

Podlaskie – Wisente, Elche, Vögel und Würmer

Podlaskie mit der Familie

Aktiv in Podlaskie

Podlaskie ohne Eile

Podlaskie vom Wasser aus

Podlaskie im Kulturtiegel



Podlaskie

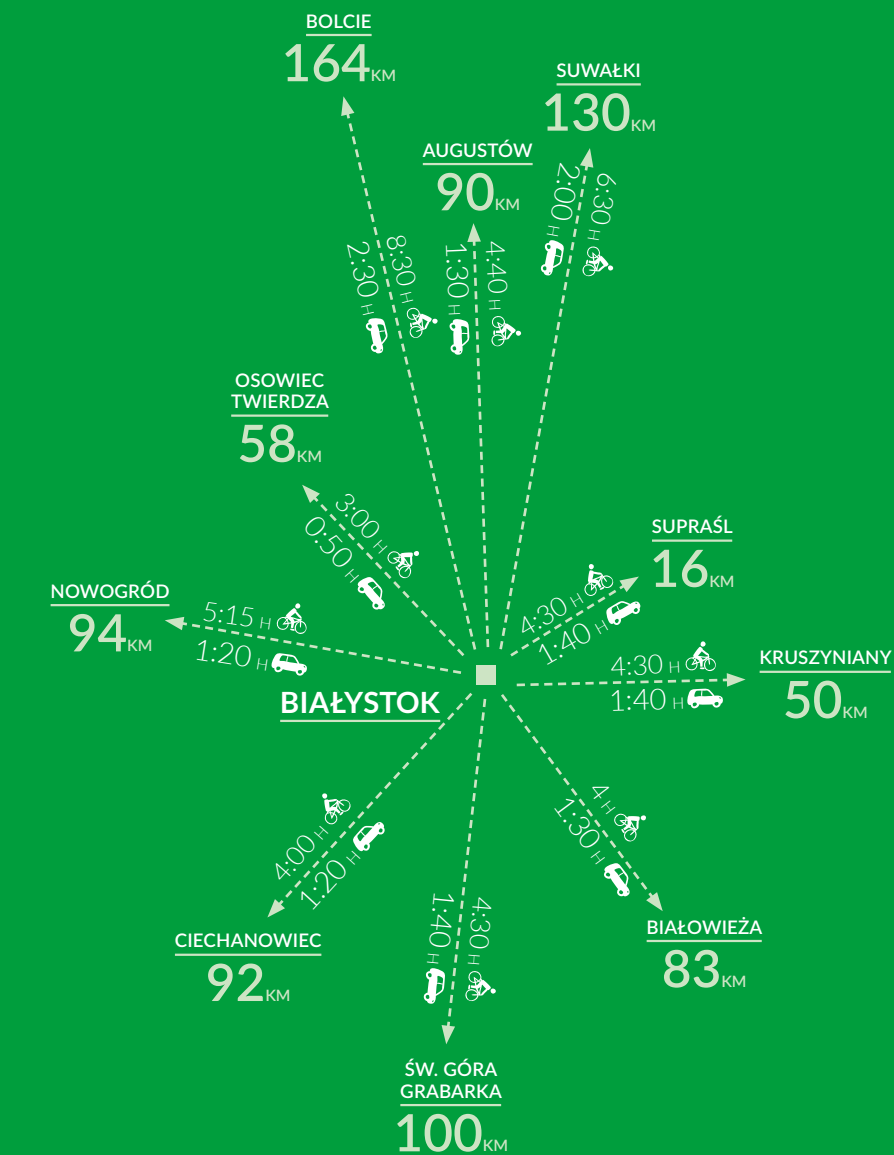
**Marschallamt  
der Woiwodschaft Podlaskie**

ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1, 15-888 Białystok  
Tel. +48 85 6654171  
[www.wrotapodlasia.pl](http://www.wrotapodlasia.pl)  
[est.sekretariat@wrotapodlasia.pl](mailto:est.sekretariat@wrotapodlasia.pl)

PODLASKIE

Wisente,  
Elche, Vögel  
und Würmer





Texte: Emilia Zajczyk, Anna Androsiuk  
Projektkoordination: Teresa Karkowska (Amistad Sp. z o.o.),  
Monika Laskowska (UMWP)  
Redaktion: Barbara Gąsiorowska  
Korrektur: Paulina Foszczyńska  
Übersetzung: GEP Chroscz  
Umschlagfoto: Biebrza Eco-Travel, Foto: K. Ramotowska  
Karten: Dawid Kwoka  
Umschlagentwurf, grafische Konzeption: Michał Tincel  
Satz: Dawid Kwoka

**Herausgeber:**  
Marschallamt der Woiwodschaft Podlaskie  
ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1, 15-888 Białystok  
tel. +48 85 6654171  
www.wrotapodlasia.pl  
est.sekretariat@wrotapodlasia.pl  
ISBN 978-83-949524-4-0

**Verlagsbearbeitung:**  
Amistad Sp. z o.o. – Program PolskaTurystyczna.pl  
pl. Na Groblach 8/2, 31-101 Kraków  
Tel. +48 12 4229922  
E-Mail: biuro@polskaturystyczna.pl, www.polskaturystyczna.pl

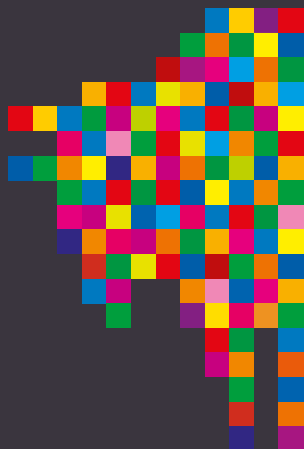
# Einleitung

Die Woiwodschaft Podlaskie ist voll von Naturattraktionen. Die bekanntesten davon sind die hiesigen Urwälder – Białowieża, Augustów und Knyszyn – und Nationalparks. Viele Orte wurden als Landschaftspark oder Reservat unter Schutz gestellt. Malerische Flusstäler und zahlreiche Seen bereichern das Landschaftsbild. Die Naturvielfalt und eine ausgebaute, touristische Infrastruktur bieten viele Möglichkeiten zur Erholung in der Natur.

