

TRENDBOOK PODRÓŻNICZY

Dokąd zaprowadzi nas
ciekawość świata w 2026?

Polacy w 2026 roku podróżują bardziej świadomie niż kiedykolwiek wcześniej. Nie wystarcza już zmiana widoku za oknem hotelu ani szybkie „odhaczenie” popularnych atrakcji. Podróż staje się doświadczeniem osobistym: sposobem na regenerację, poszerzenie perspektywy i odnalezienie równowagi w świecie, który coraz bardziej przyspiesza.

Europa pozostaje naturalną bazą wyjazdów – bliska, dostępna logistycznie i finansowo oraz względnie bezpieczna. To przestrzeń krótszych urlopów i miejskich ucieczek. Równolegle rośnie wyraźny segment dalekich podróży: nasze spojrzenia coraz częściej kieruje się ku Azji, Afryce i miejscom symbolicznym, które dla wielu z nas są nie tyle wakacjami, co „wyprawą życia”. To podróże planowane długo, przeżywane intensywnie i wspominane przez lata.

Motywacje? Najważniejsze z nich mają wymiar wynikający z doświadczeń. Respondenci szukają kontaktu z naturą, autentyczności i zanurzenia w lokalnej kulturze oraz regeneracji – psychicznej i fizycznej. To wyraźny sygnał zmiany jakościowej: podróż nie jest już tylko nagrodą po ciężkiej pracy. Jest inwestycją w siebie: w emocje, wspomnienia i osobisty rozwój.

Jednocześnie budżety zaplanowane na podróże wskazują na rozsądek. Dominuje pragmatyzm, planowanie i kalkulacja kosztów – efekt doświadczeń inflacyjnych ostatnich lat i rosnącej świadomości finansowej. Jednak niemal co trzeci respondent deklaruje gotowość do wyższych wydatków na jedną podróż. Oznacza to, że mimo ekonomicznej ostrożności, Polacy są gotowi zapłacić więcej za wyjazd, który będzie znaczący, jakościowy i autentyczny.

Rok 2026 jawi się jako czas równowagi między pragmatyzmem a marzeniami, między komfortem a daleką eksploracją. Współczesny podróżnik jest bardziej dojrzały: świadomy wyborów, selektywny w inspiracjach, szukający miejsc, które opowiadają historię, a nie tylko dobrze wyglądają na zdjęciu.



Łukasz Załuski

Redaktor naczelny

National Geographic Polska

„Podróże w 2026 roku stają się czymś więcej niż tylko zmianą miejsca – są świadomym wyborem doświadczeń, które mają realny wpływ na nasze samopoczucie i sposób postrzegania świata. Coraz wyraźniej widać, że Polacy podróżują nie po to, by „odhaczyć” atrakcje, lecz by szukać autentyczności, natury i momentów prawdziwego odpoczynku. Jednocześnie wyniki naszego badania pokazują ciekawą równowagę między pragmatyzmem a marzeniami – planujemy rozsądnie, ale wciąż jesteśmy gotowi inwestować w podróże, które mają dla nas szczególne znaczenie. To także czas poszerzania horyzontów: od lokalnych odkryć w Polsce po dalekie wyprawy, które pozwalają zobaczyć „inny świat”. Właśnie tę mapę współczesnych motywacji, inspiracji i podróżniczych marzeń staramy się uchwycić w tym trendbooku.”

Zapraszamy do lektury raportu, który pokazuje nie tylko gdzie będziemy podróżować w 2026 roku, ale przede wszystkim co za tymi wyborami stoi: emocje, marzenia i zmieniające się potrzeby. Dziękujemy wszystkim Czytelnikom National Geographic, którzy podzielili się swoimi planami. To dzięki Wam stworzyliśmy tę podróżniczą mapę inspiracji.

Metodologia badania: Badanie CAWI | N=1000 | Ukończone: 100%
Źródło odpowiedzi: 64,8% (n=648) – użytkownicy serwisu
national-geographic.pl, 35,2% (n=352) – czytelnicy
newslettera NG Świat do kawy

 NATIONAL
GEOGRAPHIC
POLSKA



Fot. Paweł Kosicki

Opracowanie: Magdalena Kamińska-Malinowska, Łukasz Załuski
Eksperti: Agnieszka Franus, Michał Cessanis, Jonasz Przybył,
Sabina Zięba, Łukasz Ostoja-Kasprzycki, Krzysztof Moczulski
Opracowanie graficzne: Michel Hops

Uczestnicy badania Kto wyrusza w podróż w 2026?

45%

Mężczyźni

1%

respondentów wybrał odpowiedź
„Inna/Wolę nie odpowiadać”

54%

Kobiety

Wiek

65 i więcej 23%

55 - 64 lata 19%

45 - 54 lata 21%

35 - 44 lata 19%

25 - 34 lata 11%

18 - 24 lata 7%

Miejsce zamieszkania

Wieś 18%

Miasto do 50 tys. 19%

Miasto 50-200 tys. 19%

Miasto 200-500 tys. 12%

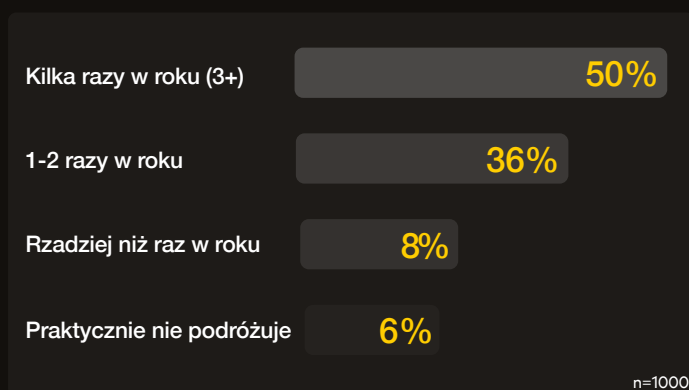
Miasto powyżej 500 tys. 32%

Jak często podróżujemy rekreacyjnie?

