



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. Marķējums pieejams velo maršrutam posmam Lubāns-Lubāna. Marķējums sākas no Zvidzes kanāla (2,5 km no sākuma punkta). Pārējais maršruts nav marķēts, 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**.

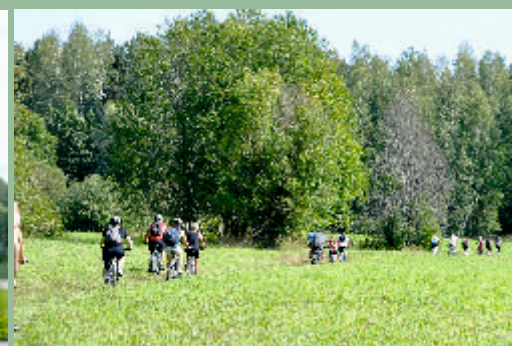
2 Lubāna ezers. Latvijas lielākais ezers ar kopējo platību 82 km², tā garums ir 15,7 km, bet platums ir 7,9 km, vidējais dziļums – 1,6 m. Lubāna ezers ir viens no lielākajiem iedambētajiem ezeriem Eiropā. Ezera krasti ir pārveidoti, tos ieskauj aizsargdambju, kanālu un slūžu sistēma. Ezers ir daļa no 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 mūsdienīgu Lubāna līdzenuma teritoriju un ezera platība bija 835 km².

3 Aiviekstes hidromezgls 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 līmenis 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 Zvidzes ezers un Zvidzes 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 tūkstošs p.m.ē.), agrā un vidējā neolīta (4. gadu tūkstošs p.m.ē.) daudzslāņu apmetne Lubāna mitrājā. Tā situēta Madonas novada Ošupes pagasta teritorijā, Smaudžos Plūdmaļu māju tiešā tuvumā. Zvidzes apmetnes iedzīvotāju sakari nodrošināja dzintara ieguvu no Lītorīnas jūras piekrastes pietiekamā daudzumā, šeit atradās dzintara apstrādes darbnīca, kur sekmīgi gatavoja sērijveida piekariņus, apaļas pogveida, ripveida, cilindraveida 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, uz kuriem Lubānas novada iedzīvotāji īpaši lepojas un vēlas pieminēt (dzejniece B. Martuževa, 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, tautskos 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, kempingu piestātne. Tel. **29429583**

Sākot no Lubānas pilsētas maršruts nav marķēts 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 laukos koncentrējas liels daudzums migrējošo putnu – zosis, gulbj, 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 apkārtnējiem grāvjiem, kanālā ietek 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 līdzenums 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 rudenī koncentrējas liels daudzums migrējošo putnu – zosis, gulbj, ķīvītes, cīruļi, dzērves u.c.

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

Noderīgi:

Naktsmītnes

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



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

Tūristu naktsmītne Lubānā, tel. **26165144**

Naktsmītne 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. **29429583**

Velosipēdu noma

Biedrība „Aborēši”, www.aboriesi.lv,
tel. **26649344**

Ekskursijas

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

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