Eine der größten Attraktion der Region ist die Möglichkeit wild lebende Tiere, vor allem Wisente, zu beobachten. Diese sind nicht nur im Wisentreservat bei Białowieża zu sehen, sondern häufig auch auf Waldlichtungen. Aussichtsplattformen entlang der Pfade „Tropem Żubra“ („Dem Wisent auf der Spur“) und „Carska Tropina“ („Zarenpfad“) sind daher ideale Beobachtungsposten. Elche und zahlreiche Vogelarten bewohnen die sumpfigen Gebiete des **Biebrza-Nationalparks**, ein Fernglas hilft dabei sie zu entdecken. Auch entlang des Zarenwegs kann man wilde Tiere beobachten.

Den „**polnischen Amazonas**“, also das von Flussarmen zerschnittene Narew-Tal, lernt man am besten bei einem Spaziergang auf dem Natursteg Waniewo – Śliwno oder dem Pfad „Kładka wśród bagien“ („Steg inmitten der Sümpfe“) kennen. Im **Knyszyn-Urwald** lohnt es den Waldgarten Silvarium in Poczopek, das Arboretum im. Powstańców 1863 r. in Kopna Góra sowie den Natursteg im Reservat „Krzemianka“ zu besuchen. Hier verläuft auch der Weg des Januaraufstandes, an dem sich die Gräber der Aufständischen, Denkmäler und historische Schlachtfelder befinden.

Seen und nacheiszeitliche Erhebungen im Norden der Region machen die Landschaft abwechslungsreich. Im **Nationalpark Wigry** kann auf Lehrpfaden gewandert und das hiesige Wigry-Museum besichtigt werden. Den Aufstieg auf den Cisowa Berg belohnt ein schöner Ausblick auf die Dörfer und Seen der Umgebung.





# Białowieża-Urwald – Land des Wisents

Weshalb ist der Białowieża-Urwald so einzigartig? Kann man ihn ohne einen Reiseleiter besichtigen? Welche Orte sind besuchenswert? Die Touristik im Białowieża-Nationalpark beschränkt sich nicht nur auf das Wisentreservat, sondern besteht auch aus Wanderwegen, die durch sumpfige Wälder und das malerische Narewka-Flusstal führen. Es lohnt sich ebenfalls den in den Wäldern versteckten „Ort der Macht“ zu entdecken – ein Areal mit einer besonderen elektromagnetischen Strahlung.



© Białowieża-Urwald,  
Foto: J. Walendzik | Żubrówka 10

Der **Białowieża-Urwald** stellt einen europaweit einzigartigen Waldkomplex dar, der sich beiderseits der polnisch-weißrussischen Grenze erstreckt – in Polen 580 km<sup>2</sup>, in Weißrussland ca. 1250 km<sup>2</sup>. Die unberührten Ökosysteme werden mitsamt ihrer artenreichen Fauna und Flora, darunter 500-jährige Baumbestände, in 20 Reservaten geschützt. Strikte Naturreservate können nur mit einem lizenzierten Reiseleiter besucht werden, jedoch sind viele Orte auch für Individualtouristen zugänglich. Zu ihnen führen **Wanderwege** wie z. B. „Carska Tropina“ („Zarenpfad“), „Wilczy Szlak“ („Wolfspfad“), „Wokół Uroczyska Gluszec“ („Ringsherum des Forstreviers Gluszec“) oder „Tropem Żubra“ („Dem Wisent auf der Spur“). Fällt die Wahl auf das **Fahrrad**, empfiehlt es sich in Narewka zu beginnen, wo es einen Geräteverleih und Parkplatz gibt. Zum Nationalpark führen zwei Radstrecken, die grün und schwarz markiert sind. Bei der Planung des Besuchs im Białowieża-Urwald muss man Folgendes beachten: Manche Wanderstrecken können während der frühjährlichen Überschwemmungen oder im Zeitraum starker Regenfälle zeitweise gesperrt sein. Genaue Informationen dazu erteilt der PTTK in Białowieża.

Eine wichtige Attraktion des Urwalds ist der **Szlak Dębów Królewskich i Książąt Litewskich (Eichenweg der Könige und Litauischen Fürsten)**. Der ca. 500 m lange Pfad verläuft inmitten jahrhundertealter Eichen, welche die Namen polnischer Könige und litauischer Fürsten tragen. Manche davon kennen noch die Zeiten mittelalterlicher Herrscher. Der Pfad verläuft auf Holzstegen und ist behindertengerecht gestaltet. Es gibt Informationstafeln auf Polnisch und Englisch sowie in Braille-Schrift, des Weiteren Rastplätze und Feuerstellen. Der Weg beginnt unweit des Parkplatzes an der Straße Białowieża – Budy (ca. 6 km hinter dem Ortschaftschild von Białowieża), einige hundert Meter in den Wald hinein, auf der rechten Seite.

