



Centrum Kultury i Turystyki
Koordinator ds. Sportu
Bartłomiej Koziątek

11-700 Mrągowo, ul. Warszawska 26
tel. 89 743 34 72
sport@ckit.mragowo.pl
www.sportzmieniamragowo.pl

Realizator zadania



Lokalna Organizacja Turystyczna
Ziemia Mrągowska
Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej

ul. Warszawska 26, 11-700 Mrągowo
tel. +48 89 741 80 39
www.it.mragowo.pl
www.klaster.mazury.pl, www.konferencjemazury.com, www.mazuria.ru
info@it.mragowo.pl



Publikację «Sport Zmienia Mrągowo. Informator turystyki aktywnej»
dofinansowano przez **Gminę Miasto Mrągowo** w roku 2014
Wykorzystano zdjęcia z arch. LOT Ziemia Mrągowska, Urzędu Miasta Mrągowo,
Centrum Kultury i Turystyki, Młodzieżowego Domu Kultury



Sport Zmienia
Mrągowo
Informator



www.SportZmieniamragowo.pl

Informator

Spis treści

Wstęp	1
Strategia Sport Zmienia Mrągowo	2
Rada Sportu	
Koordynator ds Sportu	
www.sportzmieniamragowo.pl	
Aktywne Miasto	3
Mazurski System Szlaków Rowerowych	4
Wokół jeziora Juno.....	4
Lasy Sorkwickie.....	5
Duża Pętla Mrągowska.....	6
Grodzisk Pruskich.....	7
Ersta Wiecherta.....	8
Krutyński Szlak Rowerowy.....	9
Miejski Szlak Turystyczny „Poznaj Mrągowo”	10
Szlaki piesze	12
Pięciu jezior	
Szestno	
Góra Czterech Wiatrów	
Biegowe szlaki narciarskie	13
Park Stowackiego	
Nad j. Czos	
Catoroczny środek Sportowy Góra Czterech Wiatrów	13
Kajakowy Szlak Dajny	14
Aktywna rodzina	15
Stowarzyszenia i kluby sportowe	16
Zeglarstwo.....	16
Sporty walki.....	16
Piłkarska.....	17
Sport Szkolny.....	19
Koszykówka.....	20
Biegi.....	20
Rekreacja.....	20
Obiekty sportowo-rekreacyjne	22
Sal sportowe.....	22
Boiska na powietrzu.....	23
Boiska szkolne.....	24
Plaże i baseny.....	25
Korty tenisowe.....	26
Zespół Oświatowo-Sportowy im. Gen. M. Zaruskiego	28
Klub sportowy „Baza”	29
Centrum Kultury i Turystyki	30
Młodzieżowy Dom Kultury	31
Aktywny Senior	32
Wypożyczalnia sprzętu	33
Imprezy sportowe	34
Mazurska Karta Turystyczna	36

Ziemia Mrągowska

Sport zmienia Mrągowo



W roku 2012 samorząd miasta Mrągowo przystąpił wraz ze stowarzyszeniami sportowymi do opracowania **Strategii rozwoju sportu i wolontariatu sportowego dla Mrągowo „Sport Zmienia”**. Dokument wskazał dobre strony, ale uwidocznili także problemy mrągowskiego sportu. W wyniku kolejnych działań utworzono Radę sportu, stanowisko koordynatora oraz utworzono stronę internetową (str. 3). Informator jest wynikiem powyższych prac i ma odpowiadać na potrzeby mieszkańców w zakresie sportu i rekreacji. Jest to pierwsze tego typu opracowanie dotyczące Mrągowo.



Mrągowo nadaje się wspaniale do uprawiania turystyki aktywnej. W początkowej części Informatora znajdą Państwo informację o **szlakach rowerowych, pieszych, kajakowych (Dajna), a nawet narciarskich.**

Zachęcamy do aktywnego zwiedzania okolicy! By poznać miasto warto wybrać się **Miejskim Szlakiem Turystycznym „Poznaj Mrągowo”** (str. 10). W Mrągowie jest dużo **stowarzyszeń sportowych** zajmujących się różnymi dyscyplinami. Czasami trudno znaleźć informację, z kim się skontaktować by się zapisać, gdzie odbywają się treningi itd. Kto organizuje zajęcia różnych sztuk walki, czy bilarda? Mamy nadzieję, że Informator pomoże znaleźć potrzebne informacje na str. 16. Nie trzeba przecież daleko szukać!

Sport to przede wszystkim nowoczesna **infrastruktura sportowa**. Chcesz ze znajomymi zarezerwować salę sportową, ale nie wiesz kto jest zarządcą? Gdzie można grać w bułę czy unihokej? Które boiska są ogólnodostępne, a które szkolne? To ważne pytania przy planowaniu. Informator Ci pomoże (str. 22).

W Mrągowie także dla rodzin z dziećmi są aktywne atrakcje. Te znajdziesz na str. 15. Jesteś seniorem i chcesz aktywnie spędzić czas? Poszukaj informacji na str. 32.

Strategia Sport Zmienia Mrągowo

Sport Zmienia Mrągowo to marka powstała przy realizacji projektu „Sport for Change”, w ramach którego została opracowana **Strategia rozwoju sportu i wolontariatu sportowego dla Mrągowo „SPORT ZMIENIA”**. Jest to pierwsza w kraju strategia sportu uwzględniająca szeroki udział społeczności lokalnej oraz partnerów zewnętrznych. W jej tworzeniu brało udział ponad 100 osób, w tym przedstawiciele organizacji sportowych, klubów, jednostek naukowych oraz samorządu.

Strategia określa główne cele, do których powinno się dążyć realizując politykę sportową w mieście. Celem zostały przypisane konkretne działania, które mają doprowadzić do ich osiągnięcia. Ma ona charakter „kroczący” co oznacza, że wprowadzenie zapisów z dokumentu ma być monitorowane a sama strategia i diagnoza na bieżąco analizowane.



Logotyp **Sport Zmienia Mrągowo** jest symbolem społeczności, wzajemnie się wspierającej. Wpisuje się on w koncepcję rozwoju zgodnie z hasłem: **miasto ludzi aktywnych**.

Sport Zmienia Mrągowo to idea zmierzająca do angażowania mieszkańców na rzecz **promowania sportu, wolontariatu i aktywnego stylu życia**, pomysł zrodzony w głowach mieszkańców, realizowany przez nich i dla nich. Głównym założeniem koncepcji jest zaangażowanie społeczności, partnerstwo i współpraca.

Więcej o projekcie na:

² www.SportZmieniamragowo.pl

Rada Sportu

Jednym z gwarantów wprowadzenia postanowień Strategii jest powołana przez Burmistrza Miasta Mrągowo Rada Sportu, którą tworzy 10 członków, w tym 1 reprezentant Burmistrza oraz po 3 reprezentantów spośród **3 obszarów Strategii: Sport Kwalifikowany, Sport Powszechny oraz Rekreacja**.

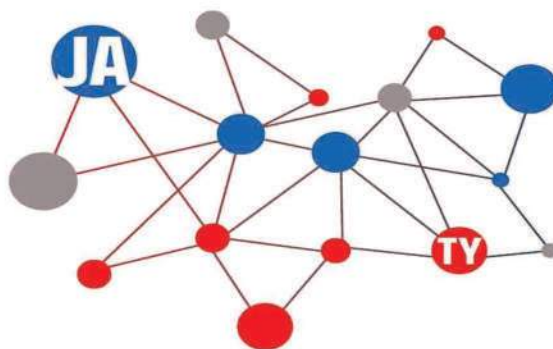
Rada zajmuje się opiniowaniem i doradzaniem Burmistrzowi Miasta Mrągowo w dziedzinie sportu powszechnego, kwalifikowanego oraz rekreacji.

Głównym zadaniem Rady jest monitoring i ewaluacja „Strategii” oraz tworzenie warunków do wymiany doświadczeń, spotkań między działającymi w mieście stowarzyszeniami, klubami, specjalistami w dziedzinie sportu i przedstawicielami różnych grup społecznych. Ponadto Rada pełni funkcję opiniującą w zakresie strategii rozwoju miasta, projektu budżetu Miasta, Roczno Programu Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi w części dotyczącej kultury fizycznej oraz opiniuje plany rozwoju infrastruktury sportowej.

Koordinator ds. Sportu

Koordinator ds. Sportu został powołany do prowadzenia spraw związanych z realizacją **„Strategii rozwoju sportu i wolontariatu sportowego dla Mrągowo SPORT ZMIENIA”**. Do jego zadań należy **zarządzanie sportem** w mieście poprzez koordynację ogółu spraw z nim związanych. Jest on łącznikiem samorządu z organizacjami sportowymi. Swoje zadania realizuje poprzez **współpracę z organizacjami i instytucjami** polegającą na wsparciu ich działań, nie tylko przy **organizacji imprez**, ale także **koordynacji rocznego kalendarza imprez sportowych i rekreacyjnych**. Spełniając oczekiwania stowarzyszeń może składać samorządowi **propozycję efektywnego wykorzystania środków finansowych** przeznaczonych na realizację zadań w zakresie kultury fizycznej. Jest także administratorem strony www.sport-zmieniamragowo.pl.

Chcesz dowiedzieć się o imprezach sportowych w Mrągowie? Szukasz informacji o ofercie sportowo-rekreacyjnej? Jakie kluby i stowarzyszenia sportowe działają w mieście? **Skontaktuj się z Koordynatorem ds. sportu:** Bartłomiej Koziatek, Dział sportu w CKiT, ul. Warszawska 26, tel. 89 743 34 72 sport@ckit.mragowo.pl www.sport-zmieniamragowo.pl



Strona internetowa www.sportzmieniamragowo.pl

Strona powstała w celu efektywnej promocji sportu i rekreacji w mieście. Jej trzy najważniejsze atuty to pełna baza stowarzyszeń i klubów sportowych, aktualizowany kalendarz wydarzeń sportowych oraz kompletna baza obiektów sportowych w Mrągowie.

Na stronie oprócz bieżących informacji sportowych znajdują Państwo historię powstania „Strategii rozwoju sportu i wolontariatu sportowego” oraz gotowy dokument do pobrania.

Aktywne Miasto

W roku 2011 w ogólnopolskim konkursie dla miejscowości, w których szczególnie przykłada się wagę do aktywnego spędzania wolnego czasu i rekreacji Mrągowo otrzymało tytuł **„Aktywne Miasto”**. Przy ocenie uwzględniono zarówno stan i ilość infrastruktury sportowej, jak i aktywność mieszkańców.

Mrągowo jest ważnym punktem dla każdego turysty odwiedzającego Mazury, zwłaszcza aktywnego. Z miasta rozpoczynają się ciekawe szlaki wędrówek pieszych, rowerowych i wodnych m.in. do Kętrzyna, Reszla, Świętej Lipki i na szlak Wielkich Jezior Mazurskich. Przez miasto przechodzi **pięć szlaków rowerowych, szlaki piesze:** czarny do Szestna i żółty na Górę Czterech Wiatrów i czerwony „Pięciu jezior” oraz **Miejski Szlak Turystyczny „Poznaj Mrągowo”**. Mrągowo znajduje się również na **szlaku kajakowym** Dajny. Zwolennicy sportów zimowych do swojej dyspozycji mają na terenie miasta oznakowane **dwie trasy narciarstwa biegowego**. ³

Mazurski System Szlaków Rowerowych

Rowerowa stolica Mazur Mrągowo

W Mrągowie i najbliższej okolicy jest **250 km szlaków rowerowych** tworzących **Mazurski System Szlaków Rowerowych**. Sieć tworzy **sześć połączonych szlaków wzajemnie się uzupełniających**. System został tak zaprojektowany by rowerzysta korzystając ze szlaków atrakcyjnych krajobrazowo oraz krajoznawczo, bezpiecznych i wygodnych, tworzących spójny system rowerowych udogodnień.

