



ŽILINSKÝ
TURISTICKÝ
KRAJ



Zážitkovník



70 tipov
čo robiť v
Žilinskom
kraji

#todolistzilinaregion



Tento Zážitkovník si vedie:

V prípade nájdenia prosím volať na číslo:

Pri potulkách krajom ti budú nápomocné webstránky plné informácií:

www.zilinskyturistickykraj.sk

www.regionmalafatra.sk

www.rajeckadolina.sk

www.regionkysuce.sk

www.visitorava.sk

www.visitliptov.sk

www.turiec.com

Pridaj fotky zo svojich zážitkov
na Instagram s hashtagom

#todolistzilinaregion



**1 Navštív Budatínsky hrad
a zisti viac o drotárstve.**



Zo Žiliny nemôžeš odísť bez návštevy jedného z najstarších hradov stredoveku. Návštevníkom hradu je sprístupnená expozícia drotárstva - jediná expozícia svojho druhu na svete.

Zaujímavosť o drotárstve:

.....
.....

Aké výrobky z drôtu si videl v expozícii drotárstva?

.....
.....
.....

TIP! Ak chceš vidieť drotára priamo pri práci, navštív Drotárske múzeum Jozefa Holánika-Bakeľa v Dlhom Poli. Umelecký remeselník drotár Juraj Šerík, vnuk a pravnuke drotárskych majstrov, pokračuje v rodinnej remeselnej tradícii.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



**2 Obzri si Žilinu z výšky -
z rozhľadne Dubeň nad mestom.**



Rozhľadňa je vysoká 27,4 m a prístup k nej je možný turistickým chodníkom z Budatína i zo Zádubnia.

Aké hory a vrchy je vidieť z rozhľadne?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Koľko poschodí má rozhľadňa?

5 10 12

TIP! V centre mesta nájdeš aj Burianovu vežu, kde kedysi stávali mestské strážne. Očarí ťa pekný výhľad na centrum mesta.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



3 Zamávaj pltníkom z najvyššej veže hradu Strečno.



Na ceste zo Žiliny do Martina si urob zastávku a navštív stredoveký hrad Strečno vypínajúci sa na brale nad riekou Váh. Jeho dejiny siahajú až do polovice 14. storočia. Na hrad sa dostaneš príjemnou prechádzkou cez stredovekú drevenú dedinu Paseka, postavenú podľa vzoru dobových stredovekých stavieb. Z hradu ťa očarí krásny výhľad na plte plaviace sa po rieke Váh.

Zaujímavosť z výkladu:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

S ktorou významnou ženou sa spája hrad Strečno:

- Adela Ostrolúcka
- Alžbeta Báthory
- Žofia Bosniaková



Ktoré domčeky sa v stredovekej dedine Paseka nachádzajú?

- dom pekára kováčska dielňa
- dom rybára dom ľudovej liečiteľky
- dom hradného kata dom hrnčiara
- dom drevorubača dom roľníka
- útulňa pre pútnikov studňa
- zvonica sýpka na obilie

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



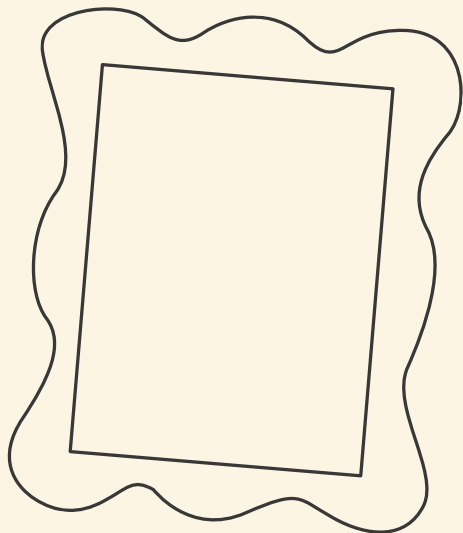
4 Vyjdi na Starhrad a obzri si Domašínsky meander z výšky.



Zručanina hradu Starhrad je príjemnou zastávkou ak mieriš k turisticky obľúbenej Chate pod Suchým, ktorá sa nachádza na hrebeni Malej Fatry. K hradu sa dostaneš po červenej turistickej značke z Nezbudskej Lúčky približne za hodinu.

Zašiel si až ku Chate pod Suchým?

Áno Nie



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



5 Prevez sa bicyklom okolo Vodného diela v Žiline.



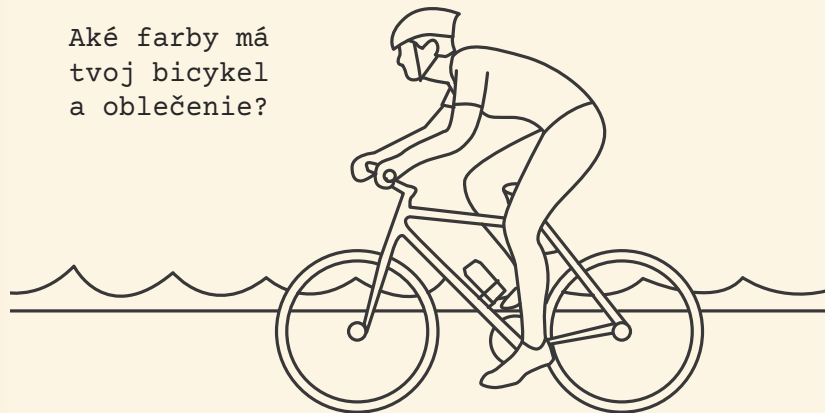
Cyklotrasa spájajúca hrad Strečno a Budatín vedie okolo priehrady Vodné dielo a je zokruhovaná.

Voda akej rieky poháňa turbíny vodnej elektrárne?

Kysuca Váh Rajčanka

TIP! Vieš o tom, že v Žiline funguje bikesharing BikeKIA? Zdieľané bicykle si môžeš požičať cez aplikáciu BikeKIA a presun mestom môže byť rýchlejší.

Aké farby má tvoj bicykel a oblečenie?



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



6 Prejdi sa najkrajším kaňonom v Terchovej - Janošikovými dierami.



Sústava kaňonov a tiesňav s 20 krásnymi vodopádmi a skalnými útvarmi patrí medzi najkrajšie trasy v národnom parku Malá Fatra. Na trase sa nachádzajú chodníky s lávkami, rebríkmi a reťazami, čo ešte viac zvyšuje atraktivnosť tohto miesta.

Ktorú časť si prešiel?

- Dolné diery Nové diery
 Horné diery

Ktoré miesto na trase sa ti najviac páčilo?

.....
.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



7 Zdolaj najvyšší vrch Malej Fatry - Veľký Kriváň (1709 m n. m.).



Vyvez sa kabínkovou lanovkou Vrátna - Snilovské sedlo na hrebeň Malej Fatry. Prejdi sa po hrebeni a vychutnaj si neskutočné výhľady na všetky svetové strany. Výstup na Veľký Kriváň ti zaberie len 40 minút. Ak sa vyberieš na dlhšiu turistiku, občerstviť sa môžeš na niektorej horskej chate. Typickými špecialitami sú husté polievky a parené buchty.

Na ktorej chate si si oddýchol?

