CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

ORGANIZAČNÉ POKYNY

1.) Dátum vykonania: podľa plánu CTK Lešťan
Začiatok akcie: Rimavská Baňa od 08:00 hod.
Ukončenie akcie: Rimavská Baňa do 18:00 hod.

2.) Vedúci akcie, odborné a zdravotnícke zabezpečenie: MVDr. Michal Ondovčík

3.) K zabezpečeniu plynulého priebehu cykloturistickej akcie je potrebné, aby si každý účastník priniesol so sebou nasledovný materiál:

Výstroj:
- cyklistický odev a obuv podľa ročného obdobia, pokrývka hlavy, prilba, okuliare,
- náhradný odev (spodná bielizeň, pyžamo, ponožky, náhradný cyklistický odev),
- pláštenka do dažďa, vode-odolný povlak na cyklistické tretry,
- osobné hygienické potreby,
- obal na vodu min. 1 l.

Výzbroj:
- cyklistický batoh (taška na bicykel) na prenos materiálu,
- minimálne jedna náhradná duša,
- lepenie na defekty,
- pumpa na nafukovanie kolies,
- montážne kľúče a náhradné súčiastky,
- nôž,
- potraviny.

4.) Logistické zabezpečenie:
- ***ubytovanie*** – naplánoval CTK Lešťan v Dedinkách, v Spišských Tomášovciach (Smižany), v Potoku (Chata tri zruby), v Námestove, v Čadci, v Terchovej a vo Vlkolínci. Platbu za ubytovanie uhradí každý účastník akcie,
- ***stravovanie*** – si zabezpečí každý účastník akcie.

5.) Súčasťou týchto organizačných pokynov je informačný materiál.

U účastníkov cykloturistickej akcie sa predpokladá dobrý zdravotný stav. Ďalšie organizačné pokyny budú vydané pri zahájení cykloturistickej akcie.

MVDr. Michal Ondovčík

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

INFORMAČNÝ MATERIÁL

PROGRAM

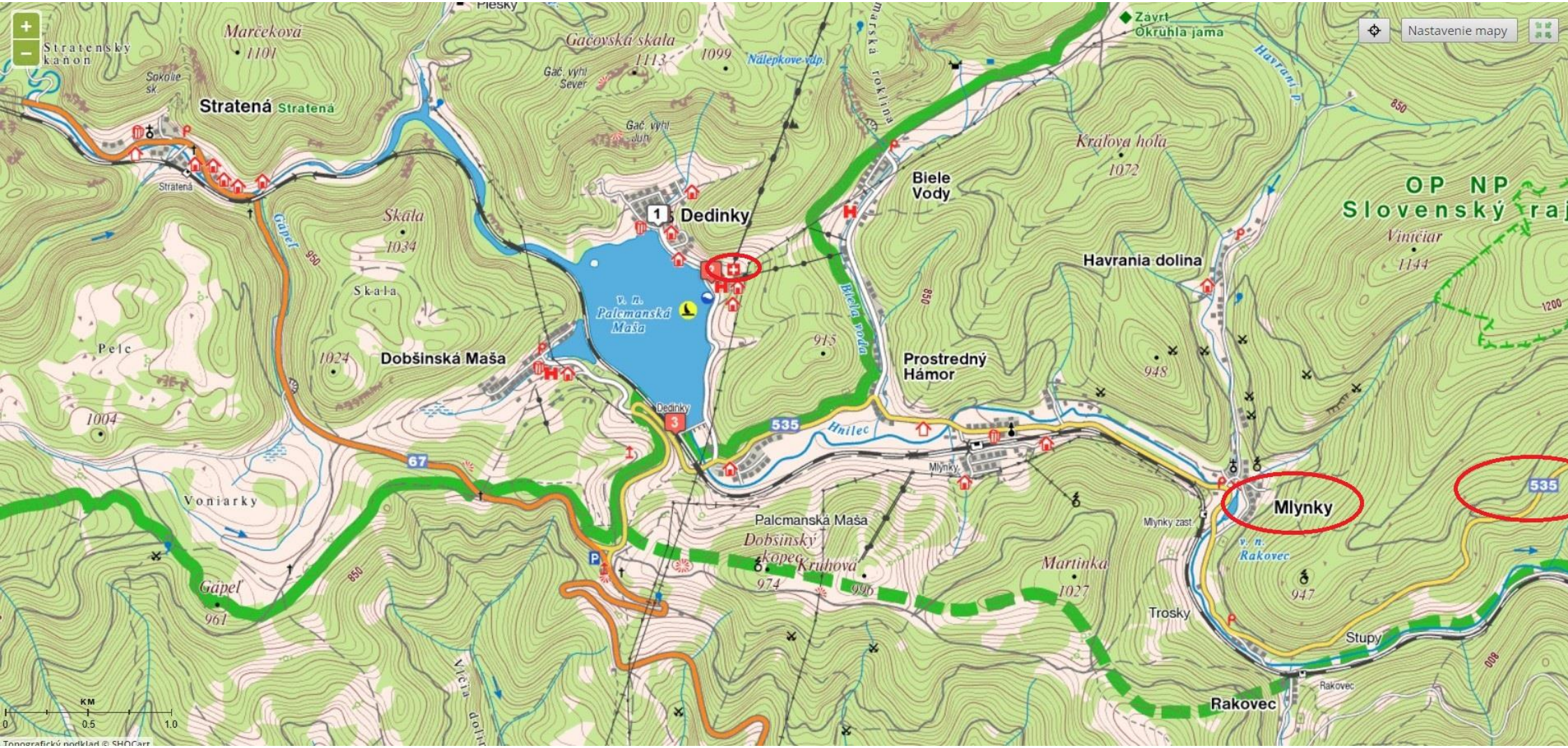
DEŇ	TERMÍN ČAS	ČINNOSŤ	POZNÁMKA
PRVÝ		**PRESUN bicyklom** do obce Dedinky *Ubytovanie Dedinky*	**Po trase** *Rimavská Baňa-Tisovec-Muráň-Telgárt-Stratená-Dedinky*
DRUHÝ		**PEŠIA TURISTIKA** klik na **VYPADNI** *Ubytovanie Dedinky*	**Návšteva Slovenského raja po trase** *Dedinky-Biele Vody-vodná nádrž Klauzy-Sokolia dolina-Kláštorisko-Veľký Kyseľ-Malý Kyseľ-Glac-Geravy-Zajfy-Dedinky*
TRETÍ		**PRESUN bicyklom** po okolí obce Dedinky, klik na **VYPADNI** *Ubytovanie Dedinky*	**Po trase** *Dedinky-Dobšiná-Rožňava-Krásnohorské Podhradie (hrad Krásna Hôrka)-Dedinky*
ŠTVRTÝ		**PRESUN bicyklom** po okolí obce Dedinky, klik na **VYPADNI** *Ubytovanie Spišské Tomášovce (Smižany)*	**Po trase** *Dedinky-Stratená-Píla-Podlesok-Hrabušice-Spišský Štvrtok-Levoča-Spišská Nová Ves-Spišské Tomášovce (Smižany)*
PIATY		**PEŠIA TURISTIKA** klik na **VYPADNI** *Ubytovanie Spišské Tomášovce (Smižany)*	**Návšteva Slovenského raja po trase** *Spišské Tomášovce (Smižany)-Tomášovský výhľad-Tomášovská Belá-Ferrata HZS Kyseľ-Kláštorisko-Kláštorská roklina-Prielom Hornádu-chata Zlatka-krížne cesty smer Letanovce-národné múzeum Smižany*
ŠIESTY		**PRESUN bicyklom** zo Spišských Tomášoviec (Smižian) do Potoka pri Liptovskej Mare klik na **VYPADNI** *Ubytovanie v Potoku (Chata Tri zruby)*	**Po trase** *Spišské Tomášovce (Smižany)-Poprad-Svit-Štrba-Važec-Východná-Hybe-Liptovský Hrádok-Liptovský Mikuláš-Potok*
SIEDMY		**PRESUN bicyklom** po okolí vodnej nádrže Liptovská Mara *Ubytovanie v Potoku (Chata Tri zruby)*	**Po trase** *Potok-rázcestie Bobrovník- keltské hradisko Havránok- vodné teleso Liptovskej Mary-Vlašky-Vlachy-Partizánska Ľupča-Liptovská Osada-Vlkolínec-Ružomberok-Potok*
OSMY		**AQUAPARK Bešeňová** *Ubytovanie v Potoku (Chata Tri zruby)*	**Relaxácia v aquaparku**
DEVIATY		**PRESUN bicyklom** z obce Potok do Námestova klik na **VYPADNI** *ubytovanie v Námestove*	**Po trase** *Potok-Liptovská Teplá-Lúčky-Osádka-Leštiny-Vyšný Kubín-Oravský Podzámok-Hruštín-Lokca-Námestovo*
DESIATY		**PEŠIA TURISTIKA** po okolí Oravskej priehrady *ubytovanie v Námestove*	
JEDENÁSTY		**PRESUN bicyklom** z Námestova do Čadce klik na **VYPADNI** *ubytovanie v Čadci*	**Po trase** *Námestovo-Oravská Lesná-Vychylovka-Nová Bystrica-Stará Bystrica-Klubina-Zborov nad Bystricou-Krásno nad Kysucou-Oščadnica-Čadca*
DVANÁSTY		**PRESUN bicyklom** z Čadce do Terchovej klik na **VYPADNI** *ubytovanie v Terchovej*	**Po trase** *Čadca-Krásno nad Kysucou-Kysucký Lieskovec-Kysucké Nové Mesto-Budatín-Teplička nad Váhom-Terchová*
TRINÁSTY		**PEŠIA TURISTIKA** klik na **VYPADNI** *ubytovanie v Terchovej*	**Návšteva Malej Fatry po trase** *Terchová-Jánošíkove diery-Malý Rozsutec-Veľký Rozsutec-Stoh-Poludňový Grúň-Chleb-Vrátna-Tiesňavy-Terchová*
ŠTRNÁSTY		**PRESUN bicyklom** z Terchovej do Vlkolínca klik na **VYPADNI** *ubytovanie vo Vlkolínci*	**Po trase** *Terchová-Zázrivá-Párnica-Dolný Kubín-Valašská Dubová-Likavka-Ružomberok-Vlkolínec*
PATNÁSTY		**PRESUN bicyklom** do obce Rimavská Baňa	**Po trase** *Vlkolínec-Liptovská Osada-Donovaly-Banská Bystrica-Hronsek-Sliač-Zvolen-Lieskovec-Zolná-Očová-Detva-Skliarovo-Hriňová-Detvianská Huta-Prašivá-Kokava nad Rímavicou-Rimavská Baňa*

Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

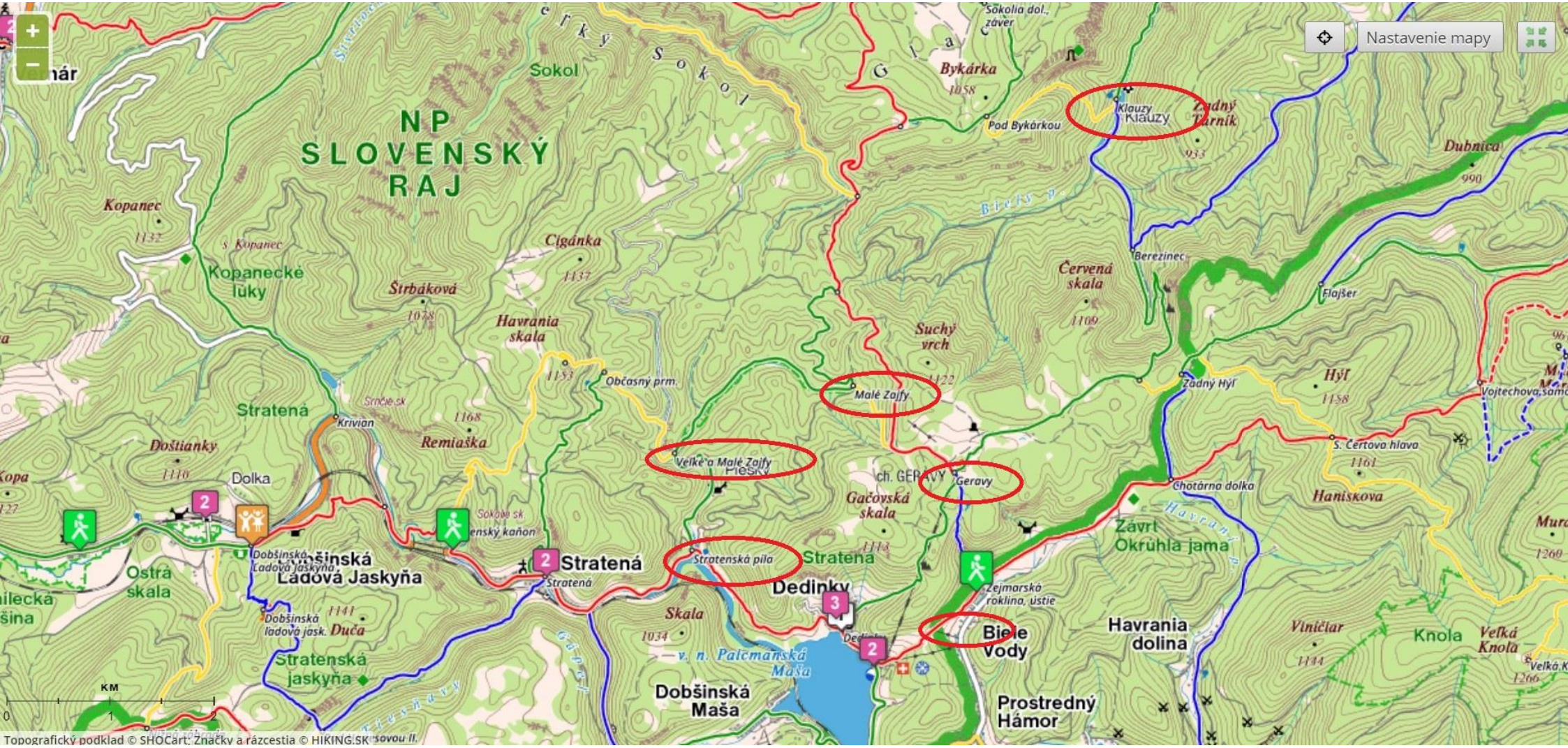


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

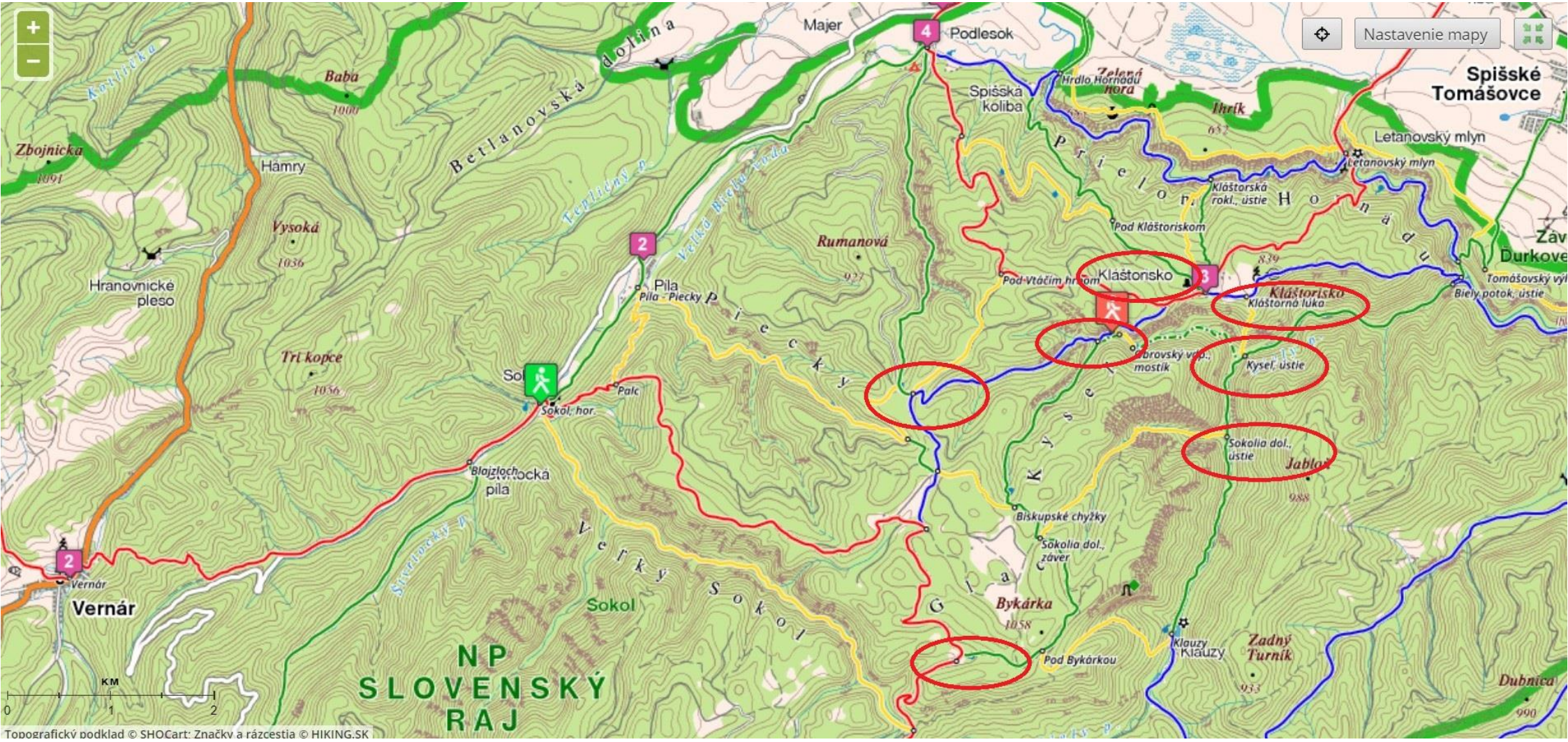


Potulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

