



# Leśny szlak kuracyjny / Forest Spa Resort Trail



Lasoterapia to naturalny sposób na relaksację, która ma dobroczynny wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie.

Na leśny szlak kuracyjny zaprowadzą nas schody przy ul. Moniuszki. Do wyboru mamy dwie trasy o podobnym stopniu trudności, na których czekają urządzenia, zachęcające do dodatkowego ruchu i ćwiczeń. Zapraszamy na spacer!

Forest therapy is a natural form of relaxation that has a beneficial effect on our health and well-being.

The stairs at ul. Moniuszki (Moniuszki street) will lead us to the Forest Spa Resort Trail. We can choose from two routes with a similar level of difficulty, each with equipment which encourages additional movement and exercise. We invite you to take a walk!





1. Punkt widokowy na Operę Leśną /  
Viewing point to the Forest Opera

2. Opera Leśna / The Forest Opera

3. Punkt widokowy Strzeleckie Wzgórze  
Viewing point Strzeleckie Wzgórze

4. Morskie Oko / Morskie Oko

 Trasa 1 (1100 m) - wokół Morskiego Oka /  
Route 1 (1100 m) - around Morskie Oko

 Trasa 2 (2200 m) - wokół Opery Leśnej /  
Route 2 (2200 m) - around the Forest Opera