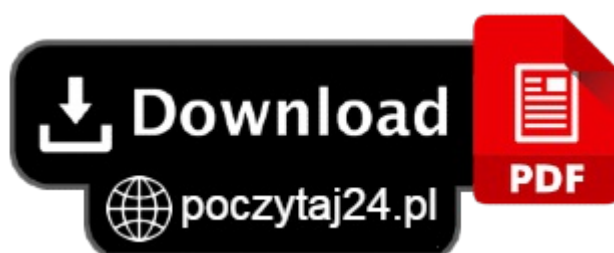


Dariusz Jędrzejewski

20

**najpiękniejszych
miejsowości
uzdrowiskowych
w Polsce**

Pobieranie Książek, Ebook - Pdf, Doc, Mobi, Epub



Ten w Egerze, inny studnie chwali na Drużbaku, Ten w Szkle, ten w Iwońcu kędyś na Podgórzu, Ten na parchy i świerzby radzi kąpiel w morzu. Co kto widział lub słyszał, lub też czytał drugi, Różne krynice, różne wybierali strugi. Jaka woda najlepsza?, Wacław Potocki (1621–1696) Ruch zastąpi prawie każdy lek, podczas gdy żaden lek nie zastąpi ruchu. Wojciech Oczko (1539–1599) Wody mineralne i ruch czynią cuda. Jak widać, wiedzano to od stuleci, o czym świadczą powyższe cytaty. Kuracja pitna, kąpiele, okłady i masaże wspomagane ćwiczeniami, gimnastyką i codziennymi spacerami zwiększają naszą odporność, poprawiają kondycję i wzmagają siły witalne.

Prezentujemy dwadzieścia uzdrowisk wraz z turystycznym opisem i propozycjami wycieczek po okolicy. To propozycja spędzenia wolnego czasu w uzdrowisku zarówno dla osób, które chcą skorzystać z oferty leczniczej, jak i dla zwykłych turystów. Sącząc wodę mineralną, spacerujemy, biegamy, pojedźmy na rowerową wycieczkę. Ruch to zdrowie. W książce znajdziesz: historię uzdrowisk, profile lecznicze uzdrowisk i typy wód mineralnych, opisy szlaków spacerowych i turystycznych, propozycje wycieczek z kilkoma słowami o miejscach, które warto odwiedzić w okolicy, ważne adresy i telefony, połączenia kolejowe i autobusowe z uzdrowiskami, ważne wydarzenia i imprezy. Nowa seria czterech przewodników po Polsce pozwala spojrzeć na turystyczne atrakcje naszego kraju z różnych punktów widzenia. Próbuje pokazać zarówno znane, jak i mniej uczęszczane miejsca na wypoczynek w uzdrowiskach, parkach narodowych, miastach oraz na dwóch kółkach. Każdy przewodnik stanowi integralną całość, pozostając zarazem częścią serii. Informacje z jednego przewodnika znajdują uzupełnienie w innym. Autor chciał pokazać, jak różnie możemy spędzić nasz wolny czas, i zaproponować urozmaicone formy wypoczynku, podczas którego nie powinno zabraknąć ani ruchu, ani elementów poznawczych. Przewodniki z tej serii są turystyczną układanką. Z jej elementów każdy może stworzyć idealny dla siebie urlop.