

# The Impact of the Accessible Hiking project in the Context of Accessibility Improvement

Asnāte Ziemele

Latvian Country Tourism association

23.05.2025.



Interreg

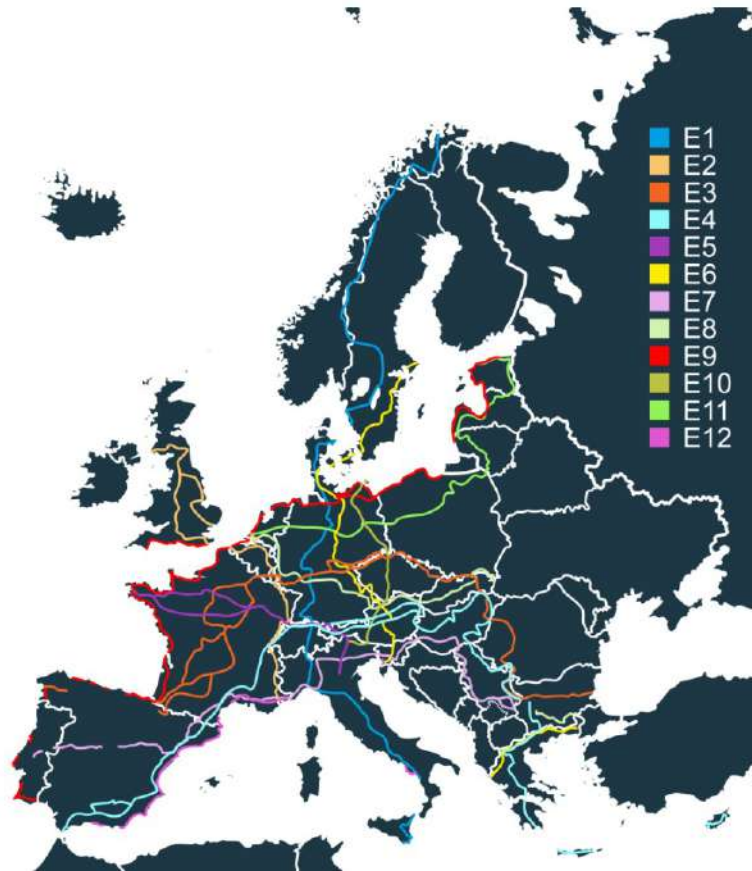


Co-funded by  
the European Union

Estonia – Latvia

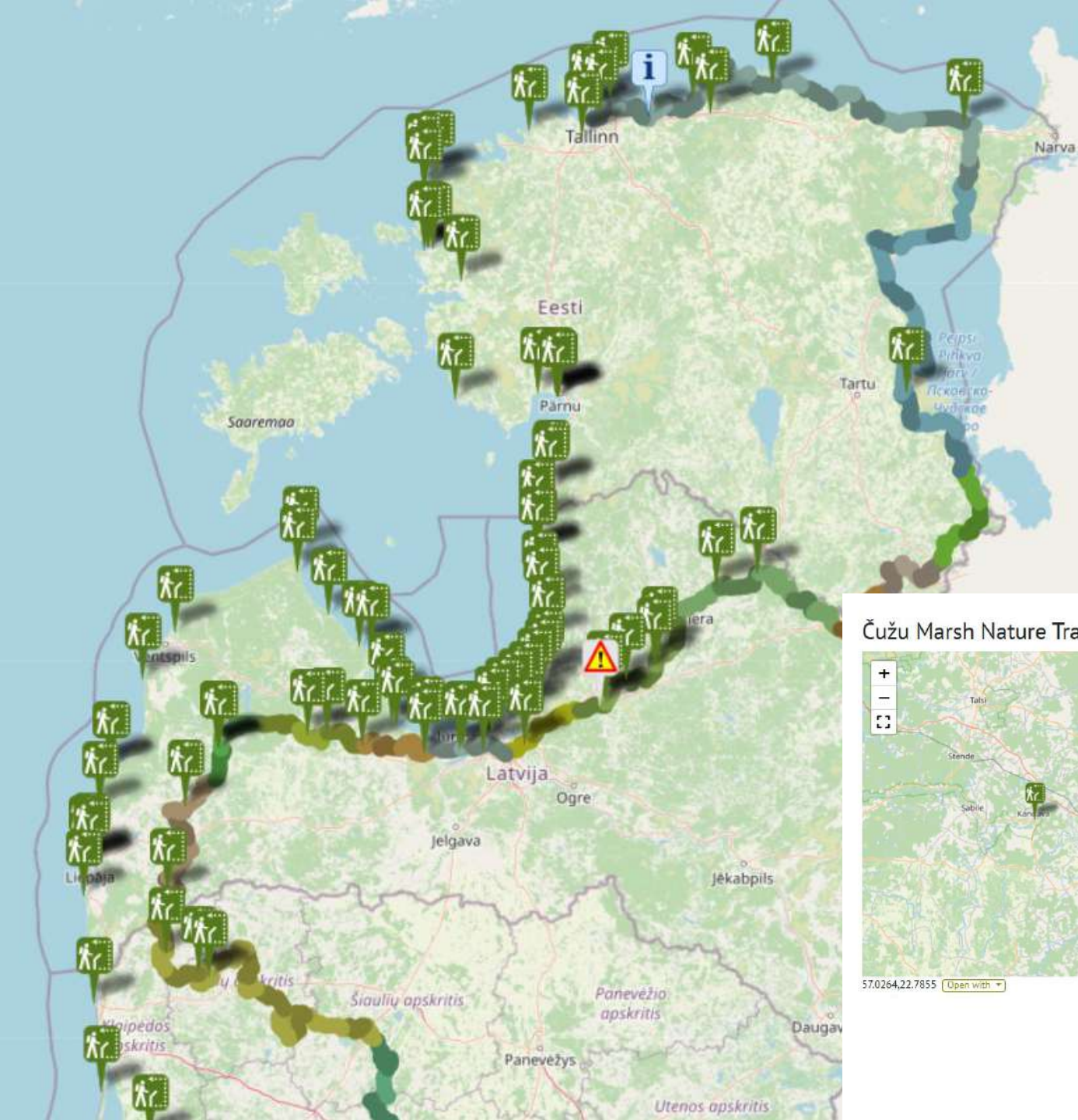
# Baltic Coastal trail (E9) 2017

## Forest trail (E11) 2019

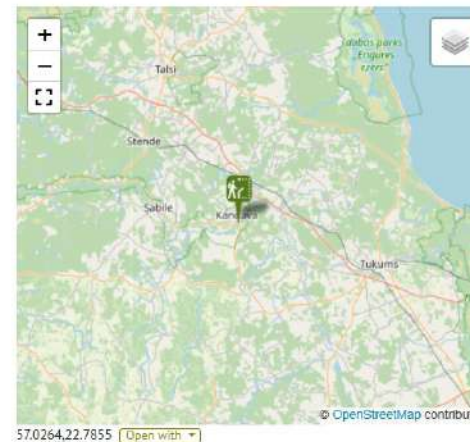


The Baltic **Coastal** Trail 1419 km +  
The Baltic **Forest** Trail 2141 km =  
**3560 km!**

# Accessible short trails



## Čužu Marsh Nature Trail



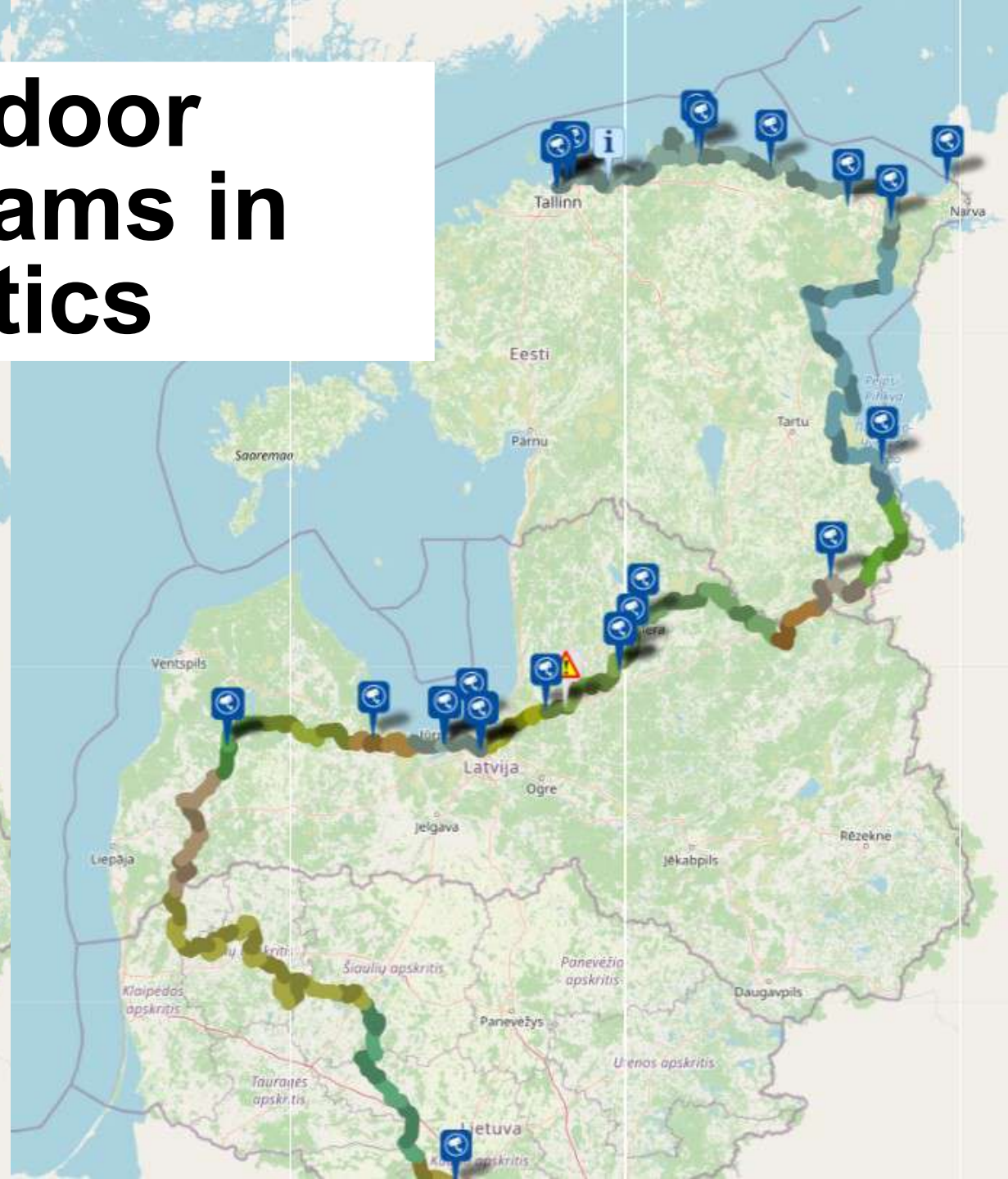
The circular trail in Čužu Marsh introduces visitors to the unique wild occurrence of the bush cranberry, a calcareous swamp, and a former mineral water resort. A wooden boardwalk section, approximately 1 kilometer long with edging, is adapted for people in wheelchairs. The boardwalk connects to a 0.5-kilometer gravel path with a specially designed parking lot (GPS: 57.026431, 22.785473) and adapted restrooms. Due to the slope in some areas, assistance may be needed. The trail is located about 0.8 kilometers from the Mežtaka trail.



