



„Najlepsza Europejska Destynacja Turystyczna”  
w kategorii turystyka zdrowotna i wellness



# Gołdap. Mazurski Zdrój

- ✓ członek stowarzyszenia miast Cittaslow,
- ✓ jedyne na Warmii i Mazurach uzdrowisko o profilu borowinowo-klimatycznym,
- ✓ ulokowane między Puszcą Romincką i Borecką, na Mazurach Garbatych,
- ✓ miasto o najczystszy w Polsce powietrzu,
- ✓ region o najniższej gęstości zaludnienia (35 mieszkańców na km<sup>2</sup>).

*Gołdap ulokowana jest w dolinie rzeki Gołdapy w odległości około 2,5 km od jeziora Gołdap, na skraju Puszczy Rominckiej. Od północy graniczy z obwodem kaliningradzkim Federacji Rosyjskiej (ok. 3,2 km od centrum miasta). Ziemia gołdapska leży również na obszarze Pojezierza Mazurskiego i Pojezierza Litewskiego.*

*Od 2000 r. Gołdap posiada status uzdrowiska. W dzielnicy uzdrowiskowej tętnią życiem czwarte co do wielkości w Polsce Mazurskie Tężnie Solankowe. Do odpoczynku zachęca Zdrój - pijalnia wód z grotą solną i działającymi przez cały rok minitężniami. W procesie leczenia wykorzystuje się tam wydobywane w Gołdapi wody lecznicze i mineralne. W Parku Zdrojowym znajdują się alejki spacerowe, ścieżki rowerowe oraz molo na jeziorze „podzielonym” granicą polsko-rosyjską. Gości zainteresuje gra w mini golfa pomiędzy tężniami.*



# Gołdap. Mazurski Zdrój

W Gołdapi działa sanatorium, oferujące turnusy oraz zabiegi publiczne oraz odpłatne. Ośrodek znajduje się w najbliższym sąsiedztwie dzielnicy uzdrowskiej. W jej pobliżu ulokowany jest hotel 4\* z nowoczesnym SPA i profesjonalnymi zabiegami. Obok działa plaża z nowym sprzętem wodnym.



# Gołdap. Turystyka aktywna

Gołdap ma idealne warunki do rekreacji i wypoczynku przez cały rok. W pobliżu Gołdapi znajduje się wiele kilometrów tras rowerowych, w tym szlak Green Velo. Zimą warto skorzystać z narciarskich tras biegowych. Stacja narciarska na Piękną Górze słynie z kawiarni obrotowej zbudowanej na szczycie, kolejki linowo - krzesełkowej oraz dwóch kilometrów tras zjazdowych.



# Szlaki wiodą wzdłuż ciekawych atrakcji z dala od zgiełku

260 km oznakowanych szlaków rowerowych, w tym 80 km Green Velo oraz 140 km znakowanych szlaków pieszych przebiega przez najciekawsze atrakcje powiatu.



# Kuchnia pogranicza zapadająca w pamięć, warsztaty

Bardzo ważnym elementem produktu turystycznego Mazur Garbatych jest serwowana w restauracjach kuchnia pogranicza. Kuchnia kresów wschodnich, podobnie jak swoista mieszanka kulturowa, ukształtowała się w warunkach burzliwej historii tego regionu. Dlatego lokale gastronomiczne w karcie, prócz typowych pozycji, oferują takie dania jak kartacze (kluski ziemniaczane z farszem mięsnym), kiszka, babka ziemniaczana czy kresowe placki.

Fanów łakoci zaskoczyć może swojski sękacz, czy mrowisko. Zainteresowanych na pewno skusi pieczenie sękacza na świeżym powietrzu, czy wizyta w pasiece pn. „Wyprawa do wnętrza ula”. Na gości latem czekają imprezy plenerowe - Festiwal Kartaczewo oraz Święto Sękacza.



## Nowości w regionie

- ✓ W dzielnicy uzdrowskiej w Gołdapi powstanie zakład przyrodoleczniczy.



- ✓ W 2021 roku w Puszczy Rominckiej osiedlono stado żubrów (przebywają obecnie w zagrodzie).



- ✓ Wzdłuż szlaku Green Velo powstały dodatkowe MOR. W Stańczykach wzniesiona została wieża widokowa.





Poznaj nas lepiej odwiedzając stronę

[www.uzdrowiskogoldap.pl](http://www.uzdrowiskogoldap.pl)

Niezbędnik turysty | Mapa atrakcji | Baza noclegowa i gastronomiczna

## Zapraszamy do kontaktu



FUNDACJA ROZWOJU  
REGIONU GOŁDAP

**Fundacja Rozwoju Regionu Gołdap  
Centrum Informacji Turystycznej**

Plac Zwycięstwa 16 | 19-500 Gołdap

87 615 20 90

[poczta@frrg.pl](mailto:poczta@frrg.pl)

[www.frrg.pl](http://www.frrg.pl)

