



ŽILINA
TOURISM
REGION



**Jó tudni, még
jobb látni!**





ŽILINA TOURISM REGION



Szlovákia Zsolnai régió
www.zilinskyturistickykraj.sk



Árva vára

1

Szlovákia egyik leglátogatottabb és legszebb vára Árvaváralján található. „Sasfészeknek” is nevezhető, mivel a környékbeli táj felé magasodó sziklára épült. Hosszú évekig a vár az ismert Thurzó György nádor családjaé és örököseié volt. Kedveltek a kísértetek megjelenítésével tarkított éjszakai várlátogatások és a különféle színpadi előadások. A vár a nyilvánosság számára 1968-tól vált látogathatóvá.
www.oravskemuzeum.sk



Tudta, hogy... ?

Itt forgatták a Rigócsőr király, a Hercegnő és a koldus, és a Solymász Tamás című mesefilmeket, sőt a Drakuláról szóló történet első feldolgozását a Nosferatut.



Déményfalvi barlangok

2

Lépjen be a **Déményfalvi Szabadság-barlang** föld alatti helyiségeibe és engedje, hogy a lenyűgözően szép tarka cseppkövekkel díszített terem - melyeknek köszönhetően Európa legszebb barlangjai közé sorolták be - bővületbe ejtsék. A barlang bejáratáig le kell küzdeni egy 400 m-es tanösvényt 67 m emelkedővel. A barlangtúra 1800 m hosszú, és 900 lépcső található benne. Szlovákia leglátogatottabb barlangjának számít.

A turisták által közkedvelt **Déményfalvi-jégbarlang** egyike a világ első ismert barlangjainak. A maga nemében Szlovákia barlangjai közt a második legnagyobbaknak számít. A nyilvánosság számára is hozzáférhető barlang a Déményfalvi-völgy jobb oldalán helyezkedik el. A barlang bejárata 840 m tengerszint feletti magasságban nyílik. A barlangot négy szint képezi, teljes hossza 2,5 km. A látogató-útvonalba 850 m barlangjáratot iktattak be (a szemle időtartama 45 perc). A barlangot kitöltő jégösszetétel valószínűleg 400 - 500 évvel ezelőtt képződött. Varázslatosak az alsóbb részekben látható jégcseppkő térformák és jégcseppkő-zuhatok.

www.ssjsk

Tudta, hogy... ?

A déményfalvi Szabadság-jégbarlangban a levegő-hőmérséklete 7°C és egész évben változatlan. A Déményfalvi-jégbarlangról ismert még az itt talált barlangi medve csontlelet. A 18. században sárkány-maradványoknak hitték, innen kapta a „Sárkánybarlang” elnevezést. A barlangban tíz denevérfaj él.



Vlkolinec

3

Liptóban járva ki ne hagyja Szlovákia legjobb állapotban fennmaradt népi építészeti falumúzeumát, amely 1993-ban került fel az UNESCO természeti és kulturális világörökség listájára. A paszteslszínekkal festett kis faházak többségében a 19. századból származnak. Vlkolínecben mintha megállt volna az idő, szinte ugyanabban a formában maradt fenn minden, mint az a múlt század közepén volt. Vlkolinec különlegességének számít az is, hogy ezen a faházak településen a kisszámú állandó lakosság korösszetétele kis gyermektől a nyugdíjaskorúig terjed. Minden lakóház fából készült, csak a templom falazott építmény. Vlkolinec gyakran látogatott épülete a 18. században épült kőházaton álló, kétszintes, rönkfa-harangláb és a 19. században rönkfából készült kút. A faházak település hangulata mellett Vlkolínecben a látogatókat kiállítások is várják.

www.vlkolinec.sk

**Tudta,
hogy... ?**

A népmondák szerint a település farkasra utaló neve azzal függ össze, hogy lakói védték Rózsa-hegy városát a farkasok elől, farkasvermekben fogták meg azokat.



Csicsmány

4

Mesés kis falu „mézeskalács házakkal” – faházakkal, fehér geometriai mintákkal gazdagon díszített külső boronafalakkal. Az ilyen típusú díszek egyedülállóak egész Közép-Európában. Több, mint 130 ház található itt. Azért, hogy ezt a kultúrát megőrizzék a következő generációk számára is, a falu ezen része 1977-ben népi építészeti emlékké lett nyilvánítva. A faluban máig őrzik a népi hagyományokat. A geometriai elemekkel való díszítés technikájával kerülnek hímzésre a képeken és az abroszokon kívül a gyönyörű népviseletek is.

www.pmza.sk



**Tudta,
hogy... ?**

A díszek valószínűleg véletlenül keletkeztek, amikor a háziasszonyok a rések szigetelésére használt anyag maradványait a házak díszítésére használták, miközben a hagyományos népviseleti minták ihlették meg őket.



Jánosik-szurdok

5

Szurdokvölgyek rendszere 20 káprázatos vízeséssel, bizzar szikla képződményekkel, ösvény hidakkal, létrákkal és láncokkal – így lehetne leírni a Kis-Fátra egyik legszebb turistaösvényét, és egyúttal talán Szlovákia egyik legszebb kirándulását. A Jánosik-szurdok a Rozsutec Nemzeti Természeti Rezervátumban található és három, egységet képező részből áll: Alsó-szurdok, Új-szurdok és Felső-szurdok. A Jánosik-szurdokon keresztül vezető kis kör az enyhe emelkedők miatt alkalmas idősek és kisgyermekes családok számára is. Viszont, ha a legszebb részt szeretné látni, végig kell járni a Jánosik-szurdokon keresztül vezető Nagy kört. A Szurdok megközelíthető a Štefanová és Biely Potok településekről.



**Tudta,
hogy... ?**

Ha Ön egy edzett turista, és elindul a Szurdokba, kösse össze a túróját a Kis-Rozsutec csúcsának megmászásával. Ez a turistaútvonal elsősorban a hegycsúcsról való kilátásai miatt kedvelt.

www.regionmalafatra.sk



Budatin vára

és a Drótostótok mesterségéről szóló kiállítás

6

Zsolnáról nem szabad elmenni a középkor egyik legrégebbi várának meglátogatása nélkül. A várról szóló első írásos említés a 14. századból származik, amikor meghalt tulajdonosa, Csák Máté. A vízi vár a Kiszuca és a Vág folyók védelmét szolgálta. Napjainkban a Zsolnai Vágvölgyi Múzeum székhelye található benne, és a közönség az ott található drótos mesterségről szóló kiállítást látogathatja meg, amely kiállítás fajtáját tekintve egyedüli a világon. A várat egy történelmi park veszi körül, amelyben sétálni, vagy piknikezni lehet.

www.pmza.sk



**Tudta,
hogy... ?**

A drótostótok mesterségéről szóló első említés a 18. századból származik, és ezen mesterség bölcsője Trencsén és a kiszuca régió környéke volt. Az ország ezen szegény részein élő férfiak Sziléziában dolgoztak, ahol megtanulták a drót feldolgozásának technikáját. A drótostótok a drótot agyagedények javítására, apró tárgyak előállítására, és később művészi alkotások készítésére is használták.



Rohácsi-tavak

7

A Rohácsi-tavakat 6 gleccser-eredetű tengerszem képezi. A Rohács-völgyben található, és azért egyedülálló, mert lényegesen alacsonyabban helyezkednek el, mint a Magas-Tátrai tengerszemek. A legmélyebb tengerszem 7 méter mély, és területe 2,22 ha. A Rohácsi-tavak tanösvénye elvezeti Önt közvetlenül a tavakhoz. Ez a közepes nehézségű túraútvonal kisgyermekes családok körében is kedvelt, és elvezet egészen a Rohácsi-vízeséshez. A túra jutalmát az érdekes tájképet nyújtó gyönyörű természeti panorámák adják.

www.visitorava.sk



**Tudta,
hogy... ?**

A Rohácsi-vízesés méretével a Magas-Tátrai vízesésekkel versenyez, amelyek szintén gleccser eredetűek. 1 340 m tengerszint feletti magasságban található.



Történelmi Erdei Csúcsfordulós Üzemű Vasút

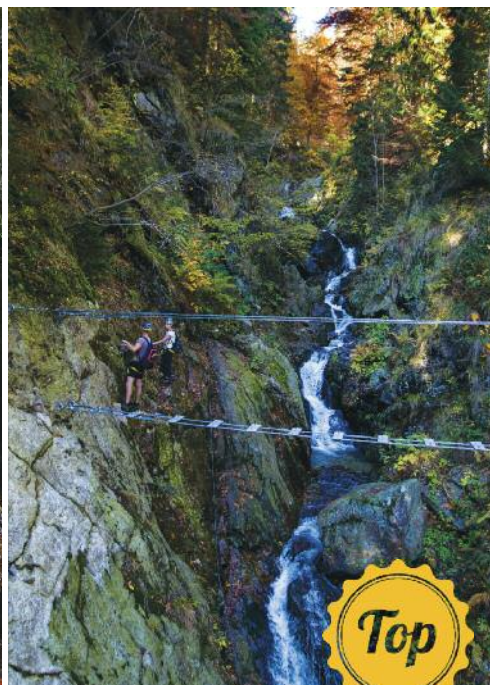
8

Élvezze a fordulós rendszerű erdei vasúton való utazást, amely rendszer segítségével a vonat le tudja küzdeni kis távolságon a nagy szintkülönbséget. Régen a vasút a környező erdőkben termelt fa szállítást szolgált. Napjainkban csak a régi Kiszucaj-Árvai Erdei Vasúthálózat egy része került felújításra, a Kubátkovia állomástól a Beszkid nyergéig (kb. 8 km), és ez a Kiszucaj Falumúzeum részévé vált Történelmi Erdei Csúcsfordulós Üzemű Vasút néven. www.kysuckemuzeum.sk



**Tudta,
hogy... ?**

A Beszkid csúcsa túlságosan szűk volt, ezért nem lehetett rajta szerpentineket kialakítani, mert nem volt hely ívek kialakítására. A fordulós vasutak csúcsfordulók rendszerét alkalmazták, mely rendszer váltóval ellátott helyekből áll, ahol a vonat megváltoztatta a menetirányát. A rendszer elve az, hogy a mozdony a szerelvényt először előre húzza, aztán a váltó áthelyezése után tolatott, és ez ismétlődik, amíg a vonat céljához nem ér.



Ferrata HZS Martinské hole

9

2013-ban Martinské hole besorolást szerzett azon hegységek jegyzékébe, ahol a hegymászáshoz biztosított turistaösvényt lehet használni. A via ferrata, amelyet a hegyi mentőszolgálat épített ki, a túróci régió elsőrangú attrakciói közé tartozik, és a hegymászáshoz két nehézségi fokozat közül lehet választani. Ajánlatos a via ferrata felszerelés használata. A szakasz teljesítése közben megcsodálhatjuk a Sörfőzde-patak szurdokát és a vízeséseket. A Hegyi mentőszolgálat Via Ferratájához Túrőcszentmártonból a helyi autóbuszjárat Stráne végállomásától a Sörfőzde-patak mellett a Martinsé hole felé vezető turistaúton juthat el. A tanösvény és a ferrata útvonal nem látogatható az egész év során.

www.naferraty.sk

**Tudta,
hogy... ?**

A túraútvonalon, a patak felett két kötélhíd is található. A szurdokon ezek segítségével mindkét irányból át lehet kelni, felejthetelen és izgalmas kalandban lehet része.