Wanderfreunde sollten den **Steg „Żebra Żubra“ („Wisentrippen“)** begehen. Die Trasse beginnt einige Kilometer von Białowieża entfernt – in Richtung des Dorfes Budy, am Parkplatz auf der linken Seite. Die 4 km lange Strecke

verläuft durch feuchte Waldgebiete und erlaubt es die Tiere des Waldes sowie Vögel in ihrem natürlichen Umfeld zu beobachten. Der Steg endet am **Wisentreservat**. Neben dem König des Urwalds leben hier weitere große Säuger wie Hirsche, Rehe, Wildschweine, Wölfe, Elche und Luchse. Im Reservat kann man auch den „Konik Polski“ sowie den Żubroń sehen, eine Kreuzung aus Wisent und Kuh. Spezielle Erhebungen und Überdachungen, die im Gelände verstreut stehen, vereinfachen die Tierbeobachtungen.

Im Urwald verborgen und von Bäumen mit untypischer Wuchsform umgeben, liegt der sog. „Ort der Macht“, den ein Steinkreis markiert. Vermutlich sind es die Überreste einer Kultstätte der Ur-Slawen. In der Nähe befindet sich eine spezifische, geflutete Senke. Um den Ort zu erreichen, verlässt man Białowieża auf der Straße Nr. 689 in Richtung Hajnówka und biegt ca. 500 m hinter der Stadtgrenze am Wegweiser links ab. Ein 4 km langer Pfad führt vom Parkplatz hinter der Bahnlinie, wo das Auto zu parken ist, zum „Ort der Macht“.

## ATTRAKTIONEN

### Białowiecki Park Narodowy (Białowieża-Nationalpark)

ul. Parkowa 11, 17-230 Białowieża  
Tel. +48 85 6829700  
E-Mail: bpn@bpn.com.pl  
www.bpn.com.pl

### Steg „Żebra Żubra“ („Wisentrippen“)

### Ort der Macht

### Wisentreservat bei Białowieża

Tel. +48 85 6812398  
www.bpn.com.pl

### Szlak Dębów Królewskich i Książąt Litewskich (Eichenweg der Könige und Litauischen Fürsten)

### Wanderwege im Białowieża-Urwald

Tel. +48 85 6812295  
www.pttk.bialowieza.pl





# Narew-Tal – „polnischer Amazonas“

Der Narew wird auch „polnischer Amazonas“ genannt und verdankt diesen Namen seinen vielen mäandernden Seitenarmen, die ein komplexes Flussnetz bilden. Das außergewöhnliche Landschaftsbild ergänzen Feuchtwiesen und sumpfige Ufer, die voll von Vögeln, Reptilien und Amphibien sind. Der Nationalpark Narew und der Łomża-Landschaftspark Narew-Tal schützen das einzigartige Ökosystem des Flusses. Die hiesigen Touristenwege, Lehrstege und Museen erlauben es seine Vorzüge kennenzulernen.

Der Nationalpark Narew umfasst eine Fläche von 6805,02 ha und schützt das einzigartige Flusssystem mitsamt der artenreichen Flora und Fauna. Die Feuchtgebiete, Moore und Feuchtwiesen sind ein Rückzugsgebiet für verschiedene Insekten, Reptilien und Amphibien – im Fluss selbst leben 22 Fischarten.

Durch den Park führen viele Touristenwege. Einer der wichtigsten ist der Steg Waniewo – Śliwno, der ins Herz des Nationalparks führt. In Waniewo, wo die Strecke beginnt, befinden sich eine Touristeninformation, ein Spielplatz und eine überdachte Grillstelle. Dank des Stegs gelangt man an das andere Ufer des Narew-Tals, dabei garantieren Überquerungen auf schwimmenden Stegen großen Spaß. Die an Seilen eigenhändig gezogenen Plattformen sind eine wahre Attraktion. Das Panorama der Umgebung kann man vom Aussichtsturm, der auf halber Strecke steht, genießen. Er bietet eine malerische Aussicht auf das Narew-Tal.

Der Weg „**Kładka wśród bagien**“ („**Steg inmitten der Sümpfe**“) beginnt hinter dem Herrenhof von Kurowo – dem Sitz der Parkdirektion. Mit 1 Kilometer Länge ist er der kürzeste Lehrpfad im Nationalpark und präsentiert diverse Ökosysteme (Schilf, Seggenried, Fluss, Wiese und Weidenestrüpp), vor Ort stehen Informationstafeln.

Bereist man das Narew-Tal per Rad, so lohnt es den Radweg **Szlak Światowida (Svantovit-Weg)** zu wählen, der den Nationalpark mit Białystok verbindet. Die grün markierte Strecke ist 20 km lang. Unterwegs sieht man u. a. das Denkmal der Januaraufständischen von 1863 (Hügel „Szubienica“), den Ort Babia Góra mit einer Replika des Svantovit, einen Kriegsriedhof von 1915, die Ruinen einer Holländerwindmühle von 1936 sowie einen Bildstock aus dem 18. Jh.

**Verlauf des Svantovit-Wegs:** Białystok – Krupniki – Barszczewo – Konowały – Kruszewo

Die Strecke endet in **Kruszewo am Aussichtspunkt Zerwany Most – Zerstörte Brücke**, mit einer schönen Aussicht auf den Narew. Die Legende besagt, dass jede hier gebaute Brücke 11 Jahre lang stehen würde, bevor ein Krieg ausbricht und sie zerstört. Die Prophezei bewahrheitete sich bereits zwei Mal: im 1. und 2. Weltkrieg. Laut der Legende basiert die Prophezei auf einem Pakt, den die Baumeister der ersten

Brücke mit dem Teufel eingingen. Aus dem Grund wagt sich bis heute niemand die Brücke wiederaufzubauen.

