Kraków, 5.10.2020 r.

Informacja prasowa



**Małopolska – jesienią najpiękniejsza**

**Złota polska jesień to najlepszy czas na odwiedzenie Małopolski, która o tej porze roku jest najpiękniejsza. Warto wiedzieć, że może się także pochwalić ogromną liczbą górskich szlaków, dzięki temu łatwo znaleźć takie, które są mało uczęszczane – a więc bezpieczne.**

***Jesień to magiczny czas, ale również okres, w którym dzień jest już krótszy, a pogoda nie zawsze sprzyja wycieczkom wysokogórskim. W Małopolsce szczególnie polecam odwiedzić m.in. leśne dolinki, które o tej porze nabierają kolorów. Liście buków przebarwiają się na kolor złoty, a jaworów na żółto – mówi Jan Sabała, przewodnik tatrzański i ambasador kampanii „Małopolska. Poznajmy się”****.* **W jakie miejsca konkretnie warto udać się jesienią w Małopolsce?**

**Kierunek: Pieniny**

Pieniny to nie tylko wejście na popularne Trzy Korony, majestatyczną Sokolicę z widokiem na Tatry czy niezapomniany spływ Dunajcem. *Jesień to doskonały czas, aby odkryć i polubić spokojne trasy dla całej rodziny*, *jak np. ta z miejscowości Szlachtowa w kierunku Wysokiego Wierchu. Spacerom po pięknych polanach z widokiem na Trzy Korony podołają nawet najmłodsi – nasz 2,5 letni syn przeszedł całą trasę sam – opowiada* ***Anna Mazurek****,* **ambasadorka kampanii „Małopolska. Poznajmy się”**.

Aby spowolnić tempo i rozkoszować się urokami tras poza utartym szlakiem w Pieninach, dobrym wyborem będzie Rezerwat przyrody Biała Woda, który cechują nietuzinkowe formy skalne i szumiące potoki. *Szlak turystyczny ze Szczawnicy jest średnio wymagający, idealny dla rodzin z dziećmi: prowadzi szerokimi ścieżkami, ponadto znajdziemy na nim wiele miejsc do odpoczynku – mówi* ***Anna Mazurek.***

**Uroki Beskidów**

Na miłośników Beskidów w Małopolsce również czekają fascynujące widoki pełne ciepłych, jesiennych kolorów. *W Beskidzie Małym polecamy udać się na malowniczy leśny szlak na Leskowiec, na który można wejść z miejscowości Krzeszów. Dzięki ogromnej liczbie drzew liściastych aż trudno nie zorganizować prawdziwej wojny na liście – mówi* ***Anna Mazurek.*** Na szczycie Leskowca jako nagroda czeka na nas widok na Babią Górę, a także możliwość wypicia gorącej herbaty przed schroniskiem.

W październiku atrakcyjna jest też niewymagająca trasa na Lubomir – jeden ze szczytów Korony Gór Polski. *Przepiękna droga leśna na Lubomir wiedzie dywanem mieniących się liści, a na samym szczycie wyrasta budynek Obserwatorium Astronomicznego, które możemy odwiedzić w wybrane dni tygodnia –* opowiada***Anna Mazurek.*** Podczas powrotu można odpocząć i zjeść, korzystając z oferty całorocznego schroniska PTTK na Kudłaczach, skąd możemy podziwiać panoramy wcześnie zachodzącego jesiennego słońca.

Pamiętajmy, że jesień jest także doskonałą porą na rowery. *Polecamy trasę z Muszyny do Krynicy w całości odseparowaną od ruchu samochodowego, biegnącą wzdłuż rzeki Kryniczanki* – mówi **Anna Mazurek**. I dodaje: *To też idealny moment, aby zatrzymać się i pozwiedzać malowniczą Muszynę i Krynicę.*

**A może w Gorce?**

Jesienią w Gorcach szczególnie urokliwy jest szczyt Magurki z wieżą widokową i mocno zalesiony Lubań, z którego podziwiać możemy cały wachlarz małopolskich gór. *W Gorcach o tej porze roku* *polecam wybrać się na szlak z Rabki-Zdroju do schroniska PTTK na Maciejowej* – mówi **Anna Mazurek.** W samej Rabce-Zdroju możemy też odpocząć i udać się na jesienny spacer po Parku Zdrojowym z Tężnią Solankową i Pijalnią Wód Mineralnych.

