РУССКИЙ

URBAN NATURE

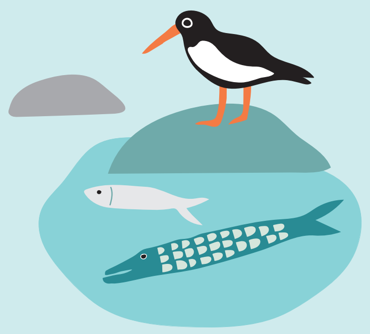
www.visithelsinki.fi

Карта-буклет Городская природа создана в сотрудничестве с маркетинговой организацией Хельсинки Helsingin Markkinointi Oy, Строительным ведомством, Центром окружающей среды, Департаментом спорта и Управлением лесного хозяйства Финляндии. Для получения дополнительной информации о Хельсинки, природных достопримечательностях региона, общественном транспорте, а также расписаниях паромов и автобусов, просим обращаться в Туристическое информационное бюро Хельсинки.

ТУРИСТИЧЕСКОЕ БЮРО
ХЕЛЬСИНКИ
ул. Pohjoisesplanadi, 19
Тел. +358 9 3101 3300
tourist.info@hel.fi

visithelsinki.fi

Графический дизайн
и иллюстрации:
Tikari & Maininki



ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ПАРК

Центральный парк рассекает Хельсинки с юга на север, начинаясь в районе залива Тёёлёнлахти и заканчиваясь в Халтиала на берегу реки Вантаанйоки - северной границе города. Лесопарк, раскинувшийся на территории в тысячу гектар, вытянулся на целых 10 километров, представляя собой богатую и изменчивую природу южного побережья Финляндии.

В северной части массива находятся пять природоохранных зон: зеленеющая роща Pitkäkosken rinnelehto, заповедный лес Haltialan aarnialue, дендрарий Niskalan puulajipuisto, береговая роща Ruutinkosken rantalehto и набережная Vantaanjoentörmä.

АКТИВНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ

РЫБАЛКА

Helsinki Fishing Рыболовные гиды Helsinki Fishing занимаются организацией рыбалки круглый год. В стоимость похода включен весь необходимый инвентарь, снасти и рыболовные лицензии. www.helsinkifishingguide.com

АРЕНДА ВЕСЕЛЬНОЙ ЛОДКИ

Sup Cafe Regatta, ул. Merikannontie, 8, район Töölö. supregatta.com

ЛЫЖИ

Район Paloheinä, ул. Pakilantie, 124
Лыжное общество Suomen Latu ry предлагает услуги по сдаче в аренду, обслуживанию и смазке лыж в районе Палохейня (Paloheinä), +358 44 722 6328.

Усадьба Oittaa & Oittaan kartano, ул. Kunnarlantie, 39, Espoo
Прокатный пункт находится на берегу озера Будумярви (Bodomjärvi). Здесь можно взять в аренду лыжи, ботинки, снегоступы, а также провести обслуживание инвентаря. На территории усадьбы работает кафе, а также общественные и частные сауны. Купание в озере летом и в проруби зимой. oittaankartano.fi

Дополнительная информация о лыжне и лыжном этикете в Туристическом бюро Хельсинки.

ГРЕБЛЯ

Sup cafe Regatta, ул. Merikannontie, 8, район Töölö
Одноместные и двухместные каяки, каноты, доски SUP и лодки

Natura Viva, ул. Harbonkatu, 13, район Vuosaari
Одноместные и двухместные каяки, каноты и доски SUP. Курсы морской гребли, водные походы с гидом по архипелагу Хельсинки. www.naturaviva.fi

Feel The Nature занимается организацией водных походов с гидом по озёрам заповедника Нууксио. В стоимость похода входит трансфер из Хельсинки. Начиная с середины июля мы организуем еженедельные грибные и ягодные туры, а также частные походы к береговой сауне в Нууксио. feelthenature.fi

SUP-СЁРФИНГ

Прокат Hakuna Matata находится на берегу залива Töölönlahti за Национальной оперой.

Sup Finland, ул. Linnunlauluntie, 4, залив Töölönlahti

Sup cafe Regatta, ул. Merikannontie, 8, район Töölö

Twentyknots, ул. Kalastajatorpantie, 1, район Munkkiniemi

Sup Station, ул. Uutelantie, 1, район Vuosaari.