<https://www.kurzemesregions.lv/projekti/turisms/unigreen/dabas-lakas/cuzu-purva-taka/>

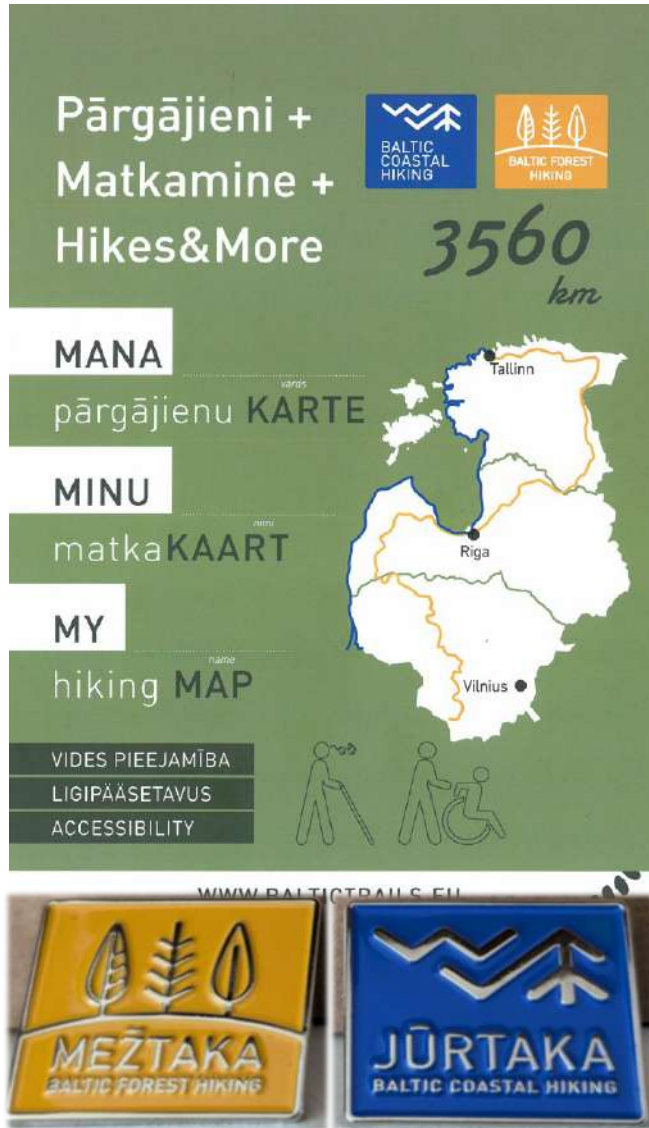


# Outdoor Webcams in Baltics





# New hiking map: Hikig routes & Practical info



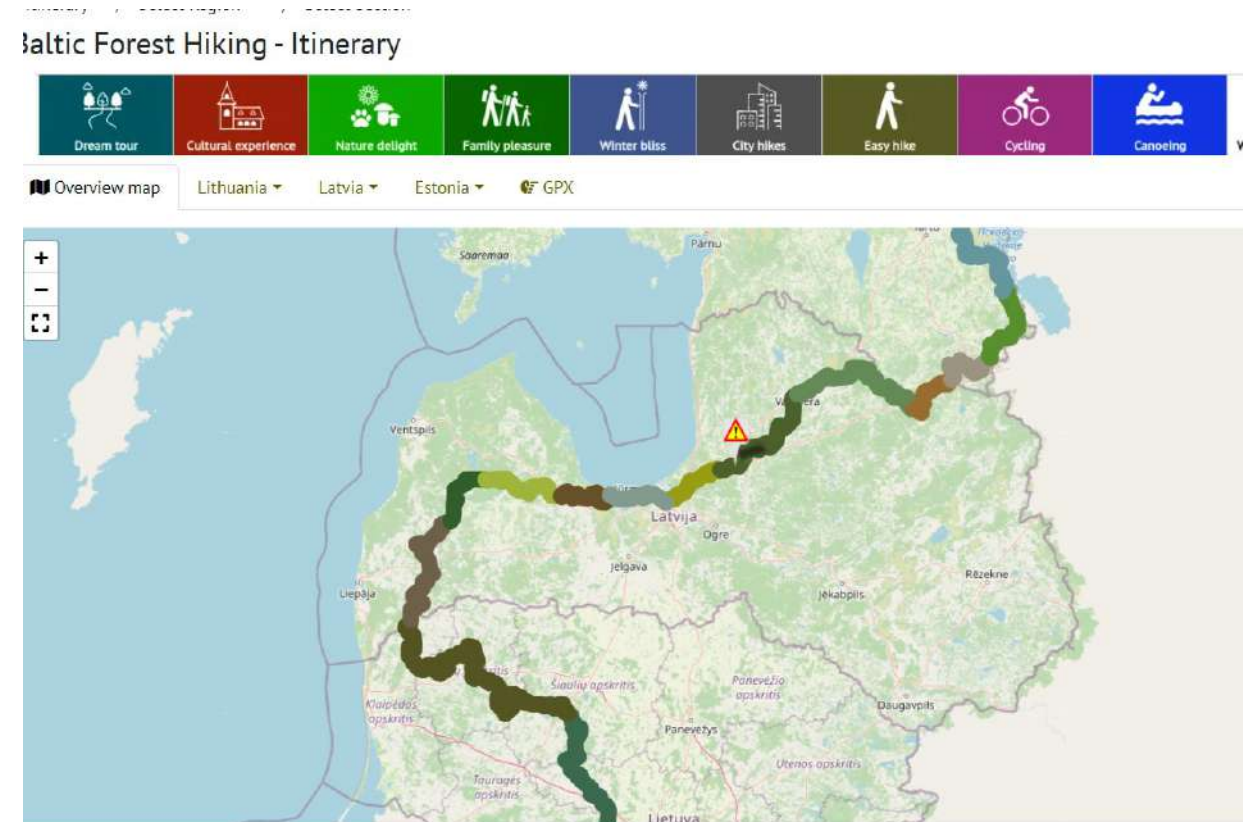
16.	Kolka - Ģipka	24		
17.	Ģipka - Kaltene	20		
18.	Kaltene - Mērsrags	24		
19.	Mērsrags - Engure	22		
20.	Engure - Ragaciems	25		
21.	Ragaciems - Dubulti	22		
22.	Dubulti - Lielupe - Bulduri	15		
23.	Bulduri - Rīgas centrs	23		
24.	Rīgas centrs - Vecāķi	24		
25.	Vecāķi - Carnikava	14		
26.	Carnikava - Saulkrasti	20		
27.	Saulkrasti - Lauči	13		
28.	Lauči - Tūja	15		
29.	Tūja - Svētciems	24		



