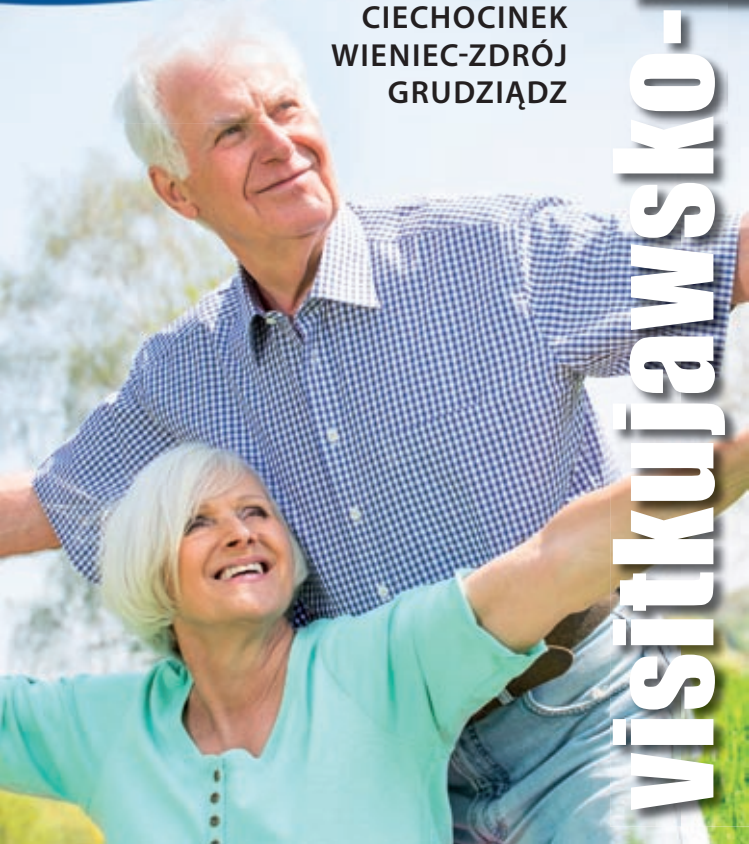


Województwo Kujawsko-Pomorskie

Uzdrowiska i SPA

INOWROCŁAW
CIECHOCINEK
WIENIEC-ZDRÓJ
GRUDZIĄDZ

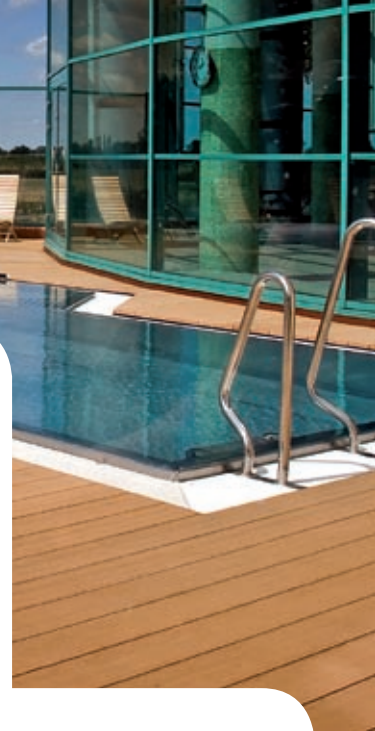
visitkujawsko-pomorskie.pl



Sól życia w centrum Polski

Szybciej, więcej, lepiej. Ambicje determinują nasz styl życia. Obowiązki nie pozwalają zwolnić. Troska o własne zdrowie, regenerację sił i czerpanie ze źródeł dobrej energii instynktownie wiedzie nas ku miejscom wyjątkowym...

Kujawsko-pomorskie uzdrowiska – prawdziwe oazy dla ludzi spragnionych harmonii z naturą. Wystarczy z niej zaczerpnąć, tak jak czyniono przez pokolenia. Zdać się na intuicję i skierować ku solnym bogactwom naszej ziemi. Podziemne pokłady cennych minerałów przyczyniły się do powstania tu przed laty modnych uzdrowisk. Dziś ich stylowy charakter uzupełniają nowoczesne hotele, doskonale wyposażona baza zabiegowa, luksusowe baseny i restauracje z wykwintnym menu.



