

Rowerem

Trasy rowerowe

Na rowerze wokół Jeziora Rożnowskiego

Związek Gmin Jeziora Rożnowskiego, do którego od początku należy gmina Łososina Dolna, zaprojektował z myślą o miłośnikach aktywnego wypoczynku trasy rowerowe wokół akwenu. Duże różnice wysokości między dolinami rzek i potoków a otaczającymi je grzbietami Pogórza Rożnowskiego i Beskidu Wyspowego sprawiają jednak, że podróżując proponowanymi trasami niejednokrotnie trzeba włożyć dużo wysiłku w ich pokonanie. Nagrodą są jednak wspaniałe widoki na Beskid Sądecki i Wyspawy, Pogórze oraz Tatry, jak i bezpośredni kontakt z duchami historii, śpiącymi w spotkanych po drodze zabytkowych budowlach. A po wszystkim można odpocząć na jednej z plaż położonych nad Jeziorem, popływać rowerem wodnym czy kajakiem, złowić rybę, rozbić namiot lub zakwaterować się np. w jednym z licznych gospodarstw agroturystycznych.

Zaprojektowana trasa przebiega przez teren czterech gmin tworzących ZGJR: Łososinę Dolną, Chełmiec, Gródek nad Dunajcem oraz Czchów, a także przez miasto Nowy Sącz i gminę Iwkowa. Poszczególne odcinki można pokonać zarówno na rowerze, jak i pieszo. Miejscami pokrywają się one ze szlakami turystycznymi PTTK.

Trasa łososińska

Odcinek ma długość ok. 28 km. Rozpoczyna się na skrzyżowaniu w Kątach i prowadzi przez Michalczową w kierunku Łososiny Dolnej, a następnie wzdłuż lotniska Aeroklubu Podhalańskiego do centrum gminy. Za mostem na Łososince szlak skręca w lewo i prowadzi wzdłuż prawego brzegu rzeki obok stadionu KS „Łosoś” na wzgórze nad Tabaszową. Tutaj można odpocząć, podziwiając wspaniałe widoki, lub zjechać w dół, do zabytkowego kościółka p.w. św. Mikołaja w Tabaszowej.

Przy kościółku spotykamy niebieski szlak, który będzie nam towarzyszył w dalszej drodze – w kierunku Pasma Łososińskiego Beskidu Wyspowego. Zjeżdżamy do Znamierowic, gdzie możemy odwiedzić Yacht Club PTTK „Beskid”, następnie serpentynami wspinamy się na Rąbkową. Tu szlak skręca na Just, gdzie mijamy zabytkowy kościółek (486 m. n.p.m.) i cieszymy się pięknymi widokami. Nadal kierując się niebieskimi znakami kontynuujemy podróż przez Świdnik w kierunku Rojówki i Skrzętli. Docieramy do miejsca, gdzie niebieski szlak krzyżuje się ze szlakiem żółtym. Możemy udać się przez Białowodzką Górę do Marcinkowic za żółtymi znakami, lub kontynuować podróż niebieskim szlakiem – na Babią Górę (727 m n.p.m.), a następnie przez Męcinę i Chomranice do Marcinkowic.

Punkty wycieczki:

Start - skrzyżowanie dróg: w lewo na Kąty, my wspinamy się prosto w górę na wzgórze Michalczowej.

1,5 km - szkoła i nowoczesny kościół na Michalczowej. Zjazd w dół w kierunku Łososiny

Dolnej. Obok drogi wizytówka gminy - sady owocowe.

2,7 km - dojazd do lotniska Aeroklubu Podhalańskiego w Łososinie Dolnej. Mijamy kaplicę i kierujemy się w prawo wzdłuż ogrodzenia lotniska.

3,0 km - skręcamy w lewo, przecinamy drogę z Łososiny Dolnej do Limanowej i docieramy do centrum Łososiny Dolnej.

3,3 km - centrum miejscowości. Urząd Gminy, nowoczesny kościół, sklepy, punkty usługowe, szkoła, stacja paliwowa. Skręcamy w prawo (z uwagi na duży ruch najlepiej skorzystać z chodnika) i kierujemy się w stronę Nowego Sącza.

4,5 km - po pokonaniu mostu na Łososince skręcamy w lewo (wprost podjazd na Just i do Nowego Sącza). Droga biegnie prawym brzegiem rzeki obok stadionu KS "Łosoś".

5,3 km - ostry skręt w prawo - jadąc pod górę wśród sadów, zbliżamy się do Rąbkowej.