Eine nichtalltägliche Touristenattraktion auf dem Narew sind **Flussfahrten in einem Kahn, der sog. „pychówka“**. Einst dienten sie Fischern, heute sind sie eine ideale Weise zum Kennenlernen des „polnischen Amazonas“. Die Ausstellung im **Naturkundemuseum in Drozdowo** präsentiert die Attraktionen des **Łomża-Landschaftsparks Narew-Tal**, die Natur im Narew- und Biebrza-Tal sowie die Geschichte von Drozdowo. „Kräutergeheimnisse. Heilpflanzen des Narew-Tals“ heißt eine der vielen interessanten Expositionen. Das Museum umgibt ein schöner Park. Im wilden Teil des Parks befindet sich der Lehrpfad „**Ostoja Drozdowska**“ („**Refugialgebiet Drozdowo**“). Der Holzsteg führt durch einen Auwald; Attraktionen wie Puzzlespiele und Tierspuren bereichern den Spaziergang.

## ATTRAKTIONEN

**Steg Waniewo – Śliwno und „Kładka wśród bagien“ („Steg inmitten der Sümpfe“)**

Narwiański Park Narodowy – Nationalpark Narew  
Kurowo 10, 18-204 Kobylin-Borzymy  
Tel. +48 85 7181417  
E-Mail: npn@npn.pl  
www.npn.pl

**Łomżyński Park Krajobrazowy Doliny Narwi (Łomża-Landschaftspark Narew-Tal)**

ul. Główna 52, Drozdowo, 18-421 Piątnica  
Tel./Fax: +48 86 2192175  
E-Mail: lpkdn.drozdowo@wp.pl  
www.lpkdn.wrotapodlasia.pl

**Muzeum Przyrody (Naturkundemuseum) in Drozdowo**

ul. Główna 38, Drozdowo, 18-421 Piątnica  
Tel. +48 86 2192081  
E-Mail: muzeumdrozdowo@wp.pl  
www.muzeum-drozdowo.pl

**Radweg „Szlak Światowida“ („Svantovit-Weg“) im Nationalpark Narew**



# Knyszyn-Urwald

Ein Waldgarten, ein Arboretum, Holzkreuze, Gräber von Aufständischen, Aussichtstürme, Naturstege und malerische Flusstäler – alles das birgt der geheimnisvolle Knyszyn-Urwald. In der Nachbarschaft von Biberbauen trifft man auf den Wespenbussard, unweit von Moorgebieten und Wiesen nistet das Birkhuhn. Durch den Knyszyn-Urwald verläuft ein ausgebautes Netz von Touristenwegen, welche die naturlandschaftlichen und historischen Vorzüge dieses Gebiets präsentieren.



Silvarium im Poczopek. Foto: E. Zajczyk

Die dichten Waldgebiete entlang der Flusstäler der Supraśl und Sokolda stehen unter Schutz und bilden den Landschaftspark Knyszyn-Urwald. Wisente, Hirsche, Wölfe, Füchse und Luchse leben hier. Im Sitz der Parkdirektion in Supraśl gibt es eine Ausstellung über die Flora und Fauna des Urwalds, eine ethnografische Exposition sowie eine interessante Sammlung von Straßenkreuzen. Der Knyszyn-Urwald ist ein vielfältiger Waldkomplex, der zu jeder Jahreszeit mit anderen Attraktionen beeindruckt. Im Frühling lohnt sich ein Ausflug zum Steg im Reservat „Krzemianka“ unweit des Ortes Rybniki. Die zum Leben erwachende Natur lässt dann zahlreiche Wasserquellen und ein abwechslungsreiches Landschaftsbild erblicken. Der Lehrpfad verläuft auf einem Holzsteg sowie auf Waldwegen. Auf 1020 m Länge wurden Tafeln mit interessanten Informationen zum Thema Natur platziert.

Im Sommer lassen sich am Komosa See – mitten im Wald gelegen – nistende Eisvögel, Graureiher und Spechte beobachten, im Herbst sind es die wanderfreudigen Erlenzeisige und Gimpel. Im Winter erklingen im Urwald die Laute des Uhu und auf den Lichtungen kann man Wisentherden erblicken.

Ein Spaziergang durch den Waldgarten Silvarium in Poczopek ist eine interessante Form, um die Natur des Urwalds kennenzulernen. Dies ist ein besonderer Ort für Familien- und Schulausflüge oder auch romantische Spaziergänge. Der Waldgarten liegt im Herzen des Urwalds und lockt mit vielen Attraktionen. Zu sehen gibt es u. a. die Galeria na Skraju Puszczy (Mini-Naturkundemuseum), das Strigiforium (Eulenhäuser), die Ptasia Chata (Vogelhütte), Tropinka (Pfad mit Spuren von Waldtieren), die Feng-Shui-Allee sowie ein Insektenhotel. Den Park zieren zahlreiche Brücken, Holz- und Steinskulpturen sowie Sonnenuhren und ein Teich, des Weiteren gibt es spezielle Erholungsplätze.

