



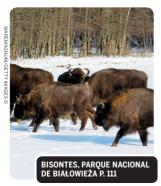
# Polonia



# PUESTA A PUNTO

Bienvenidos a Polonia 4
Mapa de Polonia 6
Las 17 mejores experiencias
Lo esencial 16
En busca de 18
Mes a mes 24
Itinerarios 27
Actividades al aire libre 32
Comer y beber como un polaco41
De un vistazo 46

BAONIOS CELTY MAGES	
MERCADO, PLAZA DE LA CIUDAD VIEJA, VARSOVIA P. 55	



# **EXPLORAR**

VARSOVIA......50

Funtos de interes       34         Cursos       70         Circuitos       70         Fiestas y celebraciones       70         Dónde dormir       71         Dónde comer       74         Dónde beber       77         Ocio       79         De compras       81	N P d C K P Ś
Alrededores de Varsovia 86	S
Parque Nacional de Kampinos	R L K
MAZOVIA	Z
Y PODLAQUIA 88	Z N
Łódź 90	IN
Łowicz 97	N
Płock 99	C
Pułtusk 102	N
Białystok 103	Z
Tykocin	Ε
Parque Nacional de Biebrza	lo
Parque Nacional	W
de Narew 110	Ta R
Kruszyniany y Bohoniki . 110	P
Parque Nacional de	S
Białowieża	L
Augustów	U
Suwałki118	U
<b>CRACOVIA 121</b>	W C
Puntos de interés123	K
Actividades 142	В
Circuitos 142	N
Fiestas y celebraciones 143	K
Dónde dormir 145	M
Dónde comer148	S

y vida nocturna 152
Ocio155
De compras 157
MAŁOPOLSKA 164
Parque Nacional de Ojców166
Częstochowa167
Kielce
Parque Nacional de
Świętokrzyski 175
Sandomierz176
Radom 180
Lublin
Kazimierz Dolny 188
Chełm193
Zamość
Zwierzyniec y Parque Nacional de Roztocze 200
MONTES
<b>CÁRPATOS202</b>
<b>CARPATOS202 Montes Tatras204</b>
<b>Montes Tatras 204</b> Zakopane
Montes Tatras 204 Zakopane 204 Estribaciones de
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de los Cárpatos         209
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de los Cárpatos         209           Wadowice         209
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de los Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229           Krosno         230
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229           Krosno         230           Biecz         233
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229           Krosno         230           Biecz         233           Nowy Sącz         234
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229           Krosno         230           Biecz         233           Nowy Sącz         234           Krynica         237
Montes Tatras         204           Zakopane         204           Estribaciones de Ios Cárpatos         209           Wadowice         209           Tarnów         210           Rzeszów         213           Przemyśl         217           Sanok         221           Lesko         224           Ustrzyki Dolne         226           Ustrzyki Górne         227           Wetlina         228           Cisna         229           Krosno         230           Biecz         233           Nowy Sącz         234

Dónde beber

# **Sumario**

**COMPRENDER** 

#### Garganta del Dunaiec ... 242 Polonia hov . . . . . . . . . 402 Niedzica 243 Historia . . . . . . . . . 404 Casubia . . . . . . . . . . . . 345 El legado iudío ...... 419 SILESIA ..... 245 Toruń ..... 346 Wrocław . . . . . . . . . . . 247 Arte..... 423 Trzebnica 259 Chełmno . . . . . . . . . . . . 354 Paisaie, fauna v flora.. 428 Sobótka v monte Śleża. 259 Grudziądz . . . . . . . . . . . 355 Zielona Góra . . . . . . . . 260 Kwidzyn . . . . . . . . . . . . . . 357 Świdnica . . . . . . . . . . . 261 GUÍA Ksiaż...... 263 PRÁCTICA Jelenia Góra ...... 265 Parque Nacional de Karkonosze . . . . . . . 268 Parque Nacional Datos prácticos A-Z... 434 Szklarska Poreba . . . . . 269 de Słowiński . . . . . . . . 365 Karpacz . . . . . . . . . . . . 271 Stupsk ..... 367 Idioma ...... 452 Kłodzko ..... 272 Ustka ..... 369 Kudowa-Zdrój . . . . . . 274 Darłowo y Darłówko.... 370 Glosario 457 Bystrzyca Kłodzka . . . . 276 Kołobrzeg ..... 371 Índice . . . . . . . . . . . . 461 Nvsa . . . . . . . . . . . . . . 278 Świnouiście . . . . . . . . . . . 374 Levenda Opole . . . . . . . . . . . . . 280 de los mapas..... 471 Katowice . . . . . . . . . . 283 **VARMIA Y MAZURIA 383** Pszczyna . . . . . . . . . . 288 Oświecim..... 289 Olsztynek...... 388 WIFI KOPOLSKA... 292 Poznań . . . . . . . . . . . . 294 Ostróda . . . . . . . . . . . . . . . . . . 389 Canal Elblag-Ostróda... 390 Rogalin . . . . . . . . . . . . . . . . . 307 Lidzbark Warmiński . . . . 390 Parque Nacional Święta Lipka . . . . . . . . . 391 PÁGINAS ESPECIALES de Wielkopolska . . . . . . 308 **Grandes lagos** Morasko...... 308 Mazurianos . . . . . . . . 392 Ciudades históricas.... 20 Gniezno 309 Ketrzyn..... 392 Arquitectura Węgorzewo ..... 395 comunista . . . . . . . . . . . . 22 Kalisz . . . . . . . . . . . . . . . . . 313 Giżycko..... 396 Gotuchów......316 **Actividades** al aire libre . . . . . . . . . 32 Reserva de Łuknaino... 399 **GDAŃSK** Comer y beber Y POMERANIA..... 317 como un polaco ...... 41 Gdańsk . . . . . . . . . . . . 320

