

# Na trasách v Žilinskom kraji sa nestratíte

Stráviť dovolenku doma nemusí byť žiadna nuda. Ved' vstúpme si do svedomia, málokto z nás pozná podrobne krásu našich regiónov, ktorá sa nám ako na dlani otvára na tak malom priestore v takej bohatosti.

Prechádzky či prejazdy po peších a cyklo trasách v Žilinskom kraji milovníkov aktívneho oddychu dovedú nielen k lepšej fyzickej kondícii, dobrému pocitu, ale i k mnohým kultúrnym pamiatkam, prírodným unikátom a rôznym pozoruhodnostiam.

V Žilinskom kraji majú turisti a cyklisti nesmierne množstvo možností ako športovať a oddychovať, zároveň



v Liptove je mnoho, neobídte ani tie, o ktoré sa dlhodobo stará krajská samospráva. Doprajte sa na bicykli do Múzea liptovskej dediny v Pribyline, či na Liptovskú Maru, kde je návštevníkom prístupná Veža kostola Panny Márie a hneď oproti Archeoskanzen Havránok, kde žili Kelti. Vedú tade obľúbené cyklotrasy.

Pre vrchárov ponúka Liptov lahôdku v podobe najvyššie



## Región Liptova

Ponúka široké možnosti pre cyklistov. Trasy okolo Liptovskej Mary, okolo Choča, Dolnoliptovská, Hornoliptovská či Demänovská cyklotrasa vás vždy dovedú k nejakej atrakcii alebo pamiatke.

spoznávať nové a charakteristické špecifiká Liptova, Turca, Oravy, Kysúca a Horného Považia. Žilinský samosprávny kraj (ŽSK) už štvrtým rokom pracuje na budovaní nových, oprave existujúcich cyklo trás a turistických chodníkov, čo sa odrazilo nielen v obnove smerovníkov, tabulí, stĺpkov, informačných tabulí a stave trás, ale i presným GPS zameraním jednotlivých úsekov. Cestou za regionálnymi krásami sa isto nestratíte, podte, prevedieme vás.

## Liptovská rozprávka po vlastných i na bicykli

Liptov je jedným z najkrajších a turistami najvyhľadávanejších regiónov na Slovensku. Obklopený nádhernými vrcholmi Chočských vrchov, Vysokých, Nízkych a Západných Tatier, Veľkej a Malej Fatry, ponúka tipy na pešiu turistiku. Zaujímavosti na trasách

položenej osady na Slovensku vo výške 1050 m. n. m., zvanej Magurka, alebo najväčšiu prečerpávaciu vodnú elektrárňu na Slovensku s najväčším výkonom v strednej Európe s názvom Čierny Váh. Chuť templárskej histórie možno okúsiť cestou za Gotickým kostolom Všetkých svätých v Ludrovej, jednej z najvýznamnejších ranogotických sakrálnych pamiatok na Slovensku.

Keď už „výletujete“ na bicykli, nastúpte na cyklotrasu okolo Liptovskej Mary, alebo okolo Choča, Dolnoliptovskú, Hornoliptovskú, Lubochniansku, Kvačiansku či Demänovskú cyklotrasu. Vždy vás dovedú k nejakej tej pamiatke, kostolíku, jaskyni, či horskému potoku alebo vodopádu. Trasa v Kvačianskej doline vedie okolo Liptovského hradu, ktorý je s výškou 1000 m. n. m. najvyššie položeným hradom na Slovensku. Počas



## Vodné športy, aj vyhlídková plavba Z Oravskej priehrady dovidíte až na štíty Západných Tatier - Roháčov.

trasy natrafíte aj na jedinečné kultúrne technické pamiatky ako Mlyny v Kvačianskej doline. Pre zdatnejších cyklistov je k dispozícii Lubochnianska cyklotrasa vedúca rovnomennou, a zároveň najdlhšou horskou dolinou na Slovensku. Vhodnou zastávkou pre cyklistov je i rarita - hydroelektrárň v Lubochni, ktorá je v súčasnosti opäť v prevádzke a slúži aj ako expozícia.

