

Uzdrowsko

Rabka-Zdrój pełni rolę uzdrowska dla dzieci i dorosłych. Położone jest u podnóża Gorców na wysokości ok. 550 m n.p.m. w malowniczej kotlinie, a jego atut to szczególnie korzystny mikroklimat, zasoby wód mineralnych, walory krajobrazowo-turystyczne, które stwarzają wyśmienite warunki do leczenia i wypoczynku przez cały rok. Klimat cechuje korzystny stopień nasłonecznienia, brak nadmiernych upałów i ostrych mrozów, a położenie w górskiej kotlinie zapewnia osłonę od silnych wiatrów. Miasto posiada doskonale wykształconą kadrę medyczną i dobrze rozwinięte zaplecze lecznicze. Do dyspozycji kuracjuszy oddane są liczne sanatoria i szpitale uzdrowskie posiadające bazę hotelową oraz Zakład Przyrodolecznictwa – główny punkt leczniczych zabiegów uzdrowskich dla kuracjuszy w zakresie balneoterapii, kinezyterapii i fizykoterapii. Podstawowy profil lecznictwa uzdrowskiego to choroby układu oddechowego, krążenia, niedokrwistości, choroby alergiczne, astma oskrzelowa, cukrzyca, skaza wysiękowa, reumatyzm, choroby przemiany materii, miażdżyca i nerwice. W lecznictwie wykorzystuje się silne działanie solanek występujących w uzdrowsku. Rabczańskie wody mineralne pochodzą z utworów fliszowych, ukształtowanych w okresie trzeciorzędu karpackiego. Są to solanki chlorkowo-sodkowo-jodkowe, należące do karpackiej prowincji solanek przynaftowych. Solanki stosowane są do kuracji kąpielowej, pitnej i wziewnej, a zabiegi uzupełniane są leczeniem klimatycznym.



RABKA-ZDRÓJ centrum, legenda

- | | | |
|--|---|---|
| kościół, kościół zabytkowy | szpital uzdrowski, sanatorium | restauracja, kawiarnia |
| muzeum, pomnik | lecznictwo otwarte, apteka | bar, pizzeria |
| galeria | hotel; pensjonat, ośrodek szkoleniowy, wypoczynkowy | informacja turystyczna, informacja turystyczna MSiT |
| poczta, biblioteka | domy wczasowe, wille | pomnik przyrody, GOPR |
| bank i bankomat, bank, bankomat | kwatery, agroturystyka | fontanna, źródło solanki |
| stacja benzynowa, ładowanie pojazdów elektrycznych | tężnie solankowe | rzeźby Rabcia i Solaneczki |
| parking, przystanek PKS | szkoła, basen | miejsce przyjazne rowerzystom (MPR) |
| | | HotSpot (WiFi) |

MSiT ul. Orkana 27 w budynku dworca PKP, tel. 18 26 77 449

Aktywny wypoczynek

Rabka-Zdrój i okolice obfitują w trasy turystyczne. Przebiega tu kilka szlaków pieszych, m.in. Główny Szlak Beskidzki. Na Górze Krzywoń znajduje się leśna ścieżka edukacyjna, a także wytyczone są górskie trasy rowerowe Rabka Trials Enduro. Natomiast na Królewskiej Górze stoi drewniana, ponad 25-metrowa wieża widokowa. Z jej szczytu rozpościera się piękny widok na Tatry, Luboń Wielki, Gorce i Pasma Babiogórskie. Do wieży prowadzi niebieski szlak, 3 km na północ od centrum. Na terenie administracyjnym miasta znajdują się dwa schroniska górskie PTTK – na Maciejowej i na Luboń Wielkim.