Tutajok az Árva és a Vág folyókon

10

A múltban a tutajozás a szegényebb területek, elsősorban Árva és Liptó lakosságának jelentett fontos megélhetési forrást. Eleinte a fában gazdag vidék területéről szállították a fát a talpasok olyan helyekre, elsősorban délre, ahol az gyakran hiánycikk volt. A szállított áru tehát maga a vízjármű volt, de évszázadok során a tutajok tökéletesedtek, és képesek voltak további farakományt, zsindeleket, kerámiát, vásznat, élelmiszert, hegyi juhásztanyák termékeit, és természetesen embereket is szállítani. Napjainkban kipróbálhatja az utazást ezen rendhagyó közlekedési eszközzel a Vág folyó attraktív környezetében, Sztrecsnó vára alatt, vagy az Árva folyón, ahonnan gyönyörű kilátás nyílik az Árva várára.

www.plte-orava.sk, www.plte-strecno.sk



**Tudta,
hogy... ?**

A tutajosok legveszélyesebb szakaszai a Vágon a Margita és Beszna („veszett”) sziklák voltak. 1937 és 1938 között, amikor a Strecsényi-szoroson át vezető második vasúti sínpár számára az alagutat építették a, sziklákat felrobbantották. Viszont a mai napig ez a szakasz zuhatagáról híres.



Sztrecsnó vára

11

Zsolnáról Túrőcsentmártonba való utazása során tartson pihenőt és látogassa meg a középkori Sztrecsnó várát, amely a Vág felett álló sziklaormon emelkedik a magasba. A vár történelme visszanyúlik a 14. század közepéig. A várra kellemes séta vezet a korabeli középkori építmények alapján felépített középkori Paseka falun keresztül. A várból széttekintve elkápráztatja Önt a Sztrecsnói-szorosra nyíló kilátás.

www.pmza.sk

**Tudta,
hogy... ?**

Sztrecsnó várán élt a nagylelkű Bosnyák Zsófia, a betegek és szegények segítője. Halála után a testét épségben találták meg annak ellenére, hogy a holttestét nem mumifikálták és nem is balzsamozták. Ezen oknál fogva is az emberek szentként kezdték tisztelni.



Kerékpárút vártól várig

12

Zsolna lakosai körében közkedvelt a Budatini és a Sztrecsnói várát összekötő kerékpárút. Az útvonal a zsolnai vízierőmű tározója körül, nagyrészt a gát körüli aszfaltozott úton halad. A körút hossza 33 km. Az útvonalon kerékpártárolók, menedékhelyek, padok, pihenőhelyek, büfék nyújtanak felfrissülést. A Vág egész környéke kellemes és könnyű terepnek számít. Az útvonal legszebb része a zsolnai vízierőmű építéskor a Vág jobb partján kialakított biofolyosó mentén vezet.

www.regionmalafatra.sk

**Tudta,
hogy... ?**

A Zsolnai kerület területét több mint 2800 km jelzett kerékpárútvonal szeli át.



Zsolnalitva vára

13

Zsolnalitva vára a legnagyobb terjedelmű szlovákiai várak egyike – Szlovákia területén található második legnagyobb várnak tekinthető. A vár történetének kezdete a 13. századba nyúlik vissza. Zsolnalitva várának utolsó jelentősebb tulajdonosa Thurzó György volt a 17. század elején. Zsolnalitva várának megmentését, felújítását, és konzerválását a Zsolnalitva vára Megmentéséért Egyesület végzi. Zsolnalitva várára Lietava-Majer községből a kék turistaúton juthat el (kb. 30 perc alatt). Meredekebb út vezet a várra Litvaszinye községből (autóbuszmegállóból indulva) a zöld turistaúton (kb. 40 perc).

www.hradlietava.sk



Zsolna történelmi központja

14

Zsolna történelmi központját történelmi épületek, számos hangulatos kávézó és étterem, valamint Szlovákia egyik leghosszabb, sok kis bolttal szegélyezett sétálóutcája jellemzi. A városban barangolva ne hagyja ki az Andrej Hlinka és a Szent Mária teret sem. A két tér között található a Legszentebb Szentháromság templom és a szabadon álló Burián-harangtorony. Innen nyílik csodálatos kilátás a városközpontra. www.tikzilina.eu

Tudta, hogy... ?

A Mária téren az épületeket nyitott árkádos folyosók – bolthajtások – díszítik, helyileg úgy nevezik „laubne“ [német kifejezés]. A háztulajdonosok, azaz a város leggazdagabb kereskedői vásár idején portékáikat a boltívek alatt árusították.



Szent Pál megtérése templom alatti katakombák

15

Ha érdekli Önt a történelem és a titkok világa, jöjjön el, és ismerje meg a földalatti területek titkait a Szent Pál megtérése templom alatti ún. „katakombákban”. A katakombák látogatása során az idegenvezetőtől sok érdekességet tudhat meg, megtudhatja, hogy ezeken a helyeken valóban rejtőztek-e zsidó gyermekek a koncentrációs táborba való elhurcolás előtt. Érdeklődés esetében a katakombák látogatására jelentkezni kell a Zsolnai Turista Információs Irodánál. Az időpontok mindig egy hónappal előre kerülnek meghatározásra. www.tikzilina.eu



Fest Anča

16

Amennyiben az animációs filmek szerelmese, ki ne hagyja a zsolnai Anča Fest-nek nevezett Nemzetközi Multimédiás Animációs Fesztivált, amely Szlovákiában egyedülként vetít rövid-, ill. egész estés animációs filmeket, leginkább a felnőtt közönség részére. A fesztiválon filmesekkel, zenészekkel és az alkotói világ élvonalába tartozó kortárs művészekkel találkozhat. Évente kerül megrendezésre Zsolnán a Stanica Žilina-Záriečie kultúrközpontban, az Új Zsinagógában és a város további kulturális létesítményeiben. www.festanca.sk



Nagybecsesei menegyzői palota

17

A menegyzői palotát a 17. század elején építtette Thurzó György magyar nádor. A palotát elsősorban a hét lányának rendezendő lakodalmakra emeltette. A várkastély részét képező palota Közép-Európa legjelentősebb reneszánsz-kori műemlékeinek egyike. Ha meglátogatja a palotát, megtekintheti az UNESCO jegyzékében szereplő szlovákiai építészeti alkotásokról szóló kiállítást is. www.pmza.sk

Tudta, hogy... ?

A biccsei kastélyban Janosik György is szolgált az őrség csapatának katonájaként. Itt ismerkedett össze Uhorcsik Tamás kiszucaival zsvánnal, aki rábeszélte őt, hogy legyen ő is betyár.



Bélai-szikla

18

A Bélai-szikla a sziklamászók által gyakran látogatott terep Túrőcbéla község felett a Kis-Fátrában. Túrőcbélán forduljon le a főútról a Kis-Fáttra gerince irányába és a Bélai-völgyben a Béla-patak mentén a község végéhez ér. Onnan még néhány száz méter és a sárga jelzés elvezeti a Bélai-szikla irányába. Rövid, de meredek emelkedőn feljut a Bélai-sziklához. A legmagasabb kilátóhelyen a meredek helyeket mászóvasakkal és láncokkal látták el. A jelzett ösvény elvezeti Önt a három biztosított kilátóhoz, amelyekről szép kilátás nyílik a környező tájra. A túra időtartama 1 - 1,5 óra. Az útvonal kiindulópontja a Bélai-völgy Túrőcbéla község közelében.

www.regionmalafatra.sk



Sztránik

19

Sztránik egy olyan domb, amely kitűnő kilátást biztosít Zsolna városára. „Dombok dombja” a vitorlázó- és sárkányrepülő pilótái, és az ejtőernyősök számára. A dombnak fantasztikusan jó az elhelyezkedése, hosszú felszállópályái vannak, könnyen megközelíthető, kitűnő hőmérsékleti viszonyokkal, és szinte minden irányban el lehet róla indulni. A környéken számos helyen biztonságosan le lehet szállni. Mindezen tulajdonságok a helyszínt a vitorlázórepülés központjává tették, már 1917 óta, és napjainkban is a motor nélküli repülés elsőrendű helyszíne Szlovákiában. www.regionmalafatra.sk

Tudta, hogy... ?

Menedék hely és gyalogház található itt, amely megkapta a 2016-os év legjobb kültéri épületének járó építészeti díját.



Nagy Rozsutec (1 610 m t.f.m.)

20

A Nagy Rozsutec Szlovákia egyik legszebb csúcsa. A kriványi Kis-Fátra szimbólumának számít. A turisták kedvelik, a csúcsára nem a legegyszerűbb felmászni. A Nagy Rozsutecra az útvonal leggyakoribb kiindulási pontja Terhely – Fehérpataki rész a Jánošík-szoroson keresztül, a másik útvonal kiindulási pontja Terchová – Štefanová-tanya, ez az útvonal rövidebb, de meredekebb. A turista elé azonban innen az egész túra alatt szebb kilátás tárul. Maga a csúcs varázslatos panorámás kilátást nyújt. www.regionmalafatra.sk



Vrátna Malá Fatra

21

A Kis-Fátra nemzeti park szívében, Terhelytől csak 3 km-re található síközpont, amely ideális helyet biztosít a freeride sízéshez, sálpinizmushoz, téli turisztikához és a hódeszkázáshoz. Nyáron a Vratna-völgyben megtalálják a kedvükre való időtöltést a turisztika kedvelői, az adrenalin-függők, valamint a természetben kirándulni s pihenni vágyók. www.vratna.sk

**Tudta,
hoggy... ?**

A chlebi sípályán kabinos felvonó közlekedik, amely nyáron is igénybe vehető. A turisták így a Kis-Fátra gerincének bejárását közvetlenül 1 524 m tengerszint feletti magasságban kezdenek meg.



Nagy-Krivány (1 709 m t.f.m.)

22

Nagy-Krivány a Kis-Fátra legmagasabb csúcsa, tengerszint feletti magassága 1 709 m. A csúcsról a környező hegycsúcsokra és hegységekre gyönyörű panorámás kilátás nyílik. Feljutni rá nem a legkönnyebb a túra, de az útvonalat egyszerűbbé lehet tenni, úgy, hogy kabinos felvonóval fel lehet menni a Snilovské sedlo-nyeregbe. A hegycsúcs innen kb. 45 percre van. Frisítőhöz közvetlenül a felvonó legfelső állomásán juthat, vagy át kell menni a Chleb alatti menedékházhoz. A Snilovské sedlo-nyeregből ez 30 perc alatt érhető el. A menedékház a Kis-Fátra legmagasabban fekvő menedékháza, egész évben üzemel. A Vrátna-völgybe kabinos felvonóval, gyalog a felvonó útvonalát követve térhet vissza, de gyönyörű kilátást nyújtó hosszabb és érdekesebb útvonalat is választhat. Az útvonal a hegygerincen át a Poludňový Grúň-ig vezet. A Poludňový Grúň-tól a Grúň-i turistaházig a lejtő nagyon meredek. A felvonó alsó állomására a turistaházról kellemes sétával lehet az erdőn keresztül visszajutni. www.regionmalafatra.sk



Jánosik napok Terhelyen

23

Terhely immár majdnem 120 éve egyedülálló zenei hagyományairól ismert, amelyekről megemlékeznek a Jánosik napoknak nevezett „terhelyi államünnep” formájában is. Terhely minden augusztus elején egy nemzetközi folklór fesztivál színhelyévé változik. Amellett, hogy ilyenkor a népzene a főszerep, nem maradnak ki más zenei stílusok sem, valamint kiállítások, bemutatkozások különböző kézműves foglalkozások, pénzverők, sor kerül tűzijáték megszervezésére is. A Jánosik napok záró napjának kihagyhatatlan része 1968 óta egy nézői attrakció lófogatos menet.

www.janosikovedni.sk



Fából készült Betlehem Frivaldnádason

24

Szlovákia legnagyobb fafaragványa Jozef Pekara rajecfűrdői fafaragó mőve, aki 1980-tól dolgozott rajta, és 15 év múlva sikerült befejeznie. A kiállítás Krisztus születését Betlehemben, valamint az életén kívül a szlovák nemzet történetét is ábrázolja. A Betlehem hossza 8,5 méter, szélessége 2,5 méter, és magassága 3 méter. www.betlehem.rajcekalesna.org

Tudta, hogy... ?