## Oravské výhľadové odmeny

Kto nevidel, neuverí. Aj tak by sa dalo zhrnúť túženie sa po oravských kopcoch a lesoch. Orava sa vyznačuje výbornými možnosťami pešej turistiky, cyklo turistiky a eko turistiky. Na slovensko-poľskom pohraničí, pod úpäťm Babej Hory čaká na turistov v horskom prostredí osady Slaná voda unikátny minerálny prameň jódbromovej vody. Neďaleko v osade stojí i Hviezdoslavova horárň, expozícia Oravského múzea, kde sa dozviete podrobnosti nielen zo života P. O. Hviezdoslava, ale

vhodné použiť aj na návštevu turistických atrakcií v okolí Roháčov. Vyďte sa však aj na Roháče, okrem plies a vodopádov sú to zase výhľady, ktoré budú odmenou za vaše turistické nasadenie.

Cyklotrasy v oravskom regióne vedú aj malebným krajom roztrúsených osád v okolí Zázrivej. Z lúk nad osadou Havrania uvidíte jednu z najkrajších slovenských panorám. Svoj prázdninový program si môžete doplniť i návštevu Oravského hradu, ktorý celoročne okupujú historické postavy na čele s najvýznamnejším vlastníkom hradu Jurajom Turzom.

## Kysucké vrchárske prémie

Žilinský samosprávny kraj obnovil značenie i na Kysuckej cyklomagistrale, a nasledujúci tip - ako prevetrať bicykel, využíva i časť tejto magistrály. Cyklotrasa spája Vážsku dolinu z obce Kotešová s nadmorskou výškou 320 m n. m. s horským strediskom Kasárne v 950 metroch n. m. Trasa má 40 km, je stredne náročná, vhodná



## Okolie hradu Strečno

Má svoju osobitú atmosféru. Dominanciu hradu si najlepšie vychutnáte z plte počas splavovania Váhu.

aj ďalšieho literáta Víla Urbana. Je to vskutku výnimočný štart túry k vysokohorským hraniciam Slovenska a Poľska na Babej hore. Po dobrej turistike môžete rozvíjať aj iný rozmer turistiky. Vyhlídková plavba po Oravskej priehrade vás príjemne upokojí a skvelé predpoklady pre rozjímanie dotvorí aj prechádzka po Slanickom ostrove umenia, expozícii Oravskej galérie.

Pre kondične dobre pripravených cyklistov sú zaujímavé trasy pre horské bicykle v Oravskej Magure a v Skorušinských vrchoch. Bicykel je

pre cestné aj horské bicykle, a najmä je bohatá na krásne výhľady. Začína sa pri umelom kanáli Váhu v obci Kotešová. Trasa pokračuje 14 km stúpaním do sedla Semeteš. Cestou môžu cyklisti vo Veľkom Rovnom navštíviť miestne múzeum drotárstva s jedinečným a najväčším drôteným betlehemom na Slovensku. Zo sedla Semeteš sa milovníci dvoch kolies dostanú na Kysuce, cez časť Nižného Kelčova, odkiaľ už po modrej cyklo značke pokračuje do obce Makov. Odtiaľ je na skok unikátny exemplár brestu hrabolistého. Jeden

z najmohutnejších príkladov tohto stromu v strednej Európe rastie práve v hornej časti osady Papajovci. Po odfotografovaní tejto jedinečnosti či oddýchnutí čaká na cyklistov ešte 7 km stúpania na Kasárne. Odmenou sú však výhľady z javornického hrebeňa na okolité vrchy.

Bicyklom však netreba brzdíť iba kopce, za mimoriadne príjemnú cyklo trasu sa považuje cestička ku Múzeu kysuckej dediny vo Vychylovke, ktorá už hostí víta s novou stanicou, novými sociálnymi zariadeniami a výstavnými priestormi. Doprajte si jazdu úvratovou železničkou horským terénom. Ten zážitok stojí za to.

## Horné Považie s hustou sieťou cyklotrás

Vďaka jedinečnosti prírodných scenérií a bohatstvu kultúrno-historických pamiatok patrí región Horného Považia k najatraktívnejším oblastiam Slovenska. Má hustú sieť cyklotrás pre cestné i horské bicykle. Najhustejšia sieť cyklotrás na území Slovenska sa nachádza práve v okolí Terchovej. Núkajú sa možnosti pre rekreačnú cykloturistiku ako aj pre vyznávačov náročnej horskej cyklistiky. Okolie Terchovska si však môžete výbor-

žehnať. Súlovský, Lietavský, Hričovský, Budatínsky, Strečniansky či Starhrad, aj za nimi je ideálne vydať sa na dvoch kolesách po vyznačených cyklotrasách. Práve hrady Budatínsky a Strečniansky spája známy úsek Vážskej cyklomagistraly - Vetva Zofie Bosniakovej, nazvaná po najslávnejšej obyvateľke tohto hradu, manželke uhorského palatína Františka Vešelého.