Wanderfreunde werden sicherlich auch das Arboretum im. Powstańców 1863 r. in Kopna Góra besuchen – es lohnt ein Besuch mit der Familie. Inmitten verschiedener Baum- und Straucharten stehen Bänke und Überdachungen sowie im hinteren Teil, von Bäumen verdeckt, ein Holzhäuschen, das an eine Hexenhütte erinnert. Neben dem Teich wurde ein Kinderspielplatz errichtet. 2013 entstand am Arboretum der Ort des Nationalen Gedenkens

in Kopna Góra. 46 Soldaten des Novemberaufstandes aus Oberst Józef Zaliwskis Verband liegen hier begraben. Die Grabstätte ist eine Ehrerbietung für alle, die während der Verteidigung der Unabhängigkeit ihrer Heimat fielen.

Der Knyszyn-Urwald ist auch ein lebender Zeuge der Ereignisse von 1863, weshalb hier der Szlak Powstania Styczniowego (Weg des Januaraufstandes) angelegt wurde. Entlang des Weges befinden sich Schlachtfelder, Gräber der Aufständischen auf dem Św. Jana Berg und der Pierociosy-Erhebung, Denkmäler, das Kleine Museum der Geschichte des Knyszyn-Urwalds in Kopna Góra sowie die Waldgalerie der Skulpturen, die den Aufständischen von 1863 gewidmet ist. Am Weg wurden ein Aussichtsturm sowie eine Überdachung errichtet.

## ATTRAKTIONEN

### Arboretum im. Powstańców 1863 r. in Kopna Góra

Oberforstamt Supraśl  
ul. Podsupraśl 8, 16-030 Supraśl  
Tel. +48 85 7131550  
E-Mail: [suprasl@bialystok.lasy.gov.pl](mailto:suprasl@bialystok.lasy.gov.pl)  
[www.suprasl.bialystok.lasy.gov.pl](http://www.suprasl.bialystok.lasy.gov.pl)

### Naturkundesteg im Reservat „Krzemianka“

Oberforstamt Knyszyn  
al. Niepodległości 31, 19-101 Mońki  
Tel. +48 85 7278219  
E-Mail: [knyszyn@bialystok.lasy.gov.pl](mailto:knyszyn@bialystok.lasy.gov.pl)  
[www.knyszyn.bialystok.lasy.gov.pl](http://www.knyszyn.bialystok.lasy.gov.pl)

### Park Krajobrazowy Puszczy Knyszyńskiej (Landschaftspark Knyszyn-Urwald)

ul. abp. gen. Chodakowskiego 6, 16-030 Supraśl  
Tel. +48 85 7183785  
E-Mail: [sekretariat@pkpk.pl](mailto:sekretariat@pkpk.pl)  
[www.pkpk.wrotapodlasia.pl](http://www.pkpk.wrotapodlasia.pl)

### Silvarium in Poczopek

Poczopek 6D, 16-113 Szudziałowo  
Tel. +48 85 7229640, +48 7229641  
E-Mail: [krynki@bialystok.lasy.gov.pl](mailto:krynki@bialystok.lasy.gov.pl)  
[www.krynki.bialystok.lasy.gov.pl](http://www.krynki.bialystok.lasy.gov.pl)



# Biebrza-Nationalpark

Zahlreiche Torfmoore und Sumpfgebiete umgeben das mäandrierende Flussbett der Biebrza, die das Königreich des Elches und zahlreicher wilder Vogelarten ist. In etwa so kann man in Kurzform das größte unter Schutz stehende Gebiet Polens charakterisieren – den Biebrza-Nationalpark. Auf eine Reise in dieses Gebiet lohnt es sich Gummistiefel und ein Fernglas mitzunehmen. Von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang wandernd, sieht man hier viele verschiedenartige Pflanzen und Tiere. Zahlreiche Stege und Aussichtstürme erleichtern das Beobachten. Biberbaue, Kranichformationen – das Bewundern der hiesigen Natur ist unabhängig von der Jahreszeit fesselnd.

Biebrza-Nationalpark - Sumpfgebiete der Biebrza, Foto: A. Trojanowska

Im Jahr 1993 gegründet, ist der Biebrza-Nationalpark der größte Nationalpark Polens (59223 ha). Unter Schutz stehen Torfmoore sowie natürliche Sumpf- und Feuchtgebiete, die Lebensraum für ca. 270 Vogelarten sind. Dazu zählen u. a. die sehr seltenen Seggenrohrsänger, Doppelschnepfen, Kampfläufer, Bekassinen, Kraniche, Uhus und Wiesenweihen. Im Biebrza-Nationalpark kann man den König der hiesigen Sumpfflächen antreffen – den Elch, was dank vieler Aussichtspunkte, -türme und Plattformen nicht schwer ist. Sie stehen entlang der Touristenwege, die zusammen hunderte von Kilometern lang sind. Einer der Beobachtungspunkte ist die Aussichtsterrasse in Goniądz. Sie präsentiert das malerische Panorama der Biebrza. Es lohnt sich diesen Ort am Frühlingsanfang zu besuchen, wenn der Fluss noch nicht zugewachsen und die Schwemmgebiete voller Vogelschwärme sind.

Durch den Biebrza-Nationalpark wandernd, ist die Festung Osowiec aus der 2. Hälfte des 19. Jhs. besuchenswert. In der Zarenfestung, die nie eingenommen wurde, kann man u. a. in den „Saal des Schreies“ sowie den „Tunnel des Todes“ blicken und sich Legenden über die Schwarze Dame anhören. Das Objekt kann nur in Begleitung eines Reiseleiters besichtigt werden. Für Touristen sind Fort I Centralny („Mitte“), Fort IV Nowy („Neuer“) sowie das Museum der Festung Osowiec zugänglich.