Zimą miasto zaprasza na stok narciarski „U Żura”. Trasy są łatwe, przeznaczone dla początkujących i dzieci. Znajdują się tu również trasa saneczkowa oraz wypożyczalnia sprzętu. Stok jest oświetlony i sztucznie naśnieżany, a w jego pobliżu znajdują się karczma i parking. W centrum miasta funkcjonuje sezonowe lodowisko, a w Parku Zdrojowym mają początek trasy narciarstwa biegowego.



lubon.pttk.pl



namaciejowej.pl



facebook.com/rabkatrails



Leśna ścieżka edukacyjna



facebook.com/rababangpark

Nowoczesny obiekt sportowy Rababang na stoku Góry Królewskiej umożliwia również organizację letnich zawodów freestyle'owych. Całoroczna poduszka Landing Pad zwiększa możliwości treningowe snowboardzistów i narciarzy freestyle'owych.



chabowka.com

Spacerując po Rabce-Zdroju, warto odnaleźć rzeźby Rabcia i Solaneczki – charakterystyczne elementy miejskiej przestrzeni, nawiązujące do Teatru Lalek „Rabcio” i uzdrowskich tradycji miasta. Ich odnajdywanie to ciekawy sposób na poznawanie Rabki-Zdroju, a spotkanie z każdą z rzeźb okazją do zrobienia pamiątkowego zdjęcia. Autorem rzeźb jest artysta Piotr Bies.

Urząd Miejski w Rabce-Zdroju
34-700 Rabka-Zdrój, ul. Parkowa 2
tel. centrala 18 26 92 000
rabka.pl • urzadz@rabka.pl
Zdjęcia: Piotr Kuczaj, Rababangpark

RABKA-ZDRÓJ



RABKA-ZDRÓJ

Miasto na cztery pory roku



www.rabka.pl





Miasto Dzieci Świata

Rabka-Zdrój położona jest w województwie małopolskim, powiecie nowotarskim, u zbiegu dwóch szlaków komunikacyjnych z Krakowa do Zakopanego i z Bielska-Białej do Nowego Sącza. Geograficznie leży u podnóża Górców, na wysokości 550 m n.p.m., u ujścia Poniczanki i Słonki do Raby, w malowniczej kotlinie, z której roztaczają się widoki na Luboń Wielki i Pasma Babiogórskie.

Rabka-Zdrój to znane w całej Polsce uzdrowisko, którego początki działalności sięgają 1864 roku, a większość starań była skierowana w stronę najmłodszych. To dla nich, oprócz doskonałej bazy sanatoryjno-leczniczej, przygotowano place zabaw, ścieżki rowerowe, miejsca wypoczynku, organizowane są liczne atrakcje, koncerty, gdyż w Rabce najważniejsze są właśnie dzieci. W uznaniu zasług za pracę na rzecz dzieci dnia 1 czerwca 1996 roku Rabka-Zdrój otrzymała nadany przez Kapitułę Orderu Uśmiechu, UNESCO i Wojewodę Nowosądeckiego zaszczytny tytuł **Miasto Dzieci Świata**. 6 grudnia 2004 roku, na placu przed zabytkowym dworcem kolejowym stanął pomnik ukochanego przez wszystkie dzieci Świętego Mikołaja. Jedną z idei pomnika, jest przywrócenie prawdziwego wizerunku postaci św. Mikołaja – biskupa z Miry w Azji Mniejszej. Plac, na którym stanął pomnik, stał się centrum spotkań oraz doskonałym miejscem do pamiątkowych fotografii. Rokrocznie, w Rabce-Zdroju organizowany jest również otwarty dla wszystkich Ogólnopolski Konkurs Literacki „List do Świętego Mikołaja”.



rabkoland.pl

Rabkoland to Rodzinny Park Rozrywki stworzony z myślą o rodzinach z dziećmi w wieku od 2 do 10 lat. W baśniowym świecie Krucabomby i Owieczek Irenek czekają karuzele, rollercoastery, atrakcje wodne, fotopunkty oraz edukacyjne place zabaw, które pobudzają dziecięcą wyobraźnię i ciekawość świata. To miejsce, w którym cała rodzina może wspólnie odkrywać, bawić się i tworzyć wyjątkowe wspomnienia.