# Hikes&More

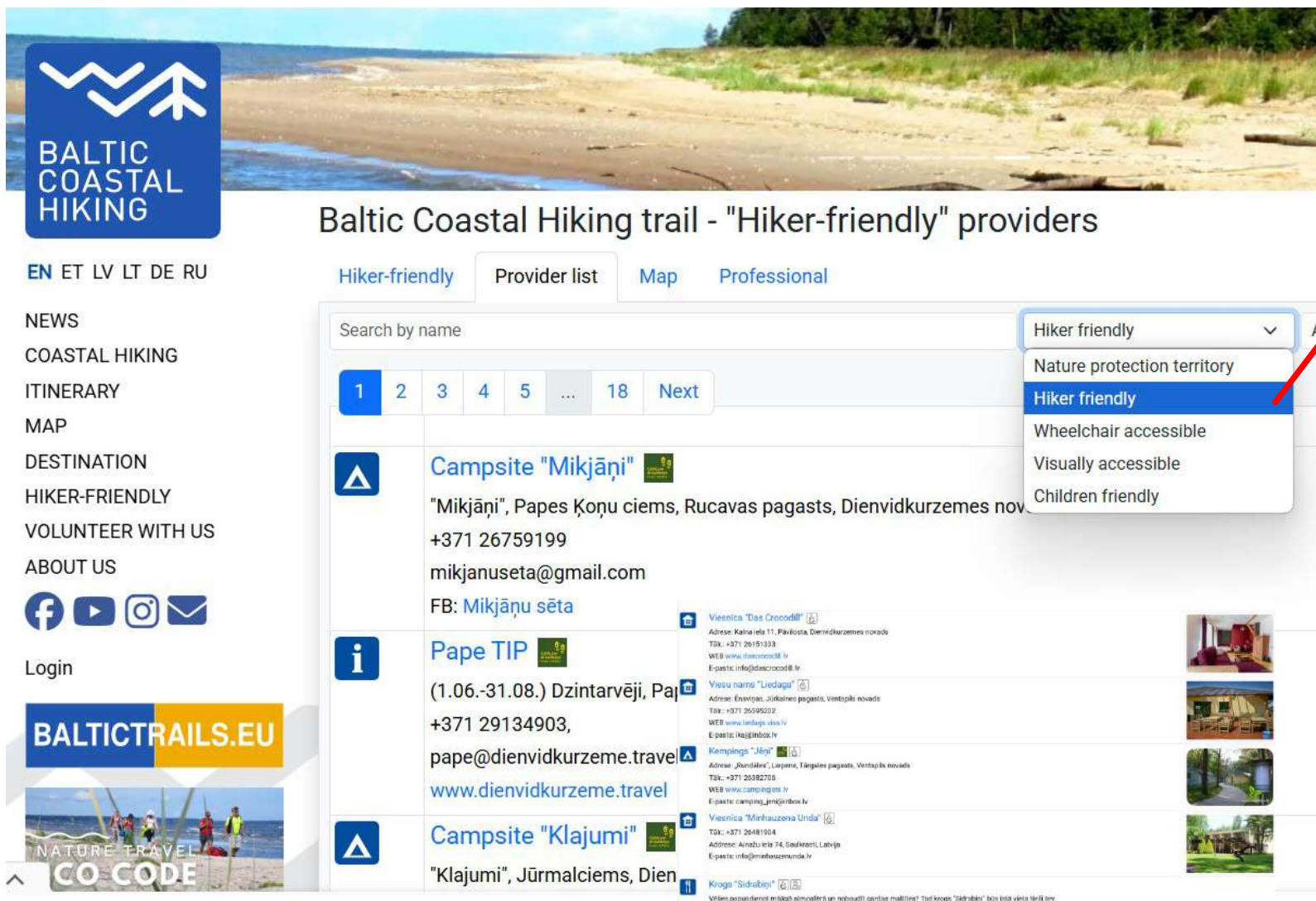
## Trails for different target audiences

	 Dream tour	 Cultural experience	 Nature delight	 Family pleasure	 Winter bliss	 City hikes	 Easy hike	 Cycling	 Canoeing	 Wheelchair accessible	 For visually impaired
tezers.											
ngaži.											
skalni.											
gulda.											
tne.											
s.											
bs.											