- Chata na Grúni Chata pod Chlebom
 Chata pod Suchým
 Chata na Kľačianskej Magure

Najkrajšie výhľady:

.....

Najťažší úsek:

Celkovo prejdených km:

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



8 Doby Veľký Rozsutec (1610 m n. m.), ktorý je symbolom Malej Fatry.



Náročná túra preverí sily každého. Odmenou sú však nádherné výhľady z vrcholu. Výstup na vrchol cez Jánošíkove diery zvládneš za 4 hodiny, ak si zvolíš výstup z osady Štefanová, dá sa zvládnuť za 3 hodiny.

Z ktorej strany si na Rozsutec vystúpil?

- Zo sedla Medziholie
- Zo sedla Medzirozsutce

Trvanie túry:

Najťažší úsek:

.....

Celkovo prejdenej km:

Odskočil si si aj na Malý Rozsutec?

- áno
- nie

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY



POČASIE



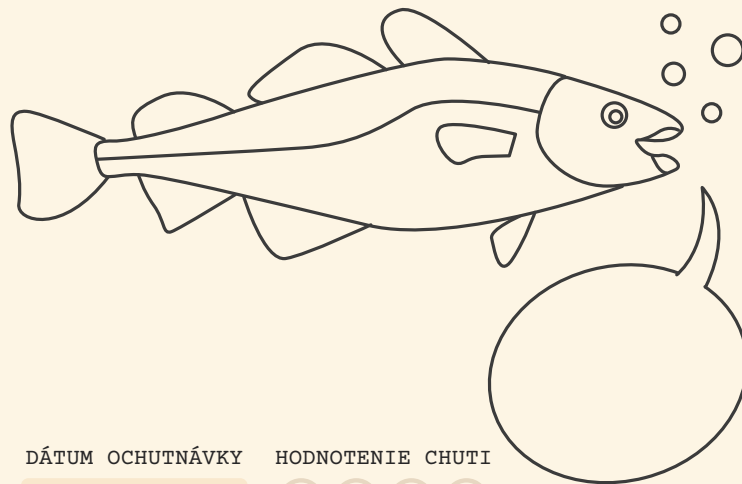
9 Ochutnaj tradičnú slovenskú pochúťku, ktorá sa vyrába v Žiline.



V Žiline sa vyrába tradičná slovenská pochúťka z rýb - treska v majonéze. Ochutnaj tresku v TreskaBare v Žiline alebo si ju jednoducho kúp v obchode. Najlepšie chutí s rožkom.

Z akých surovín je treska vyrobená?

- ryba
- vajce
- ocot
- mlieko
- múka
- mrkva
- cibuľa
- zemiaky
- ryža
- kapusta
- majonéza



DÁTUM OCHUTNÁVKY

HODNOTENIE CHUTI



10 Obkresli ľudový ornament z „perníkovej chalúčky“ v dedinke Čičmany.



Navštív dedinu Čičmany známu svojimi neobyčajnými drevenicami s bohatou ornamentálnou výzdobou. Ornamenty tohto druhu sú jedinečné v celej strednej Európe. Nachádza sa tu viac ako 130 domov. Ornamenty vznikli pravdepodobne náhodou, kedy gazdiné zvyšok zmesi na utesňovanie medzier využili na výzdobu domov, pričom sa inšpirovali vzormi z tradičných krojov.

Čičmiansky vzor vyzerá takto:

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



11 Zaži západ slnka na Kľaku (1351 m n. m.)



Na vrchol tohto turisticky obľúbeného miesta vedie turistický chodník z Fačkovského sedla alebo z obce Fačkov.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



12 Spočítaj hrady v Slovenskom drevenom betleheme v Rajeckej Lesnej.



Patrí medzi najväčšie drevorezby na Slovensku. Je 8,5 m dlhý, 2,5 m široký a 3 m vysoký.

Počet hradov:

Ktorá časť betlehemu sa ti najviac páčila?

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



13 Ochutnaj „zázračnú“ vodu s obsahom magnézia a vápnika z prameňa pri Lurdskej kaplnke v Rajeckej Lesnej.



Kalvária v Rajeckej Lesnej bola postavená v rokoch 1920–1921 z milodarov rodákov žijúcich v Amerike.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



14 Okúp sa v liečivej vode v miestnych kúpeľoch v Rajeckých Tepliciach.



Netradičná architektúra kúpeľov zaujme každého, kombinujú sa tu antické prvky spolu prírodnými materiálmi – mramorom, ónyxom, vzácnymi drevinami, sklenenými vitrážami a zlatom. V kúpeľoch sa liečia choroby pohybového ústrojenstva, zápalové ochorenia centrálného nervového systému – ochorenia kostí, kĺbov, svalov, šliach. Liečivá voda sa využíva aj na pitné kúry.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



15 Nájdi cestu ku skalnému budzogaňu ukrytému v Rajeckej doline.



K netradičnému skalnému útvaru, ktorý má podobu zovretej päste, vedie najkratšia trasa z obce Zbyňov. Značeným turistickým chodníkom sa k nemu dostaneš približne za 1 hodinu.

Čo si sa dozvedel z tabúľ náučného chodníka o vzniku budzogaňa?

.....

.....

.....

Nakresli budzogaň:

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

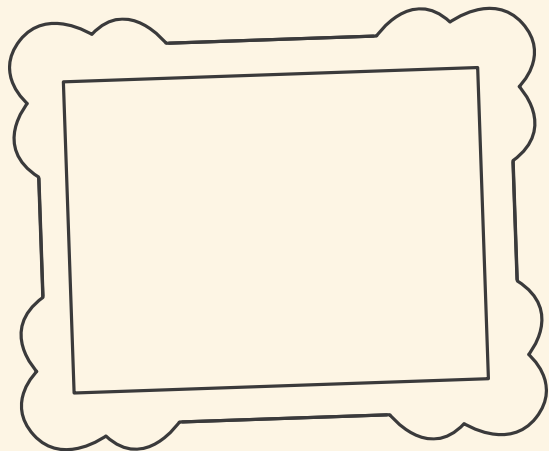
POČASIE



16 Odfot' bizarné skalné útvary
v Súľovských skalách.



Turistika v národnej prírodnej rezervácii Súľovské skaly patrí medzi turistami vyhľadávané lokality. Územie jedinečné skalným reliéfom je atraktívne pre návštevníkov a človek sa nestačí čudovať, čo tu zo skál príroda vytvorila. Skalný útvar Gotická brána patrí medzi najviac fotografované miesta, odfot' alebo nakresli si ho aj ty na pamiatku.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



17 Pozri si svetový unikát - kamenné gule na Kysuciach, ktorých pôvod je záhada.



Kamenné gule môžeš nájsť v lome Milošová-Megoňky neďaleko Čadce aj v lokalite nazývanej Klokočovské skálie. Slovenské gule nie sú jediné, ktoré sa vo svete nachádzajú, sú však zrejme najväčšie zo všetkých. Najväčšia nájdená guľa má priemer 2,6 m. Podobné gule sú iba na približne ôsmich ďalších lokalitách na svete, ako napríklad Kostarika, Nový Zéland, Bosna, pralesy Južnej Ameriky, Škótsko.

Kde si videl kamennú guľu?

