

SAUVAKÄVELYREITIT

NORDIC WALKING TRACKS

| Reitti/ Track | Kesto/ Duration | Pituus/Lenght | Vaikeusaste/ Tour rating |
|--|-----------------|---------------|--------------------------|
| Kuusamon cityreitti Kuusamo City Track. | 1-1,5 h | 4,5 km | easy |
| Munakan luontoreitti/ Nature Trail of Munakka | 1 h | 2,7 km | easy |
| Toragin reitti Track of Toranki | 2-3 h. | 9,6 km | easy |



Lintulajeja Kuusamosta löytyy noin 170 erilaista ja lähes kaikissa metsä- ja ilmastotyypeissä, joita alueelta löytyy, viihtyy eri lajit. Reitti perehdyttää kahden kilometrin matkalla monipuolisesti metsiin ja on hyvä startti aktiivilomalle. Lisätietoa: <http://www2.kuusamo.fi/metsapolku>

The Nature Trail of Munakka winds its way through Kuusamo. The trail introduces the many sides of local forests to the visitors. Forests in Kuusamo area span thousands on square kilometres. There are some 170 different species of birds in the region. Many different types of forests and climate conditions in the area offer varied habitats for each species. The two-kilometre trail gives a colourful and full picture of the local forests and is a good start for a holiday full of activity.

Kuusamon keskusta. Lähtöpaikka Sokos Hotel Kuusamo, Liikuntakeskus, Matkailu- ja luontokeskus Karhuntassu. Kuusamon keskustan palvelut vastaavat väkimmäältä kaksikertaa suuremman paikkakunnan palveluja. Reitin varrella sijaitsee lukuisten palvelu- ja ostospaikkojen lisäksi tori, uimahalli, kotiseutumuseo, kirkko, lintutorneja, muistomerkkejä.

Kuusamo centre. Departure from Sokos Hotel Kuusamo, Sport-centre, Tourist

and Nature Centre Karhuntassu. In addition to the numerous restaurants and cafes Kuusamo centre's versatile and plentiful services and shopping places include a market place, an indoor swimming pool, museum of local history and culture, a church, birdwatching towers, monuments.

Munakan luontoreitti ristitelee Kuusamon taajamassa ja esittelee monipuolisesti metsää. Kuusamo on metsien valtakuntaa ja niitä on alueella monta tuhatta hehtaaria.

Holiday Club Kuusamon Tropiikin lähellä sijaiseva Petäjälammen reitti ja Rukan alueen lähireitit soveltuvat erinomaisesti myös sauvakävelyyn.

Petäjälampi Trail near Spa Hotel Holiday Club Tropiikki and Ruka short hiking routes are also good choice for nordic walking.

SAUVAKÄVELYREITIT

NORDIC WALKING TRACKS

| Reitti Track | Kesto Duration | Pituus Lenght | Vaikeusaste Tour rating |
|--|-------------------|------------------|----------------------------|
| Kuusamon cityreitti Kuusamo City Track | 1-1,5 h | 4,5 km | easy |
| Munakan luontoreitti/ Nature Trail of Munakka | 1 h | 2,7 km | easy |
| Toragin reitti Track of Toranki | 2-3 h | 9,6 km | easy |

