



LUBĀNS - LUBĀNA - LUBĀNS

52 KM GARŠ MARŠRUTS KĀJĀMGĀJĒJIEM VAI VELOBRAUCĒJIEM

Maršruts ved pa Lubāna līdzenumu, kas ļauj iepazīt un izbaudīt Lubāna līdzenuma plašumus, iepazīt Lubāna ezeru, kā arī tuvojoties Lubānas pilsētai novērtēt daudzveidīgo ainavu un apkārtnes mežu masīvus. Maršruts savieno ezeru ar Lubānas pilsētu, lai gan nereti liekas, ka pilsēta atrodas turpat pie ezera, tomēr tos pa ceļiem šķir 18 km attālums viens no otra. Pārvietošanās pa ceļu un ceļa nomali, reljefs līdzens. Markējums pieejams velo maršrutam posmam Lubāns-Lubāna. Markējums sākas no Žvidzes kanāla (2,5 km no sākuma punkta). Pārējais maršruts nav markēts, jāvadās pēc kartes vai GPX faila.

- 1** Sākums pie *Lubāna ezera, pie Lubāna mitrāja informācijas centra*. GPS: 677414, 300739.

Gājējiem draudzīgs! Pieejama tūrisma informācija, kā arī informācija par apkārtnes dabas vērtībām, maršruti. Bez maksas autostāvvietā, iespēja uzpildīt ūdeni, binokļu noma. Pieejamas naktsmītnes. Tel. **29234956**.

- 2 Lubāna ezers.** Latvijas lielākais ezers ar kopējo platību 82 km², tā garums ir 15,7 km, bet platumis ir 7,9 km, vidējais dzīlums – 1,6 m. Lubāna ezers ir viens no lielākajiem iedambētajiem ezeriem Eiropā. Ezera krasti ir pārveidoti, tos ieskauj aizsargdambju, kanālu un slūžu sistēma. Ezers ir daļa no dabas lieguma "Lubāna mitrājs", kas iekļauts Eiropas Savienības aizsargājamo teritoriju tīklā Natura 2000 un atbilstoši Ramsāres konvencijas kritērijiem tiek noteikts kā starptautiskas nozīmes mitrājs. Lubāna ezera izveidojās ledāju kušanas rezultātā pirms aptuveni 10000 gadu. Senais Lubāna paleoezers aizņēma gandrīz visu mūsdieni Lubāna līdzenuma teritoriju un ezera platība bija 835 km².

- 3 Aiviekstes hidromezglis un Aiviekste.** Šeit sākas Aiviekstes upes tecējums no Lubāna ezera. Upe ir 114 km gara un Pļaviņās ietek Daugavā. Hidromezglā atrodas vienas no slūžām, ar to palīdzību tiek regulēts ūdens līmeni Lubāna ezerā. Uzreiz jau tās sākumā tā ir plata un varena upe. Aiviekste nevar pārsteigt ar mežonīgu straumi, kritums ir 23 metri – 0,2 m/km, tomēr tā ir savdabīga upe ar savu šarmu un pārpurvotiem krastiem.

- 4 Žvidzes ezers un Žvidzes apmetne akmens laikmetā.** Lai gan mūsdienās vairs dabā grūti atrast liecības no kādreizējās apdzīvotās apmetnes, tomēr apmetne ir nozīmīgs arheoloģijas piemineklis. Vēlā mezolīta (7. gadu tūkstotis p.m.ē.), agrā un vidējā neolīta (4. gadu tūkstotis p.m.ē.) daudzslāņu apmetne Lubāna mitrājā. Tā situēta Madonas novada Ošupes pagasta teritorijā, Smaudžos Plūdmaļu māju tiešā tuvumā. Žvidzes apmetnes iedzīvotāju sakari nodrošināja dzintara ieguvi no Litorīnas jūras piekrastes pietiekamā daudzumā, šeit atradās dzintara apstrādes darbnīca, kur sekmīgi gatavoja sērijveida piekariņus, apaļas pogveida, ripveida, cilindrveida krelles un īpašu formu krelles.

- 5 Dabas taka „Aiviekstes ozoli”.** Izveidota gar Aiviekstes upes stāvkrastu un Liedes upes ietekas gleznaino ainavu. Takā atrodas akmens laikmeta apmetnes prototips, kura izveidota pētot seno Aboriešu cilts dzīves un darba paradumus, sadzīves priekšmetus, ieročus. Izveidota arī baskāju taka. Tel. **26649344**.

- 6 Lubānas novada tūrisma un kultūrvēsturiskā mantojuma centrs.** Iespējams saņemt informāciju par apskates vietām, tūrisma un kultūrvēsturiskiem objektiem, un aktīvās atpūtas iespējām Lubānas novadā, kā arī iespēja apskatīt patstāvīgās ekspozīcijas par cilvēkiem, ar kuriem Lubānas novada iedzīvotāji īpaši lepojas un vēlas pieminēt (dzejniece B. Martuzeva, operdziedātājs J. Zābers, Latvijas armijas pirmo virspavēlnieku O. Kalpaku u.c.). Tel. **26374962**.