.....
.....
.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

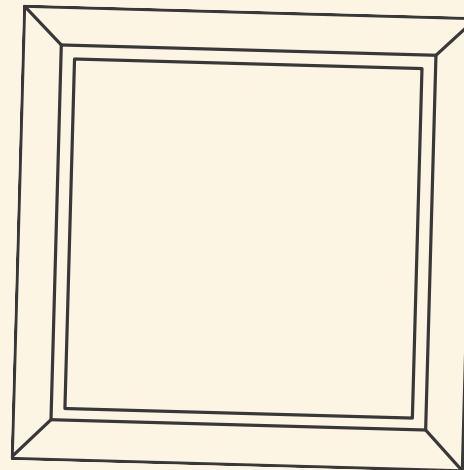
.....



18 Okúp sa v sude alebo v kotli, pod ktorým horí skutočný oheň.



Na Kysuciach sa rozšírila nová forma wellnessu - kúpanie v kúpacích sudoch a liatinových kotloch pod holým nebom, ktorých voda sa zohrieva skutočným ohňom. Vyskúšať čertovský kúpeľ môžeš v rezorte Drevenice Živčáková alebo v areáli Sudopark.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



19 Naber si do fľaše ozdravujúcu vodu z prameňa na pútnickom mieste Živčáková.



Mariánske pútnické miesto Živčáková je známe tým, že sa tu v roku 1958 mala lesnému robotníkovi zjaviť Panna Mária. Dodnes na toto miesto prúdia tisíce pútnikov, aby načerpali novú silu, duchovné zážitky a naplnili si fľaše ozdravujúcou vodou z prameňov.

Počet prameňov:

Výhľad z vyhliadkovej veže si:

absolvoval neabsolvoval

TIP! V blízkosti pútnického miesta sa nachádza ropný prameň v Korní. Tu si môžeš obzrieť, ako vyzerá miesto, kde ropa vyvierá na zemský povrch.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



20 Zisti, ktorý americký astronaut mal slovenské korene a skrýval sa za pomenovaním Apolón z Kysúc.



Meno astronauta:

.....

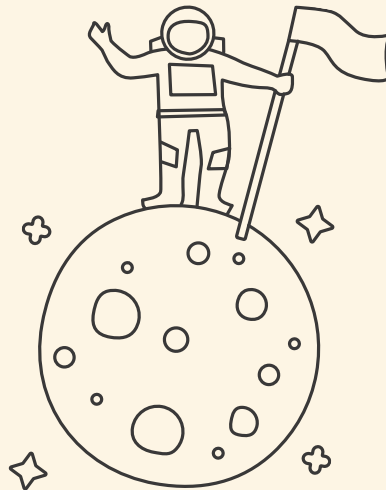
Obec na Kysuciach, z ktorej pochádzal:

.....

Zaujímavosť

z pamätnej izby:

.....
.....
.....
.....
.....
.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



21 Prevez sa na bicykli
Bystrickou cyklotrasou
v údolí Bystrickej doliny.



Začiatok trasy:

.....

Koniec trasy:

.....

Počet prejdených km:

Zaujímavosť na trase:

.....
.....
.....
.....

Prišiel si cyklobusom?

áno nie

Doviezol si sa na bicykli až k Vodnej
nádrži Nová Bystrica?

áno nie

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



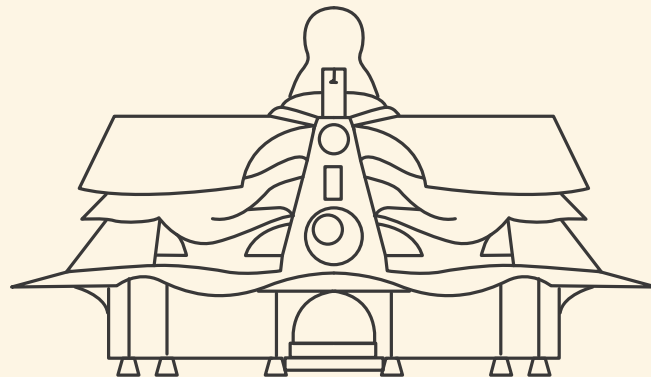
22 Pozri si odbíjanie hodín na
Slovenskom orloji v Starej
Bystrici.



Jediný orloj na Slovensku sa nachádza práve v Žilinskom kraji. Je najväčšou drevenou sochou na Slovensku. Orloj odbíja od 8.00 do 22.00 hod. každú celú hodinu a počas odbíjania sa predstaví promenáda slovenských svätcov.

Koľko sôch slovenských svätcov sa predstaví v promenáde pri odbíjaní?

10 7 5



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

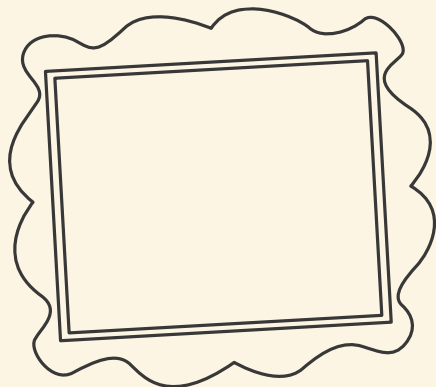
.....



23 Zisti, ako vyzeral spôsob života na Kysuciach v minulosti.



Aj Kysuce majú svoje múzeum v prírode. Kvôli výstavbe vodného diela Nová Bystrica boli vzácne objekty ľudovej architektúry prenesené zo zatopenej oblasti práve sem. Nájdeš tu obytné a hospodárske budovy, technické a sakrálné stavby z viacerých kysuckých obcí. V tradičnej krčme ťa obslúžia v kysuckých krojoch a pohostia tradičnou kuchyňou.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



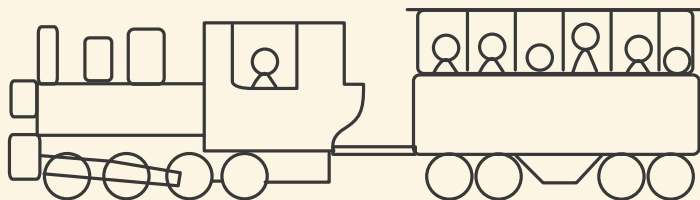
24 Odvez sa historickým vláčikom v Skanzene Vychylovka.



Zaži jedinečnú jazdu na lesnej železnici s úvratovým systémom, ktorý pomáhal prekonávať veľké prevýšenie na krátkej vzdialenosti. V minulosti železnica slúžila na zvažanie dreva vyťaženého z okolitých lesov.

S ktorou lesnou železnicou bola tá kysucká kedysi prepojená?

.....
.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



25 Navštív jednu z množstva rozhľadní na Kysuciach.



Názov rozhľadne:

.....

Za aký čas si k nej prišiel od auta, vlaku, autobusu?

.....

Nakresli túto rozhľadňu:

26 Vystúp na vrchol Veľkej Rače a urob krok za hranicu Poľska.



Zaži deň plný dobrodružstva v letnom centre zábavy Snowparadise Veľká Rača Oščadnica. Z hornej stanice lanovky sa dá dostať na vrchol Veľkej Rače príjemnou prechádzkou približne za 1 hodinu.