A Betlehem összesen 300 alakot ábrázol, melyeknek több mint a fele mozog.



A frivaldnádasi gejzír

25

Forró nyári napokon ki lehet menni a természetbe és a frivaldnádasi mesterséges gejzír mellett felüdülni. A gejzír 10 méter magasba lövell, a párában szivárvány jelenik meg. Télen a gejzír olyan jégkúppá alakul, a közepéből víz lövell. Ezt meglátva gyerekei jégbirodalomban érzik majd magukat. A gejzír a falu felett kb. 4 km-re található, aszfaltos út vezet oda. www.rajcekadolina.sk



Kálvária és Lourdes-i barlang Frivaldnádason

26

A Kálváriát (Keresztutat) a frivaldnádasi Mária-zarándokhelyen 14 állomásból – az Úr Jézus utolsó szenvedésének stációjából – álló együttese alkotja, valamint az egy tornyú Urunk Mennybemenetele templom. A Kálvária alatt található a Lourdes-i barlang, amelyben egy magnéziumban és kalciumban gazdag forrás fakad, és amelyről a zarándokok azt állítják, hogy gyógyhatású. www.rajcekadolina.sk

Tudta, hogy... ?

A frivaldnádasi Kálvária és Lourdes-i barlang 1920-1921 között épült Amerikában élő frivaldnádasi adományaiából.



A Rajecfűrdői Közlekedési Múzeum

27

A Múzeum a Rajecfűrdői vasútállomás épületében található. Egy darab, három részből álló állandó kiállítást mutat be Szlovákia közlekedésének történelméről. Az első rész panelek és kiállítási tárgyak révén ismerteti a közúti és vízi közlekedést az ókortól a 20. századig tartó időszakban. A vasúttal foglalkozó rész vasúti járművek modelljeinek bemutatására összpontosít, két vasúti mintairódban jelző-, biztonsági- és távközlési berendezéseket és kereskedelmi szolgáltatásokat mutat be a két háború közötti (1918 – 1945) és a szocializmus időszakából. A harmadik rész az autógyártás, az autóvezetés, az útpépítés és a tömegközlekedés fejlődésével foglalkozik. A múzeumban veterán motorkerékpárok sem hiányoznak. www.pmza.sk



Elveszett buzogány

28

Az elveszett buzogány egy olyan sziklás képződmény, amely fagy és víz eróziós hatása miatt elnyerte az öklöbe szorított kéz rendhagyó formáját, és körülbelül 12 méter magas. Közvetlenül Rajecfűrdőről kb. 2 óra járás után elvezet oda egy tanösvény. A tanösvény táblái részletesen leírják nemcsak a környék természeti környezetét, hanem egy óriásról szóló történetet is elmondanak, amely nemcsak a gyermek érdeklődését ragadja meg, hanem a felnőttekét is. A buzogány jelzett turistaösvényen elérhető Zebény községből, vagy ellenkező irányból Szuľyó községből. www.rajcekadolina.sk



Rajecfürdő Szlovákiai gyógyfürdők

29

Élvezze a pihenést a gyógyhatású termálfürdőben, amely mozgásszervi betegségek, központi idegrendszer gyulladásos betegségei, neuromuszkuláris degeneratív betegségek, valamint foglalkozási betegségek – elsősorban csontozatot, ízületeket, izomzatot, és az inakat érintő betegségek - gyógyítására szolgál, amelyre egy egész sor terápiás eljárással kerül sor. Ivókúrák, iszappakolások, gyógyüdülések, pihenés, vízi élmények és a szauna világa várja Önt. www.spa.sk



Kerékpáros paradicsom CykloRAJ

30

A Rajec völgy nem csak egy olyan hely, ahol a helyi gyógyfürdőkben pihenhet és egyben megerősítheti egészségét. Ez a völgy is érdekes kerékpáros célponttá vált. A sportkedvelő kerékpárosok kipróbálhatják például az MTB útvonalat Ďurčiná – Hepnár – Vajnár – Rybná dolina – Rajecká Lesná (5496. sz. zöld, 18 km), ahonnan a legszebb kilátás nyílik a Rajec völgy és környékére. Itt azonban több kerékpárút is van, csak választani kell.

www.rajeckadolina.sk/sk/cykloraj



Orrkői Nemzeti Természeti Rezervátum

31

A Rajec-völgy szimbóluma kétségtelenül az Orrkő (1 351 m). A Lucskai-Kis-Fátra ezen hegyes – sziklás csúcsa kitűnő kilátóhely. Körpanorámát nyújt a környező hegyekre és a hegy formájának egyedülálló kinézete a turisták sokaságát vonzza. A hegycsúcson található egy kettős kereszt, és egy panoráma-dombortérkép, amely megmutatja Önnek, milyen hegyek láthatók az Orrkőről. Elérhető a Facskői-nyeregből.

www.rajeckadolina.sk

**Tudta,
hoggy... ?**

A Kis-Fátra két részből áll, a Lucskai-Kis-Fátrából és a Kriváni-Kis-Fátrából, melyeket a Vág völgye választ el egymástól. Az elnevezésüket a legmagasabb pontjaikról kapták – a Krivánról és a Velká Lukaról.



Szulyói-sziklák

32

Körülbelül 10 km-re Nagybecsétől található Szlovákia egyik legismertebb sziklavárosa – a Szulyói-sziklák, amelyek a Sztrázso-hegység természetvédelmi terület részét képezik. A terület egyedülálló sziklás domborzata és bízarr képződményei miatt, melyek mellett nem egy látogató nem győz csodálkozni, mi mindent tudott a sziklából megalkotni a természet keze. A Szulyói sziklák turisztikai kiindulópontként Szulyóvára, Ricsóvára, Vágmélyesd, Rabó és Almásfalu községekből érhető el. www.zilinskyturistickykraj.sk



Aquapark Tatralandia

33

Fedezze fel a kalandokkal és szórakozással teli és egész évben üzemelő Tropical Paradise trópusi paradicsomot, egyedülálló szörfös komplexum, miniatűrök világa, szállás-komplexum és a Zookontakt Tatralandia állatsimogató áll benne rendelkezésre. A nyári idényben a kicsik és nagyok is megtalálják számításukat, 14 tengeri vízzel töltött medence, tiszta termálvízzel töltött medence (télen 10 medence) és 28 toboggan és csúszda (télen 6 toboggan) áll rendelkezésre. Az aquapark közelében, a Liptov aréna Tatralandiában Bricklandia Lego kocka kiállítás található. Itt csodálhatunk meg kockából épített mozgó vonatokat, körhintákat, a szereplők történetét és nyomozást is lehet játszani. www.tatralandia.sk



Besenőfalvi Vízpark

34

Besenőfalva a pihenés, a szórakozás és a pozitív energiával való feltöltődés helye. A barnászörös termálvíz nagy mennyiségben jótékony hatású ásványi anyagokat tartalmaz. A régebben születettek ízületi fájdalmaikra a geotermális medencében találnak enyhülést. Kisgyermekes családok számára relaxációs medence vízköppökkel, nyakzuhanyokkal által biztosít ellazulást. Kell hagyni, hogy a gyermekek a gyerekmédencében és a csúszdákon tombolják ki magukat, itt megélhetik a földi paradicsomot. Megérdemelt pihenésben legyen része szauna rituálék révén az exkluzív szauna világban és kényeztesse magát a Besenőfalvi Vízpark - Wellness & SPA centrum masszázsk és szolgáltatások gazdag kínálatával.

www.beseno.com

Tudta, hogy... ?

Az aquapark geotermikus meleg források felhasználásával került kiépítésre, a források 1987 méteres mélységből erednek, a hőmérsékletük 60,5 °C.



Jasná Nízke Tatry

35

Szlovákia legnagyobb síarénája 50 km gondozott, jó minőségű pályával. A Chopok északi és déli oldalát összekötő 23 sífelvonó és kabinos felvonó, melyek szállítási együttes kapacitása több mint 28 439 fő/óra. A végtelen számú panorámás kilátást nyújtó Rotunda étterem a Chopokon, 2 004 m tengerszint feletti magasságban szállást is kínál. Gazdag APRÈS SKI, világméretű rendezvények, luxus wellness & spa létesítmények, bárak és nagyszerű zenei klubok, SKI-IN SKI-OUT szálláshelyek közvetlenül a sípályák mellett, mindezek a Jasná Nízke Tatry TOP síközpont kínálatában. www.jasna.sk

Tudta, hogy... ?

A funitel kötélpálya végállomásán Szlovákia legmagasabban elhelyezkedő Rum bárja fogadja a látogatókat, valamint Közép-Európa ugyancsak legmagasabban elhelyezkedő szállodája - a Hotel Rotunda.



Gyömbér hegy (2 043 m t.f.m.)

36

A Gyömbér hegy tengerszint feletti magasságával az Alacsony-Tátra legmagasabb csúcsa. Javasoljuk, hogy a zöld jelzésen induljon el a Déményfalvi-völgy – Lúcski részéből a Široká dolina völgyön és a Krúpove sedlo-nyergen keresztül egészen a Gyömbér hegyig, vissza pedig a Déményfalvi nyergen keresztül a főgerincen vezetett piros jelzésen a Chopokra, majd a kék jelzésen lefelé Lukován keresztül egészen a Mikuláš turistaházig. A Chopokról lefelé vezető utat felvonóval rövidítheti meg a Jasná síközpont keretén belül. www.visitliptov.sk



Havránok-archeoskanzen

37

A Havránok Szlovákia területén egyedülálló szabadtéri régészeti múzeum, amely egyúttal a legjelentősebb régészeti lelőhelynek is számít. Liptón a kelta lakosság jelenlétét i.e. 4. századtól egészen az i.e. 1. századig datálják. A régészek itt a későbbi vaskorból, más néven La Tène korszakból származó település maradványait fedezték fel. A nagyobb mennyiségű kerámián, ékszeren, vas- és bronztárgyon kívül találtak itt városfal-, ősi druida kultikus hely és kelta lakóház-maradványokat. A múzeum látogatói felújított lakóépületeket, kerámiaégető kemencét, áldozati oltárt és kapukat és sáncokat csodálhatnak meg. www.liptovskemuzeum.sk



Szentmáriai-víztározó

38

Ismerje meg Szlovákia legnagyobb víztározóját. A Liptóiak azért építették, hogy Liptót megvédjék az árvizektől. A vízmű területe 22 km², a legmélyebb pontja 43 m és méretének, valamint a befogott víz mennyiségének köszönhetően joggal megérdemli a „szlovákiai tenger”, vagy „liptói tenger” jelzőket. Nyáron a víztározó széles választékát nyújtja a sportolási lehetőségeknek, a fürdésnek, csónakázásnak, vitorlázásnak, szörfvitorlázásnak, vízimotorozásnak, vízibiciklizésnek, valamint az olyan feledhetetlen élményeknek, mint amilyen a kirándulóján való utazás, vagy a halászat. www.visitliptov.sk

Tudta,
hoggy... ?