7 Amatnieku centrs. Iespēja apgūt visdažādākos amatus, to skaitā, grozu pīšanu un aušanu. Ir iespējams arī iegādāties Lubānas novada amatnieku darinājumus – pītus grozus, keramiku, adījumus, pirtszāļu paklājus, tautuskos brunčus. Tel. 26565071; 26153249.

8 Atpūtas vieta 'Lubānas mototrase'. BMX bērnu trase, pieejami bērnu kvadracikli un skrejriteņi. Mototrase, Offroad trase, kvadraciklu noma, izbraucieni, ekskursijas ar kvadracikliem gida pavadībā. Ūdensmotociklu noma, bērnu vizināšana. Izbraucieni ar motorlaivu, divstāvu piknika kuģīti. Peintbols. Pastaigu takas, karstais kubls, piknika, telšu vietas, kemperu piestātne. Tel. 29429538

Sākot no Lubānas pilsētas maršruts nav markēts un jāvadās pēc kartes vai GPX faila. Maršruts ved sākotnēji pa asfaltētu ceļu Ošupes ciema virzienā, kur tas novirzās pa nelieliem lauku ceļiem. Apkārt plešas lauksaimniecības zemes, pavasaros un rudenī losaukos koncentrējas liels daudzums migrējošo putnu – zosis, gulbji, ķīvītes, cīruļi, dzērves u.c.

9 Zvidzes kanāls. Kanāls ir daļa no Lubāna ezera hidrotehniskās sistēmas. Stiepjas gar Lubāna ezera ZR krastu no Abaines upes līdz Lubāna izvadkanālam. Izraksts 1965. gadā, 15 km garš. Uzņem ūdeņus no apkārtējiem grāvjiem, kanālā ieteik arī mazās upītes: Lakstiena, Maizaste, Asna un Strūdzene, kas agrāk ieplūda Lubāna ezerā.

Dabas liegums "Lubāna mitrājs" ir lielākais iekšzemes mitrājs Latvijā. Tas dibināts 2009. gadā, apvienojot tajā 12 dabas liegumus un izveidojot kompleksu, īpaši aizsargājamu dabas teritoriju, ar kopējo platību 5132,7 tūkstoši ha. Dabas liegums izveidots, lai nodrošinātu lielākā Latvijas ezera, purvu, meža masīvu un mitrāju aizsardzību ap Lubāna ezeru

Lubāna līdzenuma atrodas Daugavas pietekas Aiviekstes ūdens sateces baseinā, Lubāna ezera apkārtnē. Līdzenuma virsa atrodas zemāk par apkārtni un tās augstums sasniedz 92 - 96 m, bet ziemeļdaļā, gar Pededzi, tas pieaug līdz 102 m virs jūras līmeņa. Apkārt esošās lauksaimniecības zemēs, pavasaros un rudenīs koncentrējas liels daudzums migrējošo putnu – zosis, gulbji, ķīvītes, cīruļi, dzērves u.c.

Akmens laikmetā Lubāna līdzenuma bija viens no visblīvāk apdzīvotajiem mikroreģioniem Latvijā, kā arī neeoītiskajā Eiropā, sniedz ieskatu par apdzīvības ilgtermiņa ciklu 10 000 gadu garumā. Tagad Lubāna mitrāja kartē redzamas 27 akmens laikmeta apmetņu vietas. Arheoloģiskajos izrakumos Osas, Ičas, Piestīņas Zvidzes un Aboras u.c. apmetnēs atrastas vēlā mezolīta, agrā un vidējā neolīta (9000. - 2300. gadu p.m.ē.) perioda senlīetas. Atradumi liecina par šo apmetņu iedzīvotāju piederību Narvas kultūrai, vēlāk Ķemmes-bedrišu kultūrai.

Noderīgi:



Naktsmītnes

Lubāna mitrāja informācijas centrs,
www.lubanamitrajs.lv, tel. 29234956

Viesu nams „UpeNes” (Lubāna), tel. 26323552

Tūristu naktsmītnē Lubānā, tel. 26165144

Naktsmītnē Lubānā, tel. 28682267



Piknika, telšu vietas

Lubāna mitrāja informācijas centrs,
www.lubanamitrajs.lv, tel. 29234956

Dabas taka „Aiviekstes ozoli” tel. 26649344

Atpūtas vieta "Lubānas mototrase" tel. 29429538

Velosipēdu noma

Biedrība „Aborieši”, www.aboriesi.lv,
tel. 26649344

Ekskursijas

Maršrutu var veikt kopā ar gidi no Lubāna mitrāja informācijas centra, tel. 29234956

Ar Lubāna ezera apkārtnes tūrisma piedāvājumu var iepazīties šeit: www.lubanamitrajs.lv