Dla zdecydowanej większości respondentów podróż nie jest już sporadycznym luksusem, lecz stałym elementem rocznego kalendarza. Połowa badanych (50%) podróżuje kilka razy w roku, a kolejne 36% wyjeżdża przynajmniej raz lub dwa razy. Tylko niewielka grupa deklaruje wyjazdy rzadziej niż raz w roku (8%) lub ich brak (6%).

Można przypuszczać, że częstsze podróżowanie jest efektem kilku nakładających się zjawisk: stale rosnącej dostępności połączeń, elastycznych modeli pracy oraz rosnącej potrzeby „resetu” w świecie nieustannej dostępności online. Coraz częściej podróż staje się sposobem na złapanie dystansu, krótką regenerację i zmianę perspektywy - nawet jeśli trwa tylko kilka dni.

Jak często podróżujesz rekreacyjnie?



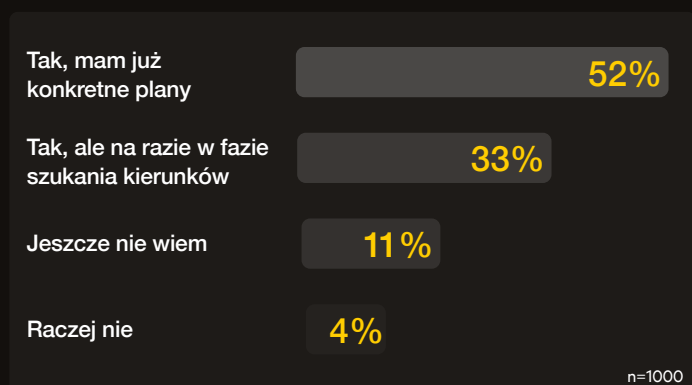
Fot. Paweł Jagiełło

85% badanych już planuje swoje podróże

Podróż zaczyna się od decyzji - a tę podjęła już zdecydowana większość respondentów! 52% badanych ma już konkretne plany wyjazdowe, inni dopiero szukają inspiracji i odpowiedniego kierunku. Ten wynik może być konsekwencją stabilizującej się sytuacji gospodarczej oraz rosnącej potrzeby regeneracji psychicznej.

Niewielu zamierza zostać w domu: tylko 4% deklaruje, że w 2026 nie planuje żadnych podróży.

Czy planujesz podróż w 2026?





Czego szukamy w podróżach w 2026 roku?

W podróżach najważniejsze są emocje i doświadczenie - większość wskazań dotyczy kontaktu z naturą i przyrodą oraz autentycznych doświadczeń i lokalnej kultury. Wysoko plasuje się także potrzeba odpoczynku i „resetu”, co sugeruje, że podróż staje się formą regeneracji i powrotu do równowagi.

Co ciekawe, znacznie mniejsze znaczenie mają czynniki czysto pragmatyczne: bezpieczeństwo czy okazje cenowe, np. tanie loty. Oznacza to, że decyzje podróżnicze coraz częściej opierają się na indywidualnych preferencjach i marzeniach, a nie promocjach czy kalkulacji ceny.

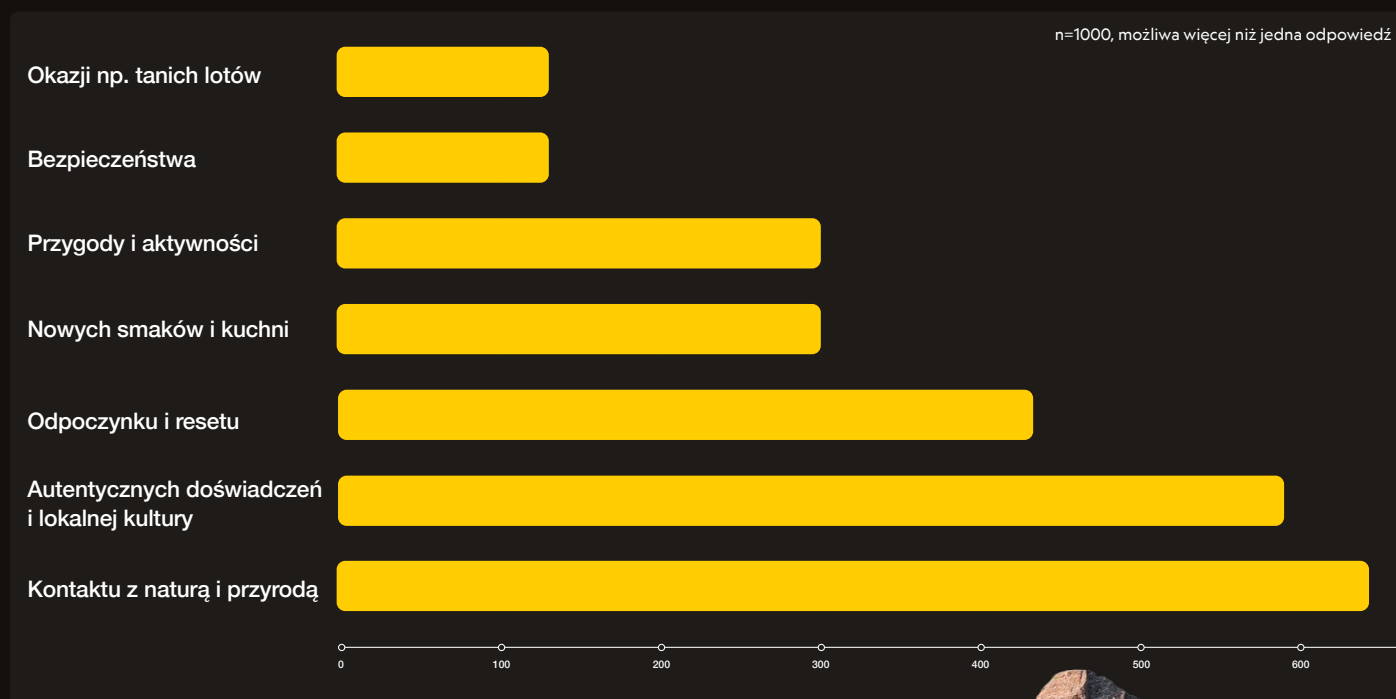


Agnieszka Franus

zastępczyni redaktora naczelnego magazynów National Geographic, National Geographic Traveler, redaktor naczelna Kaleidoscope.