Über dem Nationalpark erhebt sich der charakteristische Geruch der Sümpfe und das Röhren der Hirsche sowie das Rufen der Elche und Eulen ist zu hören. In der Vogelwanderungszeit sind vorbeifliegende Gänse- und Kranichformationen zu sehen. Ein Ausflug auf dem 35 km langen Zarenweg – Carska Droga, ermöglicht den direkten Naturkontakt. Spazierende Elche, Füchse und Hermeline sind die „Hausherren“ dieser Gebiete und haben immer Vorrang. Entlang des Weges, der von Laskowiec nach Goniądz führt, befinden sich Rast- und Aussichtspunkte wie z. B. der Turm im Sumpf Ławki oder der Honczarowska-Damm.

Der Sumpf Ławki bildet die größte, offene Sumpffläche. Er besteht aus weitläufigen Niedermooren und Wiesen, die sich über viele Kilometer erstrecken. Seltene Vogelarten wie die Doppelschnepfe, der Seggenrohrsänger oder der Große Brachvogel nisten hier. Dieses Gebiet ist ebenfalls ein Futterplatz für Sumpfohreulen, Schlangenadler und Schelladler. Unter den Pflanzenarten ist der Gelbe Frauenschuh hervorzuheben – die polnische Orchidee. Im August findet in den Sumpfgebieten das Biebrzańskie Sianokosy (Biebrza-Mähen) statt. Bei der Veranstaltung können Besucher ihre Kräfte an einer traditionellen Sense messen oder an den „Meisterschaften im Mähen von Sumpfwiesen für die Natur“ teilnehmen. In der Nähe des Sumpfes Ławki verläuft der 3,5 km lange Lehrpfad

Grobla Honaczarowska (Honaczarowska-Damm). Zahlreiche Baumarten wachsen hier, u. a. der Gewöhnliche Schneeball, die Gewöhnliche Traubenkirsche, die Gemeine Esche sowie Orchideen, Sibirische Schwertlilien und Echte Seidelbaste. Unterwegs kann man zahlreiche Tierspuren entdecken und mit etwas Glück einen Elch oder Hirsch hören bzw. sehen.

Im Biebrza-Nationalpark lohnt es auch auf den Lehrpfaden zu spazieren. Der Dünenpfad (2,4 km) präsentiert die größten und schönsten Dünen, welche sich entlang der Sumpfwälder und Feuchtgebiete erstrecken. Im sandigen Untergrund sind Tierspuren ideal zu sehen. Aussichtspunkte, wie der Turm auf dem Wielka Berg, erleichtern das Beobachten. Von oben bietet sich ein Ausblick auf das malerische Biebrza-Tal. Die Trasse Brzeziny Kapickie (Birkenwald von Kapice) (4,2 km) verläuft unweit von Goniądz und wird von einem Birkenbruchwald umgeben. Zahlreiche Biberbaue befinden sich hier. Der Weg endet an einem hölzernen Tierbeobachtungshaus. Beachtenswert ist auch der grün markierte Weg „Biały Grąd“ („Weißer Eichen-Hainbuchen-Wald“). Die 3,2 km lange Strecke führt von der Ortschaft Mścichy über Flutwiesen zum Zeltplatz und Aussichtsturm. Gummistiefel können hier von Nutzen sein, vor allem im Frühling. Unterwegs lassen sich zahlreiche Wasser- und Sumpfvögel erspähen, u. a. Reiher, Gänse und Kraniche.

Ein weiteres touristisch attraktives Gebiet im Nationalpark ist das Reservat „Czerwone Bagno“ („Roter Sumpf“). Die Artenvielfalt der hiesigen Pflanzen- und Tierwelt ist enorm. Die Torfmoore, Feuchtgebiete und das Walddickicht stellen ein Refugialgebiet für Elche, Hirsche, Rehe, Wölfe und Luchse dar – Seeadler, Steinadler und Schreiadler nisten hier. Durch das Reservat verlaufen fünf Touristenwege und ein 700 m langer Didaktikpfad, der an einer Aussichtsplattform endet.

## ATTRAKTIONEN

### Biebrzański Park Narodowy (Biebrza-Nationalpark)

Osowiec-Twierdza 8, 19-110 Goniądz  
Tel. +48 85 7380620, +48 7383000 intern 233  
E-Mail: sekretariat@biebrza.org.pl  
www.biebrza.org.pl

### Festung Osowiec

Osowieckie Towarzystwo Fortyfikacyjne (OTF) (Gesellschaft der Festung Osowiec)  
Osowiec-Twierdza, 19-110 Goniądz  
Tel. +48 600941954



# Umgebung von Suwałki und Augustów

Malerische, im Urwald verborgene Seen sowie weite Panoramen – manche sogar von über 200 m hohen Erhebungen aus. Sanfte Hügel in der Gegend um Sejny – ideal geeignet für Radausflüge, sowie interessante Naturpfade im Nationalpark Wigry. Es gilt die Schönheit der Suwalszczyzna zu entdecken!

Ca. 70% des Baumbestands im **Augustów-Urwald** besteht aus Kiefern. Die durch sie freigesetzten ätherischen Öle haben Einfluss auf das spezifische Mikroklima dieser Gegend und wirken äußerst förderlich auf die Atemwege. Ein weiterer Schatz in der Umgebung ist die in 482 m Tiefe liegende

Mineralwasserquelle Augustowianka. Auf die touristische Attraktivität des Augustów-Urwalds wirkt sich das ausgebaute Netz von Wander- und Radwegen aus sowie die hiesigen Reitwege. Die Seen und der Kanal von Augustów begünstigen wiederum den Wassertourismus: Flussfahrten und Schiffsausflüge.