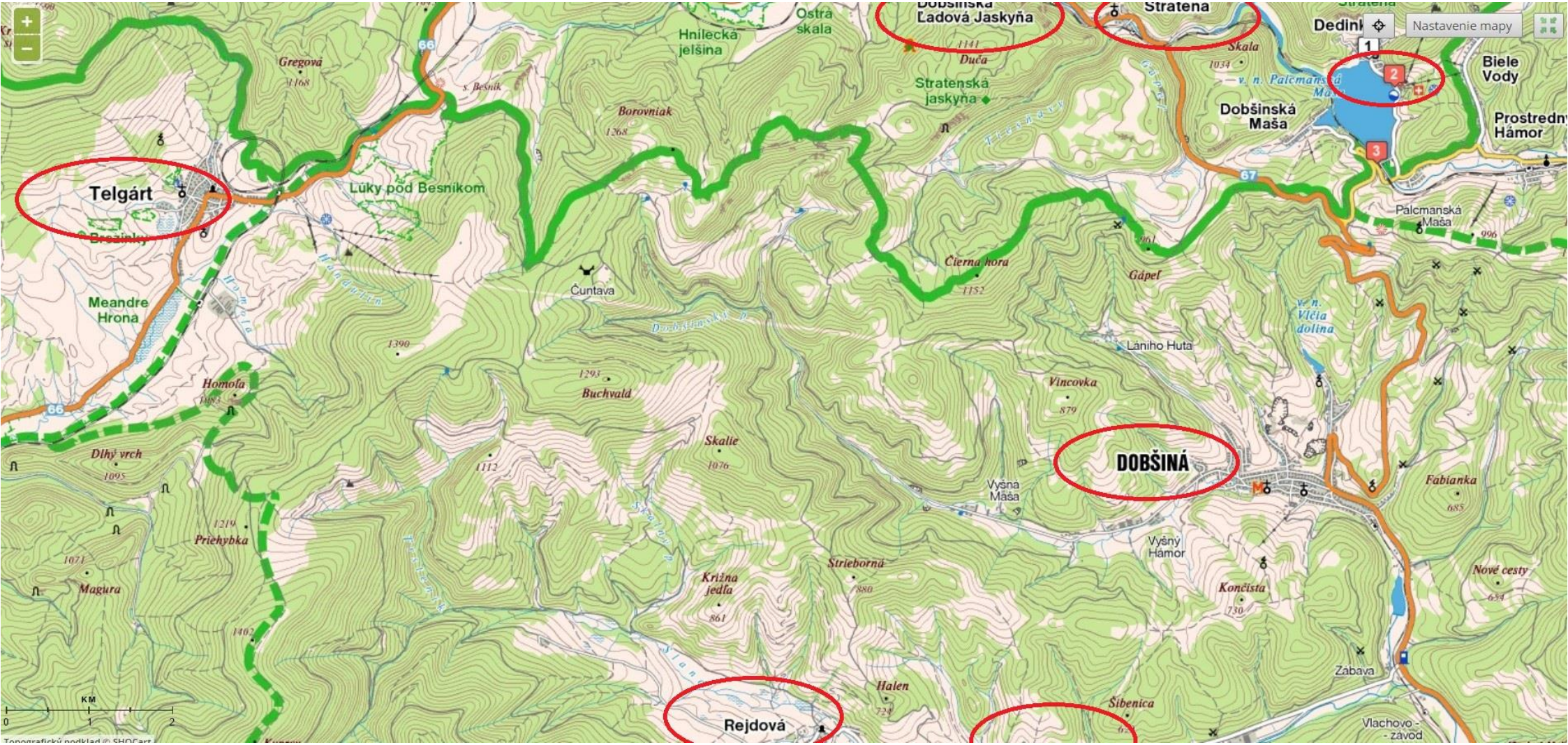


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

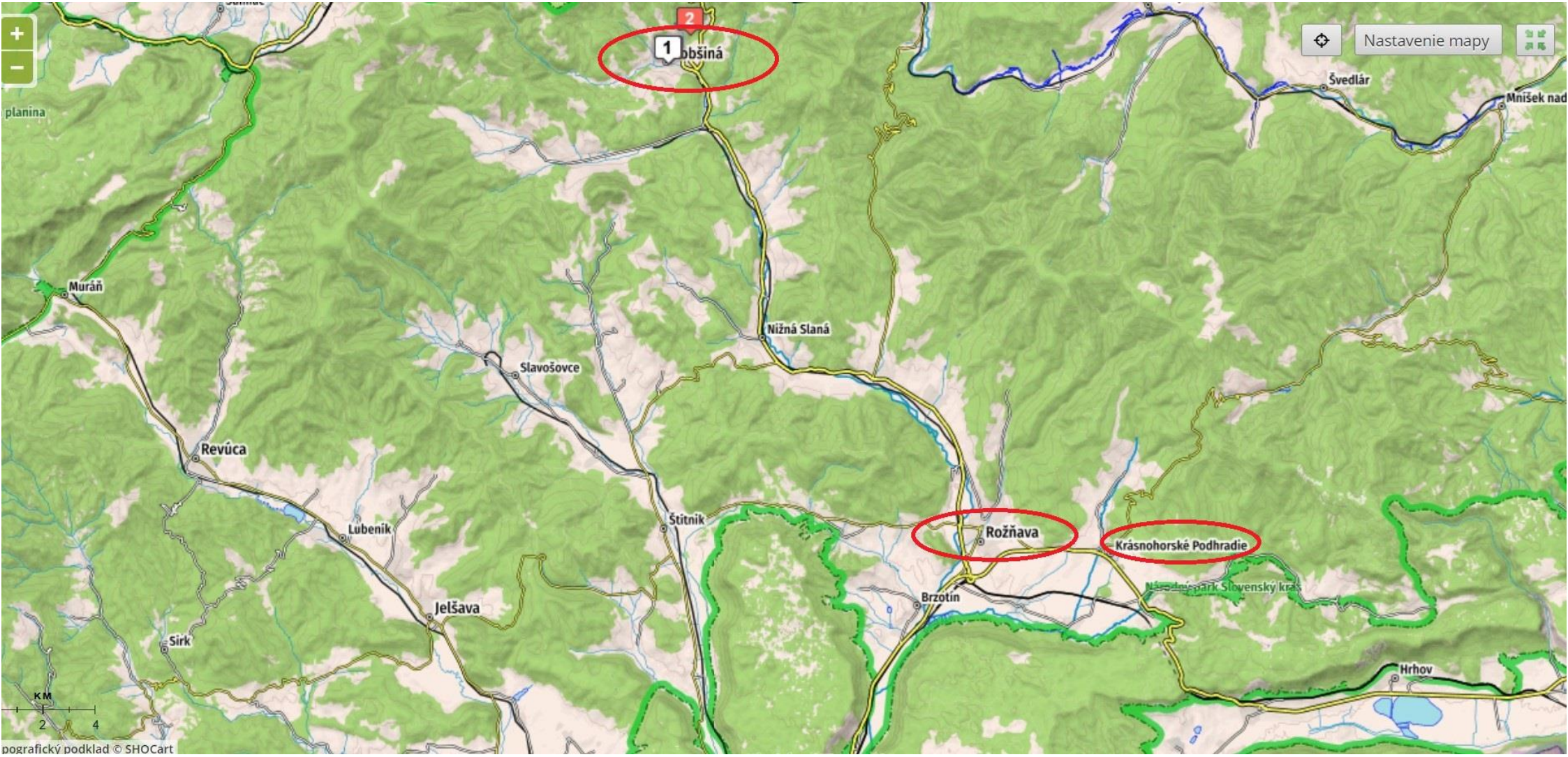


Potulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

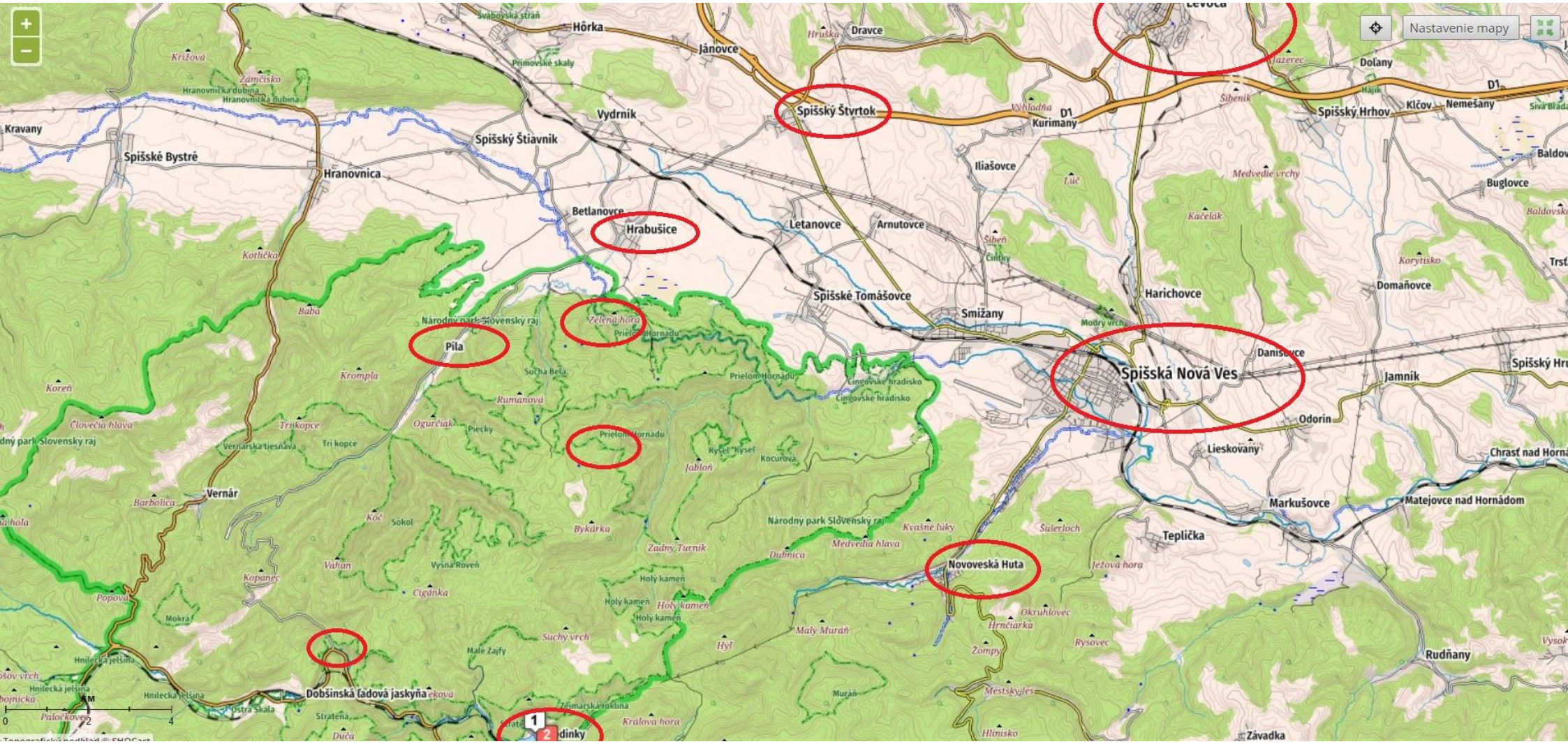


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