*Kolejną z perełek w Gorcach jest polana Przysłop, na którą prowadzi szlak z Ochotnicy Górnej. Szlak nie dość, że jest niesamowicie malowniczy oraz praktycznie pusty, daje możliwość odwiedzenia jednego z bardziej kultowych schronisk – Gorczańskiej Chaty, które znane jest bardziej pod nazwą GoCha* – dodaje **Anna Mazurek.**

**Zakopiańskie regle**

Wyjątkowym rejonem do podziwiania barw jesieni w Małopolsce są także regle zakopiańskie porośnięte buczynami. **Droga pod Reglami** to szlak wiodący przez reglowe dolinki i przełęcze. *Szczególnie polecam wycieczkę z Doliny Strążyskiej, przez Czerwoną Przełęcz do Doliny Białego i dalej przez Przełęcz Białego do Kalatówek* – **mówi Jan Sabała**. I dodaje: *Po drodze podziwiać możemy piękno buczyn karpackich, szczególnie urokliwych jesienią.* *Z kolei ze skałek na szczycie Sarniej Skały mamy przepiękny widok na północną ścianę Giewontu.* Na tym odcinku możemy spotkać ciekawą roślinność leśną i naskalną.

Jedną z części Drogi pod Reglami jest także Dolina ku Dziurze – idealna na krótszy spacer dla każdego, niezależnie od wieku. Dolina jest przyjemna do wędrówki – trasa prowadzi po prawie płaskim terenie, jedynie na końcu czeka nas podejście do **Jaskini Dziura**. Kolejny z pomysłów na spacer w jesienne popołudnie to Dolina za Bramką pomiędzy Doliną Strążyską i Doliną Małej Łąki. O niezwykły, jesienny klimat możemy być spokojni – cała droga prowadzi przez las mieszany.

**Ojcowski Park Narodowy**

Kto był w Ojcowskim Parku Narodowym choć raz, ten wie, że trzeba tam wrócić właśnie jesienią.

*„Ojcowska złota jesień” – tak nazywamy ten najpiękniejszy okres –* mówi **Anna Dąbek** – **przewodniczka po Ojcowskim Parku Narodowym i ambasadorka kampanii „Małopolska. Poznajmy się”**. *Drugie co do wysokości wzniesienie nosi nazwę Złotej Góry* – *gdy malowniczo przebarwione liście buczyny spadają przy delikatnym wietrze, wyglądają niczym płatki złota.* I dodaje: *Warto wówczas przejść szlakiem ze Złotej Góry do Doliny Sąspowskiej oraz najbardziej widokowym szlakiem w Ojcowie, czyli grzbietem Góry Koronnej. To tu zobaczymy słynną Skałę Rękawicę i to stąd rozpościerają się panoramy na Dolinę Prądnika, które wprawiają w zachwyt nie tylko fotografów, ale każdego turystę odwiedzającego Park.*

**Piękno Dolinek Krakowskich**

Jesienna wycieczka mniej popularnym szlakiem blisko Krakowa? O tej porze roku obowiązkowe do odwiedzenia są przepiękne Dolinki Krakowskie z oryginalnymi jurajskimi krajobrazami.

*Dolinki Podkrakowskie są mocno niedocenianym miejscem na podziwianie jesieni. Tym, którzy mają nieco mniej czasu polecam „miniaturkę Ojcowa”, czyli Dolinę Mnikowską* – mówi **Anna Dąbek.** I dodaje: *Warto również odwiedzić Dolinę Będkowską z Wodospadem Szum – jednym z nielicznych i zarazem najwyższym na Jurze. Z Doliny Będkowskiej możemy przejść do Doliny Kobylańskiej.*

Dolina Bolechowicka jest z kolei jedną z najkrótszych, ale najpiękniejszych. Turystom zaimponuje ogromna Brama Bolechowicka. *Jesienią dywanami kolorowych liści przejdziemy niezwykle urokliwą Doliną Racławki. Polecam też Dolinę Kluczwody, w której górnej części zwiedzimy moją ulubioną Jaskinię Wierzchowską, mającą najdłuższą trasę jaskiniową w Polsce* – dodaje **Anna Dąbek**.