# Bienvenidos a Polonia

Elegantes centros medievales como Cracovia y Gdańsk le disputan a la activa Varsovia el favor urbano del viajero. Fuera de las ciudades, bosques, ríos y lagos incitan a disfrutar del aire libre.

#### Todo un milenio

Las raíces de Polonia se remontan al primer cambio de milenio, ofreciendo al viajero 1000 años de peripecias, reyes y castillos que explorar. A los interesados en la historia de la II Guerra Mundial no les faltarán alicientes, y son omnipresentes los monumentos y museos dedicados a sus batallas y a la supervivencia nacional. Su rico legado judío es también objeto de un creciente reconocimiento. Aparte de los profundamente emotivos monumentos a las víctimas del Holocausto, se están restaurando sinagogas, y antiguos centros judíos como Łódź o Lublin han creado rutas del patrimonio judío para que los viajeros puedan conocer la historia a su ritmo.

## De castillos a cabañas

La antigua capital, Cracovia, es un laboratorio viviente de la arquitectura a lo largo de los siglos. Su corazón gótico casi intacto luce orgulloso ejemplos de estilo renacentista, barroco y art nouveau. Fabulosos castillos medievales y evocadoras ruinas jalonan cimas en todo el país, y las espléndidas fortalezas de ladrillo rojo de los Caballeros Teutones se alzan en el norte, a lo largo del Vístula. Iglesias de madera se ocultan entre los Cárpatos, y las destrezas de los habitantes de las tierras altas quedan patentes en los numerosos skansens (museos etnográficos al aire libre).

#### Comida reconfortante

Los amantes de la comida casera se encontrarán en Polonia como en casa. La cocina polaca gira en torno a ingredientes autóctonos como el cerdo, el repollo, la remolacha y las cebollas, combinados y preparados con maestría. Especialidades regionales como el pato, la oca y la trucha evitan la monotonía. En clave de dulces cuesta imaginar un destino más sugerente; de hecho, sus tartas de nata, strudels de manzana, tortitas, dumplings rellenos de fruta y el helado (en polaco, lody) puede que tienten a más de uno para que se salte el plato principal y pase directamente al postre.

#### La Polonia natural

Lejos de las grandes urbes, Polonia destaca por su belleza natural. Buena parte del país lo conforman grandes extensiones de llanuras, si bien la frontera al sur está alineada por una cordillera poco elevada pero encantadora que invita a pasar semanas de espléndida soledad. En el campo pueden encontrarse un sinfín de rutas de senderismo bien señalizadas que siguen el cauce de ríos, atraviesan bosques y salvan puertos de montaña. El noreste propone multitud de lagos y vías fluviales intercomunicados, ideales para practicar kayak.



Por qué me gusta Polonia

por Mark Baker, autor

Visité el país por primera vez como estudiante en la década de 1980 y me conmovió el humor, ingenio y amabilidad de un pueblo que convivía con la adversidad. En muchos viajes posteriores he podido profundizar en su cultura, a menudo fruto de su turbulenta historia, tratando de comprenderla. Hoy me impresiona el brío y la energía de su gente, que ha generado la historia poscomunista de mayor éxito en el centro de Europa. Por si fuera poco, tienen kiełbasa (salchicha autóctona), pierogi y vodka aromatizado con membrillo, ¿qué más se puede pedir?

Para más información sobre los autores, véase p. 472.