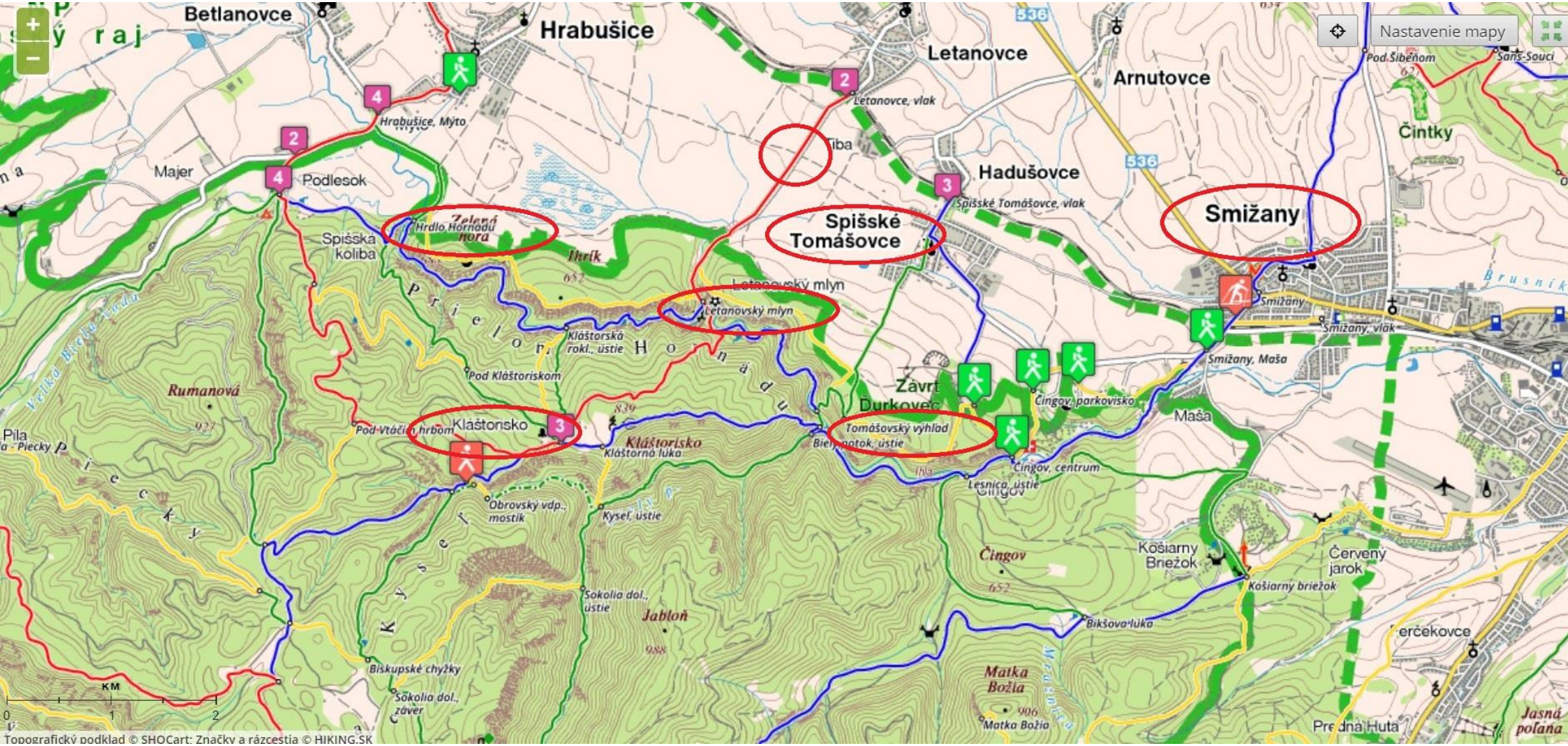


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc



Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

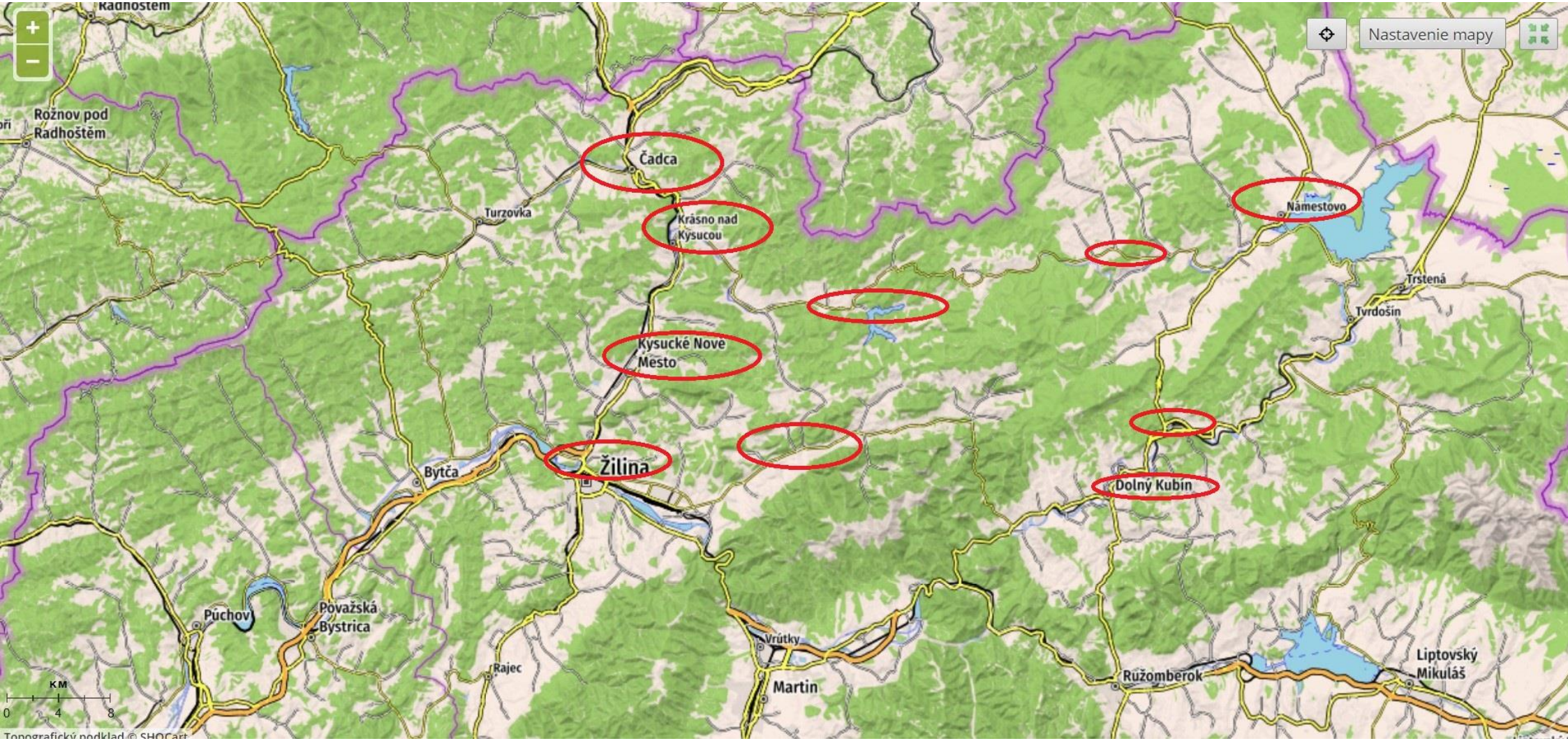
Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

