach często odbywają się szkolenia – łodzie typu Jeanneau Sun Odyssey 42 DS są odpowiednim miejscem do zorganizowania kilkusobowej konferencji. Jak zaznaczyliśmy wcześniej, Premium Yachting kieruje swoją ofertę także do klientów indywidualnych. Wypożyczoną jednostką można udać się w kilkugodzinny rejs do prawie każdego portu na polskim wybrzeżu. W ofercie są rejsy dzienne, ale także nocne, połączone np. z romantyczną kolacją. Łodzie to też niekonwencjonalne miejsce na dobrą imprezę – wieczór kawalerski czy panień-

ski, urodziny, a nawet ślub i wesele. Możliwe jest zorganizowanie imprezy nawet dla 120 osób. Na pokładzie odpowiedniej jednostki znajdzie się też parkiet do tańca, miejsce dla zespołu oraz zaplecze kuchenne. W każdym przypadku załozdę na pokładzie zawsze towarzyszy kapitan, który czuwa nad przebiegiem rejsu.

Na Zatoce Gdańskiej można spotkać nie tylko statki rejsowe, towarowe i jachty. Pływa po niej mnóstwo jednostek oferujących krótkie, rodzinne wycieczki – promy, wodoloty, kutry rybackie, tramwaje wodne (które są pewnego rodzaju atrakcją, ale także sposobem przemieszczania się między Trójmiastem a Półwyspem Helskim) czy repliki statków pirackich, będące niebywałą atrakcją dla dzieci (ale przecież który dorosły odmówiłby na propozycję krótkiego rejsu po Zatoce pod banderą z czaszką i piszczelami?). Jeszcze inną opcją rodzinnego (choć nie tylko) odpoczynku jest samodzielny czarter jachtów motorowych w delcie Wisły po Pętli Żuławskiej. Trasa Rybina – Elbląg – Malbork – Gnień – Tczew – Gdańsk – Rybina wynosi około 200 km i zapewnia nie tylko doskonale przeżycia na wodzie, ale także mnóstwo atrakcji po drodze. Jest na dodatek idealna na 7-dniowy urlop. Wynajem łodzi jest możliwy nawet jeśli nie posiadasz patentu żeglarskiego. Przed rozpoczęciem rejsu wystarczy przejść kilkugodzinne kompleksowe szkolenie w marinie Rybina. Istnieje również możliwość wynajęcia szypra. Wszystkie wynajmowane w Rybinie jednostki są właściwie samowystarczalne – mają toalety i prysznice, ciepłą wodę, ogrzewanie, a nawet komplet rowerów do uprawiania turystyki krajoznawczej.

Wszystkim tym wodnym atrakcjom towarzyszą liczne wydarzenia związane z żeglarstwem. Jest pośród nich gdański Baltic Sail – największa międzynarodowa impreza żeglarska – oraz gdyńska Operacja Żagle, która przyciąga fanów większych jednostek. Ponadto każdego roku rozgrywany jest także Żeglarski Puchar Trójmiasta, którego regaty odbywają się w trzech marinach Trójmiasta. Są też regaty Volvo Gdynia Sailing Days oraz Sopot Match Race, na które przyjeżdżają najlepsi zawodowcy, którzy walczą o Puchar Świata Międzynarodowej Federacji Żeglarskiej ISAF. ■

TYGODNIOWE SZKOLENIE KITESURFINGOWE LUB WINDSURFINGOWE Z NAJLEPSZYMI INSTRUKTORAMI

SZCZEGÓŁY I CENY:
LOCO TRAVEL
WWW.LOCO-TRAVEL.PL
BIURO@LOCO-TRAVEL.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

✓ 7 dni na Półwyspie Helskim – zakwaterowanie w przyczepach z kuchenką lub domkach holenderskich z kuchnią, toaletą i łazienką [opcjonalne wyżywienie – 3 posiłki dziennie]

✓ grupowe szkolenia dla dzieci, studentów i dorosłych

✓ organizacja kursów z najlepszymi instruktorami, w tym Victorem Borsukiem 7-krotnym Mistrzem Polski Kitesurfingu] na życzenie klienta

✓ minimum 18 godzin na wodzie

✓ zajęcia teoretyczne

✓ wypożyczenie najnowszego sprzętu do pływania oraz pianek, trapezów, kamizelek i kasków

✓ dodatkowej atrakcje: wakeboard, SUP, surfing, trampoliny, siatkówka

✓ ubezpieczenie NNW PZU Sport do 10 000 zł

✓ opieka nad nieletnimi przez wykwalifikowanych wychowawców

7-DNIOWY REJS „PĘTLA ŻUŁAW”

SZCZEGÓŁY I CENY:
WWW.VISTULARUISES.EU
OFFICE@VISTULACRUISES.EU

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

✓ samodzielny czarter jachtów motorowych [hausbotów] dla 6-7 osób w delcie Wisły bez patentu żeglarskiego [możliwy również wynajem szypra. Każdy jacht wyposażony jest w śpiwory i koce]

✓ 7-dniowy rejs na trasie Rybina – Elbląg – Malbork – Gnień – Tczew – Gdańsk – Rybina [ok. 200 km]

✓ szkolenie w marinie upoważniające do samodzielnego prowadzenia jachtu

✓ zestaw map i locji szlaku w języku polskim, angielskim i niemieckim wraz ze wskazówkami organizacyjnymi i turystycznymi

✓ ubezpieczenie CASCO, OC prowadzącego oraz NW całej załogi

✓ wypożyczenie kompletu rowerów turystycznych na lódź, umożliwiających zwiedzanie okolic również po przybyciu do brzegu

REJS PÓŁ- LUB CAŁODNIOWY Z PREMIUM YACHTING

SZCZEGÓŁY I CENY:
WWW.PREMIUMYACHTING.PL

W SKŁAD PAKIETU WCHODZĄ:

✓ rejs na zaplanowanej trasie [może być dostosowana do potrzeb klienta w ramach Zatoki Gdańskiej]

✓ odprawa ze sternikiem i szkolenie

✓ lunch i kolacja w wybranych lokalach

+ PRZYDATNE ADRESY

ALOHA

Rewa
WWW.ALOHA.PL
INFO@ALOHA.PL

CAMPING MAŁE MORZE

Władysławowo
WWW.BOARDANDKITE.PL
INFO@BOARDANDKITE.PL

KITECREW

Chalupy
WWW.KITECREW.PL
PRZEMEK@KITECREW.PL

MARINA GDAŃSK

Gdańsk
WWW.MOSIR.GDA.PL
MARINA.GDANSK@MOSIR.GDA.PL

MARINA GDYNIA

Gdynia
WWW.GDYNIASPORT.PL
MARINA@GDYNIASPORT.PL

MARINA SOPOT

Sopot
WWW.SOPOT-MARINA.PL
HARBOURMASTER@SOPOT-MARINA.PL

PĘTLA ŻUŁAWSKA

Żuławy
WWW.PETLA-ZULAWSKA.PL
INFO@GOLFPARKCITY.PL

PREMIUM YACHTING

Warszawa
WWW.PREMIUMYACHTING.PL
KONTAKT@PREMIUMYACHTING.PL

TAKEOFF KITE&SURFING

Jastarnia
WWW.TAKEOFF.PL
MARIUSZ@KITENATION.PL

ŻEGLUGA WILANA

Jaworzno
WWW.ZEGLUGAWISLANA.PL
LUKASZKRAJEWSKI@ZEGLUGAWISLANA.PL





Fly to Gdansk!

Modern terminal, rich network of connections, secure car park

- 16 countries
- 9 carriers
- 53 direct connections
- 345 flights a week!