[Dream tour](#), [Cultural experience](#), [Nature delight](#), [Family pleasure](#), [Winter bliss](#), [City hikes](#), [Easy hike](#), [Cycling](#), [Canoeing](#)

# Inclusive and Accessible Tourism Companies



**BALTIC COASTAL HIKING**

EN ET LV LT DE RU

NEWS  
COASTAL HIKING  
ITINERARY  
MAP  
DESTINATION  
HIKER-FRIENDLY  
VOLUNTEER WITH US  
ABOUT US

Login

**BALTICTRAILS.EU**

NATURE TRAVEL  
CO CODE

## Baltic Coastal Hiking trail - "Hiker-friendly" providers

Hiker-friendly Provider list Map Professional

Search by name

1 2 3 4 5 ... 18 Next

**Campsite "Mikjāņi"**  
"Mikjāņi", Papes Ķonu ciems, Rucavas pagasts, Dienvidkurzemes novads  
+371 26759199  
mikjanuseta@gmail.com  
FB: Mikjāņu sēta

**Pape TIP**  
(1.06.-31.08.) Dzintarvēji, Pape  
+371 29134903,  
pape@dienvidkurzeme.travel  
www.dienvidkurzeme.travel

**Campsite "Klajumi"**  
"Klajumi", Jūrmalciems, Dienvidkurzemes novads

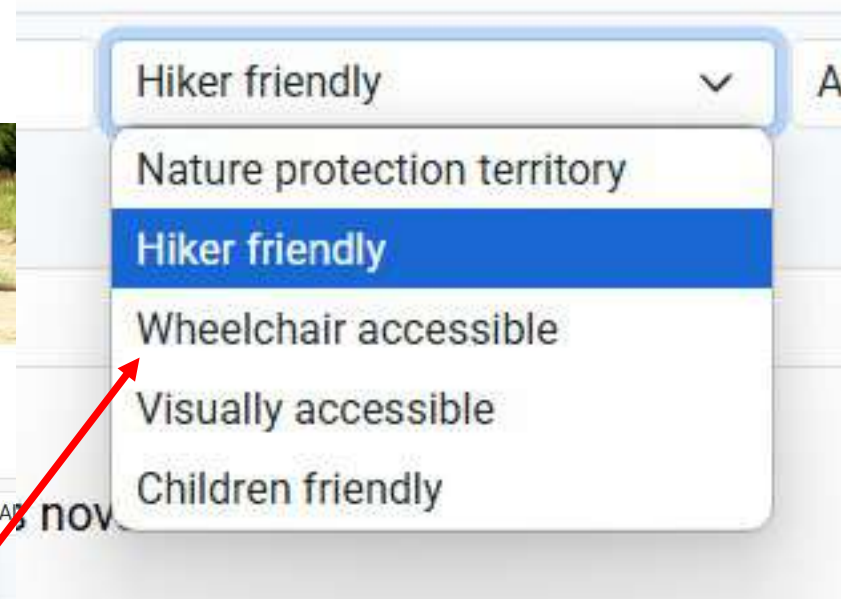
**Viesnīca "Das Crocodil"**  
Adrese: Kalna iela 11, Pāvilosta, Dienvidkurzemes novads  
Tālrunis: +371 26151333  
WEB: www.dascrocodil.lv  
E-pasts: info@dascrocodil.lv

**Viesu nams "Liedaga"**  
Adrese: Enavojas, Jūrmalas pilsētas, Ventspils novads  
Tālrunis: +371 26595202  
WEB: www.liedaga.viesu.lv  
E-pasts: info@laidbox.lv

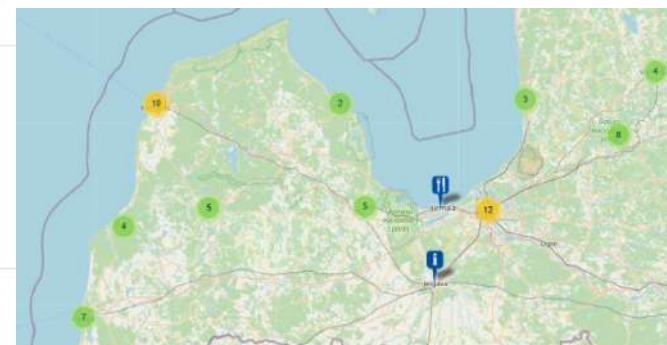
**Kempings "Jēni"**  
Adrese: "Rundāle", Lārpe, Tārgales pagasts, Ventspils novads  
Tālrunis: +371 20382700  
WEB: www.kempings.lv  
E-pasts: info@kempings.lv

**Viesnīca "Mīnhauzena Unda"**  
Tālrunis: +371 26481004  
Adrese: Ainažu iela 74, Sārkcentrī, Latvija  
E-pasts: info@mnhauzenaunda.lv

**Krogs "Sīdrabies"**  
Vēlams iepazīties ar mūsu atmosfēru un nobaudīt gardas maltītes! Tad krogs "Sīdrabies" būs jūsu vieta atpūtai.



**Wheelchair accessible – 66**  
**Visually accessible – 1**  
**Children friendly – 156**



# Guidelines and Solutions for All Accessibility Groups





# Frequently Asked Questions

[https://www.celotajs.lv/g/Publ/2023/  
dabas\\_turista\\_etikas\\_kodekss/  
dabas\\_turista\\_etikas\\_kodekss\\_en.pdf](https://www.celotajs.lv/g/Publ/2023/dabas_turista_etikas_kodekss/dabas_turista_etikas_kodekss_en.pdf)



# LATVIAN NATURE COMMON CODE OF CONDUCT



## Singapour

Hello,

My son and I want to hike part of the forest trail in May of this year.  
We are planning to start at Lazdijai in Lithuania and then hike for 8 days.