Administratorem szlaków rowerowych i pieszych na Ziemi Mrągowskiej jest **Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej**, ul. Warszawska 26, tel. 89 741 80 39, info@it.mragowo.pl, www.it.mragowo.pl.

Szczegółowe informacje o przedstawionych szlakach można uzyskać na stronie internetowej www.it.mragowo.pl/Szlaki lub w punkcie informacyjnym turystycznej.



Wokół jeziora Juno

Pętla: Mrągowo Ekomarina – Mrongoville – Popowo – Szestno – Kiersztanowo – Polska Wieś – Mrągowo (21 km)

Wycieczkę rozpoczynamy przy mrągowskiej **Ekomarinie**. Jest to wspaniała propozycja dla rodzin z dziećmi. Więcej str. 16.

Szlak prowadzi przez **Miasteczko Westernowe Mrongoville**.

Następnie dawnym nasypem kolejki wąskotorowej udajemy się do Popowa Sałęckiego. W 1898 roku oddano do użytku trasę do Kętrzyna. Linie rozebrano w latach 60-tych.

Szlak prowadzi do **Szestna**. Tu możemy zobaczyć **ruiny zamku krzyżackiego**. Został on zbudowany w XIV w., a w ruinę popadł na początku XIX w.

Ponadto warto zwiedzić **kościół gotycki** z oryginalnym późnorennesansowym i barokowym wyposażeniem. Przepiękne detale architektoniczne w stylu romańskim są unikalne na terenie Mazur.

Kościół udostępniony jest zwiedzającym. **Klucz** można otrzymać w sklepie spożywczym po drugiej stronie ulicy.



Kościół pw. Św. Krzyża w Szestnie

Następnie udajemy się do **Kiersztanowa**. Po drodze w oddali możemy podziwiać wspaniały widok na j. Juno z pagórkowatym terenem w oddali.

Wieś jest malowniczo położona w dolinie między dwoma jeziorami: Juno i Kiersztanowskim.

Przejeżdżamy mostem nad **rzeką Dajną** (szlak kajakowy). Jedziemy dalej do **Polskiej Wsi**. Z drogi rozciąga się niezwykle widok na rynnowe j. Juno będące częścią **Wielkiej Rynny Mrągowskiej**.

W Polskiej Wsi warto zejść do **Mini Zoo**, w którym można zobaczyć wiele gatunków zwierząt domowych.

Na końcu wsi rozciąga się wspaniały widok na j. Juno oraz w oddali na masywną gotycką wieżę kościoła w Szestnie.

Ostatni odcinek do Mrągowa pokonujemy ścieżką pieszo-rowerową wzdłuż j. Juno.



Lasy Sorkwickie

Pętla: Mrągowo – Gązwa – Młynik – Pustniki – Stary Gieląd – Sorkwity – Bagienice Małe – Mrągowo (34 km)

Trasa rowerowa jest bardzo atrakcyjna widokowo, gdyż przebiega przez tzw. **Lasy Sorkwickie**.



Lasy Sorkwickie

Lasy Sorkwickie to jedyny duży kompleks leśny w okolicach Mrągowa. Charakteryzują się gęsto porośniętymi sosnami i świerkami, przemieszanymi drzewami liściastymi. Na terenie Lasów Sorkwickich znajduje się **rezerwat Gązwa**.

W rezerwacie ochroną objęte jest torfowisko wysokie z naturalną roślinnością: sosnowy bór bagienny z płatami mszaru. Cenna jest tu także roślinność taka jak: bagno zwyczajne, rościszka okrągłolistna oraz długolistna.

Szlak przebiega zachodnim brzegiem j. Gielądzkiego. Jest to duże, rynnowe jezioro z rozwiniętą linią brzegową o niezbyt stromych stokach z niewielkimi wyspami.



Jezioro Gielądzkie

Brzegi jeziora w części północno-wschodniej są płaskie i bardzo malownicze.

W Sorkwicach można zwiedzić **kościół ewangelicki** z oryginalnym XVIII-wiecznym wyposażeniem.



Unikalny anioł chrzcielny z 1701 roku

Od 1754 roku wygląd kościoła nie uległ zmianie. Na uwagę zasługuje **późnorennesansowy ołtarz z 1623 roku**. Część centralna przedstawia Golgotę, w którą wplecione zostały elementy charakterystyczne dla Sorkwit: postacie rybaków i rolników oraz pałac właścicieli Sorkwit. Nad ołtarzem, pod sklepieniem nietypowo ukazane jest **wniebowstąpienie Jezusa**, gdyż widać tylko stopy wśród chmur.

Ciekawymi elementami wystroju z XVIII wieku są: anioł chrzcielny, ambona barokowa, konfesjonat.

Klucz do kościoła można pobrać w parafii, po drugiej stronie ulicy.

W **Sorkwicach** warto zobaczyć neogotycki **pałac** zbudowany w latach 1850-1856.

Wracając do Mrągowa przez Bagienice. W Marcinkowie warto odwiedzić **„Ogrody Pokazowe & Motylarnię”**. Można tu podziwiać liczne przykłady ogrodów: śródziemnomorski, biały, trawiasty, skalny itd.

Nieopodal znajduje się **Mazurska Izba Regionalna**. Można tu poznać dawne mazurskie sprzęty domowe i umeblowanie.



Duża Pętla Mrągowska

Pętla: Mrągowo - Wierzbowo - Żabieniec - Jakubowo - Probark - Mrągowo (30 km). Skracając trasę można okrążyć j. Czos.

Szlak rozpoczyna się przy **Ekomarinie** (str. 16) nad j. Czos.

Szlak prowadzi jedną z najdłuższych promenad Mazur, nad j. Czos w kierunku południowym przez **historyczne centrum miasta**.

Warto zjechać ze szlaku i wjechać na najwyższe wzniesienie okolicy (180 m. n.p.m.). Położony jest tutaj **całoroczny Ośrodek Sportowy „Góra Czterech Wiatrów”** (str. 13). Miejsce to jest szczególnie oblegane zimą przez narciarzy, ale także latem warto tu zjechać. Restauracja zachęca nie tylko bogatym menu, ale także wspaniałym widokiem na okoliczne wzgórza morenowe.



Widok z G4W w kierunku Tymnikowa

W tym miejscu można skrócić wycieczkę i dojechać do miasta **promem „Zaczarowana Jesionka”** lub też jechać dalej w kierunku wschodnim można objechać j. Czos i dotrzeć do „**Źródłka Miłości**”.

Wracając do szlaku, jadąc na wschód od Mrągowa trasa prowadzi przez **dziewicze tereny** rzadko zamieszkałe. Pagórkowaty teren jest szczególnie malowniczy, gdyż nieduże kępy lasów kontrastują z podmokłymi łąkami.



Dziewiczy krajobraz wschodniego brzegu j. Czos

Dalej na szlaku jedziemy przez małe mazurskie miejscowości położone nad przepięknymi jeziorami. Przed Wierzbowem ze wzniesienia rozciąga się urzekający widok na j. Wierzbowskie.



Mazurska droga niedaleko Wierzbowa

W miejscowości **Żabieniec** przejeżdżamy przez tereny ośrodka jeździeckiego, wśród wybiegów dla koni. Jadąc przez **Jakubowo** i **Probark** mijamy kilka drewnianych mazurskich chat. Po drodze rozciąga się wspaniały widok na j. Probarskie, a dalej na j. Juksty.



Kwiecista łąka koło Tymnikowa

Wjeżdżając do Mrągowa od strony Tymnikowa docieramy do **Festiwalowego Amfiteatru**, położonego nad j. Czos. To tutaj odbywają się największe mrągowskie imprezy.



Szlak Grodzisk Pruskich

Św. Lipka - Gizewo - Kiersztanowo - Polska Wieś - Mrągowo - Kosewo - Uźranki - Jora Wlk. - Faszcz - Mikołajki (50 km)

Jest to kontynuacja już istniejącego szlaku **Giżycko - Gierłoż - Kętrzyn - Święta Lipka**. Rozpoczynając wycieczkę ze Świętej Lipki, warto oczywiście zwiedzić perłę architektury barokowej, czyli **Sanktuarium Maryjne**.



Kościół w Świętej Lipce

Następnie szutrową drogą udajemy się na południe wzdłuż jezior rynnowych, połączonych kajakowym szlakiem rzeki Dajny, jadąc wśród pól i lasów docieramy do **Polskiej Wsi**. Tu warto zatrzymać się w **Mini Zoo**, gdzie w zagrodach i wolierach można zobaczyć wiele gatunków ptaków i zwierząt domowych.



Mini Zoo w Polskiej Wsi

Następnie po przejechaniu 5 km ścieżką pieszo - rowerową docieramy do **Mrągowa**.

Szlak prowadzi promenadą wzdłuż j. Czos przy **Ekomarinie** (str. 15) i **Amfiteatrze Festiwalowym**.

Wyjeżdżając z Mrągowa w kierunku wschodnim, jedziemy wśród bezkresnych pól i lasów.



Krajobraz w drodze do Mikołajek

W **Kosewie**, przy południowym brzegu j. Juksty warto zjechać ze szlaku i zwiedzić oddaloną o 2 km **Fermę Jeleniowatych w Kosewie Górnym** (str. 8). Jest ona czynna od 1 maja do 31 sierpnia.



Ferma Jeleniowatych w Kosewie Górnym

Wracając na szlak czerwony kierujemy się szutrem wśród pól i lasów do **Uźranek**. Jest to najwyższe położona miejscowość w regionie. Na południe znajduje się **najwyższe wzniesienie** o wysokości 212 m n.p.m. Rozciąga się stąd przepiękny widok na okolicę.

Następnie asfaltem jedziemy przez **Jorę Wlk., Cudnoch, Faszcz, Nowe Sady** do **Mikołajek**.

Szlak kończy się przy **kościółce ewangelickim** oraz **Muzeum Polskiej Reformacji**.



Kościół ewangelicki w Mikołajkach



Ernsta Wiecherta

Pętla: Mrągowo - Krzywe - Brejdyny - Piecki - Pierśławek - Kosewo Górne - Kosewo - Mrągowo (50 km)

W Mrągowie trasa prowadzi jedną z najdłuższych promenad Mazur przez miasto wzdłuż j. Czos.

Następnie jedziemy na południe **starym nasypem kolejowym**, a potem asfaltem przez **Krzywe i Brejdyny do Pieck**.

W **Pieckach** warto zajechać do unikatowego **Muzeum Regionalnego** zawierającego tysiące glinianych figurek, przedstawiających codzienne życie wsi. Obiekt czynny jest od maja do września (10.00 - 18.00).

Kontakt: tel. 89 742 22 70



Muzeum Regionalne w Pieckach

Z Pieck udajemy się na północny-wschód przez lasy **Mazurskiego Parku Krajobrazowego**. Jest on częścią największego w województwie kompleksu leśnego – **Puszczy Piskiej**.

W **Pierśławku**, znajduje się **Izba Pamięci Ernsta Wiecherta**. Był on niemieckim pisarzem, urodzonym tu w 1887 roku. Izba czynna jest od maja do września (9.00-15.00), **tel:** 89 742 14 77.



8 Tablica Pamiątkowa w Pierśławku

Dalej trasa prowadzi bardzo dobrym szutrem, następnie asfaltem przez **Puszczę Piską** aż do **Kosewa Górnego**.



Ferma Jeleniowatych w Kosewie Górnym

Warto tu zajechać do **Fermy Jeleniowatych**. Program zwiedzania obejmuje godzinny spacer po kwaterach zajmowanych przez stada jeleni szlachetnych, jeleni sika, danieli oraz mufłonów. W trakcie wycieczki goście wędrują wraz z przewodnikiem pośród pasących się na pastwiskach zwierząt. Stację badawczą można zwiedzać od maja do końca sierpnia (10.00-17.00).