„Wszyscy teraz uciekamy do natury, nasze badania tylko to potwierdzają. W świecie, gdzie ciągle coś nas rozprasza, przyroda stała się najlepszym lekarstwem na przebodźcowanie. Bardzo mnie cieszy, że polubiliśmy podróżowanie lokalne, bo to najlepszy sposób na spokojny, świadomy wypoczynek w duchu slow. Tym bardziej, że w Polsce mamy wciąż tyle niesamowitych miejsc do odkrycia.”

Czego przede wszystkim szukasz w podróżach w 2026 roku?



Kierunki 2026: lokalnie czy daleko?

Wyniki wyraźnie pokazują, że podróżnicza mapa 2026 opiera się na dwóch filarach. Cieszy nas wysoki wynik podróży lokalnych - aż 580 wskazań dla Polski potwierdza, że krajowe kierunki pozostają ważnym i świadomym wyborem. To dowód na rosnące docenienie lokalnych atrakcji, natury i krótszych, łatwiejszych logistycznie wyjazdów.

Europa (756 wskazań) wciąż pozostaje główną bazą wypadową: naturalnym kompromisem między egzotyką a dostępnością i komfortem planowania. Jednocześnie wyraźnie zaznacza się rosnące zainteresowanie Azją, która umacnia swoją pozycję jako kierunek marzeń i podróży „większego formatu”. Afryka oraz obie Ameryki pozostają bardziej niszowe, ale obecne w planach - co pokazuje, że horyzonty polskich podróżników systematycznie się poszerzają.

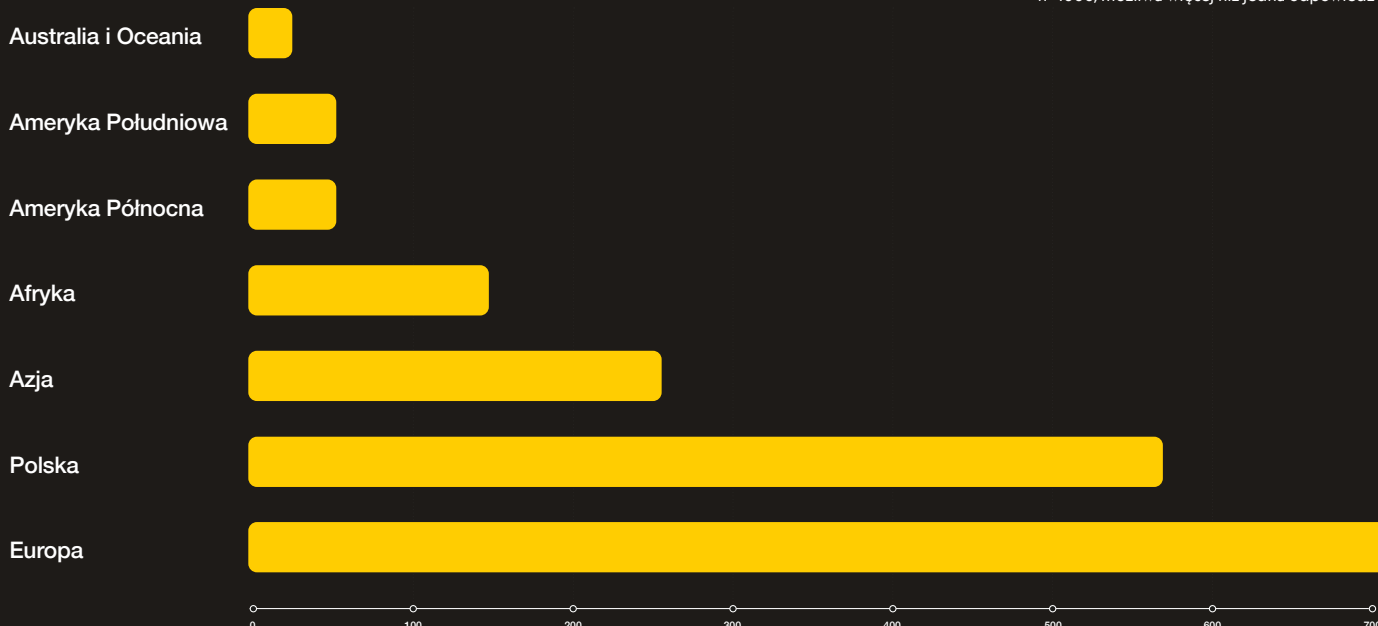


Łukasz Ostoja-Kasprzycki
Po Warszawsku, warsawianista,
przewodnik po Warszawie

„Podróżowanie lokalnie to trochę jak czytanie przypisów do historii - często okazuje się, że najciekawsze opowieści kryją się tuż za rogiem. Kiedy zwalniamy i zaczynamy odkrywać własne miasto czy region, widzimy miejsca, które codziennie mijaliśmy, a które mają fascynujące historie i ludzi. Dlatego zawsze powtarzam: żeby poczuć prawdziwego ducha miejsca, nie trzeba jechać daleko - czasem wystarczy przejść się kilka ulic dalej lub zajrzeć w bramę, która mijaliśmy setki razy.”



Gdzie planujesz podróżować w 2026 roku?