We want to pre book accommodation at guesthouses along the route but are having difficulty finding out how to do that. Are you able to help us book accommodation, or do you have any suggestions as to how we can book it?

Regards

Trevor Wynn



## Germany

Dear Juris,  
arrived in Riga today and my feedback of the E9 in Latvia (Ainazi to Riga) is absolutely positive! I loved walking at the beach and the few parts of stoned beach are not to strenuous. Very nice hiking! The last few kilometers I took the bus to Riga to avoid the road walking in the city.  
I really wonder why all the beautiful beaches are almost empty while the beaches in Italy or Spain etc are overcrowded??? Mysterious....

Now I'm in Riga till Monday.

Thank you again for your kind help!

Kind regards and a nice weekend  
Iris



## Italy

Labdien!

My name Is Giulia and I am contacting you from Italy.  
During this Summer (August) I would love to walk along your marvellous beaches, from Nida to Jurmala.  
I've been in Latvia several times and I heard about It and I think this Summer Is the right One to do It.  
I would like to know if you can support me in the organisation (stages, itinerary, hotel etc).  
I travel alone, I would Also love to know if It Is possible to join a group to walk

Thank you very much!  
Giulia



## New Jersey (USA)

Is there really any need to bring any safety measures against bears? like bear spray or is it okay to just mark your presence by singing, talking and to keep food outside of the tent

i will be walking during winter/spring and spray weights and takes a lot of space on such long trail

2025. gada 4. Marts 19:02



## Canada



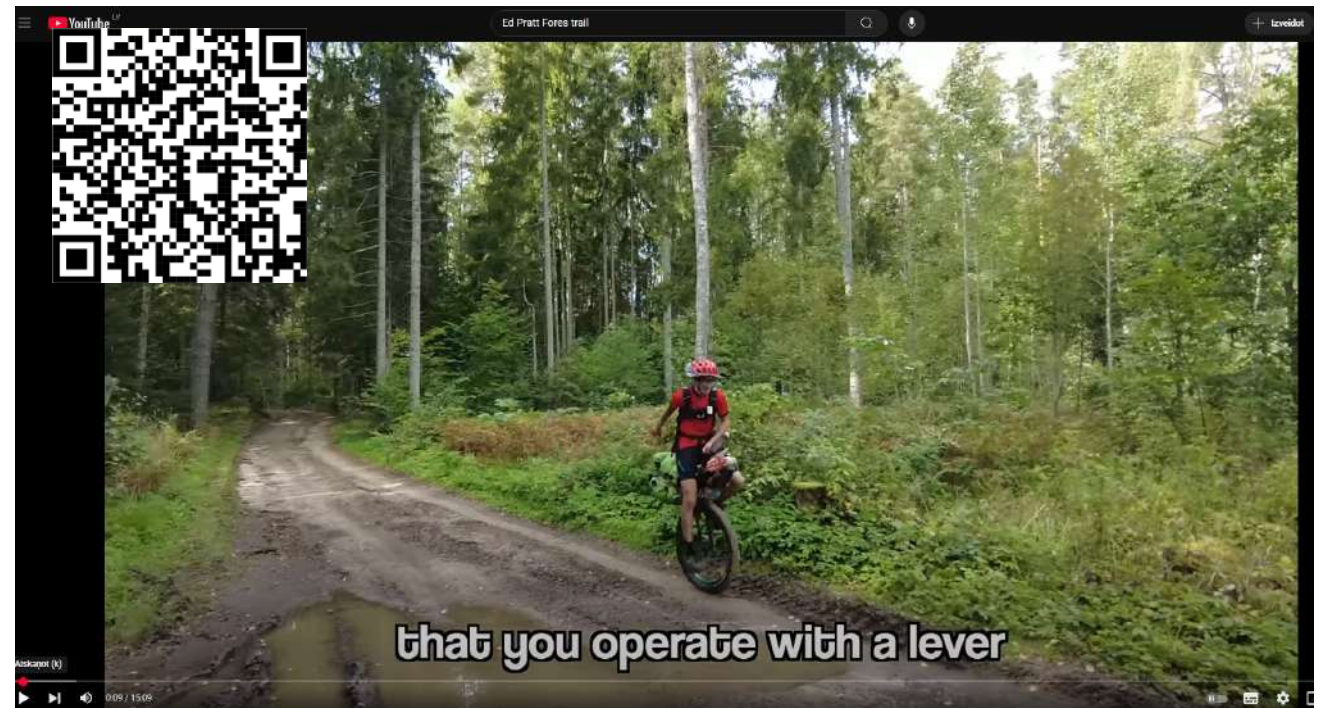


# Australian Tourists Explore Gauja National Park



# The Baltic Forest Trail by Unicycle

Ed Pratt from  
United Kingdom



# Tag the Baltic Coastal and Forest Trails on your Social Media

**Jūrtaka / Ranniku Matkarada / Baltic Coastal Hiking**  
Publicēja Juris Smajlinskis  
· 2 st. ·

Raivis ir uzsācis gājienu pa JŪRTAKU no Latvijas un Lietuvas robežas. Ir noieti jau vairāki posmi. Labs veids kā iepazīt savu ZEMI!

