METSA
MATKARADA
BALTIC FOREST HIKING

Metsa matkarada on läbi Balti riikide kulgev kaugmatkarada, mis läbib Eesti, Läti ja Leedu metsasemaid alasid, rahvusparke ja teisi kaitsealasid. Matkaraja lõigud on erineva raskusastmega, igaüks endale valida sobivaima. Riia ja Tallinna vaheline matkarada on jaotatud 50 lõiguks. Metsa matkarada on osa rahvusvahelisest Euroopa pikamaarajast E11.
Iga rajalõik ehk päevateekond on umbes 20 km pikk.

Pikkus: u 2100 km
Leedus – 751 km
Lätis – 625 km
Eestis – 720 km
www.balticrails.eu

The Forest Trail is a long-distance hiking route in the Baltic States that leads through the most forested lands and national parks of Lithuania, Latvia and Estonia. The different trail sections have different degrees of difficulty, so everyone can choose the distance best suited for them. Forest trail is designed as a part of the international European long-distance hiking route E11.
One day distance is approximately 20 km.

Length: ~ 2100 km
in Lithuania – 751 km
in Latvia – 625 km
in Estonia – 720 km
www.balticrails.eu

Setomaa on ajast aega olnud piiriala. Eelkõige küll kultuuriliselt, ent ka looduse poolest, paiknedes Pihkva järve ja Haanja kõrgustiku vahel. Seetõttu on piirkonna loodus ja maastikud väga eripalgelised. Pihkva järve ääres, kus maapinna kõrgus ulatub 30 m üle merepinna, valdavad soised ja liivased madalikud. Haanja kõrgustiku künklikel äärealadel küünivad kõrgeimad tipud enam kui 200 meetrit ü.m.p. Sinna vahele mahuvad siin, Värska ja Võõpsu vahel, liivased seene- ja marjarikkad männimetsad ning Obinitsa-Meremäe pool ulatuslikud põllustatud tasandikud, mida läbistavad sügavad ürgorud. Kogu seda suurte palumetsadega ja tiheda orgudevõrgustikuga ala nimetatakse Palumaaks.

Kui jätkad siit teekonda lõuna suunas, jõuad kohe Värkasse, Setomaa valla keskusesse. Kel soovi Värskaga lähemalt tutvuda, soovitame ette võtta marsruudi Võluv Värska (https://maps.visitsetomaa.ee/et/kaardid/voluv-varska), vastava paberkaardi saad Värska talumuuseumist, Reegi majast või Setomaa turismiinfopunktist. Metsa matkarada kulgeb läbi Värska aleviku, teeb tiiru ümber Õrsava järve lõunaosa ja suundub siis ulatuslikule Mustoja mõhnastikule.

Põhja poole suundudes jõuab matkaja Peipsi-Pihkva rannikumadalikule. Paremat kätt jääb maaliline Värska laht – pikk setetesse mattunud orglaht. Lahe põhi on suures osas täitunud järvemuda ehk sapropeeliga, mida kasutatakse Värska sanatooriumis raviprotseduurides. Järvemuda paksus on kuni 12 m ning maardla pindala umbes 76 ha! Muda sisaldab taime-, õietolmu- ja karbijäänuseid, väärtuslikke humiinhappeid ja ohtralt väävelvesinikku. Värska lahe järvemuda füüsikalis-keemilised omadused on kogu Euroopa mastaabis unikaalsed ning mudavarud õnneks väga suured. Värska lahe ääres peidab maapõu ka teist tähtsat loodusvara – mineraalvett. Valdavalt pärineb Värska mineraalvesi 450–550 m sügavustest veekihtidest. Mida sügavamast puurkaugust vett ammutatakse, seda soolasem ehk mineraalirikkam see on. Muda- või mineraalvanni saab broneerida Värska sanatooriumist.

Setomaa has always been a border area. Mostly culturally, but also for its nature, as the area is located between Lake Pskov and the Haanja Upland. Therefore, the nature and landscapes are very diverse here. By Lake Pskov, where the ground is 30 m above sea level, sandy and marshy lowlands dominate, while the hilly area on the outskirts of the Haanja Upland feature hills reaching over 200 m above sea level. In between, sandy pine forests rich in berries and mushrooms dominate here around Värska, and extensive reclaimed plains intersected by primeval valleys lay around Obinitsa and Meremäe. The whole area of large pine forests and thick network of valleys is called Palumaa.