Zdolal si Veľkú Raču?

áno nie

Čas, za ktorý si urobil výstup:

.....

Ktoré atrakcie v stredisku si vyskúšal?

trampolíny bobová dráha lanovka

zjazd na kolobežkách

výstup na rozhľadňu iné:

.....

.....

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



27 Prevetraj bežky na Beskydsko-Javorníckej lyžiarskej bežeckej magistrále.



Upravená trať v dĺžke 50 km, rozprávkové výhľady, pokoj sálajúci z horských osád, toto všetko tu nájdeš. Najlepšie je trasa prístupná z Čadce z lokality Husárik, z Melocíka, ktorý sa nachádza medzi obcami Kolárovice a Makov a taktiež z časti Makov - Kasárne.

Počet prejdenných km:

Osady, cez ktoré si išiel:

.....
.....
.....
.....
.....

Koľko rozhľadní si videl na trase?

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



28 Prejdi sa po komnatách Oravského hradu a cíť sa ako panovník v rozprávke.

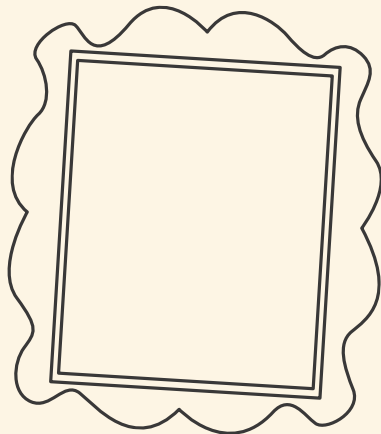


Jeden z najnavštevovanejších a najkrajších hradov na Slovensku sa nachádza v Oravskom Podzámku. Možno ho nazvať „orlím hniezdom“ vybudovaným na vysokej skale nad okolitou krajinou. Vystúp do najvyššej hradnej veže, kde sa nachádza Filmotéka a zisti, ktoré filmy a rozprávky tu boli natočené.

Natočené tu boli:

- Kráľ Drozdia brada
- Upír Nosferatu
- Snehulienka
- Láska na vlásku
- Popoluška
- Princezná Fantaghiro
- Sokoliar Tomáš

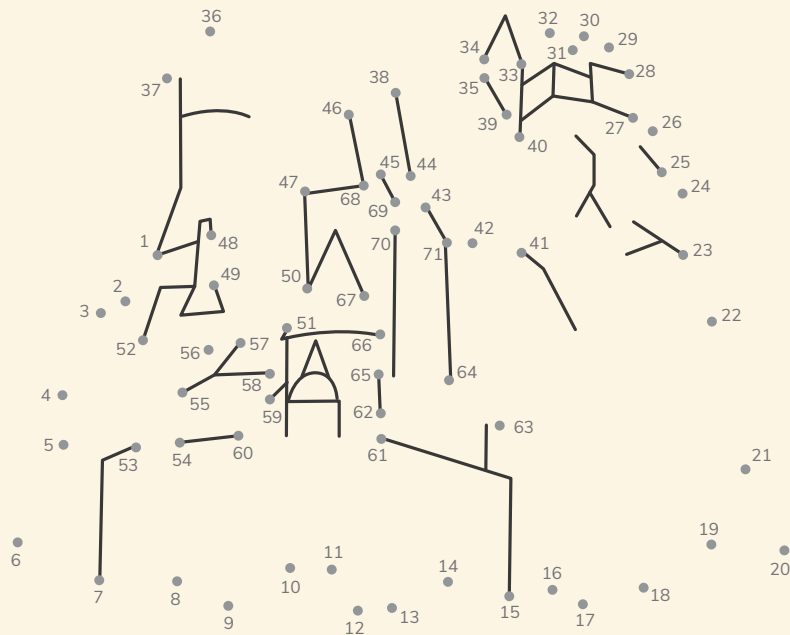
Odfot' alebo nakresli sa ako panovník hradu:



Ktorému panovníkovi alebo panovníckemu rodu patril hrad najdlhšie?

.....

Pospájaj čísla a naskytne sa ti typický pohľad na hrad:



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



29 Vyskúšaj jazdu na netradičnom dopravnom prostriedku a zisti na čo sa plte využívali v minulosti.



Pltníctvo v minulosti znamenalo dôležitý zdroj obživy pre obyvateľov chudobnejších regiónov, najmä Oravy a Liptova. Dnes si môžeš vyskúšať jazdu týmto netradičným dopravným prostriedkom v atraktívnom prostredí na rieke Váh, ktorá tečie popod hrad Strečno, alebo na rieke Orava, z ktorej máš nádherný výhľad na Oravský hrad.

Po ktorej rieke si sa plavil?

Orava Váh

Na čo sa plte využívali:

.....

Zaujímavosť z výkladu:

.....

Ako dlho trvala plavba plťou?

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



30 Navštív múzeum kávy Oravakafe v Krušetnici.



Expozícia Oravakafe v útulnom domčeku rozpráva príbeh kávovníkového zrnka od svojho počiatku až po lahodný koniec. Interiér domčeka zdobí mozaika z kávovníkových zŕn a dojmy dotvárajú exponáty vystavené v jeho priestoroch. Zbierka exponátov Oravakafe je slovenským rekordom a je ocenená certifikátom za najväčšiu zbierku. V tejto zbierke nájdete staré mlynčeky, kávovary, hrnčeky... Avšak dominantou Oravakafe je mozaika, ktorá je najväčšou na svete. Doposiaľ získala certifikát zo Slovenska, ale plánuje sa zapísať aj do svetovej Guinnessovej knihy rekordov.

Koľko kávových zŕn obsahuje mozaika?

Najkrajší exponát:

.....

.....

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



31 Spoznaj, ako žili a čím sa živili naši predkovia na Orave v minulosti. Navštív Múzeum oravskej dediny v Zuberco a nájdi na trstenskej keramike typický ornament.

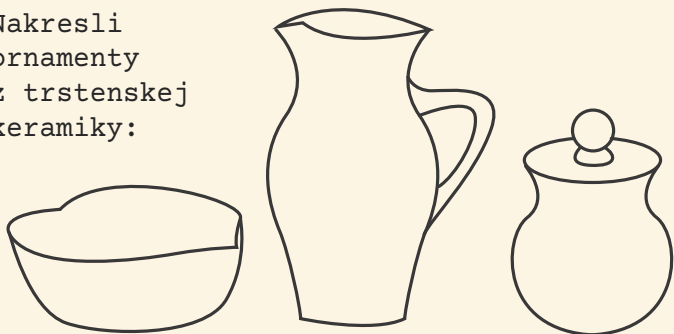


Pôvodne na mieste dnešného múzea nestál žiaden dom. Väčšina objektov bola odkúpená od pôvodných majiteľov, rozobraná, prevezená a nanovo poskladaná v múzeu. Ďalšie domy boli vybudované ako kópie pôvodných stavieb.

Ktorá budova sa ti v múzeu najviac páčila?

.....