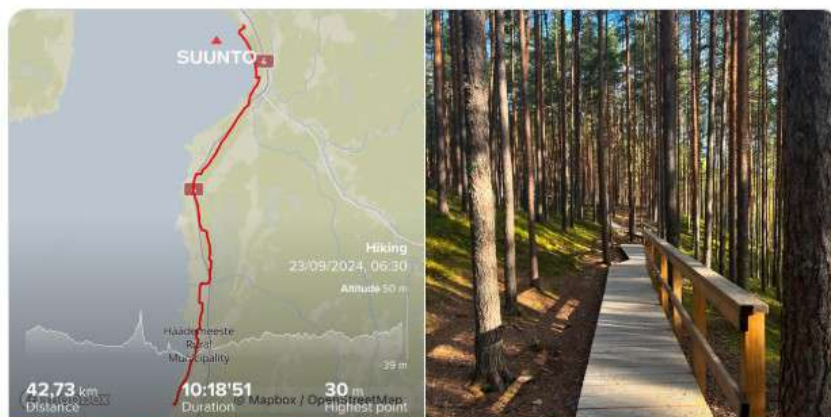


**Raivis Viksna** atrodas Pūķarags.  
2 d · Pape ·

Šodien sanāca noiet **Jūrtaka / Ranniku Matkarada / Baltic Coastal Hiking** pirmo posmu pa Latviju. Kopā nebija daudz. 13.5 km. Bet iespaidi protams lieli.

**Jūrtaka / Ranniku Matkarada / Baltic Coastal Hiking**  
Publicēja Anna Paleione  
· 2024. gada 4. Oktobris ·

Raimonds septembrī nolēma četrās dienās pieveikt Jūrtaku no Carnikavas līdz Pērnavai. Noslēdzošais - 4. posms Kabli - Pērnavā ~42 km  
Gaidīsim turpinājumu! Tiekamies Mežtakā! 🌲🌲🌲

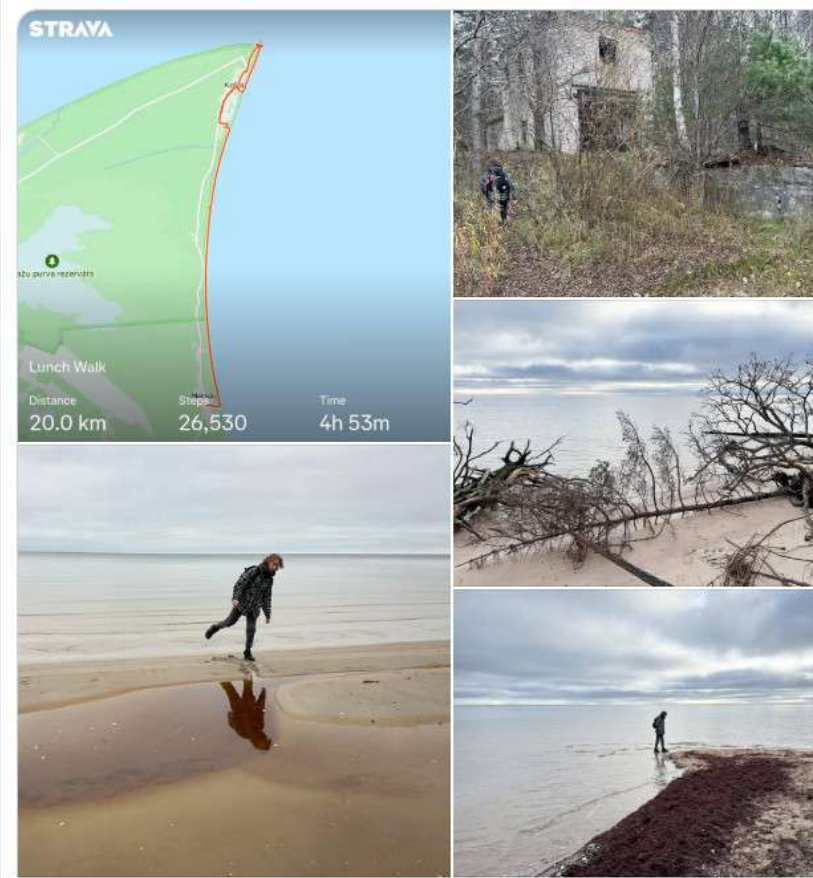


**Raimonds Riekstiņš** atrodas pilsētā Pārnu, Pērnavas apriņķis, Igaunija.  
2024. gada 23. Septembris ·

Tas arī viss šajā reizē. Ēdu brokastis un gaidu autobusu uz Rīgu. Tā arī nevienam Dzintaru neatradu, laikam tamdēļ ka pie sevis nodomāju kad atradīšu tad drīkst mainīt maršrutu. Latvijas jūrtaka ir ļoti laba, interesanta un ļoti marķēta. Igaunijā ir pretēji, ne jūrtaka ne camino nav ļoti marķēta, bez telefona neiztik. Gar jūras malu taka iet ļoti maz, ja šeit piekraste ir ar niedrēm vai žogi priekšā. Soma bez pārtikas un udens bija 6,6kg. Ar ap 10-11kg. No somas neizmantoju.

**Jūrtaka / Ranniku Matkarada / Baltic Coastal Hiking**  
Publicēja Anna Paleione  
· 2024. gada 11. Novembris ·

Jūra pavisam mierīga! 📍Kolkas rags - Melnsils.



**Kristīne Līcis** jūtas lepna kopā ar Toms Līcis šeit: Kolkasrags.  
2024. gada 10. Novembris · Kolka ·

Tačad arī atvase var leņoties, ka ir postainājis **Jūrtaka** no Ainažiem līdz Kolkai. #nārgāien



## Pārgājienu maršrutus «Mežtakā» un «Jūrtakā» tagad var atlasīt pēc interesēm un vajadzībām

Dalīties:    



"Mežtakas" marķējums.