When you continue to South, you'll arrive in Värska. When you have time to look around, follow the route Charming Värska (https://maps.visitsetomaa.ee/en/maps/voluv-varska). You can obtain the paper version of the route map from the local tourism center, the museum or General Reek's House. The Forest Trail leads through Värska, circles around Lake Õrsava and reaches the extensive Mustoja kame field.

On the northward section, the Forest Trail will take you to the coastal lowland of Lake Pskov. The picturesque Värska Bay lies on the right. It's a fjord-like bay which is filled with lake mud. The mud is used for treating diseases in the Värska Sanatorium. The mud layer is up to 12 m deep and the area of the mud field is ca 76 ha! The mud contains remnants of pollen and mussels, valuable humic substances and lots of hydrogen sulphide. The physical-chemical features of the Värska lake mud are unique within whole Europe. There is also another important natural resource found here in the Earth - the natural mineral water. The mineral water is mostly obtained from 450-550 m deep water layers. Salinity or the content of mineral depends on how deep the water is extracted from: the deeper, the more potent. You can book a mud bath or mineral water bath in the Värska sanatorium.

VAATAMISVÄÄRSUSED

1 **National Geographicu kollane aken Obinitsas.**
GPS: 57.810062, 27.439529

2 **Seto ateljee-galerii**. Vanem ja kaasaegne seto kunst, sh kunsti ja käsitöö müük.
+372 5117361; GPS: 57.80974, 27.43965

3 **Obinitsa muuseum.** Muuseumis saab hea ülevaate Setomaa omapärasest kultuurist ja ajaloost, rahvaõivastest ja seto leelost.
+372 56227732; GPS: 57.80978, 27.44289

4 **Lauluema kuju.** Obinitsa paisjärve pervel seisab mälestusmärk kõikidele Setomaa lauluemadele. GPS: 57.81115, 27.44695

5 **Obinitsa kirik ja kalmistu.** Rajatud 1952. a. Obinitsa kalmistule on järjepanu maetud vähemalt 1500 aastat. GPS: 57.81525, 27.44247

6 **Piusa külastuskeskus.** Heledasse liivakivisse kaevatud tunnelitest (nn Piusa koobastest) ammutati omal ajal liiva klaasi tootmiseks.
+372 53044120; GPS: 57.84125, 27.46628

7 **Piusa savikoda.** Elustiliiettevõte, kus külastajate silme all valmistatakse nii traditsioonilisi kui ka unikaalseid kunsti- ja käsitööesemeid.
+372 5233316; GPS: 57.84013, 27.46785

8 **Mustoja maastikukaitseala.** Kagu-Eesti suurim (3488 ha) ja reljeefseim mõhnastik.
GPS: 57.87372, 27.64089

9 **Põhjalaager.** Omaaegne sõjaväe õppebaas.
GPS: 57.94421, 27.64672

10 **Verhulitsa laudsipettäi.** Iidne mänd, mille juures peatus vanasti matuserongkäik.
GPS: 57.93971, 27.65191

11 **Õrsava järve matkarada.** 5 km pikkune matkarada kulgeb ümber Õrsava järve ja osaliselt ümber Värska lahe. GPS: 57.953698, 27.636176

12 **Värska talumuuseum.** Võimalus tutvuda, kuidas elasid setod 19. sajandi lõpul ja 20. sajandi alguses.
+372 5054673; GPS: 57.942246, 27.651567

13 **Reegi maja ehk Värska külastuskeskus.** Kindral Nikolai Reegi omaaegne suvemaja on taastatud keskusena, eksponeeritakse Põhjalaagri ajalugu ja loodusvarade kasutamist.
+37258878676; GPS: 57.9820230, 27.734078

14 **Petserimaa Vabadussammas.** Mälestussammas neile, kes langesid Petserimaal Vabadussõjas.
GPS: 57.957727, 27.633037

15 **Värska kirik.** Põllukividest seinte ja tellistest karniisidega õigeusu kirik. GPS: 57.96028, 27.62971

16 **Laossina tsässon.** Külakabel paikneb keskaegsel külakalmistul, mis on tänini kasutusel.
GPS: 58.029615, 27.579956

17 **Võõpsu tsässon.** Eestipoolse Setomaa suurim puidust külakabel. GPS: 58.07917, 27.54432