teatr.rabcio.pl

Teatr Lalek Rabcio. Teatr o długiej i bogatej tradycji. Inauguracyjny spektakl odbył się 12 listopada 1949 roku. Repertuar adresowany jest nie tylko do najmłodszej widowni, ale także do młodzieży i widzów dorosłych. Teatr dba o repertuar, grę aktorską na najwyższym poziomie, barwną inscenizację, sugestywną scenografię, wyraziste lalki, mądre i wzruszające przesłania. Od 2020 r. teatr ma siedzibę w nowym budynku z prawie 200 miejscami na widowni.



Park Zdrojowy

Szczególnym miejscem w Rabce-Zdroju jest Park Zdrojowy, który od ponad stu lat nierozdzielnie związany jest z historią uzdrowiska. Znajduje się w centrum miasta i zajmuje powierzchnię 30 ha. Należy do największych parków na terenie Małopolski. W wyniku gruntownej rewitalizacji stał się nowoczesnym centrum uzdrowiska zapewniającym możliwość odpoczynku w otoczeniu przyrody, możliwością do uprawiania sportu i dbania o codzienną porcję ruchu, miejscem do zabaw dla dzieci i organizowania imprez dla szerszej publiczności.

W Parku znajdują się pomniki: Jana Pawła II, który usytuowany jest na trasie tzw. Szlaku Papieskiego wiodącego przez Gorce i Beskid Wyspowy, popiersie Juliana Zubrzyckiego – założyciela rabczańskiego uzdrowiska, ławeczka poetki rabczańskiej Antoniny Zachary-Wnękowej oraz popiersie profesora Jana Rudnika, lekarza i wieloletniego dyrektora Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc.

Atrakcje

Park Zdrojowy oferuje odwiedzającym możliwość korzystania z urządzeń sportowych na ścieżce zdrowia, siłowni zewnętrznej, boiska do siatkówki plażowej, kortów, kregielni, placu do mini golfa i placów zabaw dla dzieci. Działa tu także nowoczesny kompleks Skate Parku wraz z torem do nauki jazdy na wózkach inwalidzkich, miasteczko komunikacyjne oraz street workout. W Parku mają również swój początek szlaki turystyczne i trasy narciarstwa biegowego.



Skate Park



Plac zabaw, wodny plac zabaw, boisko wielofunkcyjne



Wodny plac zabaw

Najnowszą atrakcją na terenie Parku Zdrojowego jest wodny plac zabaw. Powstał w centrum parku w sąsiedztwie placu zabaw dla dzieci. Składa się m.in. z kilku fontann, w tym fontanny skalnej, edukacyjnej, fontanny gejzer, wiru wodnego i kul wodnych. Jest również strumyk z kołem młyńskim i półkami wodnymi. Z fontann tryska woda podświetlana zmieniającymi się kolorami, tworząc barwne widowisko świetlne.



Tężnie Solankowe

Tężnia Solankowa i Pijalnia Wód Mineralnych

Na obrzeżach Parku Zdrojowego działa kompleks Tężni Solankowej i Pijalni Wód Mineralnych. Są to obiekty w kształcie rotund. W jednej z nich dostępny jest szeroki wybór wód leczniczych, w drugiej mieści się tężnia solankowa. Środek tężni stanowi kolumna obudowana drewnianym rusztem wypełnionym gałęziami tarniny. Solanka podawana jest na szczyt kolumny, gdzie poprzez specjalnie do tego celu wykonaną instalację, spływając po gałązkach tarniny tworzy wokół kolumny aerozol solankowy bogaty w cenne mikroelementy.