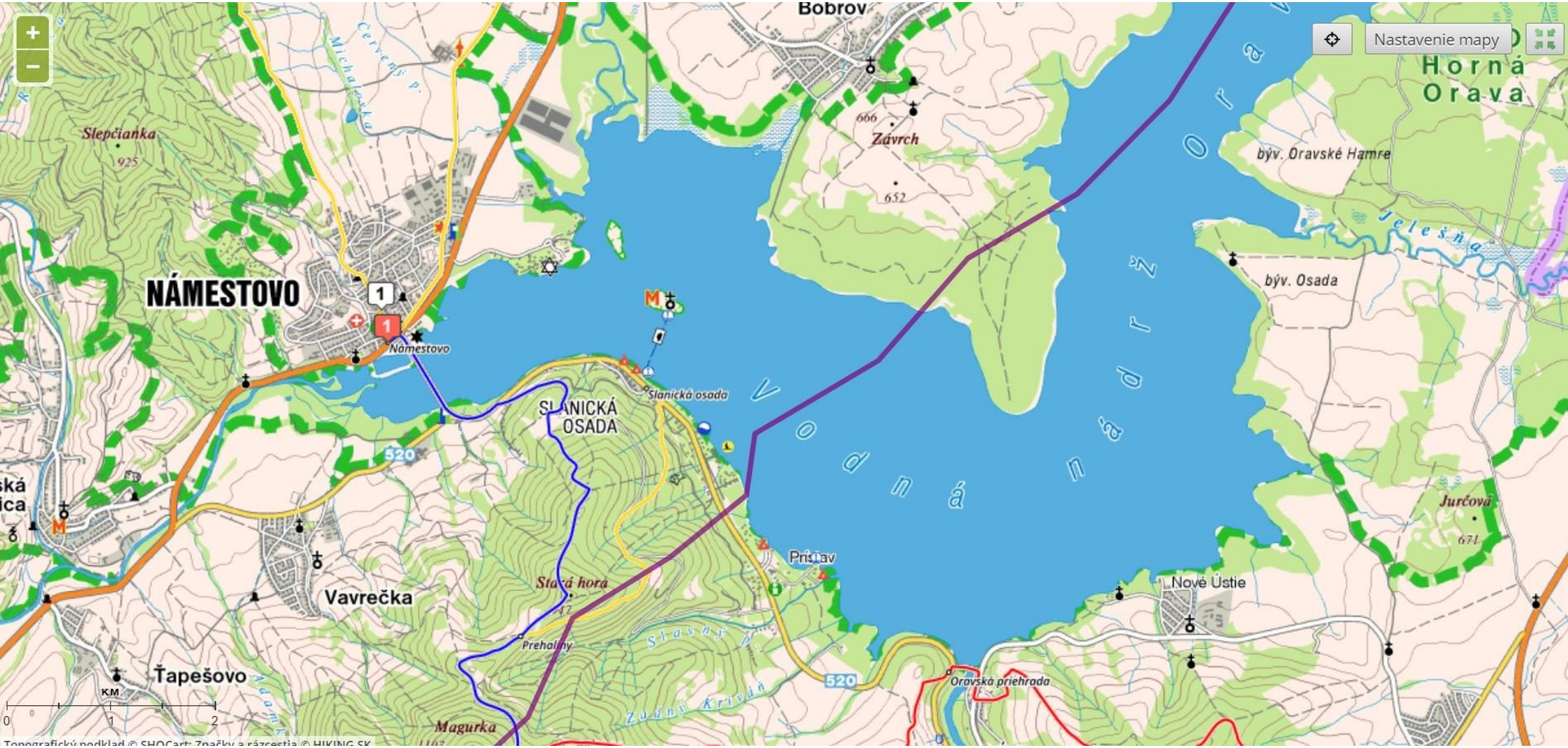


Pantulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

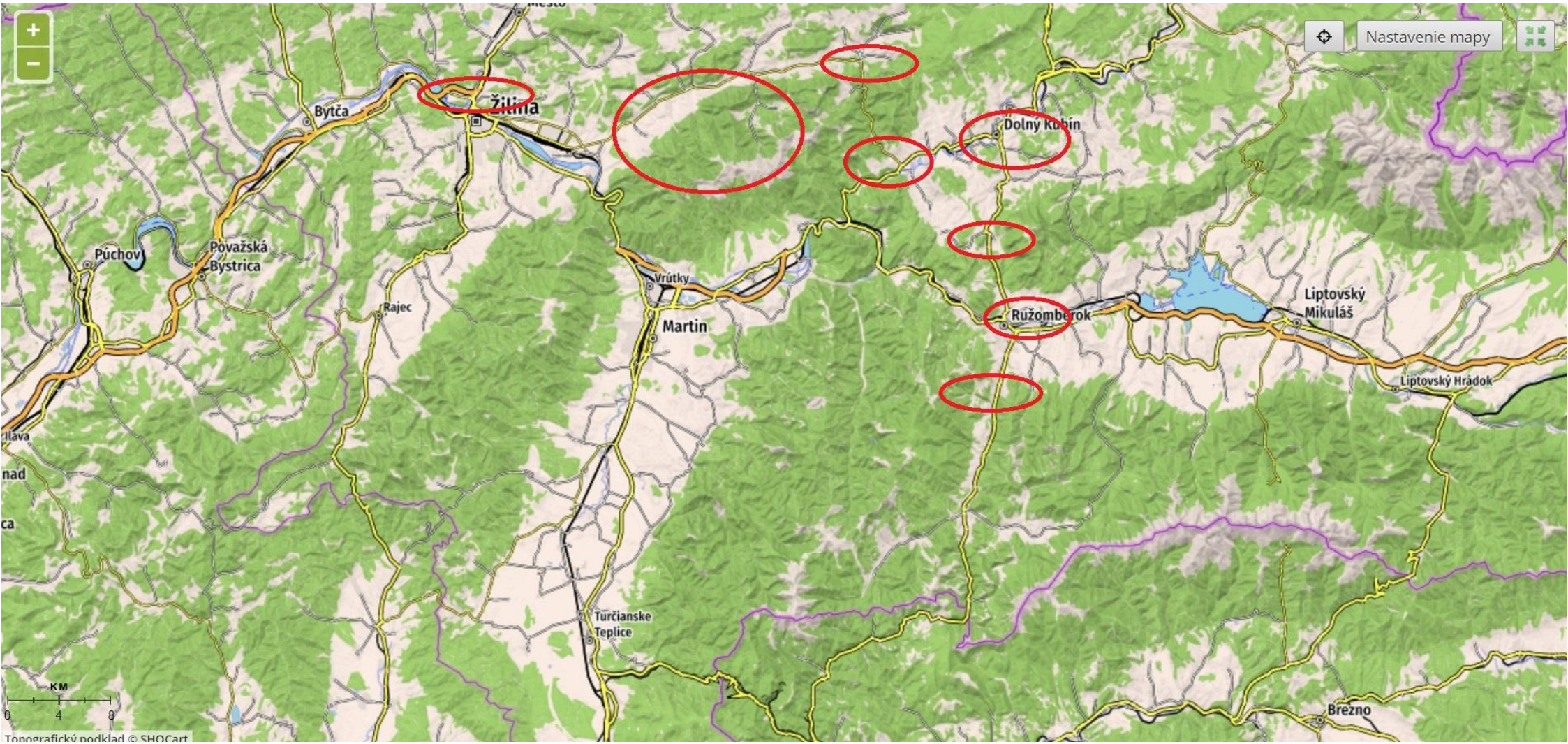


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

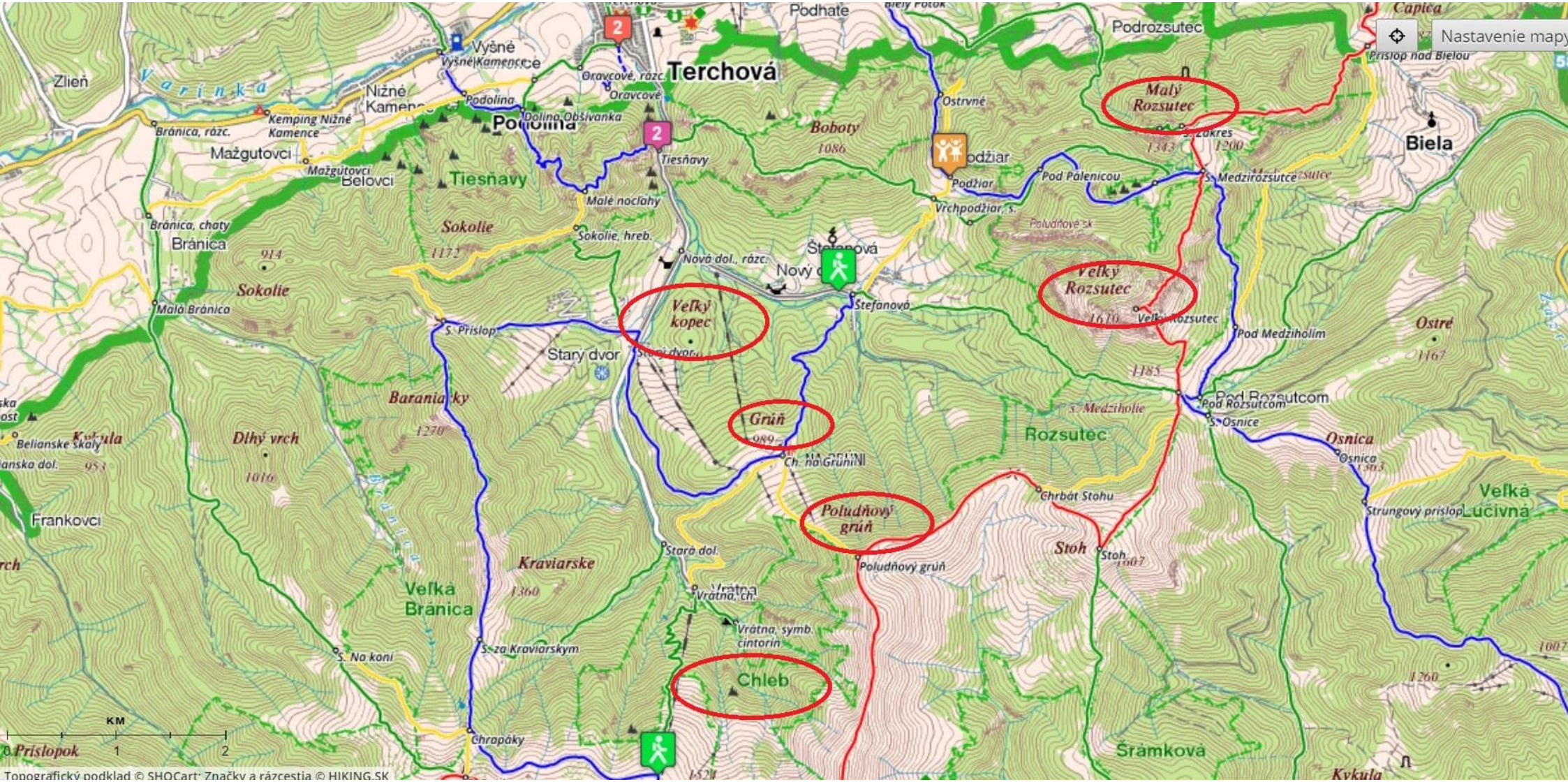


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

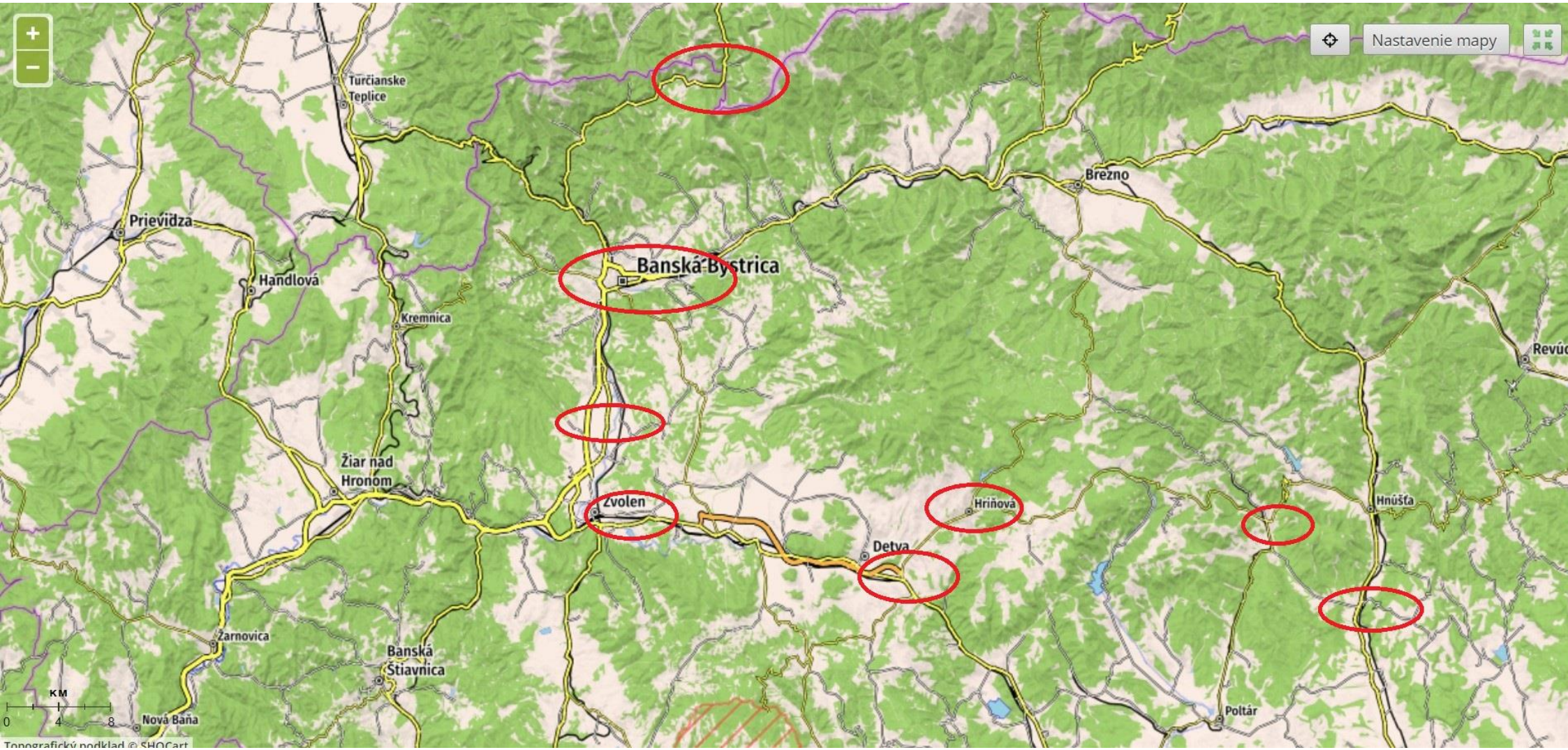


Pätulky

CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

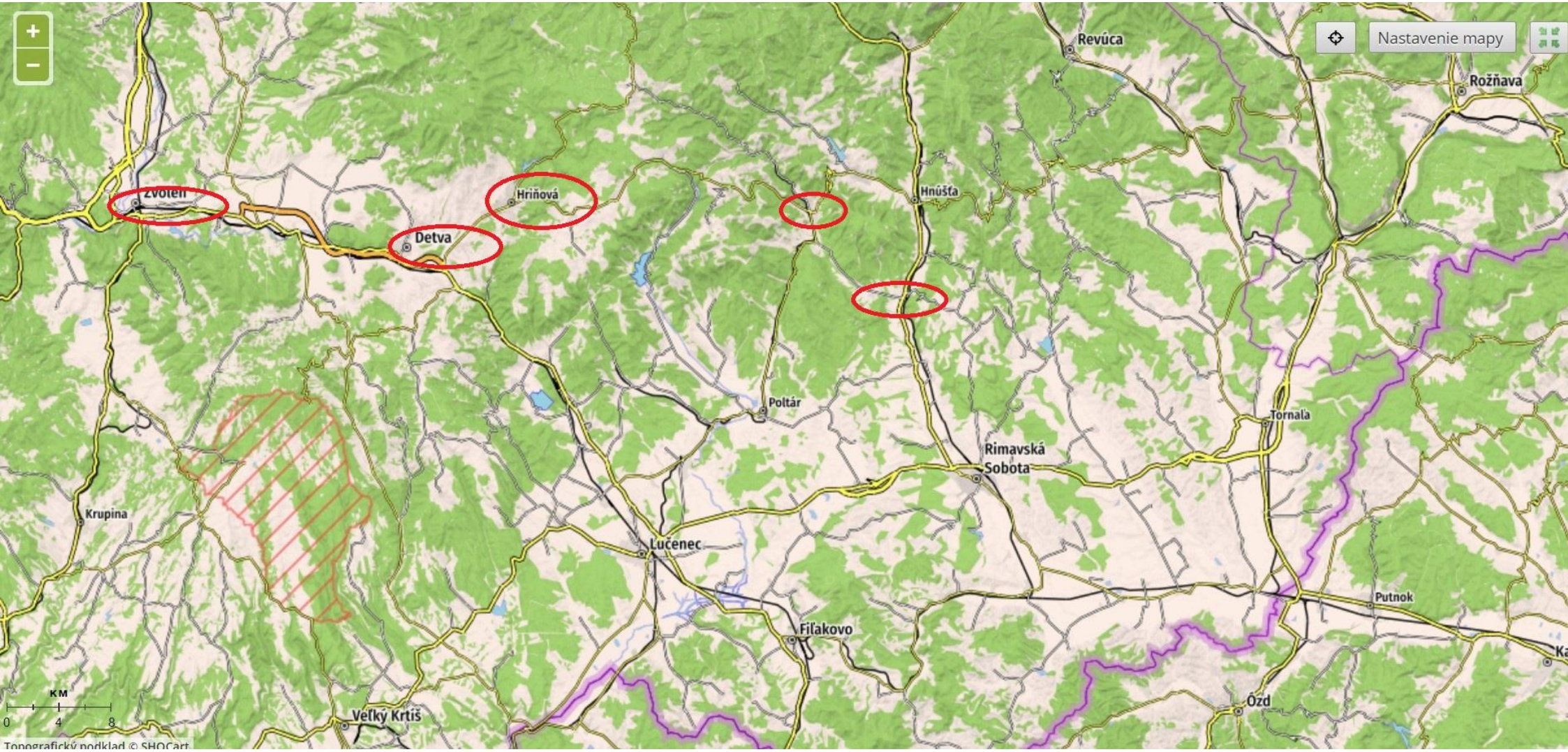
Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc



CYKLOTURISTICKÝ KLUB LEŠŤAN

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc



Pätulky

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

Slovenský raj je horské pásmo na východnom Slovensku v oblasti Spiša. Je považovaný za jednu z najkrajších prírodných oblastí Slovenska. Z geomorfologického hľadiska patrí do Spišsko-gemerského krasu a leží v severovýchodnej časti Slovenského rudohoria. Oblasti horského pásma Slovenského raja chráni Národný park Slovenský raj, ktorý je jedným z deviatich národných parkov na Slovensku.

Je charakteristický členitým terénom – roklinami, potokmi s vodopádmi a krasovými formami, ktoré sú pre turistov sprístupnené formou chodníkov, v náročnejších častiach aj technickými pomôckami.

Slovenský raj má rozlohu asi 210 km² na území okresov Spišská Nová Ves Poprad a Rožňava. Pretekajú ním rieky Hornád a Hnilec. Lesy pokrývajú až 90% územia parku, ide najmä o jedľovo-bukové lesy, dealpínske lesy ale aj zmiešané lesy. Najvyšší vrch je **Boroviak** v masíve Ondrejisko (1 272 m n. m.), najnižším miestom je koryto Hornádu (466 m n. m.).