Natura Viva, ул. Harbonkatu, 13, район Vuosaari.

ВЕЙКБОРДИНГ

Западный мыс района Hietaniemi. www.wakespot.fi

ГОРОДСКИЕ ВЕЛОСИПЕДЫ

В центральной части города расположено 50 велосипедных станций с 500 городскими велосипедами. Велосипеды находятся в «треугольнике» районов Руохолахти - Така-Тёёлё - Сёрняйнен. Велосипедные станции расположены на расстоянии 300 метров друг от друга. Гости города могут взять в прокат велосипед по банковской карте на следующих станциях: парк Kaivopuisto, ул. Unioninkatu, Центральный ж/д вокзал / восточная сторона, Музей современного искусства Kiasma и станция метро Hakaniemi. На одну карту можно взять 1 – 4 велосипеда.

ФРИСБИ-ГОЛЬФ

Парк Talin frisbeegolfpuisto – это стационарная площадка на 18 корзин. Поле работает бесплатно круглый год по адресу ул. Takkatie, 36.

Трасса Meilahden frisbeegolfrata является старейшей в Финляндии трассой на 16 корзин. Превосходно подходит для начинающих. Ул. Zaidankatu, 1.

Трасса Kivikon frisbeegolfrata подходит как для начинающих, так и спортсменов среднего уровня подготовки. На полном маршруте в 18 корзин вас ждут перепады высот, а также водные преграды. Ул. Savikiekontie, 8.

На трассе Munkkiniemen frisbeegolfrata расположено 9 корзин. Пользование трассой бесплатное. Ул. Nuottapolku, 12.

Трасса Siltamäen frisbeegolfrata на 18 корзин имеет ломанный ландшафт. Трасса работает бесплатно.
Ул. Pallomäentie, 14.

ВЕЛОСИПЕДЫ

eBike Shack Helsinki, пл. Erottajan aukio
Аренда электровелосипедов в сердце Хельсинки на перекрестке улиц Mannerheimintie и Eteläesplanadi. +358 45 625 7799

Ecobike Helsinki, ул. Savilankatu, 1 B, район Töölö www.ecobike.fi, +358 400 844 358

Bicyclean, ул. Luotsikatu, 14,
район Katajanokka
www.bicycleanhelsinki.com, +358 44 291 5331

Stadibike, ул. Selkämerenkatu, 6, район Ruoholahti
www.stadibike.fi, +358 50 463 9696

ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

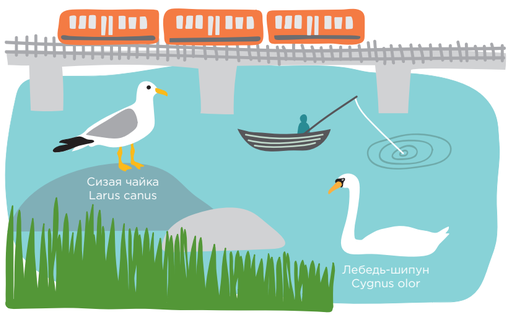
Конюшня Ruskeasuon Ratsastushalli, Keskustalli. Ул. Ratsastie, 10.

Школа верховой езды Tuomarinkylän Ratsastuskoulu. Ул. Ratsukkopolku, 5.

СКАЛОЛАЗАНИЕ

Центр боулдеринга Cave Boulderkeskus Pasila, ул. Tallikatu, 4. boulderkeskus.com

Центр скалолазания Kiipeilyareena, ул. Energiakatu, 3. Стены для альпинизма и боулдеринга. salmisaarenliikuntakekus.fi



НА МЕТРО К ПРИРОДЕ!

Чтобы из центра Хельсинки добраться до природы, достаточно спуститься в метро. Захватите фотоаппарат, ведь в местах, описанных ниже, вас ждёт много интересного, будь то природа, растения или птицы.

Станция Kulosaari - загляните на мыс Кивинокка (Kivinokka) или прогуляйтесь по острову Мустиккамаа (Mustikkamaa).

Станция Vuosaari - всего в километре от метро находится живописная прогулочная зона Утела (Utela).

Станция Herttoniemi - прогуляйтесь по заповедной зоне Виикки-Ванханкаупунки (Viikki-Vanhankaupunki).

Станция Rastila - отправляйтесь на живописный мыс Каллахденниеми (Kallahdenniemi).