# LOS AUTORES



#### Mark Baker

Cracovia, Matopolska, Montes Cárpatos Mark visitó Polonia por primera vez a mediados de la década de 1980, cuando era estudiante y el país todavía pertenecía al bloque comunista. Desde entonces se ha mudado a Praga, ha vuelto a Polonia en multitud de ocasiones y ha trabaiado como escritor y editor para Economist Group, Bloomberg News y Radio Free Europe/Radio Liberty. Además de haber colaborado en la guía Poland de Lonely Planet y haber escrito la guía

Pocket Kraków, es coautor de las guías Prague & the Czech Republic, Romania & Bulgaria, Slovenia y Estonia, Latvin & Lithuania. Mark también escribió las secciones En ruta y Guía práctica de esta guía.



#### Marc Di Duca

Gdańsk y Pomerania, Varmia y Mazuria Marc Ileva un cuarto de siglo yendo y viniendo del antiguo bloque comunista y trabajando como escritor de viajes a tiempo completo desde hace 10 años. Autor de varias guías de Polonia, siente predilección por la región norte del país, uno de sus rincones preferidos de Europa oriental. Cuando no está siguiendo la pista a Copérnico en la costa báltica, dándose un atracón a base de tarta de queso y pizza polaca o tratando de comprar billetes de tren a Szczecin, Marc vive a caballo entre Kent y Bohemia

occidental con su mujer, Tanya, y sus dos hijos.

Más información sobre Marc en: http://auth.lonelyplanet.com/profiles/madidu



#### Tim Richards

Varsovia, Mazovia v Podlaguia, Silesia, Wielkopolska Tim enseño inglés en Cracovia en la década de 1990 y quedó fascinado ante la transición poscomunista de Polonia. Desde entonces ha vuelto en repetidas ocasiones por Lonely Planet, lo que le ha permitido estrechar su relación con este precioso y complejo país. En el 2011 lanzó por internet una recopilación de sus artículos sobre Polonia, titulada We Have Here the Homicide. Cuando no está recorriendo el mundo para Lonely Planet, Tim eierce como periodista freelance en Melbourne (Australia) escribien-

do sobre viajes y arte. Para ampliar detalles, visítese www.iwriter.com.au.

Más información sobre Tim en: http://auth.lonelyplanet.com/profiles/timrichards

#### geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664. 08034 Barcelona viajeros@lonelyplanet.es www.geoplaneta.com - www.lonelyplanet.es

Lonely Planet Global

Lonely Planet Global Limited, Unit E. Digital Court. The Digital Hub, Rainsford Street, Dublin 8, Irlanda (oficinas también en Reino Unido y Estados Unidos) www.lonelyplanet.com - talk2us@lonelyplanet.com.au

#### Polonia

4ª edición en español – julio del 2016 Traducción de Poland, 8ª edición – marzo del 2016 © Lonely Planet Global Limited 1ª edición en español - noviembre del 2005

#### Editorial Planeta, S.A.

Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Global Ltd A.B.N. 36 005 607 983, Unit E, Digital Court, The Digital Hub, Rainsford Street, Dublín 8. Irlanda

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

© Textos y mapas: Lonely Planet, 2016

© Fotografías 2016, según se relaciona en cada imagen © Edición en español: Editorial Planeta, S.A., 2016

© Traducción: Carme Bosch, Jorge García, 2016

ISBN: 978-84-08-15210-1

Depósito legal: B. 66-2016 Impresión y encuadernación: Liberduplex Printed in Spain - Impreso en España

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países. Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a estáblecimientos comerciales tales como puntos de ventá, hoteles o restaurantes. Por favor, informen de cualquier uso fraudulento a www.lonelyplanet.com/ip.

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.



# Para conocer la esencia del lugar



# **Experiencias** asombrosas

Con fotografías sugerentes, los lugares imprescindibles y toda la información de primera mano.



# Organizar el viaje perfecto

Herramientas para planificar la visita e itinerarios para preparar el viaje ideal.



## Más allá de las rutas trilladas

Nuestros autores desvelan los secretos locales que harán del viaie algo único.

# Cobertura especial

- O Actividades al aire libre
- O Arquitectura comunista
- O Comer como un polaco
- O Ciudades históricas

# Nuestro compromiso

Los autores de Lonely Planet visitan los lugares sobre los que escriben en cada edición y nunca aceptan regalos a cambio de reseñas favorables: lo explican todo tal como lo ven.

OTROS TÍTULOS DE LA COLECCIÓN **CONSÚLTESE EL INTERIOR** 

66 Polonia exhibe sus encantos con elegancia, pero al adentrarse en su corazón, el viajero se encontrará con distinguidas ciudades medievales, castillos de cuento de hadas y una naturaleza virgen... todo ello servido con un trago tonificante de vodka.

MARK BAKER. AUTOR DE LONELY PLANET





Escanear este código para más información.

O ir a la web de Lonely Planet en busca de consejos, información y reservas de viajes.

VP. 22,90