A liptói tenger 13 falut árasztott el.



Szlovákiai Természetvédelmi és Barlangászati Múzeum

39

Szlovákia legmodernebb és típusát tekintve egyetlen specializált múzeuma. Itt látható a természet világa a föld alatt élő fajtáktól fokozatosan egészen a magas hegyekben élőig. A múzeumból természetesen nem hiányzik az interaktivitás sem, a látogatóknak lehetőségük van benézni a medvebarlangba, vagy kipróbálni a barlangban való mászást. A kiállított tárgyakat fény- és hangeffektusok is kísérik, melyeknek köszönhetően az ember úgy érzi, mintha valóban egy erdőben sétálna. www.smopaj.sk

Tudta,
hoggy... ?

A közönséges vegyi elemek képesek hangokat kiadni magukból? Elég, ha bemegyünk a múzeumba, kiválasztjuk a pulton a szilíciumot, ként, vagy alumíniumot, és a hangszórókból megjelenik az említett elemekre jellemző rövid dallam.



Oblazy-i vízimalmok, Kvacsáni-völgy

40

A Kvacsáni-völgy és a Prószekei-völgy Szlovákia legszebb völgyei közt foglalnak helyet. A Kvacsáni-völgy felső része Oblazy, itt található a vízimalmok – az ilyen jellegű műemlékek közül az utolsó fennmaradt építmények. A malmok a Kvacsáni-völgyben és a Prószekei-völgyben létesített tanösvény részét képezik. A malmokat a 19. század első felében a Liptót Árvával és Lengyelországgal összekötő út mellé építették fel. Az egyiket közülük 1936-ban fűrészteleppé alakították át. Miután a tulajdonosok az ingatlant fokozatosan elhagyták, 1980-tól a Szlovákiai Természet- és Tájvédelmi Szövetsége, később a Életfa mozgalom lelkes tagjai felújították. Erre a varázslatos helyre könnyű túra indítható Kvacsán faluból. A piros turistajelzést követve körülbelül egy óra alatt érünk a malmokhoz. A festői hegyvidéki tájon át vezető úton megállhatunk a Jánošík-fej sziklaképződménynél, a kilátóknál vagy elugorhatunk megnézni a Ráztocky-vízesést is. A rövidebb útvonal Nagyborove faluból indul, kb. 30 percet vesz igénybe. www.visitliptov.sk



Lucski-fürdő

41

A mai Szlovákia területén található legrégebbi fürdők egyike, amely Árva és Liptó határán, Lucski községben található, és amelyben női betegségek, emésztési zavarok, daganatos megbetegedések, idegrendszeri betegségek, valamint mozgásszervi megbetegedések teljes körű gyógyítása zajlik. A termál gyógyvíz a kinti és benti medencékben 36 és 38°C között mozog. Az egész évben nyitva tartó AQUA-VITAL Park a szaunavilággal wellness szolgáltatásokat nyújt, és kiváló helyet biztosít a pihenésre és relaxálásra. www.kupele-lucky.sk

Tudta, hogy... ?

A medencékben, és az elválasztott fürdőkben használt forrásokból származó ásványvíz ivásra is alkalmas.



Lucskai-vízesés

42

A Rózsahegy közelében fekvő fürdőváros egy különlegességgel büszkélkedhet. A faluban található a Lucskai-vízesés, ami nemzeti természeti emlékmű. A vízesés azért számít nagy ritkaságnak, mert a falu központjában van. 12 méter magas, lépcsőzetes és a víz a travertínó (mésztufa) terasz pereméről omlik egy kis tóba. Maga a Lúčanka-pataknak, avagy a Teplianka folyónak nincs semmi érdekessége, de az őket tápláló mellékfolyók gipsz-föld termálforrások, amelyek az említett mésztufa teraszokon átfolyva gazdagítják a vízesés travertínó díszítését, a vízesés ezekről zúdul le. www.visitliptov.sk



A pribilina Liptói Falumúzeum

43

A Nyugati-Tátra déli lejtői alatt liptói népi építészetet bemutató múzeum áll. A múzeumot a Liptovská Mara vízmű építése során történt hatalmas terület elárasztásakor kezdték építeni. A 11 elárasztott település jelentősebb kulturális emlékeit ide mentették el és ma a múzeum kiállításának alapját képezik. Az eredeti épületek a helyszínen elbontásra kerültek, majd az értékes részeket elszállították és az eredeti épületek pontos másába beépítették. Így jött létre Szlovákia legfiatalabb skanzene. Az érdeklődők a nyári turisztikai szezonban kézműves technikák bemutatóit tekinthetik meg. www.liptovskemuzeum.sk

Tudta, hogy... ?

A múzeumban egy statikus kiállítás keretén belül megtekinthető a történelmi Vágmenti Erdei Vasutat bemutató tárlat és egy állatkiállítás is.



Vázseci-barlang

44

Gazdag cseppkődíszítésének, a benne talált barlangi medve csontleleteknek és értékes barlangi állatvilágának köszönhetően az egyik legismertebb szlovákiai barlangnak számít. Vázsec községben, Liptószetmiklóstól 35 km-re található. A barlang levegőjének hőmérséklete 7 °C, a barlangi szemle időtartama 25 perc. A barlangban gazdag hófehér cseppkődíszítés, kis tavacsák és valaha egész évben itt lakó barlangi medve csontjainak jelentős paleontológiai lelőhelye található. www.ss.j.sk



Malinô Brdo ski & bike family park

45

A síközpont Rózsahegy városközpontjától mindössze 2 km-re található. 12 km-nyi lesiklópályával várja a látogatókat, de alkalmas snowboardosok és freestyle síelők számára is. Kipróbálható a modern akadályokkal ellátott snow park – hópark, sífutó- ill. skialp pályák. A kiindulási pont Hrabovo városrészben van, innen kényelmesen, modern 8 személyes kabinos felvonóval lehet feljutni a síközpontba. A síközpontban rendelkezésre áll egy 4 személyes kabinos felvonó, 2 sí-felvonó és 4 sílift kezdőknek és gyerekeknek. A síközpontból többek között Vlkolínec faluba (UNESCO) lehet kirándulni, meg lehet gyalog kerülni a Sidorovo mini farmot és skialpin módon vagy sífutással átkelni Smrekovicára. A síközpont üdülőközpontként nyáron is üzemel. A látogatóknak monsterrollerek (hegyi roller) és hegyi kocsik számára downhill off-road pályák állnak rendelkezésre, a hegyi kerékpározás kedvelői is biztosan megtalálják számításukat Szlovákiában a top Bike Parkban. www.skipark.sk



Ferrata Két torony

46

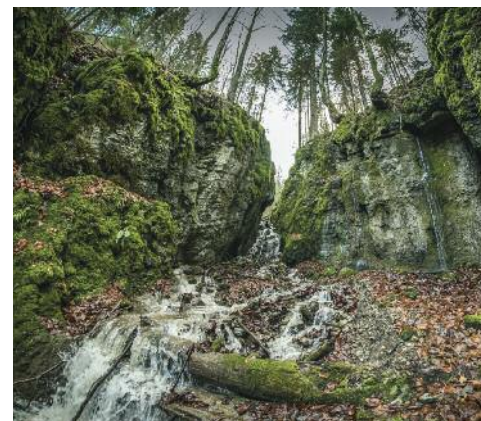
A sziklamászást részesíti előnyben és a nagy magasságtól nem szédül meg? Akkor próbálja ki a Ferrata Két tornyot, Liptón elsőként, Szlovákiában negyedikként létesült. Liptovské Revúce falu mellett, a Gothal üdülőkompexumtól 4 km-re található. Itt különböző nehézségi fokozatú kijelölt sziklamászó útvonalak várják, a könnyebb B-től és C-től a technikailag igényesebb C/D-ig. A pályák mindegyikét falba rögzített vas kapaszkodók képezik, a távolság köztük 40 cm. Mindegyik pályán biztosító acél-sodrony áll rendelkezésre, ehhez kell a mászónak rögzítenie magát. A Ferrata legmagasabb pontjáról Pazar kilátás nyílik az Alacsony-Tátra és a Nagy-Fátra környező csúcsaira. A Ferrata az év folyamán mindig június 15-étől január 31-éig látogatható. www.ferratliptov.sk



Čutkovská-völgy

47

A völgyben 6,1 km hosszú „Az ismert – ismeretlen Čutkovská dolina” elnevezésű tanösvény halad át. A tanösvény úgy mutatja be a völgyet, ahogy eddig a helybeliek számára is ismeretlen volt. Az útvonalon 10 táblát helyeztek ki, általuk az itt található állat- és növényvilág titkait ismertetik az ide látogatóival. Három közülük nehezen megközelíthető erdei terepen, a vadonban áll. A turistáknak szó szerint kincseket, varázslatos vízeséseket, szurdokokat, őserdőre emlékeztető sűrű erdőket mutatnak be. A turista 6 hidat és üldögélésre alkalmas 3 padot is talál itt. A legnagyobb vonzerő a 24 méter magas vízesés és a 64 méter hosszú szurdok, ami 850 m tengerszint feletti magasságával egyúttal a tanösvény legmagasabb pontja is. A túra kiindulási pontja a Jó Pásztor kunyhója melletti parkoló. www.visitliptov.sk



Tudta,
hogyan... ?

A munkálatok során a lépcsők és hidak rögzítéséhez 300 méter vasrudat és 7 köbméter rönkfát használtak fel.



Artikuláris evangélikus fatemplom Szentkereszten

48

Közép-Európa egyik legnagyobb artikuláris fatemploma, amelyet a szentmáriai víztároló építése idején telepítettek ide 1974-1982 között az elárasztott Kispalugya faluból. A templom alaprajza 43 m hosszú, kereszt alakú. A templomban mintegy hatezer ember fér el. A barokk fa berendezésre beeső fény a látogatóból erős érzelmi hatást vált ki. A templom belsejében egy figyelemreméltó 1693-ból származó Krisztus Színeváltozását ábrázoló barokk oltár látható. Különleges a rönkfa alapon álló szószék is, mintha előlről egy barokk angyal támasztaná. Az oltárt és a szószéket a késmárki Lerch J. falfaragó készítette. A két emeletnyi kórust bibliai történeteket ábrázoló festmények díszítik, a nagy velencei üvegcsillárral együtt ezek teszik a templom belső terét varázslattossá. A templommal harmonikus egységet alkot a haranglábként szolgáló, különálló fatorny, amely később volt hozzáépítve. www.drevenykostol.sk



Baranyec (2 184 m t.f.m.)