7,7 km - Rąbkowa - na skrzyżowaniu w lewo obok szkoły zakosami drogi wspinamy się na wzgórze nad Tabaszową (470 m n.p.m.). Roztaczają się stąd rozległe widoki na Jezioro Rożnowskie, Gródek nad Dunajcem, Beskid Sądecki, Beskid Wyspowy i Pogórze.

10,1 km - szczyt wzniesienia, można odpocząć lub zjechać w dół w kierunku widocznego w oddali kościółka w Tabaszowej. Spotykamy tu niebieski szlak turystyczny - możemy dotrzeć nim do Rożnowa (szlak będzie nam towarzyszył w dalszej wędrówce w kierunku Pasma Łososińskiego Beskidu Wyspowego). Przy zabytkowym kościele widok na Jezioro Rożnowskie z Zatoką Bartkowską i „Małą Wyspą”.

11 km - poniżej kościoła w lewo droga odbija na Witkówkę, Załęże i Patelnię. My zjeżdżamy w dół do Znamierowic.

13 km - razem z niebieskim szlakiem turystycznym docieramy do Znamierowic. W lewo dojazd (ok. 200 m) do Stanicy Wodnej YC PTTK „Beskid”. Możliwość skorzystania z noclegu, wyżywienia, nauki żeglowania (coroczne kursy). Po odwiedzeniu stancy wracamy na główną drogę i serpentynami wspinamy się na Rąbkową.

14,6 km - droga prosto do Tęgoborzy - my skręcamy w prawo do Rąbkowej.

15,4 km - w Rąbkowej na skrzyżowaniu skręcamy w lewo na Just. Znowu będzie towarzyszył nam niebieski szlak turystyczny.

18,5 km -Just, przecinamy główną drogę Nowy Sącz-Brzesko i obok starego drewnianego kościoła wspinamy się ostro do góry (486 m n.p.m.). Znowu wspaniałe panoramy na północ, wschód i południe.

20,1 km - ciągle za niebieskim szlakiem schodzimy w kierunku widocznej drogi z Tęgoborzy do Wronowic przez Świdnik.

21.6 km - skrzyżowanie - w lewo do Tęgoborzy, w prawo do Wronowic, my udajemy się prosto za drogowskazem „Rojówka i Skrzętla”.

22.7 km - następne skrzyżowanie. W tym miejscu spotykamy żółty szlak turystyczny do Marcinkowic przez Białowodzką Górę. Szlak niebieski odbija w prawo. Mamy do wyboru dwa warianty trasy. Pierwszy wariant żółtym szlakiem przez Białowodzką Górę (618 m n.p.m.) do Marcinkowic. Druga możliwość szlakiem niebieskim na Babią Górę (727 m n.p.m.) i zjazd przez Męcinę i Chomranice do Marcinkowic. Trasa ta wymaga większego wysiłku, wyprowadza jednak na wyższą wysokość.

Wariant I

Skręt w lewo z żółtym szlakiem turystycznym

25 km - skrzyżowanie na przełęczy między Białowodzką Górą a Chełmem. Możliwy zjazd do Chomranic (na południe) lub do Tęgoborzy (na północny zachód). My, kierując się żółtymi znakami skręcamy na południowy wschód i wspinamy się na Białowodzką Górę. Koniec trasy w gminie Łososina Dolna. Następny odcinek to już gmina Chełmiec.

Wariant II

Skręt w prawo z niebieskim szlakiem turystycznym

Czeka nas intensywny podjazd pod górę - drogą asfaltową do Skrzętli. Tu, pod szczytem Babiej Góry, znajduje się kaplica p.w. Najświętszej Maryi Panny.

27 km - obok kaplicy odbija żółty szlak turystyczny do Męciny. My udajemy się dalej niebieskim szlakiem na szczyt wzniesienia i po jego pokonaniu na przełęczy opuszczamy niebieski szlak.

27,9 km - przełęcz. Niebieski szlak prowadzi na Jaworz (921 m n.p.m.), najwyższy szczyt Pasma Łososińskiego. My skręcamy w lewo, by po chwili zacząć zjazd leśną drogą do Męciny. Tu opuszczamy gminę Łososina Dolna.

Trasa chełmiecka

- Dalszy ciąg wariantu I trasy łososińskiej:

0 km - skrzyżowanie dróg na przełęczy pomiędzy górą Chełm a Białowodzką Górą. Żółty szlak turystyczny prowadzi na jej szczyt. Droga w lewo wspiną się dość intensywnie.