Umgebung von Suwałki und Augustów  
Kamaldulenserklöster in Wigry. Foto: J. Gurnowski

Den Nordteil des Augustów-Urwalds bildet der **Nationalpark Wigry**. Die Besichtigung beginnt man am besten im Ort **Krzywe**, wo sich das Gebäude der Parkdirektion befindet und darin die Natur- und Kulturausstellung „Nad Wigrami“ („Am Wigry“) sowie die ethnografische Exposition „Ocalić od zapomnienia“ („Vor dem Vergessen bewahren“). Auf dem Grundstück befinden sich auch ein Kinderspielplatz sowie Informationstafeln.

Hinter dem Direktionsgebäude beginnt der **Lehrpfad „Las“ („Wald“)**, der in knapp einer Stunde zu bewältigen ist. Die Strecke verläuft durch nah beieinander liegende, vielfältige Waldbiotope, einen Eichen-Hainbuchen-Wald, einen Auwald, einen Misch- und Sumpfwald sowie vorbei an archäologischen Stätten aus der Steinzeit. Knapp 800 m vom Direktionsgebäude entfernt beginnt der **Naturpfad „Suchary“**. Er verläuft entlang der Waldseen („suchary“) und durch Moorwälder. Unterwegs gibt es Biberbaue zu sehen, manchmal sogar ihre Baumeister, und es wurden ein Aussichtsturm sowie eine Überdachung zum Rasten errichtet.

Das Landschaftsbild des nördlichen Teils von Podlaskie prägen malerische Erhebungen, Wälder und zahlreiche Seen. Dem **Radweg „Po Pagórkach Sejneńskich“ („Über die Hügel von Sejny“)** folgend, kann man diese Gebiete kennenlernen. Der ca. 35 km lange Weg beginnt im Wald am östlichen Ufer des Wigry Sees. Er führt durch Dörfer und an malerischen Seen vorbei, die der kleine Fluss Gremzdówka miteinander verbindet. Des Weiteren passiert der Weg die alten Gebetshäuser der Altgläubigen (sog. „molena“) in den Orten Karolin und Giby sowie das Denkmal der Opfer der NKWD-Razzia von Augustów.

## Verlauf des Radwegs „Po Pagórkach Sejneńskich“ („Über die Hügel von Sejny“)

Forstrevier Węzżał am Wigry See – Maćkowa Ruda – Wysoki Most – Gremzdówka – Miałkie See – Buda Ruska – Jurkowo See – Jezioraki – Gluche See – Karolin – Pokrowski – Białe See – Czarne See – Wiersznie – Okuniewo See – Gieret See – Giby – Pomorze – Brücke über die Marysza – Posejnele – Erhebung Grodzisko – Reservat „Pomorze“ – Degucie – Posejny – Sejny

Während der Reise durch den Norden der Region, darf der **Cisowa Berg** nicht übergangen werden. Die „Fujiyama von Suwałki“ genannte Erhebung (256 m ü. d. M.) ist ein idealer Aussichtspunkt mit Blick auf den Landschaftspark Suwałki. Er bietet ein breites Panorama auf die Szeszupa Senke mit Dutzenden von Seen, malerischen Wiesen, Mooren und Erhebungen.

Der größte Vorzug des Landschaftsparks Suwałki ist seine nacheiszeitliche Landschaft mit zahlreichen Rinnenseen,

Flusstälern, Geröllfeldern, Moränen, Kamen und Osern. In Bezug auf die Geländeform lenkt vor allem das Hängetal „Gaciska“ die Aufmerksamkeit auf sich. Seine interessante geologische Form stellt eine Absenkung des Terrains dar, die sich bogenförmig auf einer Länge von ca. 4 km und 10 m oberhalb des Wasserspiegels der Czarna Hańcza erstreckt. Die malerische Geländeform des Hängetals betrachtet man am besten aus der Nähe: vom Weg **„Doliną Czarnej Hańczy“ („Durch das Flusstal der Czarna Hańcza“)** aus oder vom Os-Hügel im Landschafts- und Geologiereservat **Geröllfeld „Bachanowo“** aus. Auf einer Fläche von 0,98 ha liegen ca. 10.000 verschiedengroße Findlinge, die das Inlandeis vor vielen Jahrtausenden aus Skandinavien hierher transportierte. Granitfelsen und Gneise, Sandsteine und Kalksteine, Basalte und Rhyolithe – die größten haben einen Umfang von bis zu 8 m. Die Felsen liegen auf vier Terrassen verteilt: im Flussbett der Czarna Hańcza, am Talgrund, 10 m oberhalb des Flussbetts und 25 m oberhalb des Wasserspiegels auf der Sanderfläche. Das Geröllfeld stellt ein besonderes Beispiel der nacheiszeitlichen Landschaft dar, weshalb 1972 ringsherum ein Naturreservat entstand. Findlinge kann man auch im **Reservat „Rutka“**, auf dem 1,1 km langen Entdeckungspfad „Felsen und Minerale des Landschaftsparks Suwałki“ sowie im **Reservat „Głazowisko Łopuchowskie“ („Łopuchowskie-Geröllfeld“)** – zwischen Łopuchowo und dem Hańcza See gelegen, sehen. Die hiesigen Geröllansammlungen sind auf einer Fläche von 16 ha verteilt. Durch den Landschaftspark Suwałki wurden viele Entdeckungspfade sowie touristische Wander- und Radwege geführt. Es lohnt sich die Parkbesichtigung am Sitz der Parkdirektion in Turtul zu beginnen. Hier befinden sich auch ein Touristeninformationspunkt sowie ein Verleih von Mountainbikes, Langlaufskiern und Wassersportgeräten.