49

A Baranyec-csúcs Liptószentmiklós fölé magasodik. A Krivánnal együtt határozzák meg a város panorámáját és vitathatatlanul ez a Nyugati-Tátra és egész Liptó egyik leglátogatottabb csúcsa. A Zsári-völgy torkolatából induló Baranyecre vezető útvonalból körtúra lehet, ha megállunk a Zsári menedékháznál. Itt egész évben frissítőhöz és szálláshoz lehet jutni. A leereszkedést aszfaltos úton tehetjük meg az eredeti turistaútvonalon, vagy bérelhetünk hegyi rollert és a Zsári-völgyben le lehet robogni vissza a parkolóba. www.visitliptov.sk



Mini Szlovákia Miniatűrök Parkja

50

Szlovákia kulturális értékekben gazdag ország. Több, mint 30 000 történelmi műemlék található itt. A Mini Szlovákia Park célja, hogy felelevenítse a közönség ezen kincs iránti érdeklődését. A szlovákiai kulturális emlékek 14 modelljét tartalmazó kiállítóhely székhelye Szentiván községben található. A modellek 1:25 méretarányban készültek, miközben nagy figyelmet szenteltek a részleteknek. A terület folyamatosan új modellekkel bővül. www.minislovensko.sk

Tudta, hogy... ?

Az építmények miniatűrjei sok esetben 11 évig is készültek.



Stanisovska barlang

51

Az egyetlen egész évben nyitva tartó barlang Liptóban minden nap nyitva van. Szentiván községben található. Stanisovska barlang az ország és Liptó legrégebb óta ismert barlangja. Tökéletes élményben lesz része a varázslatos földalatti világ felfedezése során – barlangászok kíséretében. Olyan falak mellett fog elhaladni, melyeken a természet keze leírhatatlan formákat alkotott. Fejlámpát minden látogató kap belépéskor, különleges öltözékre vagy lábbelire nincs szüksége. Ideális célpont az egész család számára. www.ssj.sk

Tudta, hogy... ?

A barlang a denevérek teledő helyeül szolgál? 7 fajta denevér fordul itt elő.



Vichodnai folklórfesztivál

52

Szlovákia legrégebbi és legnagyobb folklórfesztiválja Vichodnán a hazai és külföldi népzene, tánc és hagyományos népi kultúra bemutatója. A fesztivál programja sok fellépést, kiállítást tartalmaz és számos olyan kísérő rendezvényt, mint amilyenek a kreatív kézműves foglalkozások, különböző tánc- és zenei workshop-ok, vagy gyermekprogramok. A hangulat teljesen elragad minden látogatót, evvel belevonva őket az ünnep történéseibe.

www.festivalvychodna.sk



Árvai Falumúzeum Boleňfaluban

53

Ha szeretné megtudni, hogyan éltek valaha az emberek Árván, látogassa meg az Árvai Falumúzeumot Boleňfaluban közelében. A múzeum a nyilvánosság számára 1975-től vált látogathatóvá. Eredetileg a mai múzeum területén nem állt semmilyen ház. Az építmények nagy részét megvásárolták az eredeti tulajdonosoktól, szétszedték, elszállították, és újra összerakták a múzeumban. A további házak az eredeti építmények másolataiként kerültek megépítésre. Több mint 50 népi építészeti és műszaki alkotás mutatja be a régi építésmesterek tudását. www.muzeum.zuberec.sk

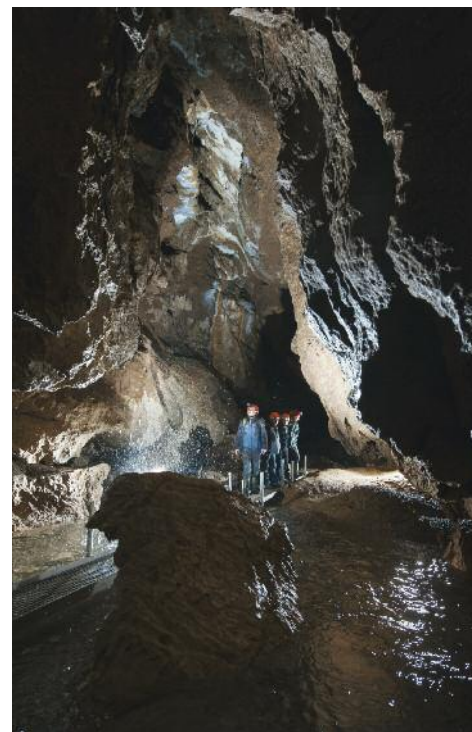


Rohács - Úr-völgy

54

A Roháče - Spálená síközpont csak 10 km-re van Boleňfalutól. Alkalmos körülményeket biztosít a síelők és hódeszkázók minden kategóriájára. A kedvező elhelyezkedése miatt a síközpont meg tudja tartani a hótakarót az egész tél folyamán, ezért az elsők között kezdi a szezont, és az utolsók között zárja le a szezont.

www.rohacespalena.sk



Brestovai-barlang

55

A Brestovai-barlang Árva és a Liptói-havasok első látogathatóvá tett barlangja. Egy nagy területű hidrológiai rendszer földalatti részét képezi. Az alján egy vízzel teli folyómeder található hét szifonnal. A barlangtúra hossza 434 m, mely 240 lépcsőt tartalmaz. A látogatóknak a meredek lépcsőkön történő mozgására vonatkozó kihívásokra tekintettel, a barlangba csak 6 évnél idősebb személyek léphetnek be. Kötelező felszerelés egy sisak és fejlámpa, amit a barlang biztosít. A barlang hőmérséklete 4-6°C. A barlang a Boleňfalusi Árvai Falumúzeummal szemben található a szabadtéri színpad közelében. www.ssj.sk

**Tudta,
hogyan... ?**

**A Brestovai-barlang 2016.
szeptemberétől látogat-
ható.**



Trstená-Newy Targ kerékpárút

56

A kerékpárút útvonala Trstená, Liesek, Hladovka, Suchá Hora, az államhatár, tovább Podcerwone, Czarny Dunajec települések át egészen Nowy Targ-ig. Aszfaltos úton 35 km hosszú szabadidős kerékpárútról van szó. Előnye, hogy elkülönített kerékpárút, távol a gépjármű-forgalomtól. A kerékpárút ezen szakasza a 19. és 20. század fordulóján épült régi vasúti töltésen került kialakításra. Az útvonal gyönyörű, széles panorámákat kínál, különösen az onnan jól látható Tátrára. Liesek (Liesek Hájé) községhez közel egy térépítés kilátó található, amelyen a Tátra csúcsai vannak megjelenítve és megnevezve. A kerékpárút mentén több pihenőhely található, kétnyelvű információs táblák ismertetik az egykori vasutat és annak működését, valamint tájékoztatnak Liesek község második világháborús felszabadításával kapcsolatos érdekességekről. Trstenában van egy kerékpártároló, ahol a turisták a kerékpárjukat lerakhatják és elmehetnek a városba sétálni.

www.visitorava.sk



Árvai Erdei Vasút

57

Erdőtka község közelében található az Árvai Múzeum látványossága. Az erdei vasút gyakorlatban nemcsak, hogy olcsóbb volt, mint a hagyományos vasút, de képes volt megküzdeni az erősen tagolt tereppel is. A környező erdőkben termelt fa szállítására használták. Napjainkban kirándulókat szállít. A vonat a 3 kilométer hosszú szakaszt körülbelül 15 – 20 perc alatt teszi meg. Itt szünetet tart, mely alatt felmehet az állomás közelében lévő kilátótoronyba és megnézheti Árva természetének szép panorámáját. A teljes út, a Beszkid-nyereg állomáson való tartózkodással együtt körülbelül 1 óra 10 percig tart. www.oravskemuzeum.sk



Szlanicai művészetek szigete

58

A művészet kedvelőinek bizonyára felkelti érdeklődését a Szlanicai művészetek szigete, amely az Árvai-víztározó közepén található, és ahova hajóval lehet eljutni. Az Árva Galéria gyűjteményében megtalálhatók azon népi festők, fa- és kőfaragók alkotásai, akik képzés nélkül, csak a mindennapi élet megfigyelt mintái alapján hoztak létre gyönyörű művészi alkotásokat. www.lodslanica.sk

Tudta, hogy... ?

Azon öt településből, melyet örökre elnyelt a tározó vize, szigetként megmaradt egy magaslat egy barokk templommal és a kálváriával.



Hviezdoslav-féle csőszház 59

„Üdv ma tinéktek, erdők, hegyek, szívből köszöntlek titeket!” (ford.: Baranyi Ferenc) Ki az aki ne ismerné Pavol Országh Hviezdoslav, a nagy szlovák költő művének kezdő verseit. Tudta, hogy a „A csősz felesége” című művének megírásához a szerző pont erről a helyről szerzett ihletet. A Babia-Gura alatti csőszház épülete Polhorán azon régi leégett csőszház helyén épült, ahova a költő gyakran ellátogatott. Az épületet napjainkban a P. O. Hviezdoslav Árvai Múzeuma igazgatja, amely itt egy egyedülálló kiállítást hozott létre Hviezdoslav híres művének, „A csősz felesége” emlékére.

www.oravskemuzeum.sk



Szlovákia Északi-sarka – Oravská Polhora és Babia Hora 60

A Lengyel Köztársaság határán található Oravská Polhora falu fekvésének köszönhetően Szlovákia legészakibb területe. Az Árvai-Beszkidék legmagasabb csúcsa, a Babia Hora (1 725 m t.f.m.) hegycsúcs alatt terül el. A Babia Hora hegyre a túrázás nagyon népszerű. A hegycsúcsra való feljutás időigényes és meredeksége miatt nehéz rá feljutni, de a kilátás megéri a fáradságot. A Babia Hora alatt egyedülálló tőzeglápok is találhatók, ezek a világ legveszélyeztetettebb ökoszisztémái közé tartoznak. A tőzeglápok a jégkorszak végén alakultak ki. Oravská Polhora a gazdagságát ásványvíz-forrásainak köszönheti. A Sós víz falurészben egyedülálló sós jódos-brómos ásványvízforrás található, belőle a kulacsba is lehet meríteni. www.visitorava.sk

Tudta, hogy... ?

Közvetlenül az Oravská Polhora falu központjában egy kis inhalatórium is található sós "tengeri" levegővel.



Klin

61

Ha lelki nyugalomra vágyik, és élvezni szeretné a kilátást az árvai tájra, látogasson el a Klin községben lévő egyedülálló Krisztus-szoborhoz. A falu felett a Grapa dombon áll a Megváltó szobra, és széttárt karjai az általa védett Árva felé tárulnak. A 9,5 m magas és 23 tonna súlyú monumentum a brazil Rio de Janeiro-ban található ismert szobor másolata. A szobrot egy helyi népi szobrászművész alkotta, és ez a szobor Szlovákia legmagasabb Megváltó-szobra. www.visitorava.sk

Tudta, hogy... ?

A szobor a brazilai Krisztus szobor sorrendben harmadik másolata, a második a 23 m magas Krisztus Megváltó szobor a portugáliai Lisszabonban.



Turdossini Mindenszentek temploma

62

Az UNESCO jegyzékében szereplő késő gótikus Mindenszentek temploma a 15. század második feléből származik. A templom építésének helyén növő vörösfenyők hatalmas törzséből épült. A beltérben megcsodálhatja az evangélisták képeivel díszített szószéket, apostolokat megjelenítő festményeket és egy barokk oltárt, melynek fő motívumát Mindenszentek ábrázolása alkotja. www.visitorava.sk

Tudta, hogy... ?

A templom szakszerű felújítása és restaurálása 1993-ban elnyerte az Europa Nostra díjat.