Wystarczy na mapie Polski odszukać linię Wisły – miejsce, w którym rzeka mocno skręca w kierunku północnym. Dzięki dogodnym połączeniom komunikacyjnym, w tym autostradzie A1, łatwo tu trafić z każdego zakątka Polski. Międzynarodowe lotnisko w Bydgoszczy umożliwia komfortowe dotarcie z innych krajów, a krzyżujące się tu drogi kolejowe łączą północ z południem i zachód ze wschodem.





Uzdrowiska

Województwo kujawsko-pomorskie posiada dwa renomowane uzdrowiska – Ciechocinek oraz Inowrocław. Na kuracjuszy czekają w nich ogromne tężnie solankowe wytwarzające specyficzny mikroklimat. Spływająca z drewnianych konstrukcji woda solankowa sprawia, że powietrze wokół tężni jest rześkie, nasyczone jodem i ozonem. Lecznicze inhalacje łagodzą dolegliwości dróg oddechowych, korzystnie wpływają na stanach ogólnego wyczerpania, nerwicy wegetatywnej, nadciśnieniu tętniczym i poprawiają odporność. Mikroklimat otaczający tężnie ma dobroczynny wpływ na roślinność. Parkowe aleje i ukwiecone deptaki tworzą urokliwą scenę dla spacerów, nordic walking lub wycieczek rowerowych.

W uzdrowiskach odbywa się wiele imprez kulturalnych, a okolice obu miast obfitują w atrakcje turystyczne, będące celem wycieczek kuracjuszy.





Inowrocław

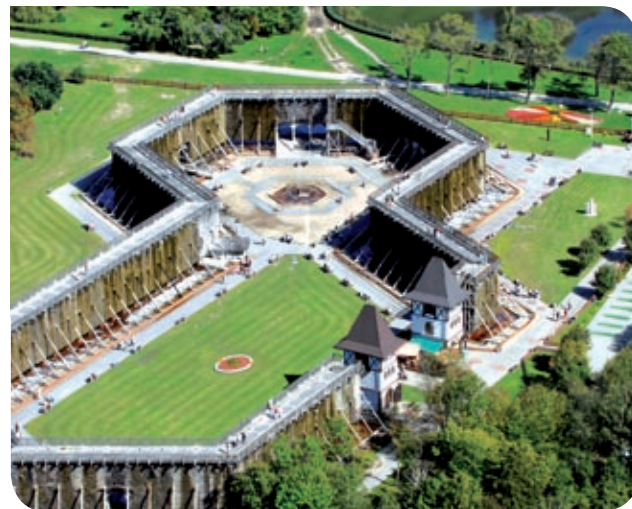
Uzdrowisko Inowrocław utworzono w 1875 r., kiedy miejscowość nosiła nazwę „Hochensalza”, ze względu na bogate złoża minerału znajdujące się pod miastem. Dziś kompleks uzdrowski obejmuje ponad 85-hektarowy park Solankowy, w którym mieści się wiele obiektów sanatoryjnych. Centralnym punktem parku jest tężnia uzdrowska w kształcie dwóch połączonych ze sobą wieloboków o łącznej długości 320 metrów i 9 metrów wysokości. Z tarasu widokowego tężni można podziwiać panoramę parku Solankowego i zachodniej części Inowrocławia. Dywany kwiatowe, malownicze stawy oraz fontanny budzą zachwyt kuracjuszy, którzy odpoczywają tu po zabiegach, nawiązując ciekawe znajomości lub spędzając czas z książką.

Inowrocław oferuje bogaty program imprez plenerowych, w tym letnie koncerty Inowrocławskiej Orkiestry Promenadowej, Galę Operowo-Operetkową, Ogólnopolski Festiwal Młodzieżowych Orkiestr Dętych oraz coroczny koncert urodzinowy polskiego barda – Grzegorza Turnaua. Wstęp na imprezy jest bezpłatny. Inowrocław i jego okolice doskonale nadają się na wycieczki krajoznawcze. Warto zobaczyć m.in. kamienne romańskie kościoły z XII w. oraz zabytki pamiętające średniowieczne początki Polski.



INOWROCLAW
ul. Królowej Jadwigi 3
tel. 52 355 53 71

www.inlot.com.pl





Ciechocinek

Już w latach 30. XIX w., kiedy powstały tu dwie tężnie, warzelnia oraz pierwsze łaźienki, Ciechocinek stał się ulubionym kurortem ówczesnych elit. Największe i najstarsze zachowane w Europie trzy tężnie połączone w kształt podkowy, wzniesiono w latach 1824-1859. Wysokość drewnianych obiektów wynosi prawie 16 metrów, a ich łączna długość przekracza 1741 metrów. Konstrukcje wypełnia chrust cierniowy, którego zadaniem jest intensywne odparowywanie ściekającej solanki pod wpływem słońca i wiatru. Ujęcie solanki sięgające głębokości 409 m znajduje się przy fontannie Grzybek i zostało odwiercone w 1911 r. Opadająca ze szczytu tężni solanka tworzy naturalne inhalatorium.

