



Lēdurgas veselības maršruts

Publicēts: 05.01.2021.

Lēdurgas spēka taka stiprai nākotnei.

Takas garums: ~ 3,2 km

Ilgums: 40 min – 2,5h

Grūtības pakāpe: vidējās sarežģītības

Takas segums: iestaigātas takas, meža takas



Pa aktīvās pastaigas taku aicinām doties gan pieaugušos, gan skolēnus, vērīgi lasīt un censties izpildīt uz 12 informācijas stendiem norādītos fiziskos un prāta uzdevumus, vērot apkārtnējo dabu, kas ir pārsteigumu un krāsu pilna ikvienā no četriem gadalaikiem. Pastaiga un uzdevumu veikšana stiprinās jūsu fizisko ķermeni, rosinās prāta darbību, radīs enerģijas pieplūdumu un dzīvesprieku.

Veselības takas sākums atrodams pie Lēdurgas Dendroparka administrācijas ēkas.



<https://www.spkc.gov.lv/lv/ledurgas-veselibas-marsruts>