Nakresli
ornamenty
z trstenskej
keramiky:



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



32 Sprav si turistiku k Roháčskym plesám v Západných Tatrách.



V nádhernom prostredí Západných Tatier - Roháčov, v turisticky obľúbenej lokalite Roháčska dolina nájdeš Roháčske plesá, vodopád, ako aj vysoké štíty a majestátne vrcholy s množstvom turistických chodníkov. Roháčske plesá tvorí 6 jazierok ľadovcového pôvodu. Odmenou budú krásne prírodné panorámy so zaujímavými scenériami. Obľúbená trasa k plesám vedie popri Roháčskom vodopáde. Počas turistiky si môžeš oddýchnuť a občerstviť sa na Ťatliakovej chate.

Koľko jazierok si videl?

Začiatok trasy:

Koniec trasy:

Počet prejdenných km:

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



**33 Prevez sa historickým
vláčikom v Oravskej Lesnej
zo stanice Tanečník.**



Orava je hornatý kraj, ktorého najväčším prírodným bohatstvom boli a dodnes sú lesy. Komerčná ťažba dreva a jeho doprava nadobudla veľký význam už v stredoveku. V rámci modernizácie celého lesného podnikania bolo potrebné vyriešiť dopravu dreva vyťaženého v neprístupnom horskom teréne k zákazníkom. Tradičné záprahy a vodná doprava na pltiach nemali potrebnú kapacitu a záviseli od počasia. Projekt novej lesnej železnice bol vyhotovený v období 1. svetovej vojny. Viedla z Oravskej Lesnej cez Zákamenné do Lokce. Umožnila vyvážať drevo z okolitých lesov, nemala však žiadne priame spojenie s verejnou železničnou sieťou.

TIP! Dnes sa železnica využíva na vyhliadkové jazdy. Trať v dĺžke 3 km vlak prekoná za 15-20 minút. Spolu s prestávkou na stanici Sedlo Beskyd, počas ktorej môžeš vystúpiť na vyhliadkovú vežu, trvá približne 1 hodinu.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



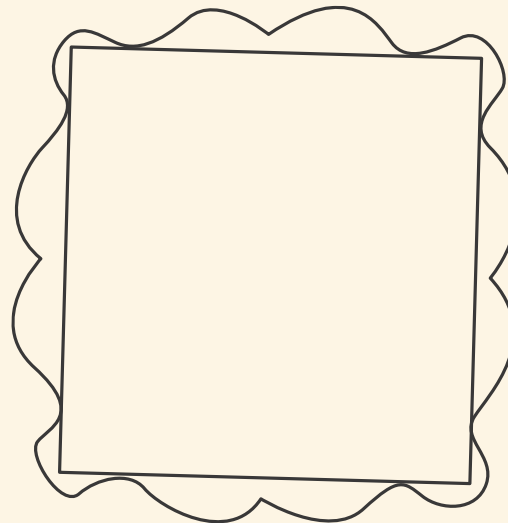
**34 Odfot' sa pod kópiou sochy
Ježiša Krista z Rio de
Janeiro v Kline na Orave.**



Monument je kópiou slávnej brazílskej sochy v Rio de Janeiro, má výšku 9,5 m a jej hmotnosť je 23 ton.

Ktorú vodnú nádrž vidieť od sochy?

Oravská priehrada Liptovská Mara



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



35 Prevez sa loďou na ostrov v strede Oravskej priehrady a spoznaj tajomstvo, ktoré ukrýva.



Názov ostrova:

.....

Čo sa na ostrove nachádza?

.....

.....

Kde si nastúpil na loď a kade sa plavila?



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

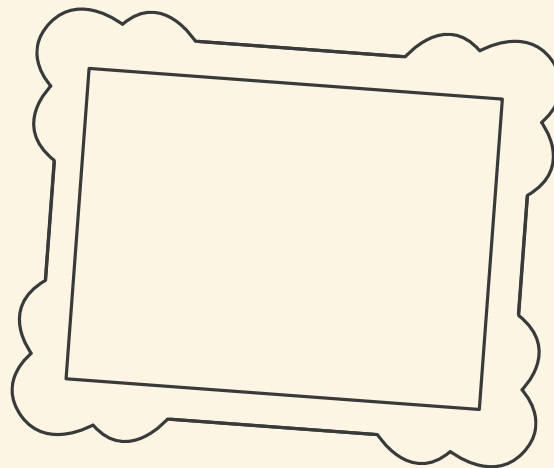
POČASIE



36 Leť ako vták na najdlhšej ZIPLINE dráhe v strednej a východnej Európe.



ZIPLINE dráha s dĺžkou 1234 m sa nachádza v stredisku SKI PARK Kubínska hoľa neďaleko Dolného Kubína. Nechaj sa unášať rýchlosťou až 105 km/h vo výške až 29 m nad zemou. Vychutnaj si počas jazdy výhľad na prírodu Kubínskej hole. Jazda je plná adrenalínu, no báť sa nemusíš, je bezpečná a každý je istený.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



37 Obzri si jeden z drevených kostolíkov na Orave zapísaných v Zozname UNESCO.



Na území Žilinského kraja si môžeš obzrieť 2 drevené kostolíky zapísané ako UNESCO pamiatky - Kostol Všetkých svätých v Tvrdošíne a Artikulárny evanjelický kostol v obci Leštiny. Oba sú postavené zo smrekového dreva. Interiér zdobia drevorezby a nástenné maľby.

Názov kostola:

.....
.....
.....

38 Ochutnaj typický oravský alkoholický nápoj Hafirovica.



Kde si ochutnal nápoj?

.....
.....

Čo znamená oravské nárečové slovo hafira?

pálenka čučoriedka zábava

Čo ti chuť pripomína?

.....

Skús to aj doma!

Domáci recept: Do litrovej fľaše dáme 200 ml čučoriedok, 200 ml kryštálového cukru alebo 150 ml medu a objem dolejeme tuzemským rumom. Pretrepeme, aby sa chute premiešali a necháme lúhovať 3-4 týždne. Likér sa necedí, naopak - do pohára nalejeme aj niekoľko plodov, ktoré sa v ústach rozplynú.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



DÁTUM OCHUTNÁVKY

HODNOTENIE CHUTI

.....



39 Ochutnaj z tradičných slovenských syrov.



Výrobky z ovčieho a kravského mlieka neodmysliteľne patria do nášho jedálneho stola. Najobľúbenejšie sú ovčí syr, oštiepky, parenice a samotná bryndza. Nájdeš ich v každej kolibe, na salaši aj v obchode.

Kde si ochutnal syr?

.....

DÁTUM OCHUTNÁVKY HODNOTENIE CHUTI



40 Ochutnaj tradičné šúľance s makom.



Dopriať si ich môžeš namiesto dezertu. Mak mal v slovenskej ľudovej strave dôležité miesto, dodnes sa používa pri príprave sladkých jedál a dezertov ako napríklad maková štrúdľa s višňami.

Kde si ochutnal šúľance?

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY HODNOTENIE CHUTI



41 Zostúp do podzemia
a preskúmaj jaskyne na
Liptove.



Nechaj sa očariť prekrásnou pestrofarebnou kvapľovou výzdobou Demänovskej jaskyne slobody, ktorá radí jaskyňu medzi najkrajšie v Európe. Je najnavštevovanejšou jaskyňou na Slovensku. V Demänovskej doline nájdeš aj Demänovskú ľadovú jaskyňu s ľadovými kvapľami a vodopádmi. Za návštevu stojí aj Stanišovská jaskyňa v Liptovskom Jáne alebo Važecká jaskyňa vo Važci.