ГОРОДСКИЕ КОЛЛЕКТИВНЫЕ САДЫ

Городской сад Kumpulan siirtolapuutarha
Ул. Kalervonkatu, 1

Городской сад Vallilan siirtolapuutarha
Ул. Kumpulankatu, 1

Городской сад Herttoniemen siirtolapuutarha
Ул. Kipparlahden silmukka, 3

Городской сад Ruskeasuon siirtolapuutarha
Ул. Nauvontie, 1

Городской сад Talin siirtolapuutarha
Ул. Pitäjänmäentie, 32

Городской сад Marjaniemen ryhmäpuutarha
Ул. Virvakuja, 6

Городской сад Klaukkalanpuiston ryhmäpuutarha
Ул. Pakilan rantatie, 1

Городской сад Pakilan siirtolapuutarha
Ул. Pakilan rantatie, 2

Городской сад Oulunkylän siirtolapuutarha
Ул. Myllypellontie, 6

ЧЕТЫРЕ ВРЕМЕНИ ГОДА В ХЕЛЬСИНКИ

ЛЕТО: ИЮНЬ – АВГУСТ

Погода в Хельсинки летом переменчива, поэтому, отправляясь в поход, облачитесь в лёгкую и дышащую одежду, а также удобную походную обувь. Легкой «ветровки» будет достаточно, чтобы сохранить тепло. В солнечные дни не забудьте головной убор, солнцезащитные очки, крем от загара, а также бутылку с водой.

ОСЕНЬ: СЕНТЯБРЬ – НОЯБРЬ

Осенью в Хельсинки ещё бывают тёплые дни, но ближе к концу сезона погода становится крайне нестабильной. В это время года имеет смысл надевать под верхнюю одежду что-нибудь тёплое, что можно снять или снова накинуть с поправкой на температуру воздуха. Обуйтесь в хорошую походную обувь и облачитесь в водоотталкивающую и ветронепроницаемую верхнюю одежду.

ЗИМА: ДЕКАБРЬ – ФЕВРАЛЬ

Зимой природа Хельсинки особенно хороша. В морозную погоду обязательно утепляйтесь дополнительным слоем одежды, а также помните о тёплой шапке и рукавицах. Лучше немного переборщить с одеждой, чем надеться слишком легко. В это время года на зимних тропах может быть скользко, поэтому стоит выбирать тёплые и устойчивые ботинки.

ВЕСНА: МАРТ – МАЙ

Весной природа начинается пробуждаться от зимней спячки. В это время года погода может меняться от тёплой и солнечной до морозной. Солнце на небе вовсе не гарантирует тепла, поэтому, отправляясь в поход, стоит захватить с собой дополнительную тёплую одежду.

БОДРЯЩАЯ ПРИРОДА!

Отдых на лоне природы положительно сказывается как на физическом, так и психическом здоровье, снижая кровяное давление, снимая стресс и настраивая на умиротворенный лад.

ПРАВО КАЖДОГО НА ПРИРОДУ

Под правом каждого подразумевается право каждого человека на пользование природными ресурсами вне зависимости от того, кто является правообладателем или собственником земельного участка.

ПРАВО КАЖДОГО НА ПРИРОДУ ПОЗВОЛЯЕТ:

- Передвигаться пешком, на лыжах или велосипеде по природным массивам, будь то лес, естественные поля или водоёмы
- Передвигаться верхом на лошади
- Собирать дикорастущие ягоды, грибы, а также растения, не занесенные в Красную книгу
- Ловить рыбу на удочку зимой и летом
- Передвигаться на лодке, купаться, умываться в водоёмах или ходить по льду

Обратите внимание, что вы должны бережно относиться к природе, животным и растениям, всячески избегая нанесения какого-либо вреда.

ОТДЫХАЙТЕ НА ПРИРОДЕ ВМЕСТЕ С ГИДАМИ!

Feel the Nature feelthenature.fi
Hawkhill Nature www.hawkhill.fi
Nuuksion Taika www.nuuksiontaika.fi
Elämyksen Taika www.elamyksentaika.fi
Green Window www.greenwindow.fi
Arctic Expedition www.arcticexpedition.fi
Green Cap Tours greencaptours.com
Burn Out City burnoutcity.fi

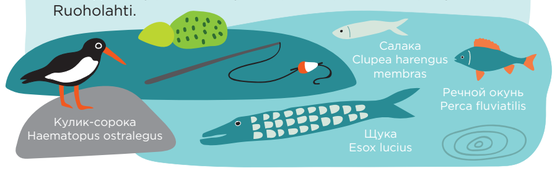
ЗНАКОМЬТЕСЬ С АРХИПЕЛАГОМ!