1,6 km - spotykamy zielony szlak turystyczny z Tęgoborzy. Po chwili osiągamy partię szczytową Białowodzkiej Góry (618 m n.p.m.). Możliwy odpoczynek i podziwianie pięknych, rozległych panoram na Dolinę Dunajca, Kotlinę Sądecką, Beskid Sądecki, Wyspowsy i Pogórze. UWAGA! Dalszy odcinek polecamy tylko wytrawnym turystom. Dla mniej wprawnych i zainteresowanych przyrodą polecamy skorzystanie początkowo z zielonego szlaku w kierunku Tęgoborzy. Zjazd do Białej Wody, gdzie skręcamy w prawo drogą wijącą się stokami

Białowodzkiej Góry w kierunku Marcinkowic.

1,7 km - zjazd na południe, po ok. 0,5 km droga gruntowa skręca w prawo - my zgodnie z przebiegiem żółtego szlaku kierujemy się prosto (uwaga - tu już tylko ścieżka - ostrożnie) w kierunku widocznej Doliny Dunajca i Marcinkowic. Szlak w tym miejscu przebiega obok rezerwatu przyrodniczego Białowodzka Góra.

4,5 km - Marcinkowice - przystanek PKS obok drogi Nowy Sącz - Limanowa, koniec pierwszego wariantu trasy (z pominięciem Babiej Góry i Męciny).

- Dalszy ciąg wariantu II trasy łososińskiej:

0 km - przełęcz na Babiej Górze. Skręcamy w lewo, by po chwili zacząć zjazd leśną drogą do Męciny.

2,4 km - przejeżdżamy przez teren kamieniołomu w Męcinie.

2,7 km - dojazd do drogi głównej do Męciny, skręt w lewo i zjazd do centrum wsi.

3,7 km - przejazd kolejowy na trasie Nowy Sącz- Chabówka.

5,2 km - droga główna doliną Smolnika, skręt w lewo - kierunek Marcinkowice.

7,2 km - docieramy do Chomranic (ciekawy zabytkowy kościół).

11,0 km - mijamy Klęczany (po prawej stronie widoczny duży kamieniołom), przed nami Marcinkowice. Koniec drugiego wariantu trasy.

Dalszy przebieg trasy chełmieckiej:

0 km - Marcinkowice, centrum miejscowości (żółty szlak turystyczny).

0,8 km - przejazd przez Marcinkowice, po lewej stronie mijamy kościół i droga wspina się pod górę do Rdziostowa.

1,9 km - wjazd do Rdziostowa, po prawej stronie ciekawa kapliczka w otoczeniu starych drzew.

2,1 km - rozpoczyna się zjazd, dalej drogą główną do Chełmca.

4,2 km - przy tablicy Chełmiec, ostro w lewo w kierunku Dunajca. Jadąc wprost dojeżdżamy do Urzędu Gminy w Chełmcu (1,7 km)

4,7 km - przejazd kolejowy niestrzeżony.

4,9 km - skręt w prawo ulicą równoległą do wałów powodziowych.

6,6 km - dojeżdżamy do mostu na Dunajcu, skręt w lewo na most. Skręcając w prawo możemy dojechać do Urzędu Gminy w Chełmcu (1,2 km).

7,1 km - Nowy Sącz, skrzyżowanie poniżej ruin sądeckiego zamku. Skręcamy w lewo na most na Kamienicy. Na placu zamkowym parking samochodowy, do wyboru różne możliwości zwiedzania miasta (szczegółowe inf. - CIT Nowy Sącz, ul. Szwedzka 2)

7,4 km - za mostem na Kamienicy skręt w prawo w ulicę Paderewskiego.

8,6 km - skrzyżowanie z ulicą Naściszowską, skręt w lewo w kierunku Korzennej.

9,5 km - ulica Barska, skrzyżowanie, prosto w kierunku Korzennej, my skręcamy w prawo pod górę w kierunku Januszowej.

11,6 km - Januszowa kościół, widoki na Nowy Sącz, Beskid Sądecki i Wyspawy.

12,1 km - skrzyżowanie, skręcamy w lewo w kierunku Librantowej.

14,6 km - Librantowa, nowy kościół zjazd do trasy Nowy Sącz - Korzenna, poniżej kościoła skręcamy w lewo w kierunku Nowego Sącza.

15,6 km - skręcamy w prawo pod górę, wspinamy się na wzniesienie, po chwili spotykamy czerwony szlak turystyczny z Nowego Sącza. Razem ze szlakiem skręcamy w prawo. Prosto droga poprzez Ubiad prowadzi do Wielogłówna. Po pokonaniu ok. 300 m możliwe odcięcie w lewo w kierunku widocznego wzniesienia Dąbrowskiej Góry (wspaniały punkt widokowy).

