



Światowy Dzień Serca
Nadleśnictwo Babki – niedziela, 27 września 2026 roku

Leśnicy i kardiologzy zapraszają na Nordic Walking w lesie

W niedzielę, 27 września 2026 roku o godzinie 10:30 leśnicy i kardiologzy dbający o zdrowie i kondycję fizyczną zapraszają swoich przyjaciół, miłośników lasu i rekreacji na wędrowkę do Nadleśnictwa Babki. W programie nordyckie spacery „po zdrowie” i dla regenerującego odprężenia. Wiadomości o lesie i przyrodzie będą udzielać leśnicy, a o zdrowiu i prawidłowej diecie będą informować fachowcy. Okazją do spotkania na trasie w lesie jest Światowy Dzień Serca oraz trwająca kampania „Lasom Przyjazny”. **W tym roku spotykamy się już po raz dwudziesty!**

Od lat uczestniczą w naszej imprezie osoby, które zawdzięczają swoje życie operacji transplantacji serca. Dla nich aktywność fizyczna jest wyjątkowo ważna, nie zabraknie tych szczęściarzy również w tym roku. Dają oni świadectwo, że po tak poważnej operacji można cieszyć się życiem, pracować, uprawiać sport, podróżować... Jest w tym gronie Karol Prętnicki, uczestnik naszych spotkań, który we wrześniu obchodzić będzie jubileusz 25 lat z drugim sercem.

Od 2010 roku przeszczepy serca ze znakomitą efektem przeprowadzane są w Poznaniu, w Szpitalu Klinicznym przez zespół prof. Marka Jemielitego.

Nordic Walking to sport, który pozwala trenować i utrzymywać całe ciało: serce, mięśnie, stawy w dobrej kondycji – bez przeciążania. Trasy spaceru opracowano dla entuzjastów przyrody i pasjonatów niezwykłych wycieczek, którzy lubią wędrować po lesie, poświęcając nieco więcej uwagi spotykanym roślinom i zwierzętom.

TRASA A (NIEBIESKA) „Przez aleję grabową” - (długość 1,3 km, szacunkowy czas przejścia spacerowym krokiem ok. 30 min, trasa o niskim poziomie trudności – wskazane odpowiednie obuwie terenowe)

Oznakowanie trasy – niebieskie wstążki

TRASA B (ZIELONA) „Dookoła Jeziora Łęknio” - (długość 3,1 km, szacunkowy czas przejścia średnim tempem ok. 1 h, trasa o średnim poziomie trudności – wskazane odpowiednie obuwie terenowe)

Oznakowanie trasy – zielone wstążki

TRASA C (CZERWONA) – „Do paśnika żubroni” - (długość 9,0 km, szacunkowy czas przejścia przez zaawansowanych uczestników ok. 2,5 h, trasa posiada fragmenty trudne do pokonania – wskazane odpowiednie obuwie terenowe)



Patronat:
Burmistrz Miasta
i Gminy Zaniemyśl



www.wielkopolski.ptl.pl



Oznakowanie trasy – czerwone wstążki

Na każdej trasie wskazane jest obuwie terenowe i strój spacerowy „na każdą pogodę”. Podczas spaceru Nordic Walking będą obecni instruktorzy NW oraz leśnicy Nadleśnictwa Babki.

Po spacerze zapraszamy uczestników Nordic Walking na zdrowy, leśny posiłek. Wpłata na pokrycie kosztów posiłku wynosi 60 zł/osoba. Płatność gotówką będzie możliwa przed wyruszeniem na trasy (w godz. 10:30 – 11:00) u Organizatora.

Spotykamy się o 10:30 w miejscu postoju pojazdów przy siedzibie leśnictwa Łęčno.
<https://maps.app.goo.gl/sTLrxcULP3pzcZYh8> 52.15365455069485, 17.15088543101258

Mapka dojazdu w załączeniu.

Organizatorami aktywnego spotkania w lesie są: Polskie Towarzystwo Leśne Oddział Wielkopolski oraz Nadleśnictwo Babki. **Ze względów organizacyjnych prosimy o potwierdzenie udziału w terminie do dnia 22.09.2026 r.**, na adres dawid.wojkiewicz@poznan.lasy.gov.pl DW katarzyna.gomulkiewicz@poznan.lasy.gov.pl

Dalsze informacje znajdują się na stronie: www.wielkopolski.ptl.pl

Jerzy Flisykowski – Polskie Towarzystwo Leśne
Piotr Dylewicz – Polskie Towarzystwo Kardiologiczne
Dawid Wójkiewicz – Nadleśnictwo Babki

Mapka dojazdu:



Patronat:
Burmistrz Miasta
i Gminy Zaniemyśl



www.wielkopolski.ptl.pl