Свеаборг (Suomenlinna) - это морская крепость, построенная в 1748 году на островах в гавани Хельсинки, где можно прочувствовать влияние востока и запада: свой нынешний вид крепость получила благодаря многочисленным историческим этапам, будучи частью шведской, российской и финской оборонительных систем. На Свеаборг можно добраться на пароме круглый год.

Валлисаари (Vallisaari) расположен между Свеаборгом и островом Сантахамина (Santahamina). На острове, принадлежавшем в прошлом Вооруженным силам Финляндии, можно насладиться не только великолепными морскими и природными пейзажами, но и осмотреть старинные укрепления. Походы по острову проходят по размеченным маршрутам. До острова можно добраться на водном трамвае от Торговой площади.

На Лонне (Lonna) в прошлом обезвреживали морские мины. Остров находится между Торговой площадью и Свеаборгом. Летом до Лонны можно добраться на водном трамвае, который ходит в среднем раз в час. Катер отправляется от Торговой площади и делает остановку на острове по пути на Свеаборг.

Остров Пихлаясаари (Pihlajasaari) является одним из самых популярных курортных островов Хельсинки со своими пляжами и ресторанами. Летом до острова можно добраться на водном трамвае от причала Merisatama или от причала Ruoholahti.



ОДНОДНЕВНЫЕ ПОХОДЫ

ПРИРОДНЫЙ ЦЕНТР ФИНЛЯНДИИ HALTIA (NUUKSIO)

Экспозиция Природного центра Haltia позволит вам прикоснуться ко всей финской природе в её первозданной красоте. В центре можно арендовать одежду, пригодную для походов, а также резиновые сапоги и рюкзак.

В национальном парке Нууксио вас ждёт около 33 километров размеченных походных маршрутов, навесы для готовки еды, а также места для стоянок с палатками. Наряду с пешими походами в Нууксио можно кататься на лыжах, рыбачить, ездить на велосипеде или лошади, заниматься скалолазанием, собирать грибы и ягоды, плавать или соревноваться в геокэшинге. Ежегодно здесь бывает свыше 1 млн. человек. В национальном парке и его окрестностях можно отправиться в пеший поход, остановившись на ночь в палатке, под навесом или в сдающейся в аренду лесной избушке. haltia.com

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК НУУКСИО (NUUKSIO)

Наиболее популярные кольцевые маршруты национального парка начинаются от лесной избы Хауккалампи (Haukkalammen luontotupa). Все кольцевые тропы проходят по переменному ландшафту и имеют продолжительность 2 – 7 км. Нууксио станет прекрасным выбором для однодневных или двухдневных походов благодаря навесам для готовки еды, стоянкам для палаток и сдающимся в аренду лесным избам.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК СИПООНКОРПИ (SIPOONKORPI)

Сипоонкорпи раскинулся на территории Сипоо, Вантаа и Хельсинки, будучи одним из значительных незастроенных лесных угодий столичного региона. Смешанный ландшафт и частые перепады высот являются характерными для этой местности. Символом Национального парка Сипоонкорпи является филин, он же Bubo bubo.

Походные маршруты: Природная тропа Ponun Perinnepostia – 1,4 км, лёгкая. Маршрут Kalkinpolttajan reitti – 4,8 км, сложный. luontoon.fi

ЛЕСОПАРК ПАЛОХЕЙНЯ (PALOHEINÄ)

От дома Paloheinän maja начинается северная часть Центрального парка Хельсинки, граничащая на севере с Вантаа. Прогулочный дом станет отличной базой для всех тех, кто отправляется в парк. Здесь вы найдёте кафе, раздевалки, душевые и сауны. Оздоровительные пешие маршруты, превращающиеся зимой в лыжню, имеют длину 1,8 км, 3,0 км, 5,2 км и 7,5 км. Лыжное общество Suomen Ladun Hiihtopalvelut зимой сдаёт в аренду лыжи, палки, ботинки, снегоступы, походные коньки, санки и салазки, а также занимается проведением лыжных курсов. Ул. Pakilantie, 124. Suomenlatu.fi

Унисаари (Uunisaari) находится перед парком Кайвопуйсто (Kaivopuisto). Наряду с пляжами здесь можнонайти ресторан, киоск и сауны. Водный трамвай отправляется от площади Мерисатамантори (Merisatamantori) в парке Кайвопуйсто, причал Kompassin laituri. Унисаари открыт для визитов круглый год.