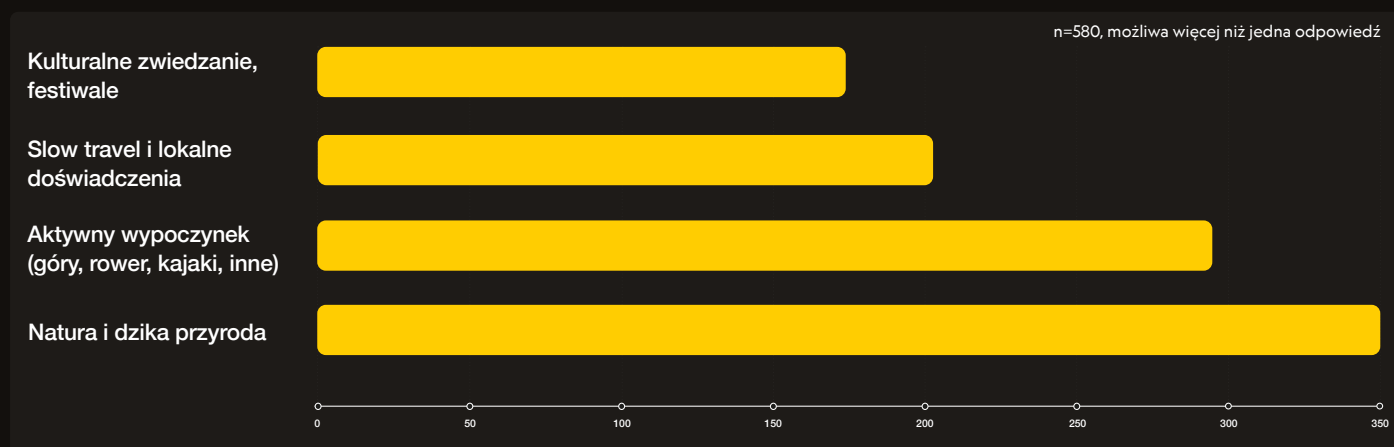
Podróże po Polsce – co nas najbardziej przyciąga?

Wśród osób planujących podróże po Polsce wyraźnie dominuje potrzeba kontaktu z naturą. Na drugim miejscu plasuje się aktywny wypoczynek (góry, rower, kajaki), co pokazuje, że krajowe wyjazdy są postrzegane przede wszystkim jako okazja do ruchu w pięknych okolicznościach przyrody. Istotne znaczenie ma także slow travel i lokalne doświadczenia, a także klasyczne zwiedzanie kulturalne. Polska w 2026 roku jawi się więc jako przestrzeń regeneracji, aktywności i odkrywania natury - bardziej niż intensywnego „odhaczania” atrakcji.



Fot. M. Birnbach

Jeśli planujesz podróże po Polsce - jaki ich charakter jest Ci najbliższy?



Europa – tu także doceniamy naturę

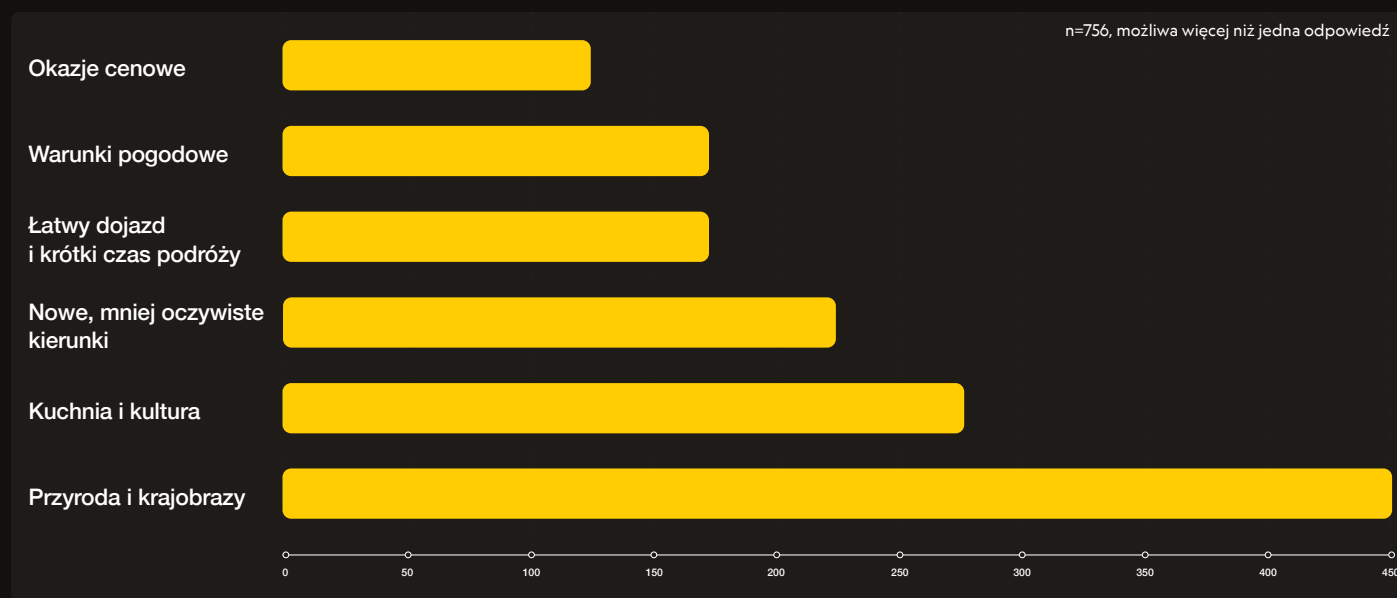
Podobnie jak w przypadku podróży po Polsce, także w Europie zdecydowanie wygrywa natura. To potwierdza wcześniejszy wniosek: niezależnie od skali wyjazdu (lokalnie, międzynarodowo), kluczowym motywem jest kontakt z naturą. Europa pozostaje więc nie tylko wygodną opcją logistyczną, ale też mapą gór, wybrzeży i spektakularnych pejzaży.

Na drugim miejscu pojawia się kuchnia i kultura, co pokazuje, że europejskie podróże są również szansą na zanurzenie w smakach i lokalnych tradycjach. Istotne jest także zainteresowanie nowymi, mniej oczywistymi kierunkami. To sygnał zmiany: zamiast klasycznych „must see”, coraz częściej wybieramy miejsca poza utartym szlakiem. Co ciekawe, czynniki pragmatyczne: łatwy dojazd, warunki pogodowe czy okazje cenowe mają mniejsze znaczenie.