Muzeum dysponuje bogatą kolekcją poroży jeleniowatych. Ekspozycja obrazuje szereg zagadnień z nimi związanych (rozwój, typy, anomalie). **Kontakt:** Kosewo Górne 7, **tel.** 89 742 43 80, www.kosewopan.pl, kosewopan@kosewo.pl

Z **Kosewa Górnego** przez **Kosewo i Czerwinki** dojeżdżamy do **Mrągowo** od strony **Festiwalowego Amfiteatru**.



Mrągowska Ekomarina

Niedaleko znajduję się specjalnie przygotowany teren do rodzinnej zabawy – **Ekomarina** (str. 15).



Krutyński Szlak Rowerowy

Sorkwity – Jędrzychowo – Grabowo – Dłużec – Bieńki – Machary – Nowy Żydrój – Spychowo – Uklanka – Cierzpięty – Krutyń – Gałkowo (70 km)

Szlak kajakowy Krutyni należy do najbardziej znanych w Polsce. Od roku 2014 można także wzdłuż niego przejechać rowerem. Szlak rowerowy łączy miejscowości turystyczne położone nad rzeką.

Na trasie można podziwiać walory mazurskiego krajobrazu ze starą drewnianą zabudową w tle. Rowerzyści mogą skorzystać z różnorodnej oferty obiektów noclegowych i gastronomicznych położonych przy szlaku.

Wycieczkę rozpoczyna się w **Sorkwicach**. Warto tu zwiedzić unikalny **kościół ewangelicki** z oryginalnym wyposażeniem z epoki. Uwagę zwraca XVIII-wieczny ołtarz, na którym widać ówczesnych mieszkańców wsi.

Trzy kilometry dalej w **Jędrzychowie** można zobaczyć odrestaurowany z dużą dbałością **XVIII-wieczny dworek myśliwski** otoczony przepięknym parkiem z wieloma ciekawymi roślinami jak np. **magnolia** czy **sosna wejmutka**. Obecnie jest tu hotel z restauracją.

W **Rodowie** nieopodal **Międzynarodowego Centrum Wymiany Młodzieży** nad j. Lampasz znajduje się ścieżka przyrodnicza „**Jary Lampasza**”. Ciekawostkami są tu m.in. **Czarci Jar** i **Wąwóz Sucha Woda**, żeremia bobrów itd.

Jadąc na południe wjeżdżamy do **Puszczy Piskiej**. Jest to największy kompleks leśny województwa, a drugi w Polsce.

Docieramy do **Grabowa**, sołectwa słynącego z artystycznych przedsięwzięć.

Jadąc przez wieś mijamy liczne drewniane rzeźby obrazujące między innymi bohaterów wiersza Juliana Tuwima „**Rzepka**”.



Przystanek autobusowy w Grabowie

Kierując się na południe przez **Puszczę** wzdłuż rzek i jezior szlaku Krutyni mijamy po drodze **Gant, Machary, Nowy Żydrój**.

Przed **Spychowem** warto zjechać ze szlaku do **Śluzu Łalki**.

Przez **Spychowo, Bystrz, Koczek** docieramy do wsi **Zgon**, położonej nad południowym brzegiem malowniczego **j. Mokrego**. Znajduje się tu **Izba Pamięci Igora Nowierlego**. Trasa przebiega zachodnim brzegiem jeziora do **Cierzpięt**, następnie mostem nieopodal **Śluzu** przed j. Krutyńskim.

Pokonując kolejne kilometry mazurskimi szutrami i leśnymi drogami docieramy do wsi **Krutyń**, znanej ze spływów tzw. **pychówkami**. Są to łódzie napędzane siłą mięśni flisaka, odpychającego się od dna kilkumetrowym kijem. Spływ w staromazurskim stylu po rzece Krutyni zalicza się do tych atrakcji, które będąc na Warmii i Mazurach trzeba koniecznie przeżyć!

Szlak rowerowy kończy się w **Gałkowie** przy **Izbie Pamięci Marion Dönhoff**. W budynku zwanym **Dworkiem Łowczego** przybliżona została biografia redaktora naczelnego tygodnika „Die Zeit” oraz działaczki na rzecz współpracy i pojednania niemiecko-polskiego.

Miejski Szlak Turystyczny „Poznaj Mrągowo”

Oznakowanie szlaku rozpoczęto w 2014r, zakończenie wiosną 2015r. Szlak oznaczony będzie herbem miasta, czyli łapą niedźwiedzia. Można go pokonać zarówno rowerem, jak i pieszo. Dł. 12 km. Szlak prowadzi przez najważniejsze i najbardziej atrakcyjne miejsca. Spacerując można poznać zabytki, ale również rzeźbę terenu. Trasa przebiega bowiem wąwozami i wzgórzami nad którymi leży miasto.



Szlak rozpoczyna się przy tzw. „zwalonym moście” nieopodal Nikutowa. Mostem, zniszczonym w 1945r. przebiegała kiedyś linia kolejowa z Mrągowo do Rucianego - Nidy. Obecnie widać jego pozostałości.



Wzgórze, na którym stoimy, rozciąga się w kierunku północ-południe to tzw. **Wielki Oz Mrągowski**. Położone są na nim ul. Słoneczna, ul. Piaskowa, osiedle Brzozowe. Powstał w czasach, gdy przez te tereny przesuwali się lodowce. Wewnątrz niego powstała szczelina, która podczas ruchu lodowca wypełniła się piachem.

Idąc wzdłuż linii kolejowej dochodzimy do kościoła Saletynów przy os. Metalowców, skręcamy w lewo. Będąc na wzgórzu kierujemy się w dół, idziemy ul. Piaskową.

Idziemy ul. Piaskową tuż obok **Pruskich Koszar Wojskowych** wybudowanych na przełomie XIX/XX wieku. Skręcając obok boiska Orlik, trasa prowadzi przez dawny **plac musztrowy** oraz przy **Kasynie oficerskiej**.



Przechodząc przez rondo kierujemy się do **Centrum Kultury i Turystyki**, gdzie mieści się punkt **informacji turystycznej**.



Nieopodal przy placu PCK można podziwiać część rzeźb wykonanych podczas **projektu Wyrzeźbione Miasto**. Znajduje się tutaj t@weczka.internetowa „Łapa niedźwiedzi”, z której można pozdrawić znajomych.



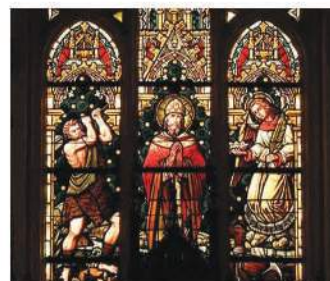
Następnie ul. Sobczyńskiego udajemy się do **Parku Sikorskiego**. Znajduje się tu pierwsza na Mazurach **Wieża Bismarcka**. Jest to pomnik wybudowany na cześć kanclerza Niemiec Otto von Bismarcka. Jej wysokość wynosi 23 m.

Jest to najlepiej zachowana **Wieża Bismarcka** w województwie. Obecnie obiekt nie jest udostępniony zwiedzającym. Można go obejrzeć z zewnątrz.



Schodząc ze wzgórza ul. Spacerową dochodzimy do **centrum miasta z Ratuszem**. Wieżyczka zwieńczona jest chorągwią o zarysie łby niedźwiedzia, na której widnieje herb miasta oraz dwie daty: oddania Ratusza do użytku (1824r.) oraz zbudowania wieżyczki (1907r.). W Ratuszu mieści się obecnie **Urząd Stanu Cywilnego, Oddział Muzeum Warmii i Mazur** oraz organizacje społeczne. Naprzeciwko znajdują się **skwer Jana Pawła II z pomnikiem papieża**. Plac zakończony jest **mołem z widokiem na jezioro Czos i Festiwalowy Amfiteatr**.

Następnie obok **kościół ewangelickiego** szlak prowadzi ul. Królewiecką. Mijamy zabytkowe kamienice z przełomu wieku XIX i XX oraz zabytkowy katolicki **kościół Św. Wojciecha** z zachowanymi do dnia dzisiejszego **oryginalnymi witrażami z 1909r.**



Mijamy **neorenesansowy budynek Magistratu**. Reprezentacyjna budowla jest siedzibą władz Miasta, Gminy i Powiatu. Po drugiej stronie ulicy znajduje się neogotycki **budynek sądu** z 1898 r.



Następnie Miejski Szlak Turystyczny prowadzi promenadą nad jeziorem Czos w stronę plaż i **Ekomariny** (str. 15). Jest to mini przystań dla żeglarzy, plac zabaw dla dzieci, **Centrum Edukacji Ekologicznej**.



Kilka kroków dzieli nas od **Festiwalowego Amfiteatru**. Tu odbywają się najbardziej znane imprezy: Piknik Country, Mazurska Noc Kabaretowa czy Festiwal Kultury Kresowej.

Docieramy leśną ścieżką wzdłuż której znajdują się tablice informacyjne do **Źródła Miłości**. Następnie należy iść lasem w górę do **Festiwalowego Deptaku** - ul. Jaszczurcza Góra i dalej do **Westernowego Miasteczka Mrongoville**.

Koniec trasy nad **Słowiczym Wąwozem** przy z tzw. **pruskim kamieniu ofiarnym**.

Uwaga: Na stronie www.it.mragowo.pl dostępna jest wersja audio.

Szlaki piesze



Pięć jezior

Pętla: Mrągowo - Marcinkowo - j. Kociotek - j. Głębokie - j. Średnie - j. Piecuch - j. Juno - Mrągowo (12 km)



„Szlak pięciu jezior” należy do najatrakcyjniejszych na Pojezierzu Mrągowskim. Wędrówkę można rozpocząć z centrum Mrągowa przy **moło i Ratuszu**. Szlak prowadzi dalej do **Marcinkowa**, gdzie warto zwiedzić **Ogrody Pokazowe & Motylarnię** oraz **Mazurską Izbę Regionalną**. Szlak przebiega w większości lasami wzdłuż jezior potoczonych strugami.



Szestno

Mrągowo - Mrongoville - Szestno (8 km)

Ze względu na warunki drogowe, zaleca się pokonanie trasy zimą.



Na trasie znajduje się sporo ciekawych miejsc: miasteczko westernowe **Mrongoville**, **Stowiczy Wąwóz z Diabelskim Kamieniem**, stanowisko archeologiczne **Czarny Las** i ruiny nieistniejącej wsi.

A na sam koniec peretka - niewielkie Szestno z wieloma zabytkami. Wśród nich: **dwór**, **ruiny** jedyne w powiecie mrągowskim **zamku i średniowieczny kościół** z późnorenansowym wyposażeniem oraz zabytkowym cmentarzem.



Góra Czterech Wiatrów

Mrągowo - Góra Czterech Wiatrów (8 km)

Szlak prowadzi głównie brzegiem j. Czos. Podczas wędrówki zachwyca las i jezioro z zatoczkami.



Koniec szlaku to **Całoroczny Ośrodek Sportowy "Góra Czterech Wiatrów"** (str. 13). Do miasta można wrócić promem lub...

Jak obejść j. Czos?

Z **Góry** schodzimy od strony wschodniej, idziemy piaszczystą drogą przez pola uprawne, gdy znajdziemy się na szczycie wzgórza, skręcamy w lewo i kierujemy się na szpaler topól w oddali. Po drodze mijamy pozostałości po ośrodku wypoczynkowym. Idziemy ścieżką wzdłuż jeziora, mijając „źródło miłości”, aż do promenady.

Szlaki narciarskie

Mrągowo jako jedyne miasto w województwie dysponuje oznakowanymi szlakami narciarstwa biegowego: **„Park Słowackiego”** oraz **„Nad j. Czos”**



Park Słowackiego

Park Słowackiego był i nadal jest jednym z ulubionych miejsc spacerowych Mrągowian. Szlak tworzy pętlę o **dł. 2,5 km** i przebiega niedaleko parkingu leśnego przy drodze w kierunku Kętrzyna. Można tu zaparkować samochód. Szlak prowadzi lasem nad j. Czarnym.



Nad j. Czos

Pętla **dł. 1,5 km** przebiega w Mrągowie w okolicach tzw. „Prochowni” przy zatoce j. Czos niedaleko ogródków działkowych „Perkoz”.