*Małopolska bez wątpienia sprzyja jesiennym wędrówkom.* *Różnorodność krajobrazów sprawia, że nasz region to doskonały kierunek na wycieczkę o każdej porze roku, a szczególnie teraz, kiedy możemy zachwycać się wszelkimi barwami jesieni* – mówi **Tomasz Urynowicz, Wicemarszałek Województwa Małopolskiego**.

**Bezpieczeństwo, nie tylko jesienią**

Jeśli wybieramy się jesienią w góry, rozplanujmy dobrze podróż i dostosujmy długość trasy do naszych sił i warunków, szczególnie czasu wschodu i zachodu słońca, aby wrócić bezpiecznie z powrotem. Przed jesienną wyprawą należy pamiętać, aby ubrać się warstwowo, na tzw. „cebulkę”, zabezpieczyć odpowiednio buty, zabrać ze sobą płaszcz przeciwdeszczowy, przekąski i termos z ciepłym napojem. Pamiętajmy również o sprawdzeniu pogody – ta zasada obowiązuje zawsze przed wyjściem w góry, bez względu na porę roku.

*W tym roku razem z Tatrzańskim Ochotniczym Pogotowiem Ratunkowym przygotowaliśmy akcję promowania bezpieczeństwa #NajważniejszeWrócić* – mówi**Grzegorz Biedroń,  prezes Małopolskiej Organizacji Turystycznej.** *Dzięki cyklowi filmów edukacyjnych dostępnych na* [*Facebooku*](file:///C:\Users\Karina%20Adaszak\Downloads\frosta%20druk) *i* [*kanale YouTube*](https://www.youtube.com/channel/UCOoK_OGCBIKKu0NpTTQXJiw) *Małopolskiej Organizacji Turystycznej promujemy bezpieczne zachowanie każdego prawdziwego turysty podczas górskich wędrówek.*

Podróżując do Małopolski, jak również w trakcie wypoczynku, warto także pamiętać o zasadach bezpieczeństwa i na bieżąco śledzić stronę [www.gov.pl/web/koronawirus/aktualne-zasady-i-ograniczenia](http://www.gov.pl/web/koronawirus/aktualne-zasady-i-ograniczenia). Zasada zachowania dystansu społecznego wciąż jest bardzo ważna. Małopolska jest liderem w skali kraju pod względem liczby obiektów noclegowych, które uzyskały certyfikat Polskiej Organizacji Turystycznej **„Obiekt bezpieczny higienicznie”**. Ponadto Krakowska Izba Turystyczna przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego opracowała Certyfikat **„Małopolska – Bezpieczna Turystyka”**. Dzięki certyfikatom osoby wypoczywające w tym regionie, mogą czuć się pewne, że branża staje na wysokości zadania i wdraża szczególne środki bezpieczeństwa w związku z epidemią COVID-19. To dodatkowa motywacja do tego, aby odkrywać mniej znane miejsca i szlaki w Małopolsce – a jest ich tu naprawdę bardzo wiele.

**O kampanii:** Kampania„Małopolska. Poznajmy się.” ma na celu aktywizację mieszkańców Polski do realizacji podróży turystycznych do Małopolski oraz ukazanie regionu jako idealnego miejsca do wypoczynku w duchu „slow”, czyli niespiesznego, uważnego podróżowania. Kampanię wyróżnia zaangażowanie lokalnych ambasadorów – mieszkańców Małopolski. Ich polecenia zachęcają do wycieczek poza utartym szlakiem i odkrywania mniej znanych miejsc, co sprzyja bezpieczeństwu turystów. Kampania promocyjna realizowana przez Województwo Małopolskie i Małopolską Organizację Turystyczną potrwa do końca 2020 r. Więcej informacji: [www.poznajmysie.malopolska.pl](http://www.poznajmysie.malopolska.pl/).

**Kontakt do mediów:**

Paulina Zając

[e-mail: paulina.zajac@lbrelations.pl](mailto:paulina.zajac@lbrelations.pl)

Tel. +48 720-809-836