Fot. M. Birnbach

Jeśli planujesz podróż po Europie - co jest dla Ciebie najważniejsze?



Jonasz Przybył
Dziennikarz national-geographic.pl

*Smaki i kuchnia – gdzie warto się wybrać?
„Zdecydowanie warto wybrać się do Serbii. To kraj często pomijany przy wycieczkach na Bałkany, a mający wiele do zaoferowania... także kulinarnie. Svadbarski kupus – czyli gotowana cały dzień na wolnym ogniu tłusta kapusta z różnego rodzaju mięsem i przyprawami – pochłaniany w pełnym słońcu i przy stole z radosnymi, gościnnymi Serbami jest wspomnieniem, po które warto jechać na południe Europy.”*



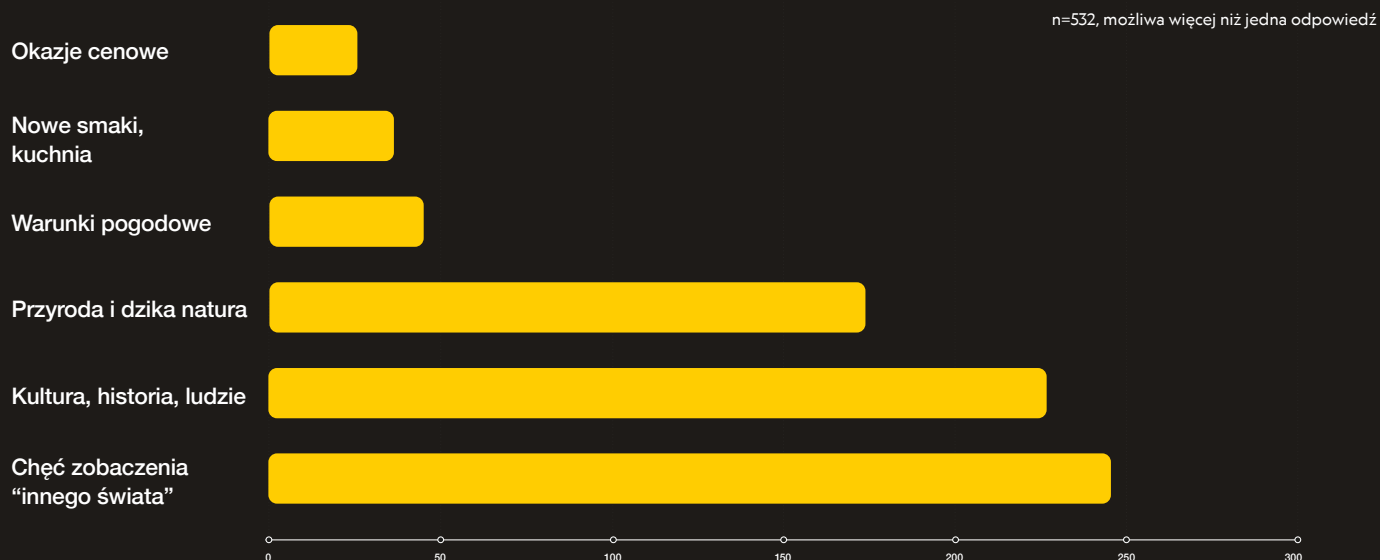


Inny świat coraz bardziej atrakcyjny

Podróże poza Europę napędza przede wszystkim ciekawość - najczęściej wskazań dotyczy chęci zobaczenia „innego świata” oraz poznania kultury, historii i ludzi. To pokazuje, że dalekie wyjazdy mają wymiar poznawczy - są bardziej wyprawą niż typowym urlopem. Silnym motywem pozostaje także dzika przyroda, co wpisuje się w ogólny trend poszukiwania natury, widoczny również przy podróżach po Polsce i Europie. Zdecydowanie mniejsze znaczenie mają czynniki pragmatyczne: pogoda, nowe smaki czy okazje cenowe.



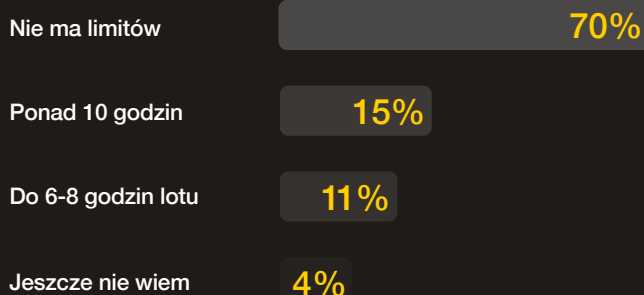
Fot. Paweł Jagiełło



Podróż warta każdej godziny?

Decyzja jest prosta: podróż marzeń nie zna limitów. 70% badanych deklaruje, że liczy się cel podróży i są w stanie spędzić długie godziny w samolocie, aby do niego dotrzeć.

Jak daleko poza Europę jesteś gotowy/gotowa polecieć?



n=532



Krzysztof Moczulski,
rzecznik prasowy PLL LOT

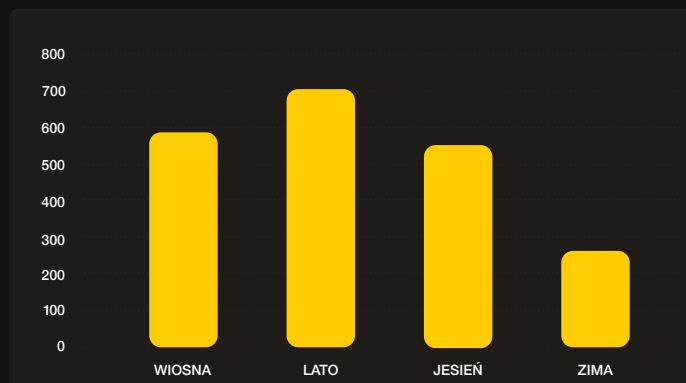
„Te wyniki wpisują się w kierunek rozwoju siatki połączeń PLL LOT pokazując, że Polacy coraz częściej szukają miejsc autentycznych, inspirujących i wartych odkrycia. Widzimy rosnące zainteresowanie takimi kierunkami jak Taszkent, który może być doskonałą bramą do poznawania pereł Jedwabnego Szlaku – Samarkandy, Chiwy i Buchary. Podobnie Baku przyciąga unikalnym połączeniem historii i nowoczesności: od zabytkowego starego miasta, w dużej mierze współtworzonego przez polskich architektów, po imponującą współczesną zabudowę. Coraz wyraźniej widać też, że np. Malta i Islandia, obecne w świadomości Polaków od lat, są dziś coraz częściej wybierane jako cele podróży turystycznych.”