Trasa przebiega lasem mieszanym, szeroką drogą w terenie pagórkowatym. Znaczne urozmaicenie terenu sprawia, że trasa jest atrakcyjna zarówno zimą dla narciarzy biegowych, jak i latem dla spacerujących lub biegających.

Wzdłuż wschodniego brzegu j. Czos, rozciąga się zachwycająca panorama na jezioro i miasto.

Samochód można zaparkować przy ogródkach działkowych „Perkoz”.

Całoroczny Ośrodek Sportowy Góra Czterech Wiatrów

Ośrodek położony jest na półwyspie nad j. Czos. Znajduje się tu nowoczesny i stylowy budynek zaplecza z m.in.: restauracją z kominkiem, miejscami noclegowymi, wypożyczalnią sprzętu sportowego.

Latem można tu wypożyczyć rowery, quady, sprzęt wodny lub po prostu zjeść w restauracji z pięknym widokiem na okolice. Codziennie kursuje prom z oś. Grunwaldzkiego.



Zimą do dyspozycji gości są „tęczka” dla początkujących narciarzy, trasy biegowe, trzy wyciągi narciarskie (w tym 2 orczykowe), pięć tras zjazdowych o różnym stopniu trudności o łącznej długości ok. 1800 metrów, snowpark, snowtubing, wypożyczalnia sprzętu turystycznego, serwis narciarski, nauka jazdy na nartach.

Ponadto: noclegi, gastronomia, organizacja przyjęć i imprez integracyjnych.

Do Ośrodka można dojść żółtym szlakiem pieszym (str. 12).



Kontakt: Miejski Las 11, tel. 89 741 29 24, 506 141 528, gora4w@wp.pl, www.gora4w.com.pl

Szlaki kajakowe

Szlak Dajny

Dajna to jedna z piękniejszych rzek Mazur. Jest dopływem rzeki Guber. Szlak umożliwia odbycie wycieczki kajakiem z **Wierzbowa** przez **Mrągowo** do **Świętej Lipki**.

Długość 31 km. Na jego pokonanie potrzeba ok. 10 godz. Prowadzi przez jeziora Pojezierza Mrągowskiego (Wierzbowskie, Czos, Czarne, Juno, Kiersztanowskie, Śpiigel, Dejnawa).

Jeziora te tworzą **Wielką Rynnę Mrągowską** powstałą podczas ostatniego zlodowacenia.

Szlak można rozpocząć z **j. Wierzbowskiego**, które połączone jest z **j. Czos** pięknym meandrującym odcinkiem rzeki płynącym przez zarośniętą równinę.

Jezioro Czos ma urozmaiconą i rozwiniętą linię brzegową z niewielką **Wysepką Miłości** w południowo-wschodniej części.

Nad jeziorem warto zatrzymać się przy **Ekomarinie** (str. 15), **Górze Czterech Wiatrów** (str. 13) oraz **Festiwalowym Amfiteatrze**.

Dalszy odcinek łączący Czos z **j. Czarnym** ze względu na piękno meandrującej wśród zieleni rzeki zwany jest „**małą Krutynią**”.

Jeziora **Czarne** oraz **Kot** są niewielkie i zalesione. Nad jeziorem Kot w południowej części znajduje się obiekt turystyczny (Siedlisko Wymyśle) z restauracją oraz pomostem.

Jezioro **Juno** jest najdłuższe na szlaku. Ma urozmaiconą linię brzegową z wysokimi brzegami zwłaszcza w północnej części, miejscami stromymi, na których rozciągają się pola i łąki.

Przed **Kiersztanowem** po lewej stronie na cyplu tzw. „**Bobrowym Ogonie**” mieszkają bobry. Juno kończy się w **Kiersztanowie**. Wieś położona jest w malowniczej dolinie między jeziorami.



Rzeczka łącząca Kiersztanowskie z małym j. Śpiigel jest pełna niespodzianek. W tym miejscu można poczuć dreszczyk emocji, gdyż Dajna zmienia się w **rwący górski potok**. Dodatkowo wysokie brzegi wywołują wrażenie bycia w wąwozie.

Jezioro **Śpiigel** jest najmniejsze na szlaku, ale na pewno najładniejsze. Otacza je las, a na wodzie dominują żółte i białe lilie wodne.

Szlak kończy się na rynnowym **j. Dejnawa** przy Świętej Lipce.

Lokalna Organizacja Turystyczna „Ziemia Mrągowska” od 2009 r. corocznie w okresie wiosenno-lętnim organizuje spływ Dajną rozpoczynający sezon kajakowy.

Pełne informacje o szlaku znajdują Państwo na www.it.mragowo.pl.

Organizatorzy spływów Dajną

Kanu, ul. Traugutta 4 b, 11-700 Mrągowo, tel. 89 741 37 21, 609 311 675, kajaki_kanu@interia.pl, www.kanu-mragowo.pl

AFW „Maj”, Krzyżany 12, 11-520 Ryn, tel. 606 912 946, biuro@mazurypolska.pl, www.kajaki.mazurypolska.pl

Aktywna rodzina

Niezbędna przy planowaniu spędzenia czasu wolnego z najbliższymi jest lista miejsc w Mrągowie i okolicy, które warto odwiedzić całą rodziną.

Promenada nad j. Czos

Wzdłuż linii brzegowej jeziora prowadzi 4-kilometrowa promenada uławiająca zarówno mieszkańcom jak turystom rekreację. Trasa jest idealnym miejscem do biegania, jazdy na rowerze czy rolkach, a także spacerowania i uprawiania nordic walkingu.



Ekomarina w Mrągowie

Na terenie mini przystani znajdują się: **park linowy**, **ścianka wspinaczkowa**, **plac zabaw**, **stoły do ping-ponga** i **boiska do koszykówki i siatkówki**. W bosmanacie mieści się **Centrum Edukacji Ekologicznej**. Przy Ekomarinie znajduje się **plaża miejska**. **Kontakt:** ul. Jaszczurca Góra 6, tel. 89 741 06 00.

Teren rekreacyjny w Parku Lotników

Jest to jedno z najczęściej odwiedzanych przez mieszkańców miejsc rekreacyjnych w mieście. Znajduje się tutaj **plac zabaw**, **korty tenisowe** oraz zewnętrzna **siłownia** dla osób w każdym wieku.

Teren rekreacyjny przy j. Magistrackim

Miejsce do kompleksowej aktywności fizycznej dla osób w każdym wieku. Teren rekreacyjny przy ul. Mickiewicza wyposażony jest w **plac zabaw** dla dzieci, **skatepark** dla młodzieży oraz zewnętrzną **siłownię** dla dorosłych.



Basen - Hotel Mercure Mron-govia Resort & SPA****

Basen czynny jest od godziny 7.00 do 21.00. **W ofercie:** baseny z masażami wodnymi, 40 metrowa zjeżdżalnia, duży basen pływacki, jacuzzi zewnętrzne, sauna. **Kontakt:** ul. Giżycka 6, tel. 89 743 31 00, www.spamazury.pl



Sala zabaw „Stokropek”

W ofercie: kącik malucha, akademia małych twórców, imprezy tematyczne, profesjonalna obsługa, kawiarenka dla rodziców, strefa wi-fi. Sala czynna codziennie od 13.30 do 19.30. **Kontakt:** os. Grunwaldzkie 6A, tel. 793 003 404; www.stokropek.eu.

Sala zabaw Fiku-Miku w CH Fabryka

W ofercie: kącik malucha ze zjeżdżalniami, basenem z piteczkami i torem z przeszkodami. **Kontakt:** ul. Brzozowa 16, Centrum Handlowe Fabryka

Ośrodek sportowy G4W (str. 13)

W sezonie letnim istnieje możliwość wypożyczenia sprzętu wodnego, rowerów górskich, quadów itd.

Stowarzyszenia sportowe

Żeglarstwo

Klub Sportowy Baza Mrągowo**Adres:** ul. Nadbrzeżna 4**Kontakt:** Artur Wieczorek -

prezes

tel. 89 741 2473**e-mail:** baza.sekretariat@op.pl**więcej:** www.baza.mragowo.pl**Więcej str.** 29.**Oferta dla:** dzieci, młodzieży i dorosłych**Dyscypliny:** żeglarstwo, kajakarstwo, tenis ziemny**Miejsce:** j. Czos, Ośrodek Żeglarski w Tątach, zgrupowania zagraniczne**Mazurski Związek Żeglarzy Niepełnosprawnych Mrągowo****Adres:** ul. Mrongowiusza 32**Kontakt:** Małgorzata Szczepaniak - prezes**tel.** 607 584 461**e-mail:** gosia314@poczta.onet.pl**więcej:** www.mazurscyzeglarze.pl

Wyrównywanie szans oraz ochrona interesów osób niepełnosprawnych w życiu oraz sporcie to główne założenia działalności Związku.

Oferta dla: dzieci, młodzieży i dorosłych niepełnosprawnych**Dyscyplina:** żeglarstwo**Miejsce:** j.Czos**Osiągnięcia:** Zawodnicy z sukcesami brali udział w Pucharze Polski Żeglarzy Niepełnosprawnych w Giżycku czy Mistrzostwach Europy w Arbon.

Sporty walki

Kaliniak Team Mrągowo**Adres:** ul. Boh. Warszawy 21**Kontakt:** Tomasz Kalinowski - prezes**tel.** 785 460 432,**e-mail:** tomkalinowski@wp.pl**więcej:** www.kaliniakteammragowo.pl

Stowarzyszenie powstało w 2010r., założycielem jest Tomasz Kalinowski, który także jest instruktorem i zawodnikiem.

Oferta dla: dzieci, młodzieży i dorosłych**Dyscyplina:** Klub specjalizuje się w sztukach walki MuayThai, Kick-boxing, Boks, K-1.**Miejsce:** Sala SP nr 1 przy ul. Bohaterów Warszawy**Osiągnięcia:** Członkowie klubu są medalistami imprez o randze krajowej oraz międzynarodowej. Zawodnicy z sukcesami biorą udział między innymi w Międzynarodowych Mistrzostwach Polski UFR czy galach sztuk walk takich jak UNDERGROUND FIGHT SHOW.**Mrągowski Klub Aikido i Samoobrony****Adres:** ul. Piaskowa 8A/14,**Kontakt:** Rafał Łukaszewski - prezes**tel.** 696 200 360**e-mail:** aikido.mragowo@poczta.onet.pl**więcej:** www.aikido.mragowo.pl

Mrągowski Klub Aikido i Samoobrony prowadzi zajęcia japońskiej sztuki samoobrony, która jest doskonałym wzbogaceniem rozwoju człowieka i dobrym sposobem na pozytywne wyładowanie energii w trakcie zdobywania przydatnych umiejętności.

Oferta dla: dzieci od lat trzech, młodzieży i dorosłych**Dyscyplina:** aikido tradycyjne**Miejsce:** Hala Sportowo - Wido-wiskowa**Mrągowski Klub Kyokushin Karate****Adres:** ul. Brzozowa 5**Kontakt:** Piotr Kozłowski - prezes**tel.** 89 741 86 13**e-mail:** piotras@tlen.pl

Propozycja na aktywne spędzenie wolnego czasu, rozwój fizyczny i duchowy. Uczestnicy zajęć szkolą się pod okiem doświadczonych instruktorów w technice Kyokushin Karate.