Lestini evangélikus artikuláris fatemplom

63

A Lestin községben található evangélikus artikuláris fatemplomot 2008-ban vették fel az UNESCO örökségének listájára. A templom 1688 és 1689 között épült, és az eredeti építmény nem tartalmazta a tornyot és a harangokat. Az építésére a környező erdőkből származó lucfenyő fáját használták, az építmény domináns eleme a zsindeletet. A belterét egy fából faragott barokk oltár, falain 17. századi virágos festésminták, és egy 18. század elején készült gazdagon díszített szószék díszíti. Folyamatosan végeznek itt istentiszteletet. www.visitorava.sk

www.visitorava.sk



SKI PARK Kubínska hoľa

64

SKI PARK Kubínska hoľa, az egyik legnagyobb Szlovákiai síközpont, az Árvai-Magura hegységben található 720-1390 m tengerszint feletti magasságban. A síelés igazi élményét élvezheti a különböző nehézségi fokozatú lesiklópályákon, melyeknek hossza összesen 14 km. Rendelkezésre áll 2 függőszékes kötélpálya és 8 sífelvonó. A Kubínska-Hoľa hegyhátról elbűvölő önt a kilátás az egész Árvára, Kőcs-hegységre, Liptói-havasokra, és az Alacsony-Tátrára. Itt nyáron sem fog unatkozni. A hegyi rollerek és a Tarzánia kötélpark látványa mellett Közép- és Kelet-Európa leg-hosszabb és legmodernebb, 1234 m hosszú ZIPLINE felvonójától is biztosan eláll a lélegzete. www.kubinska.sk



Tudta, hogy... ?

Az AquaRelax különlegessége az, hogy a víz fertőtlenítése kiegészül egy új fajta ózonkezelési rendszerrel, amely biztosítja, hogy a víz gyorsan és hatékonyan mentesül a vírusoktól és baktériumoktól. Itt lehetőségük van fürdésre allergiákban, és asztmában szenvedőknek is.

AquaRelax Alsókubin

65

Ha szeretné összekötni a pihenést a szórakozással, látogassa meg a modern piramis-szerű aquapark építményt Alsókubinban. A vízivilág olyan vízi attrakciókat foglal. Aktív sportolók rendelkezésére áll egy 25 m hosszú úszómedence. A pihenő medencék hőmérséklete 32-36 °C, az úszómedenceé 27 °C. www.aquakubin.eu



Kócs-hegység (1 611 m t.f.m.)

66

Az összetéveszthetetlen Nagy-Kőcs-i mészkőpiramis nemcsak Nyugat-Tátrából és Árvából, hanem az Alacsony-Tátrából, az egész Liptóbból, Nagy-Fátrából és Kis-Fátrából nézve is könnyen beazonosítható. Szlovákia egyik legszebb hegycsúcsaként tartják számon, ahonnan mindegyik égtáj felé panorámás kilátásban gyönyörködhetünk. A Kőcsi-hegyek és Alsó-Árva domináns hegye Nagy-Kőcs, melynek tetejéről az egyik legszebb kilátás tárul elénk. Nagy-Kőcs megmászása azért is érdekes, mert több kiindulási pontból, Liptóbból és Árvából is megközelíthető, hiszen a csúcs alatt húzódik az Alsókubini és a Rózsahégyi járás határa. A Nagy-Kőcsra vezető legszebb túrák közé tartozik az Alsókubinból vezető közepesen nehéz útvonal, rajta a célba 4 óra alatt lehet eljutni.

www.visitorava.sk

Szürke-hegy (1 805 m t.f.m.)

67

Nemzeti természetvédelmi terület kifejlett alpesi karszttal, jellegzetes sziklavárossal, sziklaképződményekkel és szakadékkal. Rendkívül gazdag mészkedvelő flórával találkozhatunk itt. Érdekes útvonal húzódik át a Soros-sziklákra, ahol sok sziklatorony és változatos sziklaképződmény található. A Szürke-hegy a Nyugati-Tátra része, és Liptóbból is megközelíthető. Az ide vezető túraút a nehezebbek közé tartozik, de határozottan az egyik legszebb. Az erőfeszítés leginkább a Liptóra és az Árvára néző kilátás miatt éri meg. Hutti faluból, amely Liptó és Árva határán fekszik, a túra megközelítőleg 3 órát tart.

www.visitorava.sk



Jurán-völgy

68

Könnyű séta gyönyörű kilátásokkal. A völgyet Szlovákia egyik legszebb szurdokának tartják. A Fehér-patak kisebb vízesésekkel tarkított szűk kanyont alakít ki benne. A Jurán-völgy Szurdokszakasza az útvonalon található létráknak, hidaknak és láncoknak köszönhetően is vonzó, és a gyerekek számára is biztonságos. A Bobróci-völgy nemcsak mozgássérült látogatók, hanem gyermekes családok számára is elérhető. A száraz-völgyi elágazásig télen is megközelíthető, de a szurdokok ilyenkor le vannak zárva. Télen körutat lehet tenni a sárga turistajelzésre csatlakozva, ez az útvonal a Jurán-völgyi Szurdokokat megkerüli. A Bobróci-völgy csodálatos kilátást nyújt a Nyugati-Tátra csúcsaira. A völgy különlegessége még, hogy itt melegvíz-források találhatók és a meleg vizet az oravicei termálmedencék feltöltésére használják. www.visitorava.sk



Rohács-alja Folklor Ünnepség

69

Az Árvai Nemzetközi Folklorfesztivál az egyik legnagyobb, és legrégebbi rendszeresen megszervezett folklorrendezvény az Árvában. A fesztivál 1975. óta kerül megrendezésre augusztus elején a Bölényfalu feletti szabadtéri színpadon és az Árvai Falumúzeumban. Három napos rendezvényként kerül megszervezésre, és lényegét a hagyományos népi kultúra bemutatása képezi. www.zuberec.sk

Tudta, hogy... ?

A gurálok egy népcsoport, amely a cseh-lengyel szlovák határvidéken él, és sajátos nyelvjárást beszél. Leggyakoribb külföldi szereplők a kezdeti évek óta a lengyelországi együttesek, elsősorban a gurálok által lakott területekről, akiket a szlovákiai gurálokkal összeköt a nyelvükben, népviseletükben, énekeikben és táncaikban fellelhető hasonlóság.



Kiszuca Falumúzeum Vichilovkán

70

Kiszucának is meg van a múzeuma a természetben. Az Újbeszetercei Víztározó építése miatt a vízzel elöntött területről a népi építészet értékes elemeit pont ide szállították át. Itt található több kiszuca községből származó lakóház és gazdasági épület, műszaki és szakrális építmény. A hagyományos korcsmában kiszuca népviseletben szolgálják ki a vendégeket és hagyományos ételeket kínálnak fel. www.kysuckemuzeum.sk

**Tudta,
hogy... ?**

A kisvasúton, és a skanzen területén olyan híres filmek jelenetei játszódtak, mint amilyen a Želary, Lietajúci Cyprián [Repülő Ciprián], Jaškov sen [Jaskó álma], Živá voda [Élő víz], vagy Ako divé husi [Akár a vadludak]. Az említett filmekben kívül itt forgatták Juraj Jakubisko Teta [Frankenstein néni] film-sorozatát, amely vágott formában „A szeplős Max és az íjesztők” című moziváltozatban jelent meg, valamint a Patakfia és a Nap meseфильmet.



Kiszuca kőgolyók

71

A kőgolyók világviszonylatban is egyedülállóak. Ezek a szlovákiai golyók a legnagyobbak közé tartoznak, ezek a Klokocsóvölgy és Milošová közötti 15 km hosszú szakaszon találhatók meg. A Klokocsóvölgy-sziklák Természeti Rezervátum területén egy 850 m hosszú tanösvény vezet. A kőképződmények formája tökéletes gömbökre, vagy nagyobb tojásokra emlékeztet. A legnagyobb felfedezett gömb átmérője 2,6 m, és ez a Milošová-i kőbányában, Megonkiban, Csaca közelében található. www.regionkysuce.sk



Kőolajforrás Kornavölgyben

72

Ha úgy gondolja, hogy ez a vidék már nem tudja meglepni semmivel, téved. Kornavölgy zöld rétjén található egy egyedülálló európai különlegesség, egy természetes felszíni kőolajforrás. A múltban a földből eredő kőolajat a helyi lakosok éghető anyag forrásként használták világításra és fűtésre. Manapság védett természeti emlékek lett nyilvánítva. www.regionkysuce.sk

**Tudta,
hogy... ?**

Már a 17. században tudtak az emberek a kőolajforrásról, de sajátságosan magyarázták a jelenséget. Egy 1624. évi írásos dokumentum arról ír, hogy „Turzófalva mögött” az erdőben „fekete víz” fakad, amelyhez inni járnak a környező sűrű erdőkben lakó ördögök.



Živčáková Mária-zarándokhely

73

A Živčáková Mária-zarándokhely arról híres, hogy 1958-ban egy erdei munkásnak megjelent a Szűz Mária. Maig zarándokok ezrei jönnek el ide, hogy új erőt és lelki élményeket gyűjtsenek, és palackjaikat megtöltsék a forrásokból fakadó, gyógyítást hozó vízből. A hegyen tavaszi és őszi zarándoklatokra kerül sor. www.zivcakova.sk

**Tudta,
hogy... ?**

Živčákován 2015-ben befejezték a méltóságteljes katedrális építését, és a Szűz Mária Egyház Anyja Templomát fel is szentelték. Ez Szlovákia egyik leglátogatottabb zarándokhelye.



Ócsad, Snowparadise Velká Rača

74

Kiszuca legnagyobb síközpontja a síeléshez, snowboardozáshoz, sífutáshoz és hegymászáshoz kiváló természeti adottságokkal rendelkezik. Legnagyobb előnye a kiváló elhelyezkedésen kívül három helyszín - Dedovka, Marguška és Lalíky síközpontok összekapcsolása (14 km sípálya). Velká Rača síközpontban nemcsak télen, sílécen csodálatos a vakáció, hanem nyáron is élvezhető - a Síközpont a nyári szezonban ugyanis Nyári Szórakoztató Központtá alakul. Négyülékes kabinos felvonó szállítja fel 974 m tengerszint feletti magasságba, ahol nyári szórakoztató központ nyújt minden korosztály számára szórakozást, látnivalókat, attrakciókat. Kipróbálhatja Szlovákia leghosszabb bób pályáját, leereszkedhet tereprollerrel vagy ugrálhat X-jump trambulínon. A legkisebbeket gyerektrambulínon, gyerek-kötelpark és történelmi körhinta örvendezteti meg. A Snowparadise saját Bike parkkal rendelkezik ahol 5 kijelölt különböző nehézségi fokozatú pálya található lesikló hegyi kerékpározáshoz, hosszuk összesen 10,6 km. Itt nemcsak a kisgyerekes családok, de a tapasztalt kerékpárosok is megtalálják a számításukat. Az új kilátót, amely a Dedovka felvonó legfelső állomásának közelében található, szintén minden látogató elérheti. Magassága 16 méter, róla csodálatos kilátás nyílik a környező völgyekre és dombokra. Amennyiben kirándulni szeretne és sétálni a természetben, használja ki a népszerű túraútvonalat, amely a Velká Rača csúcsára vezet. A friss levegőn eltöltött nap után a felvonó alsó és felső végállomásán lévő büfében jólesik a pihenés és némi frissítő. www.snowparadise.sk



E. A. Cernan emlékszoba Hegyeshelyen

75



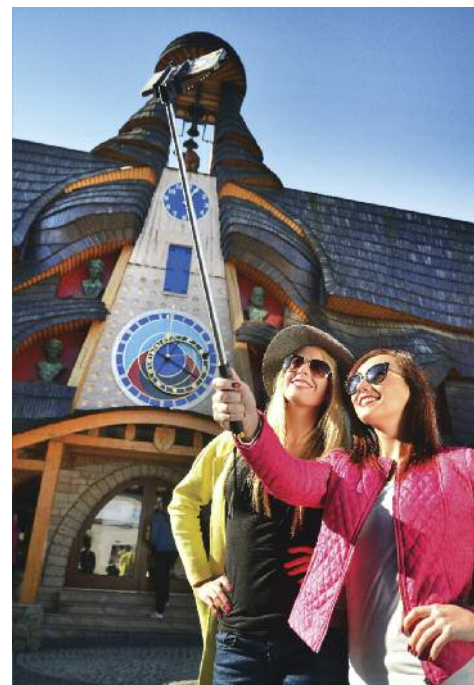
Tudja-e mi rejtezik a kiszucai Apolló név mögött? E. A. Cernan szlovák származású amerikai űrhajós személye, akinek nagyszülei Hegyeshelyről a megélhetésért Amerikába mentek. Cernan három űrrepülést hajtott végre, és úgy ismert, hogy ő az utolsó ember, aki a Hold felszínén állt. Az emlékszoba a település központjában, a Községi hivatal épületében található, a korabeli kiszucáról készített fényképek és E. A. Cernan életét ábrázoló dokumentumok díszítik. Mindezeket az Apollo 17 űrhajó kiállított maradványai egészítik ki. www.regionkysuce.sk

Tudta, hogy... ?