Jesień goni wiosnę i lato – kiedy planujemy nasze podróże?

Choć lato wciąż pozostaje naturalnym sezonem podróży, coraz wyraźniej widać, że wiosna i jesień przestają być jedynie „alternatywą”. To miesiące spokojniejsze, o łagodniejszych temperaturach i często tańsze, dlatego coraz więcej osób wybiera wyjazdy poza szczytem sezonu.

Kiedy planujesz podróżować w 2026 roku?



n=1000, możliwa więcej niż jedna odpowiedź



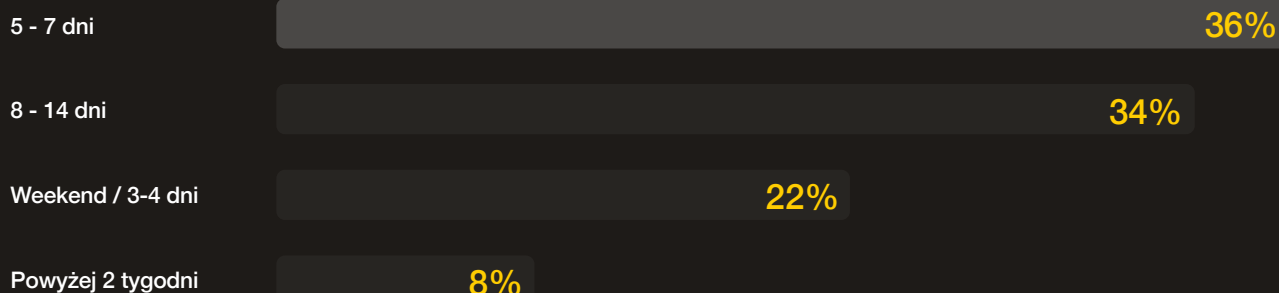
Prawdziwy urlop zaczyna się od dwóch tygodni?

Choć popularna teoria mówi, że prawdziwy odpoczynek zaczyna się dopiero po dwóch tygodniach, wyniki pokazują bardziej realistyczny obraz. Najwięcej osób wybiera wyjazdy w przedziale 5-7 dni (36%) oraz 8-14 dni (34%), co oznacza, że tygodniowy i dwutygodniowy urlop są nadal dominującym formatem podróży. Tylko 8% badanych deklaruje wypady dłuższe niż dwa tygodnie. Można więc powiedzieć, że choć marzymy o długim, pełnym resetu wyjeździe, praktyka wymusza krótsze, ale częstsze podróże - dopasowane do kalendarza i zobowiązań.



Fot. Paweł Kosicki

Jak długo zwykle trwają Twoje podróże?



n=1000

Budżet ma znaczenie

Budżet podróżniczy? Przeważa segment pragmatyczny - szukający jakości w rozsądnej cenie, często w postaci dobrze zaplanowanych wyjazdów poza sezonem. Jednocześnie warto zauważyć, że niemal 3 na 10 respondentów planuje wydać powyżej 5 000 zł na osobę, co pokazuje gotowość części podróżników do inwestowania w bardziej luksusowe, dłuższe lub dalekie wyprawy.



Michał Cessanis

dziennikarz podróżniczy, redaktor prowadzący
National Geographic Traveler

„Dziś nie mówimy już o podróżowaniu tanim, lecz o podróżowaniu „taniej” i mądrzej. Choć bilet do Japonii, Australii czy Ameryki Południowej to często wydatek rzędu 4–6 tys. złotych, to właśnie na miejscu czeka na nas pozytywne zaskoczenie budżetowe. Prawdziwa oszczędność zaczyna się tam, gdzie kończy się masowa turystyka: wybór hostelu zamiast hotelu to nie tylko mniejszy koszt, ale szansa na poznanie ludzi z całego świata, a zakupy na lokalnych bazarach pozwalają odkryć autentyczne smaki za ułamek ceny restauracyjnej. Co więcej, niemal w każdym większym mieście świata – od Limy po Tokio – można dołączyć do bezpłatnych spacerów z lokalnymi przewodnikami (free walking tours), które dają głębszy wgląd w historię i kulturę niż niejeden drogi przewodnik książkowy. Okazuje się więc, że najdroższy w podróży jest transport, a to, co najbardziej wartościowe – relacje, lokalne historie i natura – często pozostaje dostępne niemal za darmo.”

Jaki budżet (na osobę) planujesz przeznaczyć na jedną podróż w 2026 roku?

2000 - 5000 PLN

40%

5000 - 10000 PLN

20%

Do 2000 PLN

17%

Trudno powiedzieć

13%

Powyżej 10 000 PLN

9%

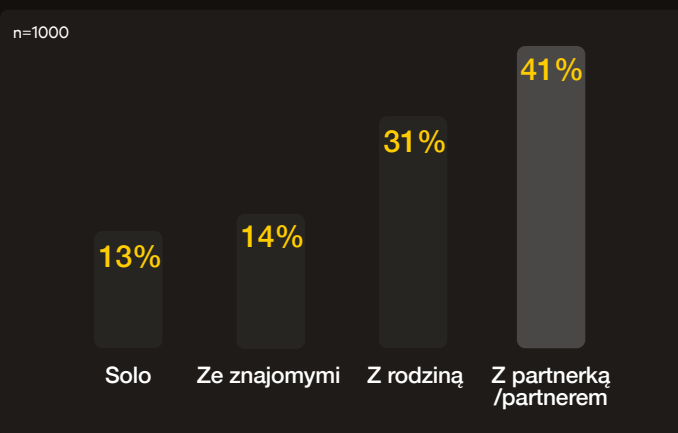
n=962, w pytaniu zostały wykluczone osoby, które nie planują podróży w 2026

Podróże? Najlepiej w zaufanym gronie

Nie jest zaskoczeniem, że najczęściej podróżujemy z rodziną lub partnerem/partnerką - wyjazdy w duecie czy w gronie najbliższych wciąż dominują. Warto jednak zwrócić uwagę, że 13% badanych wybiera podróż solo. To wcale niemało - samotne odkrywanie świata przestaje być niszą i coraz wyraźniej wpisuje się w krajobraz współczesnych stylów podróżowania.