Oferta dla: dzieci, młodzieży i dorosłych**Miejsce:** sala Szkoły Podstawowej nr 1 przy ul. Kopernika 2A**HUSARIA MMA Mrągowo****Adres:** ul. Piaskowa 4E/6**Kontakt:** Paweł Harasim - prezes**tel.** 533 999 904**e-mail:** pawel@husaria.com.pl**więcej:** www.facebook.com/HusariaMmaMragowo

Husaria MMA Mrągowo jest członkiem organizacji Shooters MMA. Obecnie Husaria kładzie głównie nacisk na rozwój Brazylijskiego jiu jitsu

Oferta dla: osób od 13 roku życia, nie ma górnej granicy wieku.**Dyscypliny:** Brazylijskie jiu jitsu, specjalny program dla osób chcących trenować wyłącznie parter, treningi dla kobiet.**Miejsce:** ul. Piaskowa 4E/6

Piłka nożna

Miejski Klub Sportowy MRĄGOWIA Mrągowo**Adres:** ul. Mrongowiusza 1**Kontakt:** Przemysław Witkowski - prezes**tel.** 89 741 03 28**e-mail:** klubmragowia-budextan@wp.pl**więcej:** www.mragowia.pl**Oferta dla:** dzieci, młodzieży i dorosłych**Dyscypliny:** piłka nożna, tenis stołowy, szachy sportowe**Piłka nożna:** Stadion Miejski**Tenis stołowy:** hala ZS nr 1 przy ul. Bohaterów Warszawy**Szachy:** MDK (str. 31)

Stowarzyszenia sportowe**Mrągowskie Towarzystwo Wędkarskie**

Adres: ul. Brzozowa 18
Kontakt: Waldemar Nieżorawski – prezes
tel. 691 402 711
e-mail: otha@wp.pl
więcej: www.mtw-mazury.pl

Stowarzyszenie skupia miłośników wędkarstwa z Ziemi Mrągowskiej.

Miejsce: Towarzystwo posiada cztery towiska: karpiove – jez. Dzwon w Marcinkowie oraz ogólne: jez. Głębokie, jez. Średnie, jez. Kociotek.

Mrągowskie Stowarzyszenie Rowerowe

Adres: ul. Warszawska 26
Adres do korespondencji os. Mazurskie 27/8
Kontakt: Grzegorz Chotkiewicz – prezes
tel. 695 066 363
e-mail: msrmragowo@wp.pl
więcej: www.msrmragowo.pl



Stowarzyszenie kontynuuje kilkudziesięcioletnie tradycje kolarskie od 1958 roku.

Oferta: sekcja kolarska dla dziewcząt i chłopców

Osiągnięcia: Zawodnicy klubu odnoszą znaczące sukcesy krajowe i międzynarodowe.

Mazurskie Stowarzyszenie Inicjatyw Sportowych

Adres: ul. Warszawska 26
Kontakt: koordynator – Natalia Koptas
tel. 609221522
e-mail: kontakt@msis.pl
więcej: www.msis.pl

Wizją stowarzyszenia jest wykreowanie nowego i kreatywnego myślenia o organizacji i wykorzystania sportu w społeczeństwie. Za główne cele działań MSIS uznał popularyzację imprez sportowych, partnerstwa lokalnego i międzynarodowego oraz propagowanie wolontariatu sportowego.

**Jak zostać wolontariuszem?**

Osoby, które chciałyby zostać wolontariuszem powinny w pierwszej kolejności znaleźć organizację pozarządową, której cele i zadania odpowiadają ich zainteresowaniom. Wybierając stowarzyszenie należy pamiętać, że wolontariat to również cenna praktyka. Wolontariusz ma prawo zawrzeć umowę współpracy ze stowarzyszeniem, która będzie potwierdzeniem jego zaangażowania na rzecz organizacji. Po odbyciu wolontariatu istnieje również możliwość otrzymania pisemnego zaświadczenia. Zasady, na jakich może odbywać się wolontariat określa ustawa o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

Wolontariat sportowy

W Mrągowie popularną formą dobrowolnej pracy na rzecz innych jest wolontariat sportowy, czyli połączenie wolontariatu samego w sobie oraz szeroko pojętego sportu. Kierunki rozwoju wolontariatu sportowego określa sportowa strategia Mrągowa. Propagowaniem idei wolontariatu sportowego w mieście zajmuje się **Mazurskie Stowarzyszenie Inicjatyw Sportowych**.

Sport szkolny**Powiatowy Szkolny Związek Sportowy**

Adres: ul. Królewiecka 60 A
Kontakt: Marek Szmigiel – prezes
tel. 89 741 01 95, 504 810 799

Powiatowy Szkolny Związek Sportowy zajmuje się propagowaniem i rozwojem kultury fizycznej wśród dzieci i młodzieży szkolnej na terenie Powiatu Mrągowskiego.

Oferta dla: uczniowie szkół powiatowych

**Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy „Omega”**

Adres: os. Mazurskie 12/210
Kontakt: Jakub Jurkiewicz – prezes
tel. 513 086 832
e-mail: muks_omega@op.pl

Klub prowadzi szkolenie sportowe w sekcjach **piłki ręcznej** i **piłki siatkowej** dla uczniów szkół mrągowskich. Organizacja udziału „uczniów - zawodników” w rozgrywkach ligowych Warmińsko-Mazurskiego Wojewódzkiego Związku Piłki Ręcznej oraz Warmińsko-Mazurskiego Wojewódzkiego Związku Piłki Siatkowej.

Osiągnięcia: Znaczące sukcesy w rywalizacji sportowej prowadzonej przez Warmińsko-Mazurski Wojewódzki Związek Piłki Ręcznej w Elblągu, Wojewódzki Związek Piłki Siatkowej w Olsztynie oraz stowarzyszenia i kluby sportowe na terenie regionu i kraju.

Uczniowski Klub Sportowy „Iskra”

Adres: ul. Mrongowiusza 13b

Uczniowski Klub Sportowy „Mazury”

Adres: ul. Warszawska 26
Kontakt: Zbigniew Marczuk – prezes
e-mail: uksmazurymragowo@e-mail.com
więcej: www.uksmazury.pl

Mrągowskie Stowarzyszenie Młodzieżowe

Adres: ul. Stoneczna 51
Kontakt: Tomasz Piórkowski
tel. 501 558 555
e-mail: msm.mragowo@gmail.com

Stowarzyszenie zarządza torem motocrosowym (str. 28)

Uczniowski Klub Sportowy Team Mrągowo

Adres: ul. Kopernika 2
Kontakt: Paweł Marcinkjan – prezes
tel. 506 144 149
e-mail: admin@tenis.mazury.pl
więcej: www.uksteam.pl

Klub prowadzi sekcję **tenisa ziemnego**. Oferta skierowana do uczniów mrągowskich szkół i dzieci. Szkolenie można rozpocząć w wieku 4-5 lat. Obecnie działa cztery grupy szkoleniowe. Większość zawodników startuje w turniejach Polskiego Związku Tenisowego.

Mrągowskie Towarzystwo Regatowe „Czos”

Kontakt: Karol Góralczyk – prezes, **tel.** 601 628 020
e-mail: regaty.czoz@gmail.com
więcej: www.regaty.mragowo.pl
Oferta: skierowana do miłośników żeglarskiego Grand Prix Mrągowa 2014

Koszykówka

Stowarzyszenie Kultury Fizycznej Klub Sportowy As Mrągowo

Adres: ul. Młotkowskiego 18
Kontakt: Bartłomiej Koziątek – prezes
tel. 89 743 34 72
e-mail: kontakt.asmragowo@gmail.com
więcej: www.facebook.com/ASMRAGOWO

Oferta dla: dzieci, młodzież. W ramach stowarzyszenia działa pięć sekcji wiekowych: juniorzy starsi, juniorki, kadeci, młodzicy i zuchy. Klub zajmuje się szkoleniem dzieci i młodzieży w zakresie piłki koszykowej oraz organizowaniem zawodów, turniejów sportowych, w tym **NMR Streetball Challenge** (str. 35).

Biegi

Klub Biegacza Mrągowo

Adres: ul. Krucza 14
Kontakt: Stanisław Zapadka – prezes
tel. 603 332 969
e-mail: klub.biegacza@wp.pl
więcej: www.mragowobiega.pl

Klub zrzesza około 50 osób i stale dotychczas nowi członkowie.

Oferta dla: dzieci, młodzieży i dorosłych

Miejsce: wtorki o godz. 17.30 na Stadionie Miejskim



Rekreacja

Stowarzyszenie Kultury Fizycznej – Bilard Sportowy

Adres: ul. Wojska Polskiego 22
Kontakt: Wiesław Kuchciński – prezes
tel. 89 741 21 37, 606 245 680
e-mail: bilardmragowo@wp.pl
więcej: www.bilardmragowo.pl

Oferta dla: dzieci, młodzież i dorośli

Miejsce: ul. Wojska Polskiego 22
Osiągnięcia: Zawodnicy biorą udział w rozgrywkach II Ligi Polskiego Związku Bilardowego oraz zdobywają liczne sukcesy w rozgrywkach na arenie ogólnopolskiej.



Mrągowski Klub Morsa

Adres: ul. Moniuszki 58
Kontakt: Przemysław Mohr
tel. 506 171 394
więcej: www.morsymragowo.wordpress.com

Oferta skierowana do entuzjastów zimowych kąpeli. Uczestnikom udostępniane są przebiegalnie.

Oferta dla: pełnoletnich sprawnych fizycznie twardzieli o zdrowym układzie krążenia i sercu

Miejsce: zimą plaża miejska przy ul. Jaszczurcza Góra co niedzielę



Rota Zaciężna Strażnicy Sensburg, Zamku Szestno w Komturii Bałgijskiej

Adres: ul. Ratuszowa 5,
Kontakt: Dariusz Żyłowski
tel. 89 741 28 12, 605 539 610
e-mail: mragowo@muzeum.olsztyn.pl

Bractwo z Mrągowa zostało powołane w 2010r i do dnia dzisiejszego broni ziem Zakonu podczas różnych inscenizacji, festynów i turniejów. Aktywnie działa w ruchu rekonstrukcyjnym biorąc udział w licznych inscenizacjach w tym, Bitwy pod Grunwaldem, współorganizując Inszenizację Bitwy pod Wopławkami z 1311r czy animując życie stanu rycerskiego na Zamku Krzyżackim w Rynie.

Bractwo skupia w swoich szeregach zapaleńców odwrotstwa historycznego z okresu średniowiecza. W dorobku bractwa znajdują się Turnieje historyczne w Rynie, Olsztynku, Kętrzynie, Ostródzie, Olsztynie, Drygatach, Prabutach, Reszlu, Nidzicy, Grunwaldzie. Przygotowuje coroczny Festyn Średniowieczny „Gothicum” w Mrągowie. Bractwo występuje w strojach cywilnych i bojowych z epoki, propaguje życie średniowieczne podczas biesiad, festynów, dni integracyjnych. Prowadzi turnieje i zabawy, prezentuje i uczy tańców dawnych.

Spotkanie z Rotą Zaciężną Strażnicy Sensburg to niezwykła przygoda historyczna osadzona w realiach średniowiecznego życia, to spotkanie z żywą historią przynoszącą niezapomniane wrażenia. Bractwo to zakuci w stal rycerze oraz ich damy, gotowi stanąć do walki o honor, cześć, niewieścią, w obronie wiary i przepięknych ideałów wieków średnich, mające odzwierciedlenie we współczesnych widowiskowych turniejach, w walkach

na ostre potyczki przy użyciu prawdziwych mieczy, halabard, buzdycanów, toporów i tasaków.

Mrągowskie bractwo rycerskie walczy w turniejach rankingowych **Grunwaldzkiej Akademii Miecza i Polskiej Lidze Walk Rycerskich**.



Liga Turniejowa Grunwaldzkiej Akademii Miecza

Liga łączy kilkanaście turniejów rozgrywanych na Warmii i Mazurach. Do przedsięwzięcia dołączyło także miasto Prabuty z województwa pomorskiego oraz Kowno na Litwie.

Każdy z turniejów ma inny charakter i formułę, poza 3 konkurencjami: turniej bojowy 1/1, turniej bojowy 2/2, oraz turniej łuczniczy, które są tak samo sędziowane i punktowane.

Liga ma **charakter otwarty**. Organizatorem Ligi jest **Muzeum Bitwy pod Grunwaldem** w Stębarku a współorganizatorami turniejów poszczególne bractwa i samorządy z Warmii i Mazur, Powiśla i Litwy. Nagrody otrzymują wszyscy zwycięzcy poszczególnych konkurencji ligowych.