Kaštieľ v Betliari

Malebná vieska Betliar ležiaca neďaleko Rožňavy je jednou z najnavštevovanejších obcí celého gemerského regiónu. Za tento fakt vďačí predovšetkým honosnému kaštieľu, ktorý sa radí k najpôvabnejším slovenským šľachtickým sídlam.
Kaštieľ v Betliari je jediným kaštieľom na Slovensku, ktorý sa po roku 1945 zachoval so svojím pôvodným zariadením. Prakticky hneď po znárodnení totiž začal slúžiť ako múzeum. Všetko, čo v ňom dnes vidíme, patrilo rodu Andrássyovcov, jednému z najvýznamnejších aristokratických rodov v Európe v 19. storočí.
Nosnou múzejnou expozíciou betliarskeho kaštieľa je expozícia Grófske apartmány zameraná na bytovú kultúru šľachty v 18. a 19. storočí. V rámci tejto expozície môžu návštevníci obdivovať takmer 50 nádherných dobovo zariadených obytných miestností, ale aj komunikačných a úžitkových priestorov, ako sú predsiene, chodby či kúpeľne.
Kaštieľ Andrássyovcom neslúžil iba ako luxusné reprezentatívne sídlo, bol zároveň i poľovníckym zámkom a múzeom, v ktorom jeho majitelia zhromažďovali najrôznejšie trofeje a rarity podonášané z ďalekých výprav. V priestoroch zimnej záhrady je dnes z týchto predmetov zriadená expozícia, v ktorej okrem iného nájdeme napríklad výzbroj japonského samuraja či vysušenú hlavu papuánskeho bojovníka.
Predmety prinesené z Egypta sú inštalované v rámci osobitej egyptologickej expozície. K najzaujímavejším exponátom tejto zbierky patrí múmia kňaza boha Amona pochádzajúca z pohrebiska v Gíze.
Okrem kaštieľskych interiérov sa návštevníkom Betliara núka na obdiv i nádherný park, ktorý bol založený v 18. storočí, a ktorý dnes (i podľa medzinárodných dokumentov) patrí k najvýznamnejším historickým záhradám na svete. V tomto parku možno vidieť umelecké plastiky, vzácne dreviny i unikátny vodný systém s jazierkami, fontánami a umelým vodopádom. Nachádzajú sa tu aj rozličné zaujímavosti, napríklad slobodomurársky pavilón, čínsky pavilón, japonský most či klasicistická rotunda s expozíciou diel súčasného umelca Jaroslava Vargu.

Hrad Krásna Hôrka

Na vrchole homoľovitého kopca nad obcou Krásnohorské Podhradie sa nachádza jedna z najkrajších kultúrnych pamiatok malebného gemerského kraja – hrad Krásna Hôrka. Túto pevnosť podľa legendy vybudoval chudobný pastier Bebek, ktorý šťastnou náhodou našiel

prevzácny drahokam. Klenot priniesol kráľovi a ten mu zaň daroval veľkú zem a povolenie založiť tu sedem košiarov. Bebek však namiesto košiarov postavil sedem skvostných hradov. Ten najpôvabnejší z nich nazval na návrh kráľa Krásnou Hôrkou. Krásna Hôrka je dnes súčasťou Múzea Betliar. Pútavú historickú expozíciu si tu však momentálne pozrieť nemožno. Z nedbalosti miestnych detí totiž na hradnom vŕšku vypukol v roku 2012 veľký požiar, ktorý stavbu vážne poškodil. Ani v dobe, kedy prebiehajú rekonštrukčné práce, však návštevník Krásnohorského Podhradia neobíde naprázdno. Obdivovať môže napríklad tunajšie výstavné Mauzóleum Andrássyovcov či neďalekú Krásnohorskú jaskyňu.

Vodná nádrž Klauzy

Maličká vodná nádrž Klauzy vybudovaná na hornom toku Bieleho potoka ukazuje ďalšiu z tvárí Slovenského raja. Nachádza sa v prekrásnom lesnom prostredí a evokuje nízko položené pleso. Jazero neslúži na kúpanie. V minulosti sa používalo na reguláciu prietoku Bieleho potoka, dnes jeho význam spočíva v chove rýb a v zvyšovaní estetickej hodnoty a turistickej príťažlivosti lokality. Okolo jazera Klauzy vedie značkovaný turistický chodník naprieč Slovenským rajom. Východiskom túr k nádrži môže byť napríklad Kláštorisko alebo Čingov.

Sokolia dolina

Rešpekt vzbudzujúca Sokolia dolina je najexponovanejšou tiesňavou zo všetkých v Slovenskom raji. Patrí však tiež k najkrajším, k čomu prispievajú jej mohutné skalné útvary a charakteristické vodopády, najmä najvyšší vodopád v celom národnom parku, tzv. Závojový vodopád. Sokolia dolina leží na území národnej prírodnej rezervácie Kyseľ, vyskytuje sa tu množstvo vzácnych druhov fauny a flóry. Lokalita je sprístupnená jednosmerným žlto značeným turistickým chodníkom odbočujúcim z Tomášovskej Belej. Prechod ňou je napriek mnohým technickým pomôckam ako sú rebríky, mostíky, stúpačky či reťaze pomerne náročný a vyžaduje zvýšenú opatrnosť. Východiskom túr do Sokolej doliny je zväčša lokalita Kláštorisko.

Kláštorisko

Kláštorisko je obľúbenou turistickou zastávkou v Slovenskom raji ležiacou neďaleko Suchej Belej či Prielomu Hornádu. Nachádzajú sa tu starobylé ruiny kartuziánskeho kláštora z prelomu 13. a 14. storočia. Pokoj tunajších asketických mníchov bol v dejinách často narušaný plieniacimi vojskami a zbojníkmi zo šíreho okolia. V 16. storočí boli kartuziáni vyhnaní a v kláštore sa usídlil lúpežný rytier Matej Bašo. Preto cirkevná vrchnosť rozhodla o zbúraní stavby a definitívnom odsťahovaní mníchov z oblasti. Dnes sú ruiny kláštora zakonzervované. V ich blízkom okolí je možnosť stravovania i ubytovania.

Veľký Kyseľ

Roklina Veľký Kyseľ, nachádzajúca sa v severnej časti Slovenského raja, je jednou z troch odnoží veľkej doliny Kyseľ, ktorej hlavná časť, teda časť pred rozvetvením na Veľký, Malý a turisticky neprístupný Vyšný Kyseľ, bola kvôli ničivému požiaru na 40 rokov uzatvorená.

Veľkým Kyseľom preteká potok rovnakého mena. Proti prúdu tohto potoka vedie značkovaný turistický chodník. Na trase možno vidieť všakovaké prírodné krásy, k najobľúbenejším z nich patria vodopády vytvorené na skalných stupňoch rokliny (menovite Pawlasov vodopád, Vodopád Ochrancov prírody a Vodopád v Bariére), ktoré návštevník zdolá pomocou kovových či drevených rebríkov, stúpačiek a iných technických pomôcok. Východiskom túr do Veľkého Kyseľa je väčšinou Kláštorisko.

Malé Zajfy

Prírodná rezervácia Malé Zajfy sa nachádza v údolí Vráblovského potoka v Slovenskom raji. Pýši sa krásnym prírodným prostredím a výskytom mnohých chránených a ojedinelých druhov fauny (najmä vtákov a obojživelníkov) a flóry. Tunajším vzácnym slatinným a mokradným spoločenstvám dominuje okrem iného napríklad vŕba rozmarínolistá či zriedkavo sa vyskytujúca mäsožravá rastlina tučnica obyčajná. Rezerváciou Malé Zajfy vedie zeleno značený náučný chodník. Východiskom túr do tejto oblasti môže byť Stratenská píla, osada Dedinky či osada Biele Vody.

Kostol a kaplnka v Spišskom Štvrtku

Ústrednou architektonickou dominantou obce Spišský Štvrtok je Kostol sv. Ladislava s pristavanou bočnou kaplnkou rodiny Zápoľských. Kostol, ktorého pôvod siaha do 13. storočia, je jednou z najstarších sakrálnych stavieb Spiša. Strhujúca dvojpodlažná gotická kaplnka, ktorá mala pôvodne slúžiť ako rodinná hrobka Zápoľských, bola pristavaná v 15. storočí a predstavuje jeden z najvzácnejších skvostov gotickej architektúry na Slovensku. Kaplnka bola projektovaná Hansom Puschbaumom, staviteľom známej viedenskej Katedrály sv. Štefana. Vzorom pre jej architektonický návrh boli francúzske gotické palácové kaplnky. Tak kostol, ako i kaplnka, sa okrem príťažlivého zovňajšku pýšia i výstavným interiérom s cenným historickým zariadením. Celý sakrálny komplex je v stanovených hodinách sprístupnený širokej verejnosti, pravidelne ho prichádzajú obdivovať návštevníci z tuzemska i zahraničia.

Levočská radnica - Spišské múzeum

Historická radnica v Levoči s charakteristickými arkádovými podlubiami a renesančnou hodinovou vežou je jednou z najkrajších a najzaujímavejších stavieb tohto staroslávneho kráľovského mesta. Nachádza sa priamo v centre mestskej pamiatkovej rezervácie vedľa Chrámu sv. Jakuba a jej pôvod siaha do 15. storočia. V súčasnosti v nej sídli pobočka Spišského múzea zameraná na dejiny mesta Levoče od počiatkov po súčasnosť. Nájsť tu možno i etnografickú expozíciu „Krása z nití utkaná“, ktorá sa venuje ľudovému textilu a modrotlači na Spiši. V múzeu sa pravidelne usporadúvajú i rôzne krátkodobé výstavy, koncerty, prednášky a iné kultúrne akcie.