28. oktobris, 2024, 16:15 | Ceļošana | Autori: LSM.lv Dzīvesstila redakcija

Lai vieglāk izvēlēties garo distanču pārgājienu maršrutu Mežtakas un Jūrtakas posmus savam pārgājenam, tagad tie iedalīti pēc interešu tematikas. Tāp vairāki posmi pielāgoti cilvēkiem ratiņkrēslos vai ar redzes ierobežojumiem. Takās uzstādītas arī vairākas **tiešsaistes kameras**, kas palīdz izvērtēt apstāplānojojot pārgājienu, informēja Latvijas lauku tūrisma asociācija "Lauku ceļotāji".

SIRVIETĒ | VESELĪBA | ZILONIS STUDIJA | KULTŪRA | CEĻOTĀJĀS | DĀŽS UN MĀJA | DZĪVĒNIKI | GIMENĒ | RECEPTS

Populārās pārgājienu takas Mežtakas un Jūrtakas kļūs pieejamākas dažādām sabiedrības grupām

Pārgājienu entuziāstu kopiena turpina augt, tādēļ Latvijas Lauku tūrisma asociācija (LLTA) "Lauku ceļotājs" nākusi klajā ar iniciatīvu padarīt garās distances pārgājienu maršrutus "Mežtakā" un "Jūrtakā" pieejamākus dažādām sabiedrības grupām, iekļaujot ģimenes ar maziem bērniem, seniorus, cilvēkus ar pārvietošanās grūtībām vai citiem ierobežojumiem.

JĀNIS ROZE

IENTĀC PLAŠAJĀ GRĀMATU PASAULĒ

Jaunākais

11.04. AZJŪRU SLAVENĪBAS. Gvineta Paltrova, diētu nogurdināta, atsāk zēt maizi

11.01. POLITIKA. Kādas būs Krievijas "Zapad" mēģības un kam gāteroties, atklāj armijas šefa Pušins

11.03. NIKELIS. Latvijas vairsargi ģēģals karjeru turpinās vienā no Somijas spēcīgākajiem klubiem

11.03. SABIEDRĪBA. Latvijas Pasta Liepāji dzimšanas dienā dāvina pastmarku

11.03. EKONOMIKA. Kaimiņi atkal mums priekšā. Igaunija atzīst par uzņēmējdarbībai draudzīgāko valsti Eiropā

11.04. KORUPCIJA. Simtiem jaunu Telsoz sveic savu koki. Marius Riva un Ralfs korts prezentē pirmo oriģināldziesmu

11.04. ZĀVAISTĒ. ASV un Ķīna pārtīrauc tarifu karu. Abas puses samazinās savus

BIZNESS | SPORTS | ĀRZEMĒS | IZKLAIDE | SIEVĪTĒM | PAR VESELĪBU | MĀJA



Svaig ķerm BRIT  
www

foto: Juris Smāļinskis

alē ar īpašu ratiņkrēslu var izbraukt loku pa jūru. Tāda iespēja būs arī Carnikavā un Apšuciēmā.

## Tikai līdz 11. maijam!

# Inspiring More People to Hike

## Sēltaka

SELĪAS LAIVAS 11/03/2025 UNCATEGORIZED



Sēļiem sava Sēltaka! Pirms trim gadiem uzsākām darbus pie gara pārgājiena takas veidošanas. Darbs ir rezultējies ar 70 kilometru garu maršrutu no Subates līdz Neretai. Pa osu mugurām, meža ceļiem un dabiskām iebrauktuvēm, caur mazpilsētām un gar skrajciemiem, plāvām, purvu malām un Dienvidsuseļas krastu. Lielākā daļa posmi ir izbraucami arī ar velu.



**EZERTAKA**  
Latgale lake hiking trail

11. maijā Balvu novadā  
25. maijā Rēzeknes novadā  
7. jūnijā Rēzeknē  
13. jūlijā Rēzeknes novadā  
19. jūlijā Preiļu novadā  
26. jūlijā Daugavpili  
10. augustā Ludzas novadā  
13. septembrī Līvānu novadā  
27. septembrī Balvu novadā  
5. oktobrī Krāslavas novadā

Vidzemes piekrastes

## Jūrtakas pārgājienu cikls

**Grafiks**

15.03.	Vecāki - Carnikava (14km / 5h)
5.04.	Carnikava - Saulkrasti (20km / 7-9h)
31.05.	Saulkrasti - Lauči (13km / 4-6h)
21.06.	Lauči - Tūja (15km / 5-7h)
26.07.	Tūja - Veczemju klintis (11km / 3-5h)
30.08.	Veczemju klintis - Svētciems (13km / 4-6h)
27.09.	Svētciems - Kulviži (13km / 4-6h)
18.10.	Kulviži - Ainaži (13km / 4-6h)

**Piedalies izaicinājumā!**  
Noej 6/8 posmiem  
un saņem medaļu  
par izturību!

Logo: Jūrtaka, Vidzemes piekrastes, Līvānu novads



# Volunteer Engagement Initiative





## Forest and Coastal Hiking Trails' accessibility improvement for different social groups (EE-LV00013)

**Interreg**



Co-funded by  
the European Union

**Estonia – Latvia**

### PROJECT PARTNERS IN LATVIA AND ESTONIA

LEAD PARTNER:



PARTNERS:



This activity is part of the Forest and Coastal Hiking Trails' accessibility improvement for different social groups project [EE-LV00013]. The project is being implemented with financial support from the European Union's Interreg Estonia Latvia programme for 2021-2027.

This presentation has been produced with the financial assistance of the European Union. The contents of this presentation are the sole responsibility of Latvian country tourism association „Lauku ceļotājs” and can under no circumstances be regarded as reflecting the position of the European Union.