Obecnie w Lidze GAM w Rankingu 1 x 1 na miecz i tarczę jest 66 rycerzy w tym 5 rycerzy z Roty Zaciężnej Strażnicy Sensburg z Mrągowa.

W Rankingu 2 x 2 Walki Bohurtowe są 22 zespoły (po 2 rycerzy z 1 w rezerwie) w tym 2 zespoły z Mrągowa na pozycji 9 (Psy Bałgijskie z Roty Zaciężnej) i 17 (PiM zespół łączony Pisz i Mrągowo).

W ostatnim Rankingu jest 91 łuczników, w tym 7 z Mrągowa.

Obiekty sportowo - rekreacyjne

Legenda



Sale sportowe

Zespół Szkół nr 1

Hala Widowiskowo-Sportowa

Adres: ul. Kopernika 2C
Rezerwacja: Sekretariat ZS 1
tel. 89 742 51 31



Sala sportowa

Adres i Rezerwacja: Sekretariat ZS 1, ul. Kopernika 2
tel. 89 742 51 31



Sala sportowa

Adres: ul. Bohaterów Warszawy 4
Rezerwacja: Sekretariat ZS 1, ul. Kopernika 2
tel. 89 742 51 31



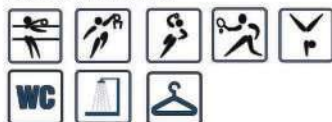
Sala sportowa

Adres i Rezerwacja: Sekretariat ZS 1, ul. Kopernika 2
tel. 89 742 51 31



Sala sportowa w byłej Jednostce Wojskowej

Adres: ul. Wojska Polskiego 6
Rezerwacja: Sekretariat ZS 1, ul. Kopernika 2
tel. 89 742 51 31



Zespół Szkół nr 2

Adres i Rezerwacja: Sekretariat ZS 2, ul. Mrongowiusza 13
tel. 89 741 24 61



Zespół Szkół Zawodowych

Adres i Rezerwacja: Dyrektor SZS, ul. Mrongowiusza 65
tel. 89 741 31 95



Liceum Ogólnokształcące

Adres i Rezerwacja: Kierownik Administracyjny LO, ul. Piotra Sobczyńskiego 1
tel. 89 741 24 20



ZOS „Baza”

Adres i Rezerwacja: Sekretariat ZOS "Baza", ul. Nadbrzeźna 13, tel. 89 741 77 76



Zespół Szkół nr 4

Adres i Rezerwacja: Sekretariat ZS 4, os. Mazurskie 12
tel. 89 742 69 71



Boiska na powietrzu

Moje Boisko „Orlik 2012”

Adres: ul. Żołnierska 6
Rezerwacja: boiska do piłki nożnej u Animatora Orlika
tel. 695 034 568
obiekt ogólnodostępny



Moje Boisko „Orlik 2012”

Adres: os. Mazurskie 12
Rezerwacja: boiska do piłki nożnej u Animatora Orlika
tel. 695 034 575
obiekt ogólnodostępny



Boiska na powietrzu

Stadion Miejski

Adres: ul. Mrongowiusza 1
Rezerwacja: ,
tel. 89 741 25 92



400 m



Boiska przy Ekomarinie

Adres: ul. Jaszczurcza Góra 2
Rezerwacja: ogólnodostępne
Zarządca: TBS "Karo" Sp. z o.o.,
ul. Kopernika 11
tel. 89 741 06 00



Boiska szkolne

Zespół szkół nr 1

Adres: ul. Kopernika 2
Rezerwacja: ogólnodostępne
Kontakt: Sekretariat ZS 1
tel. 89 742 51 31



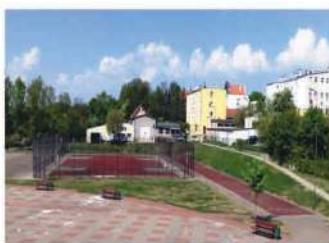
60 m



Boisko wielofunkcyjne
Adres: ul. Bohaterów Warszawy 4
Rezerwacja: ogólnodostępne,
kontakt: Sekretariat ZS 1, ul. Ko-
pernika 2
tel. 89 742 51 31



60 m



Zespół Szkół Zawodowych

Boisko wielofunkcyjne

Adres: ul. Mrongowiusza 65B
Rezerwacja: ogólnodostępne
tel. 89 741 31 95



Zespół Szkół nr 2

Boisko wielofunkcyjne

Adres: ul. Mrongowiusza 13
Rezerwacja: Sekretariat ZS 2
tel. 89 741 24 61



Plaże i baseny

Plaża miejska

Adres: ul. Jaszczurcza Góra
Rezerwacja: ogólnodostępna
Zarządca: TBS "Karo" Sp. z o.o.,
ul. Kopernika 11
tel. 89 741 06 00



Plaża Hotel Mercure

Adres: ul. Jaszczurcza Góra
Rezerwacja: ogólnodostępna,
Zarządca: Mercure Mrongovia-
Resort & Spa
tel. 89 743 31 00
ul. Jaszczurcza Góra



Plaża Miejska

Adres: os. Grunwaldzkie
Rezerwacja: ogólnodostępna
Zarządca: Centrum Kultury i Tu-
rystyki, ul. Warszawska 26
tel. 89 743 34 50



Zespół basenów w Hotelu Mercure Resort & Spa

Adres: ul. Giżycka 6
Rezerwacja: Mercure Mrongo-
via Resort & Spa
tel. 89 743 31 00
ul. Giżycka 6



Korty tenisowe

Korty tenisowe

Adres: Park Lotników Polskich
Rezerwacja: ogólnodostępne
Dwa boiska do gry w tenisa i ścianka.



Kort tenisowy przy Szkole Mistrzostwa Sportowego

Adres: ul. Nadbrzeżna 4
Rezerwacja: Sekretariat ZOS "Baza"
tel. 89 741 77 76

Całoroczny Ośrodek Sportowy Góra Czterech Wiatrów

Ośrodek Sportów Zimowych „G4W” (str. 14)

Adres: Miejski Las 11
tel. 506 141 528

Skate Park

Adres: ul. Adama Mickiewicza
Rezerwacja: ogólnodostępny
W skład wchodzi: duży funbox, quarterpipe, bank ramp oraz 2 poręcze.

Siłownię zewnętrzne ogólnodostępne

Adres: Park Lotników Polskich
Adres: ul. Adama Mickiewicza

Bieżnie ogólnodostępne

Bieżnia 400 m
Adres: Stadion Miejski,
ul. Mrongowiusza 1
tel. 89 741 25 92

Bieżnia 300 m
Adres: ul. Żołnierska 6 przy Orliku

Mrągowska promenada

Jedna z najdłuższych promenad na Mazurach, liczy ok. 5 km, aktywnie wykorzystywana przez pieszych, rowerzystów, uprawiających jogging czy też nordic walking.



Przy promenadzie znajduje się słynna Baza Mrągowa z ogólnodostępnym ślipem.

Zaplecze Żeglarskie - BAZA Mrągowa

Adres: ul. Nadbrzeżna 4
Kontakt: Baza Mrągowa
tel. 507 122 836

Place zabaw ogólnodostępne

Kompleks placów zabaw przy Ekomarinie

Adres: ul. Jaszczurza Góra
Rezerwacja: ogólnodostępny
Zarządca: TBS "Karo" Sp. z o.o.,
ul. Kopernika 11
tel. 89 741 06 00

Kompleks, w którym zamontowane są bujaki na sprężynach, huśtawki, zestawy do zabaw z wodą, urządzenia linowe do wspinaczki, zjeżdżalnie, skatki do wspinaczki, tor sprawnościowy ze zjeżdżalnią, gra elektroniczna, tenis stołowy.



Plac zabaw
Plac Lotników Polskich



Plac zabaw
ul. Mickiewicza

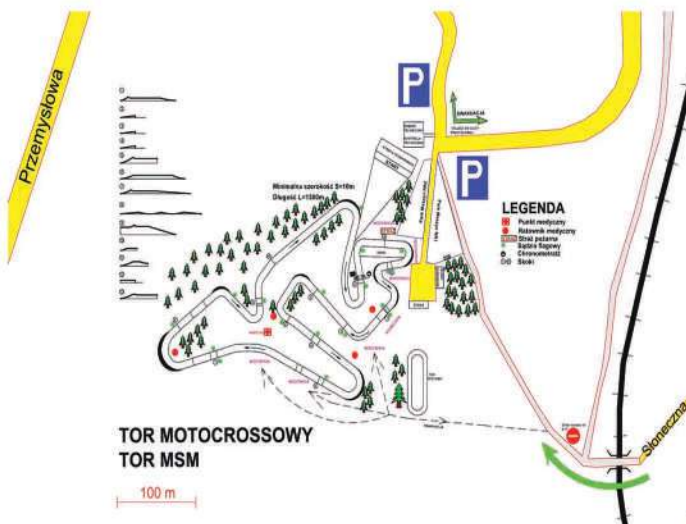
Tor motocrossowy

Tor motocrossowy przy ulicy Przemysłowej powstał w 2012 roku z inicjatywy samochodowych i motocyklowych pasjonatów z Mrągowa zrzeszonych jako Klub sportowy pod patronatem PZM.

Szutrowy obiekt posiada kilometrową trasę dla samochodów ze zmienną konfiguracją, oraz homologowany tor motocrossowy. Oba tory przeplatają się ze sobą co stanowi o jego atrakcyjności a zarazem pokazuje jak można wykorzystać przestrzeń. Dzięki takiej aranżacji jest miejsce dla publiczności i parkingi.

Na torze odbywają się między innymi efektowne edycje Wrak Race, Puchar 5 TORÓW oraz wszystkie zawody o randze MISTRZOSTW sportu motocyklowego (motocross, enduro, cross country).

Obiektem zarządza **Mrągowskie Stowarzyszenie Młodzieży**, które prowadzi także naukę dla początkujących kierowców motocyklowych i samochodowych.
Kontakt: Tomasz Piórkowski
tel. 501 558 555
e-mail: msm.mragowo@gmail.com



Zespół Oświatowo - Sportowy im. Gen. M. Zaruckiego

W strukturze Zespołu są **szkoły mistrzostwa sportowego**; podstawowa kl. IV, V, VI, gimnazjum kl. I, II, III, liceum ogólnokształcące kl. I, II i III i Międzyszkolny Ośrodek Sportowy.

Dzięki wieloletniemu doświadczeniu placówka gwarantuje wysoko wykwalifikowaną kadrę pedagogiczną i trenerską. Stworzono w niej świetne warunki do nauki (mała liczba uczniów w klasach, indywidualne podejście, opieka psychologa, pedagoga, instruktora odnowy biologicznej).

W ZOS można wybrać następujące dyscypliny: **żeglarsstwo, kajakarstwo, koszykówka i piłka nożna**. Szkolenie sportowe dla najmłodszych uczniów z klas I, II, III odbywa się w Międzyszkolnym Ośrodku Sportowym.



Żeglarsstwo

Uczniowie trenują w nast. klasach żeglarskich: Optymist, Kadet, L'Equipe, 29-er, 420, 470 oraz na desce z żaglem (UKS), Big Technoi RSX, natomiast zimą – bojery i windsurfing zimowy. Przygotowanie teoretyczne zawodników jest nierozdzielnie związane z zajęciami praktycznymi. Zwiększona ilość wyjazdów na regaty i zgrupowania wymusza planowanie dodatkowych działań, związanych ze sprawnością psychofizyczną i odnową biologiczną. Zawodnicy żeglarsstwa są wielokrotnymi mistrzami Polski, Europy i Świata.



Kajakarstwo

Zawody sportowe w kajakarstwie rozgrywane są na różnych dystansach. Zawodnicy zdobywają tytuły na Mistrzostwach Świata, Europy i Polski Juniorów.