Názov jaskyne:

.....

Čo sa ti v jaskyni páčilo?

.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



42 Objav tajomstvo starých
vodných mlynov schovaných
uprostred krásnej prírody.



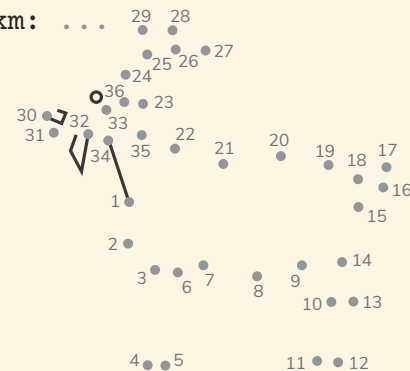
Kvačianska dolina spolu s Prosieckou patrí medzi najkrajšie doliny na Slovensku. V časti Oblazy sa nachádzajú vodné mlyny - jedna z posledných zachovaných pamiatok svojho druhu. Ľahkú turistiku k tomuto čarovnému miestu môžeš začať z obce Kvačany, trvá približne 1 hod.

Začiatok trasy:

Koniec trasy:

Počet prejdených km: ...

Pospájaj čísla
a zistíš, kto
kosí trávu pri
kvačianskych
mlynoch:



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



**43 Navštív unikátny vodopád
Lúčky.**



Kúpeľná obec Lúčky sa môže pýšiť unikátom. Uprostred dediny sa nachádza nádherný 12 metrov vysoký vodopád, ktorý padá z okraja travertínovej terasy cez kaskády do malého jazierka.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



**44 Vyskúšaj účinky liečivej
termálnej vody v kúpeľoch
alebo aquaparkoch na Liptove.**



Miesto:

- Aquapark Tatralandia
- Vodný park Bešeňová Kúpele Lúčky
- iné:

.....

Čo sa ti najviac páčilo?

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



**45 Navštív drevenú obec
Vlkolíneec, ktorá je zapísaná
v Zozname UNESCO.**



Drevená obec patrí medzi najzachovalejšie rezervácie ľudovej architektúry na Slovensku. Nájdeš tu malé drevenice pomalované pastelovými farbami, ktoré pochádzajú prevažne z 19. storočia.

Aké farby si videl na fasádach domov?

- fialová zelená červená žltá
- hnedá biela modrá oranžová
- čierna ružová

Ktorý zrubový dom sa ti najviac páčil?

.....

Zaujímavosť:

.....

.....

V ktorom roku bol Vlkolíneec

zapísaný do Zoznamu UNESCO?

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



46 Vyskúšaj divoký zjazd na bicykli v Bike Parku Malinô Brdo.

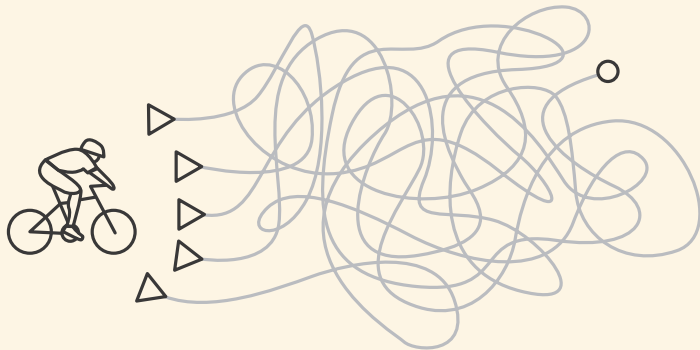


Malinô Brdo ski & bike family park pri Ružomberku patrí medzi top bikerské parky na Slovensku. Na výber je 10 trailov.

Trasa, ktorú si vyskúšal:

.....
.....
.....

Ktorou trasou sa cyklista dostane do cieľa a ktoré ho vrátia späť?



DÁTUM NÁVŠTEVY

.....

DOJEM Z NÁVŠTEVY



POČASIE



47 Ochutnaj lokálne pivo z regiónu.



Názov lokálneho piva:

.....
.....
.....

Kde si pivo ochutnal?

.....
.....
.....

DÁTUM OCHUTNÁVKY

.....

HODNOTENIE CHUTI



48 Zisti niečo viac o živote Keltov v Archeoskanzene Havránok nad Liptovskou Marou.



Jedinečné archeologické múzeum v prírode Havránok predstavuje jedno z najvýznamnejších archeologických nálezísk na Slovensku. Návštevníci môžu obdivovať zrekonštruované obytné stavby, valy s bránou, obetisko a kultové miesta dávnych druidov.

Ktorý objekt sa ti najviac páčil?

.....
.....

Zaujímavosť o Keltoch:

.....
.....
.....
.....
.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



49 Nechaj sa hojdať vlnkami na Liptovskej Mاري.



Využi kajak, vodný skúter, wakeboard, flyboard, čln, vodný bicykel, paddleboard či nafukovačku a zabav sa na vode Liptovskej Mary. Vodné atrakcie si môžeš požičať v Mara Campingu na brehu priehrady alebo v Marina Liptov.

Akú atrakciu si vyskúšal?

- kajak čln vodný bicykel
 paddleboard nafukovačka
 vodný skúter wakeboard flyboard

Okúpал si sa vo vode Liptovskej Mary?

- áno nie

Nakresli vežu kostola, ktorá sa nachádza na brehu Liptovskej Mary:

Koľko obcí bolo zaplavených pri výstavbe Liptovskej Mary?

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

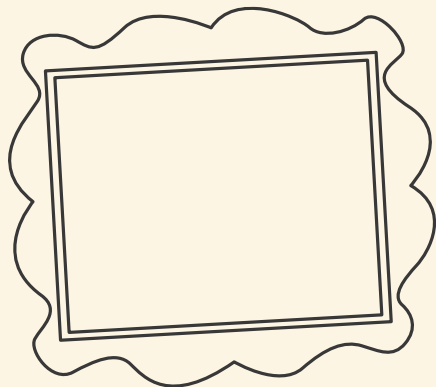
.....