Mivel a falu az űrhajózással és űrkutatással összefüggő kapcsolatairól ismert, a téren egyedülálló napórát is megsejtelhet. Egyedisége és különlegessége abban rejlik, hogy a napóra mutatójaként maga a szemléltető személy árnyéka szolgál.

Szlovákia asztronómiai toronyórája

76



Az egyetlen Szlovákiai asztronómiai toronyóra egyúttal a legnagyobb faszobor Szlovákiában. A Hétfájdalmú Szűznek, Szlovákia pátrónájának alakját viseli, és a pontos asztronómiai időt mutatja. Az óra szíve az ún. asztrolábium - csillagászati adatokat tartalmazó mutató. A toronyóra 8:00 és 22:00 óra között egész órakor üt, és az óra ütésekor felvonul a 7 felvidéki szent. www.starabystrica.sk

Tudta, hogy... ?

Magasban a toronyóra tornyába feltűnés nélkül álló alak a bakter egykori mását ábrázolja. A baktereknek a felvidéki falvakban nagy szerepük volt, és minden olyan közösség alkalmazott éjjeliőrt, amely azt megengedhette magának.



Kerékpárút a Beszterce-völgyében

Az útvonal a történelmi Erdei Csúcsfordítás Vasút pályatestjén vezet. A kerékpárút Karásznón kezdődik, áthalad a híd alatt, amely a 19. század végén épült és ez Közép-Európa egyik legnagyobb korabeli fennmaradt hídja. A kerékpárút túlnyomórészt sík terepen és erdő mellett halad, majd az óbesztercei szlovák Orlojhoz vezet bennünket. Szlovákia legnagyobb fából készült szobrát nevezik így. Innen tanösvényen juthat el a Bobovec-kilátóig. A tapasztaltabb kerékpárosok elkerekeshetnek Újbesztercére is a Vychylovka-i skanzenben a Kiszuca falumúzeumba. A Besztercei kerékpárút télen-nyáron egyaránt közkedvelt útvonal (télen sífutáshoz alakítják át). Az út mentén padok, pavilonok, ismertető táblák és parkolók szegélyezik. Gyermekes családok számára is alkalmas. www.regionkysuce.sk



Kiszuca tanyák

Gyönyörű természeti környezetében történelmi hangulatot árasztó zugokat találhat, itt a lakosok hagyományos életmódot folytatnak és a hely nyugalma sugároz. Minden tanyának megvan a maga története, külön történelme és érdekessége. A Kiszuca dombjain és völgyein elterülő tanyák nagyszerű turisztikai célpontok. Érdekes meglátogatni Lastovicék karásznói tanyáját, Slezákék kornyavölgyi tanyáját, vagy a Gregušé hegyi települést és még sok mást is. www.regionkysuce.sk

77

78



Nagy-Javorník (1 072 m t.f.m.)

79

A szlovák-cseh határ közelében terül el a turisták körében ismert és népszerű Javorníky-hegység. Legmagasabb csúcsa a Velký Javorník, amelyre több jelzett túraútvonal vezet fel. Közvetlenül a csúcs alatt található Makov Kasárne sí- és turisztikai központ, amely látogatóinak téli és nyári sportolási lehetőséget, a természetben kikapcsolódást és felejthetetlen élményeket kínál. A csúcs a Javorník gerincén vezető tanösvényen haladva Makov-Kasárne központból 45 perc alatt érhető el. A tanösvényen továbbhaladva 45 perc után a Strateneccen álló kilátóhoz ér. A kilátóhoz a Makov Kasárne központból sárga jelzéssel is el lehet jutni, ez az útvonal az előbbivel ellentétben kevésbé meredek. A Strateneccsúcsra a 2. világháború áldozatainak állított három betonkereszt alakú emlékmű látható.

www.regionkysuce.sk

Tudta,
hogyan... ?

A Javorník legmagasabban elhelyezett kilátója a Strateneccsúcsra lévő fából készült kilátó (1 055 m t.f.m.), amelyet 2008-ban építettek. Annak ellenére, hogy Papradno kataszterébe tartozik, sokan kiszucai kilátóként tartják számon, éppen a Makov-Kasárne központból való könnyű megközelíthetősége miatt. A Makov-Kasárne központ 1833-ban létrehozott laktanyáról kapta elnevezését. A laktanya helyorségének feladata a kolera Magyarországról Morvaországba való terjedésének megakadályozása volt. A kilátót elhagyva a túra a Malý Javorník csúcs felé folytatható, vagy más jelzett útvonalakon is le lehet ereszkedni.



Beszterce – Jávorník -hegység sífutó főútvonal

80

Karbantartott út, mesés kilátások, a hegyi településekből áradó béke, mindezt biztosítja látogatóinak a Beszterce – Jávorník-hegység sífutó főútvonal. Az 50 km hosszú karbantartott szakasz a csacai Husárik-tól egészen a szlovák – cseh határszakaszig vezet, Trencsénmakó – Kaszárnya, ahonnan a Javorník-hegység gerincén vezet tovább egészen a Kohútka síközpontig. A főútvonal szakasza legjobban elérhető Csacán a Husárik-tól, a Kolaróc és Trencsénmakó községek között található Melocík-tól, valamint Trencsénmakó – Kaszárnyától. A szakaszon több érdekesség található, kilátók, és szabadtéri természeti galéria részét képező művészeti alkotások.

www.regionkysuce.sk



Gáder-völgy

81

Látogasson el a Nagy-Fátra egyik leghosszabb völgyébe. A völgyön át jó minőségű aszfaltút vezet, ezért alkalmas kerékpárosok, de akár kocsisozások számára is. Az útvonal Blatnica faluból indul, ahol kerékpárok és elektromos rollerek is bérelhetők. Útközben rábukkan Mlynčekovo-ra, ami egy gyönyörű pihenőhely a közeli patak vize által hajtott kis vízimalmokkal. A közelben lévő Blatnica várának romjaihoz is fel lehet kapaszkodni. A túra az Ördögkapuhoz vezető sétával zárható le. A helyet sziklakinyúlások és sziklapárányok jellemzik, továbbá ezen a helyen forgatták a Jánošíkot, az első szlovák játékfilmet. A Gáder-völgyből lehet megközelíteni a Tlstá fennsíkot, Ostrá, Ostredok, Krížna csúcsokat és a főgerinc többi csúcsát is, ezekre a feljutás nehezebb. Tlstá csúcs felé vezető túraútvonal a Mažarná-barlanghoz vezet. Ez a szabadon megközelíthető hasadékbarlang a legnagyobbak közé tartozik a Nagy-Fátarában. 130 m hosszú és lenyűgöző, egy hatalmas állat nyitott pófájára emlékeztető



bejárati kapuja van. A barlang egyben érdekes régészeti lelőhely is, benne barlangi medve maradványokat találtak és a legrégebben lakott túróci település meglétét igazoló tárgyi leleteket, amelyek a Kr. e. harmadik évezredből származnak. www.turiec.com



Szlovákiai falumúzeum - Túrócszentmárton, Jahodnícke háje

82

Ha szeretné a különböző régiók hagyományos népi építészetét, és az emberek életmódját egy helyen látni, és ezeket összehasonlítani, látogassa meg Szlovákia legnagyobb néprajzi természeti kiállítását. A kiállítás felvázolja Szlovákia északnyugati régiói hagyományos népi építészetének, lakásának és életmódjának képét a 19. század második felétől a 20. század elejéig. Talál itt építészeti tárgyakat Árva, Liptó, Kiszuca és Túróc régióiból. www.skanzenmartin.sk

Tudta, hogy... ?

A múzeum 15,5 ha méretű kiállítási területén 143 építmény található, melyek közül 22 építmény látogatható..



Túrócszentmártoni nemzeti sírkert

83

Több mint háromszáz művész, író, vagy jelentős nemzeti közszereplő utolsó nyughelye itt található Túrócszentmártonban. A nemzeti sírkert helye nem véletlenül került kiválasztásra, hiszen Túrócszentmárton volt a 19. században a szlovák kultúra központja. www.narodnycintorin.com



Stubnyafürdő Szlovákiai gyógyfürdők

84

A Stubnyafürdői gyógyhatású termálvíz vonzza a látogatókat, amely elsősorban a vese- és húgyúti megbetegedések, mozgásszervi, idegrendszeri, és nőgyógyászati betegségek kezelésére alkalmas. Kisgyermekes családok és a többi üdülő is igénybe veheti a helyi aquaparkot csúszdáival, pezsgőfürdőivel, és termálvizével. www.therme.sk

Tudta, hogy... ?

A legenda szerint Luxemburgi Zsigmond király úgy fürdött, arany koronával a fején, és pont az arany és az ásványvíz kapcsolatának köszönheti a köszvényből való meggyógyulását, és a magas korát, amelyet megért.



Winter Park Martinky

85

A síközpont a Kis-Fátrában, Túrócszentmárton felett található 1150 - 1456 m tengerszint feletti magasságban. A néhány kevés "városi" síközpont egyike. A síelőknél 12 jó minőségű és naponta karbantartott lesiklópályát biztosít, egész télen természetes hóval lefedve. Az út egyirányú, ezért bizonyos időszakonként csak felfelé, vagy csak lefelé járható. Egyúttal fontos, hogy a járművek hólánccal is fel legyenek szerelve. www.martinky.com

Tudta, hogy... ?

A Martinské hole ideális hely snow-kite síelésére. Kedvére száguldozhat érintetlen területeken, vagy a hegyekben egyik dombról a másikra eljuthat vitorla segítségével.