Koszykówka

Od roku 2012 wprowadzono koszykówkę w szkole podstawowej i gimnazjum. Celem jest przygotowanie zawodników do profesjonalnego uprawiania koszykówki na poziomie ekstraklasy, I, II ligi mężczyzn oraz ekstraklasy i I ligi kobiet. Uczniowie startują w turniejach nawet na szczeblu międzynarodowym, oraz w rozgrywkach ligi strefowej Pomorskiego Okręgowego Związku Koszykówki i ligi wojewódzkiej, gdzie reprezentują barwy Klubu Sportowego AS Mrągowo. W szkole trenują grupy: młodzik, kadet, juniorka. W krótkiej historii zawodnikom udało się osiągnąć mistrzowskie wyniki w Ogólnopolskich i Międzynarodowych Turniejach Koszykówki oraz Międzynarodowych Festiwalach Koszykówki.

Piłka nożna

W roku 2013 utworzoną klasę o profilu piłki nożnej. Młodzi piłkarze zajmują czołowe miejsca w rozgrywkach na terenie województwa warmińsko - mazurskiego.

Kontakt: ul. Nadbrzeżna 13, tel. 89 741 77 76, kom. 518 921 103, baza.sekretariat@op.pl, **więcej:** www.zos.baza.mragowo.

Klub sportowy „Baza”

Działający od blisko 65 lat klub jest jedną z najsilniejszych i najprężniej działających placówek żeglarskich w Polsce. Dysponuje ośrodkiem szkoleniowo-treningowym położonym w Taltach. Prowadzi szkolenie dla osób, które chcą poznać podstawowe umiejętności żeglarskie oraz zdobyć stopień żeglarsza jachtowego. Reprezentanci klubu są wielokrotnymi mistrzami Polski, Europy i Świata.

Klub powstał 4 listopada 1950 roku pod nazwą **Baza Sportów Wodnych**. Jego założycielem i wieloletnim dyrektorem był Józef Jaszczur-Nowicki. Początki działalności oparte są przede wszystkim na turystyce kajakowej i żeglarskiej. Pierwsze sukcesy sportowe pojawiły się w latach 60-tych.

Coraz szersza działalność Bazy Sportów Wodnych nieuchronnie prowadziła do zetknięcia się ze sportem. Pierwszy sportowy start miał miejsce w zawodach kajakowych Ligi Przyjaciół Żołnierza w obsadzie międzynarodowej. W 1955 roku w Szkolnych Mistrzostwach Klasy BM w Piszcu zwyciężył Henryk Warych z Bazy Sportów Wodnych w Mrągowie. W latach 1961 -1970 podjęto decyzję o wprowadzeniu nowych klas łodzi regatowych, m.in. Kadet, OK, Dinghy, Hornet, Optymist.

Najważniejszy z sukcesów w początkowej fazie działalności to wicemistrzostwo świata w klasie Kadet załogi Jan Bronicki – Wojciech Jaszczur-Nowicki w 1968 roku.

Pierwszy medal dla klubu w bojerowych Mistrzostwach Polski zdobył Edmund Januszewski.



W 1962 roku miasto przeznaczyło Klubowi posesję po KS „Start” przy ul. Nadbrzeżnej 4.

Kolejny okres rozwoju przypadł na lata 1970 - 1990. Wówczas to nastąpił gwałtowny rozwój Bazy. Powiększyły się zasoby lokalowe, pobudowano nadbrzeże, rozpoczęto budowę domków jednorodzinnych dla pracowników Bazy. W 1978 roku powstała Szkoła Mistrzostwa Sportowego a w 1979 Zespół Oświatowo-Sportowy Baza.

Najważniejsze postacie związane z tworzeniem silnego klubu żeglarskiego, wychowaniem i szkoleniem młodzieży to: **Kurt Jabłoński** – trener, nauczyciel, wychowawca i pierwszy dyrektor Szkoły Mistrzostwa Sportowego oraz **Tadeusz Orłowski** znakomity trener i wychowawca, a także pierwszy dyrektor ds. sportu w Szkole Mistrzostwa Sportowego. Najbardziej znanym wychowankiem jest **Karol Jabłoński** – wybitny żeglarz i bojerowiec.

Obecnie w klubie działają sekcje: **żeglarska, kajakowa** oraz **tenisa ziemnego**. W 65-letniej tradycji klubu żeglarze zdobyli tak wiele medali Mistrzostw Polski, Świata i Europy, że trudno byłoby je policzyć. Ogromnym sukcesem Bazy jest to, że wśród jej wychowanków jest wielu olimpijczyków.

Kontakt: ul. Nadbrzeżna 4, baza.sekretariat@op.pl, tel. 507 122 836, 515 292 076, **więcej:** www.klub.bazamragowo.pl

Centrum Kultury i Turystyki

Adres: ul. Warszawska 26
Kontakt: Sekretariat, **tel.** 89 743 34 50
mail: sekretariat@ckit.mragowo.pl
więcej: www.ckit.mragowo.pl



CKiT jest organizatorem i koordynatorem większości przedsięwzięć kulturalnych i rekreacyjno-sportowych w Mrągowie. Ponadto w CKiT mieści się Biblioteka Miejska, Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej oraz Kino „Zodiak”.

Instytucja proponuje udział w szeregu imprez kulturalnych o różnym zasięgu od lokalnego do międzynarodowego, takich jak: festiwale, spektakle, koncerty, przeglądy twórczości, wystawy, spotkania. Dzięki odbywającym się w mieście wydarzeniom, Mrągowo znane jest w kraju i poza jego granicami.

W ramach animacji kulturalno-społecznej CKiT organizuje zajęcia w pracowniach artystycznych oraz oferuje różne formy aktywnego spędzenia czasu: zajęcia plastyczne i rękodzielnicze, teatralne, taneczne, muzyczne, chór, orkiestra dęta.

Mrągowska Scena Tańca Współczesnego

Grupa prowadzona przez Martę Szymborską. Praca bazuje na technice tańca współczesnego, która wszechstronnie rozwija ciało i umysł oraz ma nieograniczone możliwości wyrazu. Uczestnicy zajęć, w dwóch grupach wiekowych, uczą się podstaw tańca i tworzą własne choreografie.

Hip-hop Dance

Zajęcia dla dzieci i młodzieży w technice hip-hop, street dance, breakdance prowadzone są przez Izabelę Andrearczyk w dwóch grupach wiekowych: młodsza - Jump i starsza - RockingSteps.

Teatr Światta

Propozycja skierowana do młodzieży i dorosłych, fascynatów sztuki niekonwencjonalnej. Zajęcia prowadzone przez Justynę Zapała są połączeniem ruchu z technikami fireshow przy użyciu różnych sprzętów (poi, flagi, szarfy itd.) w celu tworzenia widowisk świetlnych i tańca z ogniem.

Aerobik i profilaktyka bólów kręgosłupa

Zajęcia wzmacniające kondycję fizyczną, poprawiające sprawność i samopoczucie poprowadzi Agnieszka Sędk. W ofercie również zajęcia mające na celu profilaktykę bólów kręgosłupa. Opłata za zajęcia wynosi 60 zł/mies.

Sportowa oferta CKiT

CKiT jest organizatorem imprez o charakterze sportowym i rekreacyjnym: Mrągowska Liga Piłki Nożnej, Siatkowej i Koszykowej, Turnieje Piłki Siatkowej, biegi oraz wiele innych.

Boiska Orlik 2012

Dwa boiska Orlik zlokalizowane są w Mrągowie przy ul. Żołnierskiej oraz na os. Mazurskim. Są bardzo dobrze wyposażone. Każdy mieszkaniec ma możliwość bezpłatnego korzystania ze sprzętu do gier zespołowych.

Rezerwacja boiska po wcześniejszym uzgodnieniu terminu. Boiskiem opiekują się animatorzy. **Kontakt:** animator Orlik na ul. Żołnierskiej – kom. 695 034 568, animator Orlik na os. Mazurskim – kom. 695 034 575.

Projekt "Strefa Orlika - Mrągowskie Mini Euro" nagrodzony przez Ministerstwo Sportu i Turystyki!

Młodzieżowy Dom Kultury

Adres: ul. Kopernika 2c
tel. 89 741 25 32



Młodzieżowy Dom Kultury otrzymał od Ministerstwa Edukacji Narodowej tytuł **"miejsce odkrywania talentów"**. Jest placówką wspierania dzieci i młodzieży w ich twórczym rozwoju, wychowaniu oraz miejscem integracji z dziećmi i młodzieżą niepełnosprawną i miejscem integracji lokalnej.



Organizuje Mistrzostwa Taneczne akcje "Być dla innych", "Wiosenny Salonik Poezji", powiatowy konkurs rękodzielniczy "Zabawka ze skrawka", warsztaty taneczne i ekoflorystyczne, warsztaty plastyczne "Dary Jesieni", Konkurs Piosenki Patriotycznej, Powiatowy konkurs plastyczny "Mój kolorowy świat" i wiele innych oraz turnieje tenisa stołowego.

MDK współpracuje z innymi placówkami, stowarzyszeniami i fundacjami by oprócz edukacji i wychowania wspierać innych i uczyć otwartości na drugiego człowieka poprzez wolontariat od najmłodszych lat. Każdy może znaleźć tu coś dla siebie, tworzyć i dzielić się z innymi, rozwijać się i "żyć z pasją".



Zajęcia taneczne

Zajęcia skierowane do dzieci i młodzieży z podziałem na grupy: Fresh, Azong, Iskierki i Iskierczki. Program obejmujący naukę tańca hip hop, house, dance show. Grupy występują m. in. na imprezach miejskich, w innych miejscowościach oraz biorą udział w akcjach charytatywnych. Mają też możliwość udziału w warsztatach ze znanymi tancerzami.



Tenis stołowy

Zajęcia skierowane do osób, które chcą rozpocząć naukę tenisa stołowego, a także tych którzy chcą doskonalić swoje umiejętności. Poprzez trening ogólnorozwojowy i nabycie odpowiednich umiejętności sportowych można uczestniczyć w turniejach miejskich, gminnych, wojewódzkich i ogólnopolskich. Zajęcia tenisa stołowego odbywają się w sali gimnastycznej przy ul. Bohaterów Warszawy.

Aktywny senior

Uniwersytet III wieku skupia aktywnych mieszkańców Ziemi Mrągowskiej będących emerytami lub rencistami. Stowarzyszenie zrzesza ponad 300 słuchaczy, którzy uczestnicząc w proponowanych wykładach oraz zajęciach realizują swoje potrzeby edukacyjne, społeczne, kulturalne i rekreacyjne.

UTW w Mrągowie w trakcie roku akademickiego proponuje swoim studentom - seniorom wiele form zagospodarowania wolnego czasu. Zajęcia rozpoczynają się w październiku i trwają do czerwca.

Gimnastyka lecznicza

Różnego typu ćwiczenia fizyczne stosowane w rehabilitacji wykonywane w grupie pod okiem instruktora Ewy Opaszowskiej. Ćwiczenia uwzględniają profilaktykę chorób wieku dojrzałego oraz dopasowane są do możliwości, wieku i stanu zdrowotnego uczestników.

Basen

Przyjemna i bezpieczna forma aktywności fizycznej w wodzie w formie aqua aerobiku. Zajęcia odbywają się na basenie **Hotelu Mercure Mrągowo Resort&Spa******. Opiekunem grupy jest Urszula Kilanowska.

Grupa taneczna

Warsztaty taneczne dla studentów-seniorów, podczas których uczestnicy poznają techniki tańca towarzyskiego. Opiekunem grupy jest Jarosław Grabowski.

Gimnastyka

Zajęcia z gimnastyki wzmacniające ogólną kondycję studentów-seniorów. Ćwiczenia poprawiają nie tylko kondycję fizyczną, ale także psychiczną. Opiekunami grup są Joanna Ratajczyk i Andrzej Melzacki.