50 Otestuj svoje zmysly vo svete optických klamov v Liptovskom Mikuláši.



Galeria ILUSIA je fascinujúcim svetom optických klamov, ktoré podkopú dôveru v tvoje zmysly. Umenie optických ilúzií a 3D malieb ti jednoducho vyrazí dych. V galérii ILUSIA nebudeš veriť vlastným očiam. Otvor svoju myseľ zábavným a náučným trikom, po ktorých budeš vnímať realitu inak ako doposiaľ.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

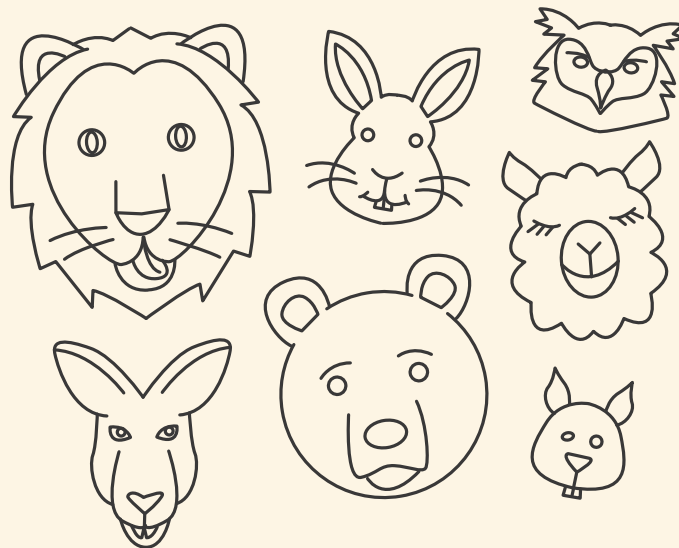
POČASIE



51 Spoznaj svet zvierat úplne z blízka v ZOOkontakt Tatralandia.



Kontaktná ZOO našla svoj domov v Tatrapolise v Tatralandii. Spoznaj svet zvierat úplne zblízka, preskúmaj vzdialené miesta vďaka miniatúram svetových stavieb a vyblázni sa na atrakciách.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



52 Vyskúšaj simuláciu voľného pádu vo veternom tuneli.



Hurricane Factory Tatralandia v Liptovskom Mikuláši ponúka netradičný adrenalinový zážitok. Vyskúšaj pocit voľného pádu v bezpečí aerodynamického tunela za dozoru profesionálnych inštruktorov.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



53 Prejdi sa ako obor medzi miniatúrami slovenských kultúrnych pamiatok.



Navštív jedinečný Park MINI Slovensko v Liptovskom Jáne. V parku nájdeš miniatúry vybraných slovenských kultúrnych pamiatok, ktoré sú postavené v mierke 1 : 25.

Koľko miniatúr kultúrnych pamiatok si videl?

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



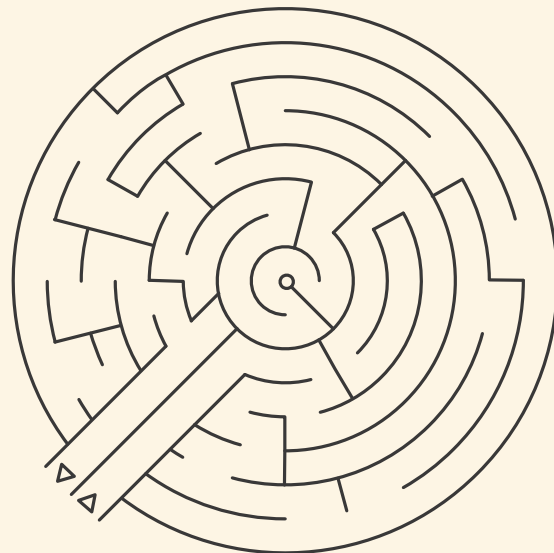
54 Nájdi cestu von z najväčšieho dreveného bludiska na svete.



Otestuj svoj orientačný zmysel a pokús sa uniknúť z chodieb najväčšieho dreveného labyrintu. Zábavný park Liptoventure nájdeš blízko Liptovskej Mary.

Za aký čas si našiel cestu z bludiska?

.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



55 Pozri sa do brlohu medveďa v interaktívnom múzeu.



Slovenské múzeum ochrany prírody a jaskyniarstva nájdeš v Liptovskom Mikuláši. Pozrieť a zažiť sa tu dá svet prírody od podzemia až do vysokých hôr. Múzeu nechýba interaktivita, vystavené exponáty dopĺňajú svetelné aj zvukové efekty, pri ktorých sa človek cíti, akoby naozaj prechádzal lesom. Z rozhladne múzea budeš mať Liptov ako na dlani.

Čo sa ti najviac páčilo v múzeu?

.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



56 Vyskúšaj najstrmšiu bobovú dráhu na Slovensku.



Horská bobovú dráha sa nachádza vo FUN PARK Žiarce v Pavčinej Lehote. Celková dĺžka dráhy je 1000 m a ide o najstrmšiu dráhu na Slovensku s celkovým prevýšením 120 metrov. Maximálna rýchlosť, ktorú je možné dosiahnuť je obmedzená na 45 km/hod.

Počet absolvovaných jazd:

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



57 Ochutnaj slovenské bryndzové halušky v jednej z mnohých kolíb a salašov v kraji.



Kde si ochutnal halušky?

.....

Ako ti chutilo?

.....

DÁTUM OCHUTNÁVKY

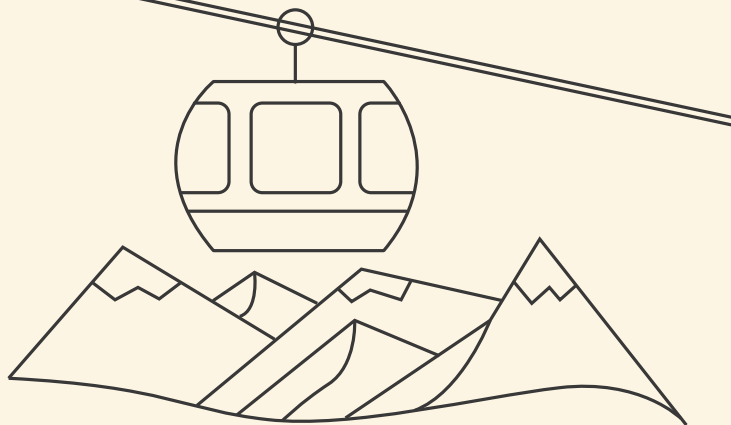
HODNOTENIE CHUTI



58 Vyvez sa lanovkou na Chopok a z jeho vrcholu obdivuj krásu Nízkyh Tatier.



V lete je stredisko Jasná obľúbeným miestom na začatie turistiky. Na Chopok (2024 m n. m.) sa dostaneš modernými lanovkami a odtiaľ môžeš vyraziť na príjemné hrebeňové túry či letné prechádzky. Prejdi sa po hrebeni a vystúp na najvyšší vrch Nízkyh Tatier - Ďumbier (2043 m n. m.). Turistika z Chopku na Ďumbier ti zaberie 2 hodiny.



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



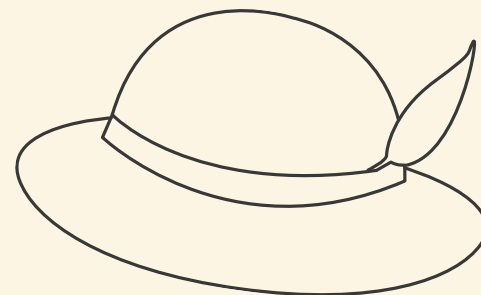
59 Zaži atmosféru najväšieho folklórneho festivalu na Slovensku Východná.



Nauč sa základné kroky ľudového tanca, či slová ľudovej piesne. Neodíď z kraja bez folklórneho módnego doplnku ako napríklad goralský klobúk, tričko s ľudovou výšivkou či rôzne doplnky s ľudovým motívom.

Čo pekného si si z festivalu doniesol?