Atmosferę Ciechocinka tworzy późnoklasycystyczna i eklektyczna zabudowa, wszechobecna zielen urozmaicona kwiatowymi dywanami. Rozległe parki tętnią życiem dzięki licznie odwiedzanym kawiarenkom.



CIECHOCINEK
ul. Zdrojowa 2b
tel. 54 416 01 60

www.ciechocinek.pl

Ciechocinek to także miasto festiwali muzycznych. W ich repertuarze można znaleźć zarówno operę, jak i bluesa. Warto wybrać się nad Wisłę i odwiedzić ruiny gotyckiego zamku w pobliskim Raciążku, przy których znajduje się punkt widokowy na dolinę Wisły, królowej polskich rzek.





Wieniec-Zdrój

Położony w lasach Wieniec powstał na przełomie XIX i XX wieku, gdy odkryto tu źródło leczniczej wody siarczanowej. Jest to jedno z trzech uzdrowisk w województwie kujawsko-pomorskim. Woda mineralna oraz zasobne złoża borowinowe sprawiły, że w miejscowości powstał ośrodek leczniczy, którego ofertę oparto na zabiegach balneologicznych, z użyciem naturalnych surowców. Dobroczynne działanie eterycznego boru i przepętniająca uzdrowisko cisza sprawiają, że kuracjusze szybko odzyskują komfort psychiczny, zabiegi fizykoterapeutyczne wspierają zaś powrót do dobrej kondycji fizycznej. Na kuracjuszy czekają: kąpiele termiczne i solarne, zabiegi relaksacyjne, masaże, kinezyterapia ruchowa. Bliskość Włocławka zachęca wypoczywających do zwiedzania miasta, jego muzeów i zabytków, w tym okazałej gotyckiej katedry pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny. W jej wnętrzu znajduje się m.in. cenny nagrobek biskupa Piotra z Bnina, dłuta Wita Stwosza.



WŁOCŁAWEK
ul. Warszawska 11/13
tel. 54 411 27 57

www.it.wloclawek.pl

Grudziądz

Najmłodszy ośrodek leczniczy regionu, położony nad Wisłą, w północnej części województwa kujawsko-pomorskiego. Z głębokości ponad 1600 metrów wydobywa się tu solanki bogate w składniki mineralne, takie jak: jod, brom, magnez i potas. Temperatura wody osiąga 44 stopnie Celsjusza, co sprzyja leczeniu schorzeń reumatycznych i inhalacjom.

W obiektach Geotermii Grudziądz solankę wykorzystuje się do leczenia i profilaktyki chorób krążenia oraz chorób skóry. W tężni zamkniętej w szklanej piramidzie można zażywać inhalacji. Ciepłe wody solankowe wykorzystywane są również w kinezyterapii ruchowej. W obiektach uzdrowskowych znajduje się basen odkryty, brodzik dla dzieci oraz wyczynowy basen z przeciwwprędem. Przy obiektach Geotermii urządzono plac karawanowy. Warto zwiedzić zabytki miasta i okolic. **Gotyckie spichrze** zaprowadzą nas na Górę Zamkową z relikami krzyżackiej warowni, na której znajduje się punkt widokowy na Dolinę Dolnej Wisły. Nieco dalej, na wysokiej nadwiślańskiej skarpie, usytuowana jest cytadela – twierdza niezdobyta przez Napoleona.





PROGRAM REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



WOJEWÓDZTWO
KUJAWSKO-POMORSKIE

UNIA EUROPEJSKA
KURKUPESKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO



Mój region w Europie

Projekt jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz ze środków budżetu województwa kujawsko-pomorskiego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2007-2013.

WYDANO NA ZLECENIE:
Urzędu Marszałkowskiego
Województwa Kujawsko-Pomorskiego

OPIEKA MERYTORYCZNA:
Kujawsko-Pomorska
Organizacja Turystyczna



www.kujawsko-pomorskie.pl

www.visitkujawsko-pomorskie.pl