Grupa rowerowa

Grupa skupia miłośników jazdy na dwóch kółkach. W ramach spotkań odbywając się krajoznawczo-turystyczne rowerowe wycieczki po Ziemi Mrągowskiej. Opiekunem grupy jest Urszula Kilanowska.

Grupa turystyczna

Zajęcia promujące turystykę jako jedną z form spędzania wolnego czasu. Grupa turystyczna poprzez organizowane wycieczki poznaje walory przyrodniczo-historyczne regionu oraz integrację słuchaczy uniwersytetu. Opiekunem grupy jest Sabina Przybyłowska.



Aerobik

Zajęcia z ćwiczeń aerobowych wykonywanych przy muzyce pod okiem instruktora Ewy Opaszowskiej. Aerobik to recepta na poprawę fizycznego i psychicznego stanu zdrowia studentów-seniorów.

Szczegółowe informacje o wykładach, zajęciach i sekcjach tematycznych zainteresowane osoby mogą uzyskać w Biurze UTW w Mrągowie.

Siedziba Uniwersytetu

Centrum Kultury i Turystyki

Adres: ul. Warszawska 26

tel. 89 741 03 49

Biuro czynne w każdy poniedziałek, środę i piątek w godz. 10.00 - 12.00

e-mail: utwmragowo@wp.pl

www.utw.mragowo.pl

Wypożyczalnia sprzętu

Rower

Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej

Adres: ul. Warszawska 26

tel. 89 741 80 39

e-mail: info@it.mragowo.pl

www.it.mragowo.pl

Wypożyczalnia rowerów elektrycznych

Adres: ul. Królewiecka 21/37

tel. 606 856 650

e-mail: kryniek4@wp.pl

www.rowery-elektryczne-mragowo.pl

Oferta: rowery z napędem elektrycznym

Mazur Travel

Adres: ul. Królewiecka 45a/2

tel. 89 741 69 40

e-mail: biuro@mazurtravel.pl

www.mazurtravel.pl

Oferta: rowery górskie i holerderki

Pozostały sprzęt turystyczny

Gościniec „Nad Stawem” (wypożyczalnia przy stacji paliw)

Adres: Nikutowo 11

tel. 89 741 16 23, 501 083 364

e-mail: nikutowo@wp.pl

www.nikutowo.pl

Oferta: wypożyczalnia sprzętu rowerowego, wodnego i zimowego, możliwość wypożyczenia skutera śnieżnego i quadów.

Ponadto: noclegi, gastronomia

Wypożyczalnia Sprzętu Turystycznego

Adres: ul. Andersa 2A

tel. 692 464 969

e-mail: kontakt@rowery-mragowo.pl

www.rowery-mragowo.pl

Oferta: rowery turystyczne trekkingowe, narty biegowe

Inspiracja, molo, plaża Hotelu Mercure Mrongovia

tel. 690 045 462, 600 381 725

Oferta: rowery, riksze, gokarty

Quady

Adres: ul. Andersa 18

tel. 506 78 00 08

e-mail: info@quady-mragowo.pl

www.quady-mragowo.pl

Oferta: quady, paintball, segway



Wypożyczalnia sprzętu rekreacyjnego na G4W

Adres: Miejski Las 11

tel. 500 293 234

www.gora4w.com.pl

Oferta: kajaki, rowery wodne, łódzie wiosłowe, rowery. Zimą wypożyczalnia sprzętu narciarskiego i snowboardowego.

Ponadto: noclegi, gastronomia, organizacja imprez integracyjnych, okolicznościowych



Serwis sprzętu rowerowego

Sklep "Józefina"

Adres: ul. Mickiewicza 1

tel. 89 741 23 30

Sklep Sportowo - Rowerowy "Sport City"

Adres: ul. Mazurska 1

tel. 89 741 83 39

Sport City

Adres: ul. Warszawska 7B/5

tel. 89 741 55 35

Imprezy sportowe

Z roku na rok wzrasta liczba wielbicieli aktywności, którzy rozwijają swoje umiejętności pod okiem trenerów w miejskich obiektach sportowych. Od lat w mieście nad Czosem odbywają się liczne **imprezy sportowe** nie tylko lokalne, ale także o randze ogólnopolskiej. Mrągowscy zawodnicy zdobywają medale i puchary nie tylko na szczeblach wojewódzkich, ale także na arenie krajowej. Co jest potwierdzeniem, że Mrągowo to **Miasto Ludzi Aktywnych**.

Mrągowska Gala Sportu

Termin: Luty

Uroczyste podsumowanie sportowych wydarzeń roku w Mrągowie. Gala od 2011 roku jest kontynuacją organizowanego od 1993 roku Plebiscytu na Najpopularniejszego Sportowca Roku. Podczas Mrągowskiej Gali kapituła wyłania spośród zgłoszonych kandydatów dziecięcych najlepszych sportowców spośród, których mrągowianie wybierają najpopularniejszego reprezentanta. Wręczane są również wyróżnienia dla najlepszego trenera, działacza sportowego, sponsora i drużyny roku.

Volvo Triathlon Series

Termin: Lipiec/Sierpień

Pływanie, jazda na rowerze oraz morderczy bieg. Triathlon to zawody przygotowywane z myślą o najtwardszych sportowcach, którzy oprócz walki z konkurentami, walczą z samym sobą. Od 2012 roku rywalizacja odbywa się w wodach jeziora Czos oraz na ulicach miasta i w jego najbliższej okolicy. Impreza przyciąga co roku do Mrągowa kilkuset sportowców oraz wielu widzów.

Regaty Bazy Mrągowo

Termin: Maj/Październik

Klub Sportowy Baza każdego roku organizuje szereg imprez żeglarskich na j. Czos. Jest to największa regatowa impreza w Polsce. Każdego roku bierze w niej udział kilkuset żeglarzy z całego kraju reprezentujących kilkanaście klas łódek i żagli. Impreza rozpoczyna i zamyka sezon żeglarski na j. Czos.

Żeglarskie Grand Prix Mrągowo

Termin: Maj/Październik

Nowa impreza żeglarska w Mrągowie, w ramach której odbywają się cztery imprezy eliminacyjne oraz finał. W regatach biorą udział najlepsze załogi z grupy jachtów otwarto-pokładowych i kabinowych. Organizatorem imprezy jest Mrągowskie Towarzystwo Regatowe "Czos".



Regaty o Puchar 7 Cudów Mazur

Termin: Lipiec/Sierpień

Żeglarskie Grand Prix Mazur to cykl 6 imprez regatowych, rozgrywanych w formie cyklu pięciu imprez eliminacyjnych oraz jednej imprezy finałowej. Odbywają się one we wszystkich miejscowościach akcji 7 Cudów Mazur: Węgorzewie, Giżycku, Mrągowie, Mikołajkach, Rucianem-Nidzie i Rynie. Miasta wspólnie tworzą projekt 7 Cudów Mazur z ofertą dla miłośników żeglarstwa i Krainy Wielkich Jezior Mazurskich!

Maraton Pływacki o puchar Burmistrza Mrągowa

Termin: Lipiec

Impreza co roku inauguruje Piknik Country. Pierwszego dnia imprezy z plaży miejskiej przy Jaszczurczej Górze rusza Maraton Pływacki. Zawodnicy mają do pokonania prawie 3,5 km trasy wytyczonej na jeziorze Czos. Organizatorem maratonu jest Zarząd Miejsko – Powiatowy WOPR Mrągowo.

NMR Streetball Challenge

Termin: Lipiec/Sierpień

Gratka dla miłośników koszykówki ulicznej. Widowiskowa impreza z roku na rok przyciąga do Mrągowa zawodników i zawodniczek z całego kraju oraz niezliczoną liczbą kibiców i fanów koszykówki 3x3. Od 2012 roku jest eliminacją Mistrzostw Polski w Koszykówce 3X3. Z turniejem związana jest drużyna Budexan Streetball4 - mistrz polski w koszykówce ulicznej 3X3 z 2014 w prestiżowej kategorii OPEN.



Mrągowska Gala Sztuk Walki "Puchar Mazur"

Impreza po raz pierwszy odbyła się w marcu 2014 roku. Jest ona kontynuacją gal Underground Fight Show. Na ringu w pojedynkach w różnych formatach – K-1, MMA, boks oraz MuayThai stają zawodnicy z Mazur, a także z zaprzyjaźnionych klubów z innych regionów Polski.



Mrągowskie Ligi Miejskie

Termin: Listopad/Marzec

Ligi prowadzono są w trzech najpopularniejszych sportach drużynowych: **piłce nożnej, siatkówce i koszykówce**. Organizatorem jest Centrum Kultury i Turystyki. Impreza odbywa się w okresie jesienno-zimowych. Szczegółowych informacji udziela instruktor Waldemar Cybul tel. 601 628 006.

Mrągowski Biegowy Piknik Wojskowy

Termin: 15 Sierpnia

Sportowa impreza dla całych rodzin. Dystanse dostosowane do sił zawodników. W zawodach biorą udział zawodnicy Klubu Biegacza Mrągowo oraz pozostali miłośnicy biegania w regionie. Impreza odbywa się w połowie sierpnia w ramach obchodów Święta Wojska Polskiego.

Mrągowskie Turnieje Siatkówki Plażowej

Termin: Lipiec/Sierpień

Siatkówka plażowa w okresie wakacyjnym bije rekordy popularności w Mrągowie. Co roku w mieście nad Czosem rozgrywanych jest szereg turniejów na piasku. Areną zmagania są boiska na plaży miejskiej. Gościem rozgrywek jest często znany siatkarz Paweł Papke.



Koło Krajoznawcze

Działa przy Towarzystwie Miłośników Ziemi Mrągowskiej. Skierowane jest do osób, które interesują się historią i geografią regionu oraz chcą w aktywny sposób spędzić wolny czas. Członkowie zajmują się krajoznawstwem, czyli samodzielnie poznają lokalną przyrodę, kulturę, historię m.in. poprzez wycieczki i odczyty krajoznawcze.

Kontakt: Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej, ul. Warszawskiej 26, tel. 89 743 34 67, kierownik@it.mragowo.pl



Imprezy krajoznawcze

Mrągowskie Centrum Informacji Turystycznej oraz Lokalna Organizacja Turystyczna „Ziemia Mrągowska” są organizatorami imprez krajoznawczych w Mrągowie, takich jak rajdy piesze i rowerowe, kajakowe a nawet autokarowe. **Zapowiedzi wszystkich imprez znajdziesz na www.it.mragowo.pl**



Mazurska Karta Turystyczna



Mazurska Karta Turystyczna to imienne turystyczna karta rabatowa, upoważniająca do uzyskania rabatu, przy zwiedzaniu, korzystaniu z atrakcji turystycznych, usług noclegowych i gastronomicznych Mazur.

Dzięki niej otrzymasz **specjalne zniżki** na noclegi, gastronomię i atrakcje regionu.

Kartę można zakupić w **Mrągowskim Centrum Informacji Turystycznej** przez cały rok. Okres jej ważności to miesiąc. Koszt to tylko 12 zł.



Więcej na www.klaster.mazury.pl

Mazurski Portal Turystyczny



www.it.mragowo.pl

Od noclegu przez gastronomię po atrakcje turystyczne – www.it.mragowo.pl to kompleksowy przewodnik po Mazurach w sieci. Portal posiada największą bazę turystyczną regionu z intuicyjną **wyszukiwarką** danych, **kalendarem imprez** i dynamicznym działem „Aktualności”. Witryna to zestaw praktycznych wskazówek, które efektywnie pozwalają zaplanować wypoczynek w Krainie Wielkich Jezior Mazurskich.

myguide

www.my-guide.warmia.mazury.pl

Zaplanuj swój czas,
swoją podróż,
wycieczkę lub trasę.
Sprawdź, co możesz zrobić
z my-guide!
w Mrągowie!



PROGRAM REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO



„Warmia i Mazury regionem zjednoczonej Europy”

Projekt dofinansowany ze środków Europejskiego Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Warmia i Mazury na lata 2007 – 2013 oraz z budżetu samorządu województwa warmińsko-mazurskiego.