Z kim podróżujesz najczęściej?



Sabina Zięba
dziennikarka national-geographic.pl

„Podróż solo to jeden z najszybciej rosnących trendów w turystyce – coraz częściej są świadomym wyborem osób, które chcą doświadczać świata na własnych zasadach, nie czekając na towarzystwo. Wymagają oczywiście większej uważności i przygotowania (znajomości miejsca, podstaw bezpieczeństwa oraz zaufania do własnej intuicji), ale doświadczenia podróżników pokazują, że przy zachowaniu tych zasad mogą być równie bezpieczne jak wyjazdy w grupie. W przypadku kobiet szczególnie ważne jest rozeznanie w lokalnych zwyczajach i wybór sprawdzonych noclegów, jednak rosnąca popularność wyjazdów solo wskazuje, że obawy często okazują się większe niż rzeczywiste ryzyko.”

Fot. Paweł Kosicki



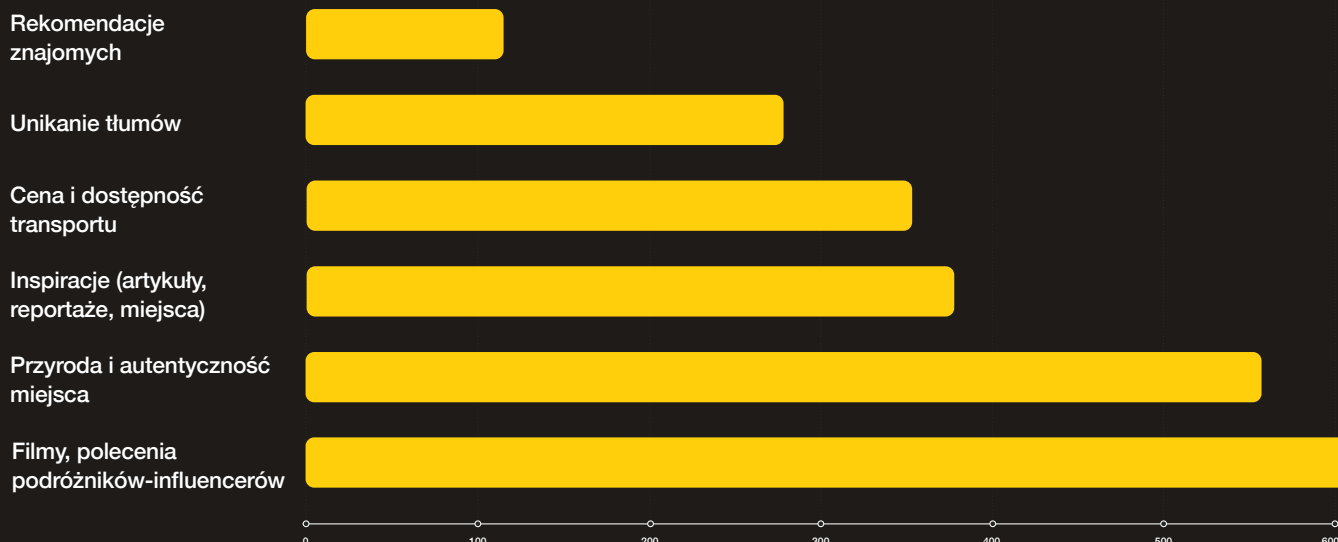
Co naprawdę decyduje o wyborze kierunku podróży?

Wśród badanych, największy wpływ na wybór kierunku mają dziś filmy oraz polecenia podróżników-influencerów. Tuż za nimi plasuje się przyroda i autentyczność miejsca. To wyraźny sygnał zmiany: podróż zaczyna się coraz częściej na ekranie. Influencerzy stają się współczesnymi przewodnikami, którzy często pokazują miejsca nieodkryte, autentyczne, budując od podstaw zainteresowanie danym miejscem lub regionem. Artykuły i reportaże oraz cena i dostępność transportu nadal są istotne, ale pełnią raczej rolę filtra decyzyjnego. Najpierw pojawia się inspiracja, a dopiero w kolejnym kroku kalkulacja kosztowa.



Co najbardziej wpływa na wybór kierunku podróży?

n=1000, możliwa więcej niż jedna odpowiedź



Świadome podróżowanie – trend czy nowa norma?