Dom Solanki



Tężnia przy ŚCRU

W centrum Parku Zdrojowego znajduje się Dom Solanki. Są w nim dwie mini tężnie – zewnętrzna i wewnętrzna w budynku, połączone przelewowym oczkiem solankowym oraz urządzeniami do czerpania wód. Kolejna tężnia solankowa mieści się przy Śląskim Centrum Rehabilitacyjno-Uzdrowiskowym.



Wiaty wypoczynkowe

Zagospodarowane i zmodernizowane Bulwary nad Poniczanką na przestrzeni ok. 1,6 ha, pełnią funkcję uzdrowiskowo-leczniczą oraz sportowo-rekreacyjną. Obie funkcje połączone zostały atrakcyjnym traktem pieszym, ścieżką rowerową, odnowionymi kładkami, oświetleniem i ciekawymi aranżacjami zieleni wraz z elementami małej architektury. Część uzdrowiskowa to oczko wodne dla potrzeb wodolecznictwa (wodoterapia), basen kamienny do brodenia, oraz wodna ścieżka sensoryczna do masażu i rehabilitacji. Część rekreacyjna to ścianki wspinaczkowe, siłownia plenerowa, boisko do siatkówki plażowej oraz wiaty wypoczynkowe.



Warto odwiedzić

muzeum-orkana.pl



centrum-kultury.rabka.pl

Rabczański Amfiteatr to wyjątkowe miejsce spotkań, kultury i dobrej zabawy, położone w malowniczej scenarii Rabki-Zdroju. Posiada 850 miejsc siedzących. To właśnie tutaj muzyka, sztuka i lokalne tradycje spotykają się z górskim klimatem uzdrowiska. Latem amfiteatr tętni życiem – odbywają się tu koncerty, festiwale, przedstawienia i wydarzenia plenerowe, które przyciągają zarówno mieszkańców, jak i gości odwiedzających Rabkę. Wśród zieleni i górskiego krajobrazu można poczuć prawdziwą atmosferę wspólnego świętowania. Rabczański Amfiteatr to więcej niż scena – to miejsce, w którym powstają wspomnienia. Zatrzymaj się na chwilę, usiądź wygodnie i daj się porwać wydarzeniom, które łączą kulturę, muzykę i wyjątkowy klimat Rabki-Zdroju.

Kino Śnieżka oferuje seanse dla dzieci i dorosłych, najnowsze polskie i światowe premiery oraz filmy familijne. Sala kinowa dysponuje 169 miejscami.



www.kino.rabka.pl



Muzeum im. Wł. Orkana znajdujące się w modrzewiowym, zabytkowym kościełku św. Marii Magdaleny, wzniesionym w latach 1600-1606. Kościółek jest jednym z najcenniejszych zabytków drewnianej, góralskiej architektury sakralnej. Otoczony jest kamiennym murem, kryty gontem. Ekspozycje muzealne ukazują dawny świat oraz dorobek materialny i duchowy górali zamieszkujących Beskidy. Większość zgromadzonych tu przedmiotów pochodzi z XIX oraz XX wieku i odznacza się ogromnym bogactwem treściowym i artystycznym.



Modrzewiowy kościółek p.w. św. Krzyża na górze Piątkowej z 1757 r. wybudowany jest w stylu podhalańskim. Kryty gontem, o konstrukcji zrębowej w środku posiada liczne polichromie. W 1994 r. podpalony, obecnie zrekonstruowany. 250 m od kościoła w kierunku Chabówki, znajduje się źródło Pocięzna Woda, którego woda uważana była w podaniach za uzdrawiającą.



skansenchabowka.pl

Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce powstał na terenie dawnej parowozowni. Słynie z najliczniejszej i jednej z najciekawszych kolekcji ekspozycji związanych z historią kolejnictwa na ziemiach polskich. Na kilku torach urządzono ekspozycję parowozów, lokomotyw elektrycznych i spalinowych, wagonów, pługów, żurawi i innego taboru specjalnego. W okresie letnim skansen organizuje przejażdżki pociągami retro oraz słynną Parowozjadę.