16,7 km - kończy się droga asfaltowa, jest to również granica gminy Chełmiec z gminą Gródek nad Dunajcem. Kierujemy się dalej w dół żwirowaną drogą do Jelnej.

Trasa gródecka:

0 km - granica gmin Chełmiec i Gródek nad Dunajcem - czerwonym szlakiem turystycznym zjeżdżamy do Jelnej ze żwirowej drogi na jezdnię asfaltową.

2 km - Jelna, po lewej stronie zabytkowy młyn i spichlerz, po prawej sklep i centrum miejscowości.

2,3 km - szlak opuszcza drogę asfaltową, kierując się między zabudowaniami na północ.

4 km - wysokość ok. 500 m n.p.m. - rozległe panoramy na Tatry, Beskid Sądecki, Wyspawy i Pogórze, doskonałe miejsce na niewielki odpoczynek. Skręt w lewo ostro w dół asfaltem.

4,7 km - rozwidlenie dróg, jedziemy w prawo (koniec asfaltu).

5,1 km - ostry skręt w prawo i zjazd po żwirowej drodze w dolinę Koszarki.

5,4 km - przejeżdżamy przez mostek na potoku i wspinamy się pod górę czerwonym szlakiem turystycznym.

7,3 km - wysokość 490 m n.p.m. - kapliczka w otoczeniu starych lip i punkt widokowy na Pogórze i Beskid Wyspowy.

7,4 km - w prawo odbija niebieski szlak - możliwy zjazd do Przydonicy i dalej na Bukowiec, my skręcamy w lewo.

7,6 km - skręcamy w lewo opuszczając szlak czerwony i niebieski, łagodny zjazd w kierunku Koszarki.

8,8 km - nasz szlak gwałtownie skręca w prawo w leśną ścieżkę i po chwili ostry zjazd do centrum Gródka nad Dunajcem.

9,5 km - widok na Jezioro Rożnowskie i centrum wsi, po lewej stronie Ośrodek Rekolekcyjny „Arka”.

10 km - centrum Gródka: Urząd Gminy, Bank Spółdzielczy, sklepy, punkty żywieniowe i noclegowe, pola namiotowe. Skręt w prawo.

11,4 km - skrzyżowanie w Bartkowej. Skręcamy w prawo do Podola.

13,2 km - Podole, zabytkowy kościół, obok kościoła skręt w lewo lokalną drogą, po chwili przejeżdżamy przez potok Przydonicki.

13,7 km - znowu w lewo (w prawo droga do Przydonicy).

14 km - skręt w prawo w kierunku Zakliczyna.

14,5 km - dalej główną drogą w lewo. Możliwy dojazd przez Górówą do Bukowca (bez szlaku).

16,3 km - Posadowska Góra - skręt w lewo razem z żółtym szlakiem turystycznym.

18 km - szlak skręca ostro w prawo pod górę. Ciekawe miejsca widokowe na Dolinę Dunajca, Jezioro, Beskidy i Tatry.

19 km - ostro w lewo za żółtym szlakiem (na wprost trasa na Bujne).

19,8 km - partia szczytowa Majdanu (512 m n.p.m.), w prawo droga leśna na Dzierżaniny.

20,4 km - prosto, opuszczamy żółty szlak (ten skręca w lewo na Bartkową).

21,6 km - wyjazd z lasu - punkt widokowy na Rożnów i Roztokę Brzeziny.

22 km - ostry zjazd w lewo do Rożnowa (Radajowice).

22,4 km - asfaltem w dół.

23,5 km - skręt w lewo doliną potoku.

24,1 km - skręt w prawo (prosto podjazd pod Wiesiółkę)

25,6 km - centrum Rożnowa. Zabytki: beluard, dworek, w lewo do kościoła i ruin zamku Zawiszy. Sklepy, kwatery noclegowe itp. Skręt w prawo do Tropia.

28,7 km - skrzyżowanie - w lewo do Witowic, my jedziemy prosto do Tropia.

32,5 km - Tropie, sanktuarium, zabytkowy kościół i pustelnia Św. Świerada, dojazd do promu na Jeziorze Czchowskim. My nad kościołem skręcamy do góry.

36,9 km - Tropie - Habalina. Rozległe widoki, granica z gminą Czchów.

Trasa czchowska:

0 km - granica gminy Gródek nad Dunajcem i Czchów w Tropiu na wysokości około 430 m n.p.m. Zjazd żwirowaną drogą na północ w kierunku zapory czchowskiej.