Sutói-vízesés

86

A 38 méteres magasságával Szlovákia negyedik legmagasabb vízesése. A kriványi Kis-Fátrában található a Sutói-völgyben. A vízesést a Mózes források sziklaképződményéből eredő Sutói-patak vize táplálja. A vízeséshez vezető út nem nehéz, a túraútvonal a Sutói-patak mellett vezető aszfaltos úttal kezdődik, később egy nagyon enyhén emelkedő kavicsos ösvénnyé változik. A földre hulló víz a vízesés körül kellemesen permetez, télen ebből jégdísztetés képződik. Útközben ne hagyja ki az elárasztott Kralovany kőbányát, más néven Sútói-tavat. A bányató átlátszó és türkiz vize első látásra elvarázsolja. A tavat körülölelő teraszos lejtők vadnyugati filmekbe illő tájra emlékeztetnek. www.turiec.com



Borišov (1 510 m t.f.m.) és Ploská (1 532 m t.f.m.)

87

A jellegzetes Borišov hegyorom a Nagy-Fátrában lelhető fel, közel a turisták által kedvelt Ploskához. A csúcstól kiváló panorámás kilátás nyílik a Fáttra hosszú völgyeire és a környező dombokra. Nyugati lejtőjén található a Chata pod Borišovom hegyi turistaház, itt étkezési lehetőség és szálláshely áll rendelkezésre. A Borišov-hegyre induló túrák kiindulópontja a túróci falvak közül Bélagyulafalva vagy Necpál lehet, de a túra elején a túrázóknak 8 km hosszú völgyön kell átjutnia. A völgyeken áthaladó utak domborzata sík, aszfaltos út vezet át rajtuk, ezért kerékpártúrákra is alkalmasak. Liptó felől a kiindulási pont Háromrevuca, innen a Ploskára 3,5 óra alatt lehet feljutni. A Borišov-hegyre pedig alig több mint 1 óra az út. Az útvonal egy része a Nagy-Fáttra gerincén vezet. www.turiec.com

Tudta, hogy... ?

Amennyiben úgy dönt, hogy a Béla-patak völgyében kerékpáros kirándulásra indul, hagyja a kerékpárját a Havranovo turistaházban és folytassa az útját Borišov felé. A hegytető annyira lapos, hogy a domb szélét nem lehet ugyan látni, de minden irányba körkörös kilátást nyújt.



Hóhérszika

88

Nem messze Szklabinya várától egy érdekes sziklaképződmény magasodik Szklabinya-Váralja fölé, a neve Katova skala. Az elnevezés a várhoz kötődik, a szikla kivégzési helyszíneként szolgált valaha, a nem kívánatos személyeket innen vetették le a mélybe. A sziklára a feljutás körülbelül egy órát vesz igénybe, felérve csodálatos félköríves kilátás nyílik a Nagy-Fátrára, részben a Túróci-medencére és a Lucskai-Fátrára. www.turiec.com



Szklabinya vára

89

A vár a Szklabinya-Váralja kisközség fölé magasodik. A vár egy ősi földvár helyén a 13. század első felében épült, első írásos emléke 1309-ből származik. Doncs lovag építtette. Szklabinya vára 1328-tól Túróc vármegye székhelye volt. A 15. század első felében egy huszita hadjárat során a várat felégették. 1527-től a vár tulajdonosa Révay Ferenc, a várat fokozatosan javíttatta, módosította és bővítette. A 17. század elején a vár alatt elővár és komfortos reneszánsz kastély épült. Az elhagyatott vár lassan omladozott, a kastély 1944-ig volt lakható, amikor Hitler csapatai felgyújtották. Azóta a kastély romokban hever, de a terület jelenleg szabadon látogatható. A kastélyhoz szép sétát lehet tenni, a környékről gyönyörű kilátás nyílik a környező erdőkre, mezőkre. A vár romjain a DONJON civil egyesület végez helyreállítási munkálatokat. A várban működik még magán Vármúzeum, büfé frissítőkkel, ajándéktárgyakkal valamint kapható a kastély körüli mezőkön legeltetett kecskék tejéből készített kecskesajt is.

www.turiec.com

www.zilinskyturistickykraj.sk/kam-na-vylet/turiec/hrad-sklabina/



Valcsai-völgy – SNOWLAND

90

A központ leginkább családi síelésre nyújt lehetőséget és ehhez magas színvonalú kiegészítő szolgáltatásokat. 8 sípálya, melyek együttes hossza 5,6 km, modern 4-személyes ülőlift és 6 sí-felvonó áll rendelkezésre. A legkisebbeket és a kezdő síelőket egy minilift is várja sí- vagy snowboard-iskolával. A központ újdonsága a YETI PARK, a közönséget itt vidám, szórakoztató attrakciók várják. A sífutás kedvelőit a síközpont körül több sífutópálya örvendezteti meg, hosszuk összesen 12 km. A síközpont elsősorban a családi síelésre koncentrál, de nemcsak télen, hanem bármelyik évszakban minden korosztálynak akad itt szórakozás. A gyerekeket játszótér várja egy nagy kalózhajóval és mesefigurákkal, trambulinokkal és számos attrakcióval. Az üdülőközpontban kerékpár-, tereproller- és görkorcsolya-kölcsönző üzemel, a járművek a központban in-line körpályákon és a közeli kerékpárutakon használhatók. A közelben több halastó, turistaösvény is található, és a völgyön végig egy kék jelzésű ösvény vezet át Valcsából a Marikói-nyerregre és tovább Kenyeredre.

www.snowland.sk



Jó tudni, még jobb megkóstolni



A Zsolna-megyei szlovákok étrendje a múltban olyan alapvető élelmiszerekre épült, mint amilyen a burgonya, káposzta, liszt, tej és a hüvelyesek voltak. A pásztorszállásokon alkalmazott juhtartás jelentős mértékben gazdagította a családok étrendjét olyan tejtermékekkel, amilyenek a sajt és a brindza voltak. Az ilyen alapélelmiszerek kombinálásának eredményeképpen keletkeztek a hagyományos specialitások, és különleges ritka receptek, amelyek a világ népeinek étkezési szokásaiban nem jelentek meg. Mi az tehát, ami Zsolna-megye olyan hagyományos ételének, vagy konyhaművészeti finomságának tekinthető, amit az ottani tartózkodás során meg kellene kóstolnia?

Juhtúrós galuska

A megrögzötten ismert juhtúrós galuska, amelyet ráadásul nemzeti ételnek tartunk. Az igazi galuska burgonyás tésztából készül, és liptai túróval, valamint sült szalonnával tálalják, legjobban talán egy hagyományos pástorkunyhóban, vagy juhásztanyán. A Szlovákok igen kedvelt eledeléről van szó, bár a külföldieknek jelentős gondot okozhat, főleg az első falásoknál. Ha meglátja az étlapon, habozás nélkül rendelje meg!

Sztrapacska [káposztás]

A szlovákok szeretik a savanyú káposztát. Ha nem szereti a brindzát, de szereti a galuskát, a sztrapacska kitűnő alternatívát nyújt. Ez tulajdonképpen savanyú káposztával és sült szalonnával tálalt galuska.

Derelye

Főtt burgonyából, lisztből, tojásból és sóból gyúrt tésztából készül a hagyományos derelye [pirohy]. Félkör, vagy háromszög formájú, és sósan liptai túróval, vagy édesen lekvárral, túróval, vagy mákkal töltve készül. Mákkal, vagy prézlivel megszórva, vajjal meglocsolva tálalják, vagy a sós változatot pirított szalonnával és hagymával.

Tudta, hogy... ?

Sok országban a mák termesztése tilos a még éretlen mákgubóban található ópium miatt, de nálunk a termesztése elterjedt és megszokott. A mák hatásait már nagyanyáink is ismerték, régen ugyanis a mákfőzetet természetes altatóként használták eleven, örökmozgó gyerekek altatására.

Nudli

Annak ellenére, hogy a derelye készíthető édesen, de sósan is, a nudli egy hagyományosan édes étel. Burgonyatésztából kisodorják az apró nudlikat, amelyeket aztán sós vízben főznek ki. Dióval, vagy mákkal, vajjal leöntve tálalják. Az egyszerű étel mindenkit meg tud lepni finom ízével.

Polesznik - tócsni

Polesznik, harula, vagy krumplis lepény - így szokták errefelé nevezni a tócsnit, az őseink másik kedvenc ételét. A recept területenként változik, van aki a burgonyás tésztába több fokhagymát a másik több majorannát tesz. A lepényt olajon sütik és hússal töltik, megszórják sajttal, vagy csak magában is fogyasztható.

A múltban a levesek az őseink étrendjének alapját képezték. A sűrű, tápértékben gazdag leveseket részesítették előnyben, ezeket fogyasztották még reggelire is. Ez az előző generációk életvitelével függött össze, akiknek a mindennapi tevékenységeikkel kapcsolatos energiaigényük kielégítésére, magas tápértékű ételek fogyasztására volt szükségük.

Káposztaleves

A hagyományos levesek közül a legnépszerűbb a gombás, sonkás és kolbászos káposztaleves. Elkészítése ma sem bonyolult, és minden régióban megkóstolhatja az ottani, egymástól kis mértékben eltérő változatait.

Tudta, hogy... ?

A káposzta még a 20. század első felében jelentőséggel bíró üzleti cikknek számított. Árva lakóiról ismert volt, hogy sokat fogyasztanak belőle, átlagban akár 50 kg-ot egy főre.

Bableves

Nemcsak a káposzta, hanem a hüvelyesek is közkedveltek voltak a Zsolna környékéhez tartozó területeken. A finom bableves vízben előáztatott bab, kolbász, vöröshagyma és fokhagyma felhasználásával készült. Trstenai kerámiatálból fogyasztva házikenyérrel a legízletesebb.

Ahhoz, hogy a tartózkodásukkal kapcsolatos élmény teljes legyen, semmiképpen nem mehetnek el innen a Zsolna környékén hosszú hagyományokkal rendelkező italok megkóstolása nélkül.

Hafirovica

Hafirovicá-nak az egyedülálló, elsősorban Árván ismert likőrt nevezik, amely áfonyából, rumból és cukorból készül. Az összetevők helyes aránya viszont Bölnyfalú lakóinak titka marad. A likőr igen népszerű az itthoni és külföldi látogatók között.

Hriatô

Hriatô-nak a karamellből, köményfőzetből, pálinkából és zsírból házilag készült alkoholos italt nevezik. Melegen, szinte forróan fogyasztják, de nem kóstolják, hanem egyszerre isszák úgy, hogy az ital gyorsan lemenjen az ember torkán, és a zsírréteg bevonja a torkát.

Demänovka

Cseh szomszédainknak Becherovkájuk van, nálunk viszont Demänovka található. A szlovákiai hegyi gyógyfüves likőr a 60-as években keletkezett, és Liptószentmiklóson gyártják. 14 fajta gyógyfüvet, fűszert, mézet, finomszeszt és tátraalji forrásvizet tartalmaz.



Implemented with the financial support
of the Ministry of Transport of the Slovak Republic



Összállította és kiadta: Žilinský turistický kraj, krajská organizácia CR, 2023
Fénykép: Marek Hajkovský, Pavol Staník, Jaroslav Velička, Radovan Jakuš, Richard Köhler,
Jaroslav Moravčík, Shutterstock, ŽTK archívuma és a ŽTK tagjainak archívuma
Grafikai feldolgozás: Róbert Lopušán - TIME PRINT

www.zilinskyturistickykraj.sk

www.zilinskazupa.sk www.regionmalafatra.sk www.visitliptov.sk

www.regionkysuce.sk www.visitorava.sk www.rajeckadolina.sk www.turiec.org