## Pohoda v Turci

Turčianska kotlina, obkolesená pohoriami Veľká a Malá Fatra, Žiar a Kremnické vrchy, dostala vďaka svojmu tvaru a prírodným krásam pomenovanie „Turčianska záhradka“. Je popretkávaná kvalitnou a hustou sieťou značených cyklotrás pre cestné i horské bicykle. Cyklisti i turisti tak môžu spoznávať bohatstvo regiónu ako sú rázovité obce so sympatickými stavbami ľudovej architektúry i s honosnými vidieckymi kúriami a kaštieľmi rozmanitých architektonických slohov. V obci Necpaly nájdú okrem prvej obecnej vodnej elektrárne na Slovensku ďalšie 4 kaštiele a pekný park. V Kláštore pod Znievom môžu obdivovať vzácny stredoveký kláštor a budovu starej lekárne. Valčania sa chvália svojou olejkárskou históriou,



## Múzeum kysuckej dediny vo Vychylovke Víta hostí s novou stanicou. Doprajte si jazdu úvratovou železničkou horským terénom. Ten zážitok stojí za to.

ne vychutnať i peši, Vrátna je štartovacou pozíciou pre výstup hore Grúňom. Stúpanie do tohto vrchu preverí kondíciu každému turistovi. Opäť sa však po náročnej túre núka nádherný výhľad z malofatarskej hrebeňovky, na ktorej vás čaká i vrch Chleb, či Veľký a Malý Kriváň. Zdatní turisti môžu prejsť hrebeňom až do Strečna. V Terchovej sa ale oplatí pobudnúť dlhšie. Môžete ísť po stopách Juraja Jánošíka, miestneho rodáka, aj napríklad v Jánošíkových dielach či expozícii Považského múzea - Jánošík a Terchová. Neobídte Tiesňavy, Rosutce ani Štefánovú.

Ak je vám bicykel predsa len bližší spoločník, odporúčame unikátny cykloprechod cez sedlo Roháč alebo sedlo Patúch pod Žibridom do Rajeckej doliny. I na tejto strane je čo spoznávať. Neďaleko Rajeckej doliny sa nachádza Národná prírodná rezervácia Slnčné skaly s veľmi pôsobivým a pestro tvarovaným dolomitovým skalným masívom.

Osobitnou kapitolou sú pre vášnivých turistov hrady, ktorých je v Hornom Považí po-

ktorá sa premietla aj na fasádach historických domov v obci. Unikátnu technickú pamiatku, vodovod z 15. storočia (grobnú), ukrýva v horách ukrytý chotár obce Horný Turček.

Jedným z tipov na dobrý výlet je náročnejšia pešia trasa, ktorá síce nie je dlhá, ale prekonáva prevýšenie 860 metrov. Ide o Chodník Jána Bojmíra, ktorý patrí k najkrajším krajinárskym výletom nielen vo Veľkej Fatre, ale i na celom Slovensku. Výlet s časovou dĺžkou 5 hodín sa začína v Blatnici pred chatovou osadou Gader v Gaderskej doline. Po modro značenom chodníku J. Bojmíra (autor viacerých turistických sprievodcov) prideme k jaskyni Mažarná a potom sa začnú objavovať prvé výhľady. V záverečnej časti výstupu dosiahneme výhľadovú plošinu vrcholu Tlstá (1374 m n. m.). Chodník pri zostupe oplýva zaujímavými skalnými útvarmi a postupne končí klesaním pod Muráňom do Konského dolu až opäť do Gaderskej doliny. Odporúčame posledné prevetranie výstroja a „šupsa“ na návštevu susedov.



## Zrúcaniny hradu Blatnica

Natrafíte na ňu popri Chodníku Jána Bojmíra, odkiaľ sa vám naskytne nádherný výhľad na okolie.