0,6 km - punkt widokowy na granicy lasu - na Jezioro Czchowskie, Czchów i Dolinę Dunajca.

2,2 km - dojazd do drogi asfaltowej prawym brzegiem Dunajca od zapory do Filipowic i Zakliczyna. Skręcamy w prawo. Droga biegnie nad Dunajcem przez "fasolowe zagłębienie".

3,4 km - nowoczesna kaplica katolicka i szkoła w Piaskach Drużkowie.

5,1 km - droga biegnie prosto do Filipowic, my skręcamy w lewo na prom na Dunajcu. Spotykamy tu zielony szlak turystyczny, który będzie nam towarzyszył przez dłuższy czas.

6,0 km - skręt w lewo w kierunku widocznej z daleka baszty i centrum Czchowa.

6,1 km - przejazd przez drogę Nowy Sącz-Brzesko (duży ruch samochodowy).

7,3 km - rynek miasta Czchowa. Obserwujemy rynek z jego charakterystyczną zabytkową zabudową, gotycki murowany kościół. Warto dotrzeć również do pozostałości zamku czchowskiego i baszty, z której obserwujemy widoki na Dolinę Dunajca. Centrum administracyjne miasta i gminy, sklepy, posterunek Policji, Poczta, Apteka. Z rynku udajemy się na zachód dalej zielonym szlakiem, droga serpentynami wspina się w kierunku Iwkowej.

9,7 km - Czchów-Trawniki, rozległa panorama na Dolinę Dunajca i Jezioro Czchowskie. Wysokość około 430 m n.p.m.

11,0 km - Kozienice, ciekawa kaplica oraz dom rekolekcyjny.

11,4 km - skręt w lewo w nową asfaltową drogę na Wytrzyszczkę. Prosto droga do Iwkowej.

12,6 km - skrzyżowanie drogi - jedziemy na wprost, ostry zjazd nad Jezioro Czchowskie (zalecana ostrożność) do głównej trasy Nowy Sącz- Brzesko. Ciekawe punkty widokowe na Będzieszyń, Tropie i Jezioro.

14,0 km - Wytrzyszczka - możliwość dotarcia promem do Tropia. Skręt w prawo, chodnikiem dojeżdżamy do parkingu obok drogi. Możliwość zjedzenia posiłku, zrobienia zakupów i zwiedzenia odbudowanego zamku Tropsztyn.

14,5 km - obok zamku skręcamy w prawo w boczną drogę, w dolinę potoku Granicznik. Początkowo droga biegnie płasko doliną, później skręcamy w lewo ostro pod górę.

17,1 km - następne miejsce widokowe na Jezioro Czchowskie, Tropsztyn i Tropie. Mijamy zapomniany kamienny młyn-wiatrak oraz dom o kamiennych ścianach.

17,7 km - wzgórze 411 m n.p.m., granica gmin Czchów i Iwkowa. Możliwe przejście piesze w kierunku Witowic Dolnych.

Przebieg trasy w gminie Iwkowa.

0 km - zjazd ze wzgórza utwardzoną drogą.

0.9 km - droga asfaltowa, skręcamy w lewo i zjeżdżamy do Porąbki Iwkowskiej. Skrzyżowanie dróg to również miejsce widokowe na Pogórze Wiśnickie oraz Beskid Wyspowy. W prawo droga do Iwkowej.

1,6 km - zjazd serpentynami do centrum miejscowości. Mijamy początek drogi krzyżowej oraz 14,5-metrowy krzyż jubileuszowy zbudowany w 2000 r. Obok drogi kran z czystą źródlaną wodą.

1,9 km - skrzyżowanie - w prawo droga do Iwkowej, my skręcamy w lewo. Mijamy szkołę i kościół w Porąbce Iwkowskiej. Kierując się w prawo, możemy dotrzeć do Rajbrotu, Lipnicy Murowanej (słynne palmy wielkanocne) i rezerwatu Kamienie Brodzińskiego.

2,6 km - za kościołem prosto pod górę (w lewo droga na Kąty).

3,1 km - po skręcie w lewo ciekawe ruiny, dworek związany historycznie z rodziną płk. Słowika. Droga prosto w dół do Kątów.

4,1 km - na skrzyżowaniu w prawo.

4,5 km - sklep, młyn i granica gminy Iwkowa z gminą Łososina Dolna.

*źródło: „Rowerem lub pieszo śladami historii wokół Jezior Rożnowskiego i Czchowskiego”,
Stowarzyszenie Turystyki i Agroturystyki Ziemi Górskich, 2002*