Остров Ламмасаари (Lammassaari) - это природоохранная зона, расположенная в районе Виикки рядом с порогами Ванханкаупунгинкоски. До острова можно добраться по деревянным мосткам от полуострова Порнайстенниеми. С Ламмассаари, в свою очередь, можно пройти на остров Куусилуото (Kuusiluoto), являющийся муниципальным прогулочным парком. Летом здесь можно встретить пасущихся овец.

Остров Харакка (Harakka) находится напротив парка Кайвопуйсто. По периметру острова проходит природная тропа, а ещё здесь расположился Природный центр. Водный трамвай ходит до острова летом каждые полчаса, отправляясь от причала Ullanlinnan laituri в Кайвопуйсто.

Более подробная информация и справки в Туристическом информационном бюро Хельсинки по телефону +358 9 3101 3300 или по эл. почте tourist.info@hel.fi.

ТУАЛЕТЫ НА ПРИРОДЕ

В национальных парках Финляндии и многих других природных массивах вдоль маршрутов размещены гигиенические сухие туалеты. В туалетах имеется посыпающее вещество, которым необходимо покрывать продукты жизнедеятельности. Туалетную бумагу необходимо иметь при себе. Для умывания рук рекомендуем захватить дезинфицирующий гель или влажные салфетки. Если «беда» застанет вас врасплох вдали от туалета, нужду можно справить в лесу, тщательно прикрыв «отходы» и туалетную бумагу.

ВИККИ И ЗАЛИВ ВАНХАНКАУПУНГИНЛАХТИ (VIIKKI И VANHANKAUPUNGINLAHTI)

Ванханкаупунгинлахти является крупнейшей в Хельсинки природоохранной зоной, входящей в список Европейского союза Natura. В природном массиве, известном как «Птичий рай», можно встретить практически 300 видов птиц. От порогов Ванханкаупунгинкоски можно выйти на природную тропу рощи Порнайстенниемен лехто (Pornaistenniemen lehto), а оттуда пройти по деревянным мосткам, ведущим на остров Ламмассаари (Lammassaari).

ДЕНДРАРИЙ НИСКАЛАН АРБОРЕТУМ (NISKALAN ARBORETUM)

Дендрарий является природоохранной зоной, в которой произрастает наиболее широкий в Хельсинки ассортимент финских и зарубежных кустарников и деревьев.

ПРИРОДНАЯ ТРОПА МАУНУЛА (MAUNULAN LUONTOPOLKU)

На эту природную тропу можно выйти от лесного дома Maunulan maja (ул. Metsäläntie, 9). Маршрут вытянулся на 3,3 км и его главной темой является круговорот веществ в природе, а также природное многообразие.

ФЕРМА ХАЛТИАЛА (HALTIALAN KOTIELÄINTILA)

Коровы, свиньи, полицейские лошади, пасущиеся на полях, овцы, козы, куры и индюки являются обитателями этой фермы. На ферме наряду с пшеницей и травой выращивается горох, а также декоративные растения.

ПОРОГ РУУТИНКОСКИ (RUUTINKOSKI)

Это самый нижний из свободно текущих порогов реки Вантаанйоки. Порог окружён береговой рощей и полями, являясь единственным в Хельсинки местом произрастания гладкого вяза (Ulmus laevis). По территории заповедника можно передвигаться только по тропинкам.

Подробнее: Туристическое информационное бюро Хельсинки, +358 9 3101 3300. tourist.info@hel.fi

БЕРЕГИТЕСЬ КЛЕЩЕЙ!

После прогулки по природе рекомендуем убедиться, что к вам не пристал клещ. Проверьте также поверхность головы и заушные зоны. Если вы обнаружите прицепившегося к коже клеща, то отделите его при помощи пинцета или специального устройства для удаления клещей, продающегося в аптеке.

Клещи становятся активны при температуре выше +5C°.