.....
.....
.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



60 Pozri si pamiatky, ktoré mohli zostať natrvalo zatopené pod vodnou hladinou priehrady.



Navštív múzeum v prírode dokumentujúce ľudovú architektúru Liptova v Pribyline. Múzeum sa začalo stavať v súvislosti so zaplavením rozsiahleho územia pri výstavbe vodného diela Liptovská Mara. Z jedenástich zatopených obcí sem preniesli najvýznamnejšie kultúrne pamiatky.

Aké filmy a rozprávky tu boli natočené?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



61 Zalyžuj si na mieste, kde lyžovali svetové jednotky. Zdolaj najvyšší vrch Nízkyh Tatier.



Lyžiarske stredisko Jasná v Nízkyh Tatrách je najväčším a najmodernejším lyžiarskym strediskom na Slovensku. Konali sa tu aj svetové preteky FIS SKI WORLD CUP. Aj slovenská lyžiarska jednotka Petra Vlhová, rodáčka z Liptova, v stredisku s obľubou trénuje. Jasná je najväčšia lyžiarska aréna na Slovensku s 50 km kvalitne upravených zjazdoviek, 23 lanoviek a vlekov s prepravnou kapacitou viac ako 28 439 osôb za hodinu, prepájajúcich severnú a južnú stranu Chopku. Nekonečnými výhľadmi ťa privíta panoramatická reštaurácia Rotunda s možnosťou ubytovať sa na Chopku vo výške 2004 m n. m.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



**62 Ochutnaj liptovský
alkoholický nápoj Demänovka.**



Základom Demänovky je 14 druhov bylín
a korenín. Ochutnať môžeš 3 druhy.

Kde si nápoj ochutnal?

.....

Aký druh si ochutnal?

- Demänovka Horká Demänovka Brusnica
 Demänovka Medová

Hodnotenie chuti nápoja:

.....
.....
.....

TIP! Sladký zimný nápoj na zahriatie
vyrobíš zmiešaním horúceho brusnicového
alebo čučoriedkového džúsu s Demänovkou
Brusnica.

DÁTUM OCHUTNÁVKY HODNOTENIE CHUTI

.....



63 Osviež sa pri Šútovskom vodopáde.



Je najvyšším vodopádom v Malej Fatre a štvrtým najvyšším na Slovensku. Nachádza sa v Krivánskej Malej Fatre v Šútovskej doline, asi 4 km od obce Šútovo. Voda, ktorá dopadá na zem, vytvára v jeho okolí príjemnú sprchu, ktorá ťa osvieži.

Koľko metrov má vodopád:

- 38 m 48 m 28 m

Trvanie turistiky:



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



64 Prelez ferratovým chodníkom na Martinských holiach.



(odporúčame pre deti nad 10 rokov)

Ferrata HZS Martinské hole sa nachádza neďaleko mesta Martin. Prechádza krásnym divokým kaňonom v okolí Pivovarského potoka. Ferrata je otvorená celoročne s výnimkou dvoch uzáver a to konkrétne v dátumoch 15.4.-31.5. a 15.9.-31.10. Výstup je náročnejší, kvôli bezpečnosti sa odporúča použiť ferratový set, ktorý sa dá požičať na parkovisku v požičovni FATRA SKI.

Ktorú trasu a obtiažnosť si zvolil?

- úroveň B - menej náročná ľavá strana
 úroveň C - náročnejšia pravá strana

Ako dlho ti trval výstup?

.....

TIP! Na rýchlejší zjazd z Martinských holí môžeš využiť horské terénne kolobežky. Požičať sa dajú v blízkosti apartmánového domu Ponorka.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



65 Objav miesta posledného odpočinku významných osobností na Národnom cintoríne v Martine.



Ktoré pre teba známe osobnosti si našiel odpočívať na cintoríne?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ktorý pomník sa ti najviac páčil?

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



66 Navštív najväčšiu národopisnú expozíciu v prírode na Slovensku.



Vstúp do drevenice v Múzeu slovenskej dediny v Jahodníckych hájoch v Martine a nechaj sa vtiahnuť do minulosti. Na ploche 15,5 ha nájdeš 143 objektov, z ktorých je 22 sprístupnených.

Stavby z ktorých regiónov Slovenska sú v múzeu zastúpené?

- Orava Spiš Liptov Turiec
 Kysuce Gemer



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

.....



67 Napi sa Budišky priamo z prameňa.



Obľúbenú minerálku si môžeš načapovať priamo v prírode. Verejne prístupný prameň známej minerálnej vody sa nachádza 12 km od Turčianskych Teplíc, neďaleko obce Budiš v smere na Jasenovo.

DÁTUM NÁVŠTEVY

HODNOTENIE CHUTI

POČASIE



68 Urob si fotku na netradičných lavičkách v Kúpeľnom parku v Turčianskych Tepliciach a ochutnaj kúpeľné oblátky.



Ktorá lavička sa ti najviac páčila?

.....

Oblátky s akou príchuťou si ochutnal?

.....

.....

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



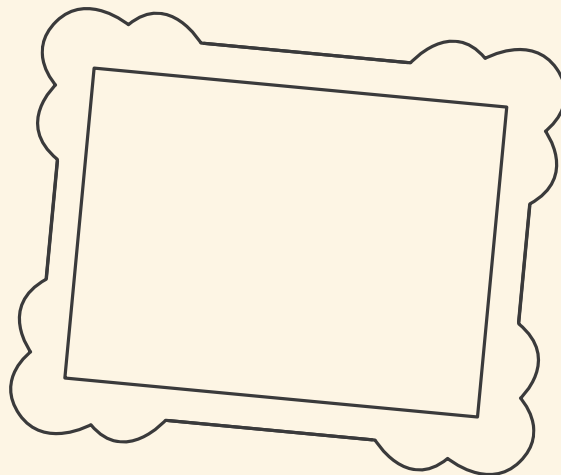
69 Požičaj si bicykel alebo kolobežku a prevez sa krásnymi cyklotrasami vo Valčianskej doline alebo vyskúšaj inú atrakciu v stredisku.



Akú atrakciu si vyskúšal?

- bicykel e-bicykel kolobežka
- in-line korčule hry na vode
- park YETILAND lanovka v stredisku
- petang iné:

.....



DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE



Nájdí odpočívadlo Mlynčekovo v Gaderskej doline a zrátaj vodné mlynčeky.



Gaderská dolina je najznámejšia a turistami najvyhľadávanejšia dolina v Turci. Dolinou vedie kvalitná asfaltka, preto si na svoje prídu turisti aj milovníci športu.

Na prechod Gaderskou dolinou si využil:

- in-line korčule
bicykel
kolobežku
turistickú chôdzu
iné:

.....

Koľko vodných mlynčekov si videl?

Miesta v Žilinskom kraji, ktoré ešte chcem navštíviť

Series of horizontal dotted lines for writing locations to visit.

DÁTUM NÁVŠTEVY

DOJEM Z NÁVŠTEVY

POČASIE

Empty box for date.



Moje ďalšie zážitky





ŽILINSKÝ
TURISTICKÝ
KRAJ



Vydanie publikácie bolo realizované s finančnou podporou
Ministerstva dopravy a výstavby Slovenskej republiky

Zostavil a vydal: Žilinský turistický kraj, krajská organizácia
cestovného ruchu, 2021
Grafické spracovanie a tlač: TALIS

www.zilinskyturistickykraj.sk