## ATTRAKTIONEN

### Suwałski Park Krajobrazowy (Landschaftspark Suwałki)

Malesowizna 24, 16-404 Jeleniewo  
Tel. +48 87 5691801  
E-Mail: turtulspk@gmail.com  
www.spk.org.pl

### Wigierski Park Narodowy (Nationalpark Wigry)

Krzywe 82, 16-400 Suwałki  
Tel./Fax: +48 87 5666322  
E-Mail: wigry\_pn@su.onet.pl  
www.wigry.org.pl



# ZERTIFIZIERTE TOURISTENINFORMATIONSPUNKTE

Augustów, CIT, Rynek Zygmunta Augusta 44 (Markt), Tel. +48 87 6432883, it@urząd.augustow.pl  
Białowieża, PIT BPN, ul. Park Pałacowy 11, Tel. +48 85 6812901, info@bpn.com.pl  
Białowieża, PIT PTTK, ul. Kolejowa 17, Tel. +48 85 6812295, pttk@pttk.bialowieza.pl  
Białystok, CIT, ul. Odeska 1, Tel. +48 85 7326831, cit@podlaskieit.pl  
Białystok, PIT am SSM „Podlasie”, al. Piłsudskiego 7B, Tel. +48 85 652 42 50, ssm@hostelpodlasie.pl  
Choroszcz, PIT am MGCKiS, ul. Sienkiewicza 29, Tel. +48 85 7191431, kultura@choroszcz.pl  
Ciechanowiec, PIT, pl. 3 Maja 31, Tel. +48 507793404, it@ciechanowiec.pl  
Czarna Białostocka, PIT am UM, ul. Torowa 9, Tel. +48 85 7102281, promocja@czarnabialostocka.pl  
Drohiczyn, PIT am MGOK, ul. Kraszewskiego 13, Tel. +48 85 6557069, info.drohiczyn@interia.pl  
Goniądz, PIT „Dolina Biebrzy”, Wroceń 44, Tel. +48 603078051, +48 691540162, biuro@dolinabiebrzy.pl  
Hajnówka, CIT der Region Białowieża-Urwald, ul. 3 Maja 45, Tel. +48 85 6825141, biuro@lot.bialowieza.pl  
Jeleniewo, PIT SPK, Malesowizna 24, Tel. +48 87 5691801, turtulspk@gmail.com  
Kleszczele, PIT am MOKSiR, ul. 3 Maja 19, Tel. +48 85 6818054, moksirkleszczele@gmail.com  
Knyszyn, CIT, Rynek 39 (Markt), Tel. +48 85 7279988, cit@knyszyn.pl  
Kuriany, CIT „Kajar”, Kuriany 6, Tel. +48 664442070, cit@turystycznepodlasie.pl  
Lipsk, PIT am MGOK, Rynek 23, Tel. +48 87 6423586, mgok@lipsk.pl  
Łomża, PIT „Pamiętki z Łomży”, ul. Stary Rynek, Tel. +48 692892063, pamiatkizlomzy@gmail.com  
Mielnik, PIT am GOKSiR – Museum in Mielnik, ul. Brzeska 71, Tel. +48 85 6577100, it@mielnik.com.pl  
Narewka, PIT, ul. Hajnowska 33, Tel. +48 85 6858062, rezerwacja@stanica.narewka.pl  
Osowiec-Twierdza (Festung Osowiec), PIT BPN, Osowiec-Twierdza 8, Tel. +48 85 7383035, it@biebrza.org.pl  
Piątnica, PIT ŁPK Doliny Narwi, ul. Główna 52, Tel. +48 86 2192175, lpkdn.drozdowo@wp.pl  
Płaska, CIT, Płaska 57A, Tel. +48 722040565, +48 534554700, gok@plaska.pl  
Siemiatycze, Promotionsbüro des Kreises Siemiatycze, ul. Legionów Piłsudskiego 3, +48 85 6555856, promocja@siemiatycze.pl  
Siemiatycze, PIT am MOSiR, ul. Nadrzeczna 29, Tel. +48 85 656 10 44, mosir\_siemiatycze@siemiatycze.eu  
Supraśl, PIT „Bukowisko”, ul. Piłsudskiego 64, Tel. +48 85 7102470, turystyka@powiatbialostocki.pl  
Supraśl, PIT PKPK, ul. Chodakowskiego 6, Tel. +48 85 7183785, sekretariat@pkpk.pl  
Suwałki, CIT, ul. ks. Hamerszmita 16, Tel. +48 87 566 20 79, cit@um.suwalki.pl  
Suwałki, CIT WPN, Krzywe 82, Tel. +48 87 5632562, turystyka@wigry.org.pl  
Suwałki, PIT am Wigry-Museum WPN, Stary Folwark 50, Tel. +48 87 5630152, muzeum.wpn@wigry.org.pl  
Sztabin, PIT am OW „Biebrza 24”, ul. Polna 50, Tel. +48 87 6412179, biuro@biebrza24.pl  
Waniewo, CIT, Waniewo 22, Gemeinde Sokoły, Tel. +48 500192858, it.waniewo@op.pl