TURISMIINFO
WWW.VISITSETOMAA.EE

WORTH SEEING

1 **National Geographic yellow window in Obinitsa.**
GPS: 57.810062, 27.439529

2 **Seto Studio-Gallery.** Older and contemporary Seto art and folk art, the sale of arts and crafts.
+372 5117361; GPS: 57.80974, 27.43965

3 **Obinitsa Museum.** The museum gives a good overview of the unique culture, history, national costumes and traditional singing of the Seto people.
+372 56227732; GPS: 57.80978, 27.44289

4 **Singing Mother monument.** A memorial to all the "singing mothers" of Setomaa.
GPS: 57.81115, 27.44695

5 **Obinitsa church and cemetery.** The church was built in the 1952 and the cemetery is at least 1,500 years old. GPS: 57.81525, 27.44247

6 **Piusa caves visitor centre.** The sandstone caves have been created during the mining of glass sand in 1922–1966.
+372 53044120; GPS: 57.84125, 27.46628

7 **Piusa Pottery ceramics studio**. An open ceramics studio and shop.
+372 5233316; GPS: 57.84013, 27.46785

8 **Mustoja landscape protection area.** The biggest kame field (3488 ha) of southeast Estonia, with very varied relief. GPS: 57.87372, 27.64089

9 **The Northern Camp.** Former military practice base. GPS: 57.94421, 27.64672

10 **Verhulitsa pine.** An old pine tree associated with funeral customs. GPS: 57.93971, 27.65191

11 **Lake Õrsava hiking trail.** 5 km hiking trail around Lake Õrsava and parts of the Värska Bay.
GPS: 57.953698, 27.636176

12 **Värska Farm Museum.** You can see how Seto people lived in the late 19th and early 20th century.
+372 5054673; GPS: 57.942246, 27.651567

13 **General Reek's House.** The former summer residence of General Nikolai Reek is restored as a visitor center that shows the history of the Northern Camp and the use of natural resources.
+372 58878676; GPS: 57.9820230, 27.734078

14 **Freedom Monument of Pechory County.** A memorial for those who fell in the War for Freedom in the Pechory County.
GPS: 57.957727, 27.633037

15 **Värska church.** An Orthodox church built of stones and bricks. GPS: 57.96028, 27.62971

16 **Laossina village chapel.** Located in a medieval village cemetery that is still in use.
GPS: 58.029615, 27.579956

17 **Võõpsu village chapel.** The largest wooden Orthodox chapel of Setomaa (on the Estonian side).
GPS: 58.07917, 27.54432

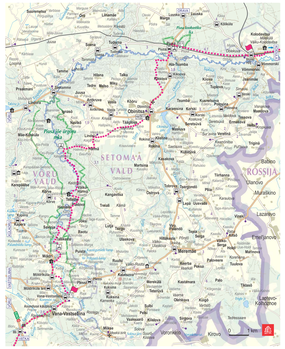
TOURISM INFORMATION
WWW.VISITSETOMAA.EE

HEA TEADA ! / GOOD TO KNOW!

- Setomaa asub Vene piiri ääres, seega jälgi oma mobiiltelefoni ja võimalusel võta mobiilne andmeside välja: telefon võib sattuda Vene võrku ja tekitada suure arve.
- Värskas on kaks toidupoodi, järgmised poed asuvad Obinitsas (u 30 km) ja Räpinas (u 22 km).

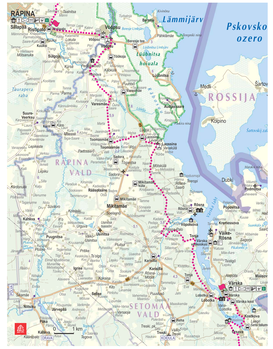
- Setomaa is located along the Russian border, so keep an eye on your phone and if possible, switch off mobiile data: your phone might reach a Russian network and cause a large bill.
- The are 2 food stores in Värska. There are stores also in Obinitsa (ca 30 km) and Räpina (ca 22 km).

VANA-VASTSELIINA–KOLODOVITSA, 26 km



KOLODAVITSA–VÄRSKA, 22 km

VÄRSKA–RISTIPALO, 25 km



WWW.BALTICTRAILS.EU

TURISMIINFO
+372 5682 1268
turism@setomaa.ee
www.visitsetomaa.ee

Interreg Central Baltic

EUROPEAN UNION
European Regional Development Fund

HÄDAABINUMBER
EMERGENCY 112