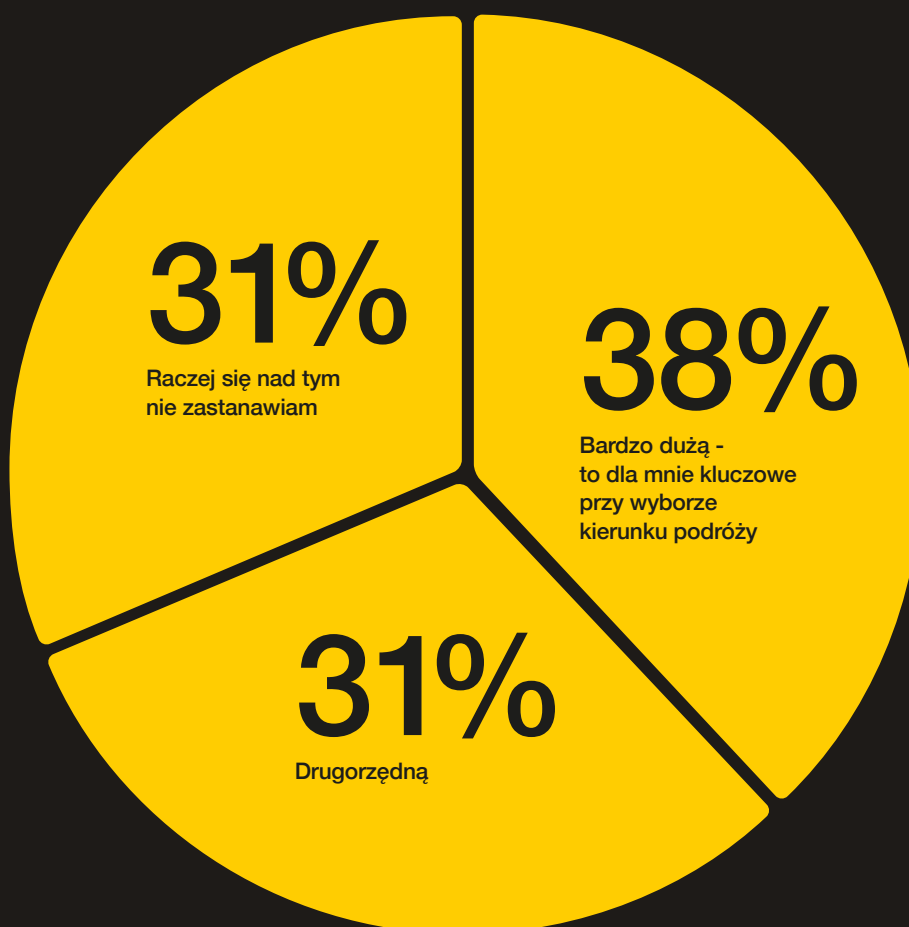
Wyniki pokazują ciekawą równowagę postaw: dla 38% badanych świadome podróżowanie jest kluczowym kryterium wyboru kierunku - to już nie nisza, lecz silny segment podróżników, którzy zwracają uwagę na ekologię, lokalność i odpowiedzialność. Jednocześnie niemal identyczne grupy (po 31%) deklarują, że ma ono znaczenie drugorzędne lub że w ogóle się nad nim nie zastanawiają.

Oznacza to, że temat zrównoważonej turystyki jest obecny w świadomości, ale wciąż nie dla wszystkich jest decydujący. Można mówić o etapie przejściowym: część podróżników podejmuje już wybory w sposób świadomy, inni dopiero oswajają się z tym podejściem. To także sygnał, że edukacja i inspiracja - pokazywanie, jak podróżować odpowiedzialnie bez rezygnowania z jakości doświadczenia - mogą realnie wpływać na przyszłe decyzje.



Fot. Patryk Kurc

Jaką rolę w Twoich podróżach odgrywa świadome podróżowanie? (ekologia, lokalność, odpowiedzialność)



Poznajmy Wasze podróże marzeń!

Gdzie prowadzą Wasze marzenia? W odpowiedziach pojawiają się dalekie wyprawy – egzotyczna Azja, Afryka, spektakularne krajobrazy – ale także lokalne atrakcje i przyrodnicze cuda. Wasze marzenia nie znają jednej szerokości geograficznej. Łączy je jedno: pragnienie przeżycia czegoś wyjątkowego.

„**Bieszczady**. Ponieważ jest tam wszystko co kocham. Spokój, góry, natura, brak dzikich tłumów. Można się zrelaksować, odpocząć ale też i dobrze zmęczyć przemierzając górskie szlaki.”

Kobieta, 35-44 lata

„**Japonia** - kultura, sztuka, piękna architektura, ciekawi ludzie.”

Kobieta, 65 lat i więcej

„**Hiszpania** - zawsze chciałam zobaczyć Alhambrę, Sewillę, przejść ścieżką króla. Oglądam i czytam dużo o Hiszpanii, jestem nią oczarowana, chciałabym wreszcie zobaczyć na własne oczy.”

Kobieta, 45-54 lata

„**Norwegia**, bo byłem tam wiele razy i czułem się szczęśliwy.”

Mężczyzna, 65 lat i więcej

„**Belgrad** - wspinała kuchnia, bogata oferta zwiedzania i sentyment.”

Kobieta, 35-44 lat

„**Gruzińskie stepy** i przełęcze przemierzone konno.”

Kobieta, 45-54 lat

„**Tulcza - delta Dunaju**. Wciąż dziewicze tereny w sercu Europy.”

Mężczyzna, 45-54 lat

„**Czarnogóra**, ze względu na cudowną przyrodę, dobrą infrastrukturę turystyczną, ale bez tłumów i tłoku.”

Mężczyzna, 18-24 lata

„**Islandia** - jest dla mnie ciągłym niedowierzaniem, że tak może być pięknie.”

Mężczyzna, 35-44 lata

„**Boliwia**. Kultura, przyroda - to marzenie z dzieciństwa i c.d. odkrywania świata z przygód Tomka Wilmowskiego :) Poczekam, aż będę mogła wziąć dłuższy urlop.”

Kobieta, 45-54 lata

„**Egipt** z wyjątkowo profesjonalnym przewodnikiem.”

Mężczyzna, 65 lat i więcej

„**Polskie Wybrzeże** - po prostu je uwielbiam!”

Mężczyzna, 35-44 lata

„**Trip przez całe USA**. Przepiękne parki narodowe, cuda natury, zapierające dech w piersiach krajobrazy i przestrzenie.”

Mężczyzna, 45-54 lata

„Niemożliwe, aby moje marzenia podróżnicze zamknąć w jednym miejscu na świecie!”

Kobieta, 45-54 lata

 NATIONAL
GEOGRAPHIC
POLSKA

W Trendbooku wykorzystaliśmy zdjęcia laureatów ostatniej edycji Wielkiego Konkursu Fotograficznego. Zobacz wszystkie nagrodzone zdjęcia na www.wkf.national-geographic.pl