CYKLOTURISTIKA

Návšteva Slovenského raja, Liptova, Oravy a Kysúc

Múzeum Spiša - Provinčný dom

Múzeum Spiša v Spišskej Novej Vsi sídli v tzv. Provinčnom dome, ktorý od stredoveku až do 18. storočia slúžil ako mestská radnica a následne ako sídlo orgánov Provincie XIII, neskôr XVI spišských miest. Provinčný dom je – predovšetkým vďaka nádhernej rokokovej štukovej výzdobe fasády symbolicky znázorňujúcej vlastnosti, ktoré musel mať funkcionár mesta či provincie – považovaný za jednu z architektonicky najzaujímavejších pamiatok mesta.

(POZNÁMKA: V múzeu v súčasnosti prebieha rozsiahla rekonštrukcia, ktorá sa dotkne i koncepcie expozícií. Tunajšie expozície zamerané najmä na prírodu a históriu regiónu Spiš si návštevníci budú môcť pozrieť najskôr začiatkom roku 2016. Náhradná tzv. Malá expozícia prírody Spiša je návštevníkom k dispozícii v roku 2015 vo výstavných priestoroch pobočného zariadenia Národopisné múzeum Smižany.)

Tomášovský výhľad

Tomášovský výhľad je veľkolepá skalná galéria na svahu Ludmanky v Slovenskom raji, unikátne miesto, z ktorého sa možno nerušene kochať krásami Prielomu Hornádu, doliny Bieleho potoka, ba dokonca Vysokých Tatier. Táto lokalita je najnavštevovanejšou vyhliadkou a jedným z vôbec najnavštevovanejších miest Slovenského raja. Vraví sa, že kto nevidel Tomášovský výhľad, nevidel Slovenský raj. Jedná sa taktiež o jediné vyhradené miesto pre skalolezcov v celom národnom parku. Prístup k Tomášovskému výhľadu je možný z Čingova, Spišských Tomášoviec, Smižian či Spišskej Novej Vsi.

Tomášovská Belá

Pôsobivé, asi 9 kilometrov dlhé zalesnené údolie zvané Tomášovská Belá predstavuje akúsi spojnicu medzi severnou a južnou časťou Národného parku Slovenský raj. Nachádza sa na území prírodnej rezervácie Kyseľ s najvyšším 5. stupňom ochrany a preteká ním Biely potok, ktorému údolie vďačí za svoj vznik. Tomášovskou Belou vedie zeleno značený turistický chodník. Jeho trasa prechádza v istých úsekoch po horizontálnych rebríkoch a stúpačkách nad potokom, čo údoliu značne pridáva na atraktivite u turistov. Východiskom túr do Tomášovskej Belej môže byť Kláštorisko či osada Dedinky na južnej strane národného parku. V druhom menovanom prípade je prechod údolím súčasťou dlhočiznej trasy naprieč Slovenským rajom.

Ferrata HZS Kyseľ

Roklina Kyseľ, považovaná za jednu z najkrajších v Slovenskom raji, bola po mohutnom požiari, ktorý znivočil veľkú časť lesa, na 40 rokov uzavretá. Jednak kvôli ochrane pomaly sa obnovujúcej prírody, jednak kvôli bezpečnosti turistov; zničenie vegetácie totiž zapríčinilo vysokú erozívnosť pôdy. Od roku 2016 je však táto lokalita opätovne sprístupnená, a to mimoriadne atraktívnou formou ferraty. Ferrata je u nás zatiaľ ojedinelý typ turistickej trasy zabezpečenej istiacimi lanami a stúpačkami, ktorý umožňuje navštíviť inak veľmi ťažko prístupné oblasti bez horolezeckých skúseností a výstroja.
Ferrata HZS (Horskej záchrannej služby) vybudovaná v rokline Kyseľ, resp. v jej hlavnej časti

je dlhá asi 1,5 km. Trasa vedie skutočnou divočinou a predstavuje ukážku toho najlepšieho zo Slovenského raja. Úzke skalné tiesňavy, divoká horská bystrina, vysoké skaliská, nádherné vodopády a panenské lesy, to všetko okorenené nemalo dávkou adrenalínu, sľubuje zážitok, na ktorý sa len tak nezabúda. Ferrata HZS Kyseľ je priechodná len jedným smerom. Trasa začína na rázcestí Kyseľ – ústie, ku ktorému sa možno dostať po žltej značke z Kláštoriska alebo po modrej značke z Čingova. Prechod ferratou je spoplatnený, možno ho absolvovať od polovice júna do konca októbra, a to individuálne i so sprievodcom. Nevyhnutnou podmienkou prechodu roklinou je ferratový set, ktorý si možno zapožičať v nástupných miestach – v Čingove a Podlesku.

Kláštorská roklina

Krátka a strmá Kláštorká roklina spája dve známe a hojne navštevované oblasti Slovenského raja – Prielom Hornádu a Kláštorisko. Hoci je len pol druhého kilometra dlhá, vyznačuje sa prekvapivo veľkým množstvom vodopádov, čo jej významne pridáva na príťažlivosti. Roklina je prístupná po jednosmernom turistickom chodníku vedúcom v podstate korytom potoka – jedného z prítokov Hornádu. Na trase vyznačujúcej sa drsnejšou klímou a vlhkým vzduchom je pomerne veľa exponovaných miest, ktorých prechod zabezpečujú rôzne technické pomôcky – rebríky, stúpačky, lávky reťaze... Východiskom túr do Kláštorskej rokliny je Prielom Hornádu.

Prielom Hornádu

Približne 16 km dlhý úsek horného toku Hornádu od ústia Veľkej Bielej vody po Smižany sa tradične nazýva Prielomom Hornádu. Táto oblasť vyhlásená i za národnú prírodnú rezerváciu patrí k najatraktívnejším a najnavštevovanejším nielen v Slovenskom raji, ale na celom Slovensku. Rieka Hornád tu vytvorila vskutku pôsobivé kaňonovité údolie, v ktorom brehy spadajú z bočných hrebeňov s výškovým rozdielom neraz i 150 či 300 m. Samotné údolie je pritom miestami široké len niekoľko metrov. Prielom Hornádu je priechodný vďaka chodníku Horskej služby vybavenému rôznymi technickými pomôckami - mostíkmi, lávkami, stúpačkami, reťazami... Na trase sa nachádzajú informačné tabule, ktoré návštevníkov oboznámia s tunajšou pestrou faunou a flórou i s geomorfológiou územia. Prekrásne prostredie v kombinácií so zaujímavou, pre niekoho i mierne adrenalínovou trasou chodníka, sľubuje všetkým zavítavším skutočne neopakovateľný zážitok. Východiskom túr do Prielomu Hornádu môže byť Čingov, Spišské Tomášovce, Letanovce, Hrabušice či Podlesok.

Národopisné múzeum Smižany

Z turistických atraktivít Smižian, obce ležiacej neďaleko Spišskej Novej Vsi, radno spomenúť Národopisné múzeum Smižany, ktoré je pobočku Múzea Spiša. Tunajšia stála expozícia ľudovej kultúry stredného a dolného Spiša z konca 19. a začiatku 20. storočia je rozdelená na tri časti. Tradičná sedliacka izba na dolnom Spiši je inštalovaná v prvej expozičnej miestnosti. Okrem typického nábytku sú tu umiestnené nástroje a náradie, ktoré dokumentujú výrobu domáceho textilu. Krosná vystavené v tejto časti ožívajú zakaždým, keď si návštevník za ne sadne a vyskúša si svoje schopnosti v tkaní. Tradičné zamestnania a

remeslá sú stvárnené v ďalšej miestnosti. Nosnú časť tvoria predmety, ktoré dokumentujú poľnohospodárstvo, pastierstvo, domácu a drobnú remeselnú výrobu a baníctvo. Tretí expozičný priestor poskytuje obraz o tom, aké textilné materiály a odevy sa v minulosti vyrábali a nosili. Nevšednou eleganciou a dôstojnosťou pôsobia svadobný odev zo Smižian, odev družičky z Torysiek, odev mladej ženy zo Žakaroviec, muža z Poráča, ale i smútočný odev z Kojšova. Významným doplnkom sú ukážky rôznych výšiviek typických pre dolný Spiš, maľované svadobné truhlice, kraslice, ale i keramika a iné predmety ľudovoumeleckého charakteru. Expozíciu dopĺňa zbierka dobových veľkoplošných fotografií katolíckeho kňaza Maroša Madačova, ktorý pôsobil ako kaplán v neďalekých Letanovciach. Na fotografiách sú neopakovateľní, iba v tejto dedine a práve v tomto čase žijúci jedinci, príbuzní, susedia a kamaráti, ktorí ako celok predstavujú sociálne a kultúrne zjednotenú dedinskú pospolitosť – Letanovčanov v rokoch 1936 – 1943.

Múzeum ľudových tradícií Važec

V jednom z najstarších murovaných domov liptovskej obce Važec, v dome, ktorý – nakoľko ho v minulosti obývali zemianske rodiny – obyvatelia nazývajú „kaštieľ“, sídli jedinečné súkromné múzeum venované histórii a ľudovej kultúre obce. Návštevník tu nájde malebne zariadené izby s tradičným ľudovým nábytkom a doplnkami, ktoré priam dýchajú históriou. Prostredníctvom množstva nádherných exponátov spozná každodenný život a bývanie, tradičné odievanie, poľnohospodárske práce, ľudové remeslá i zvyky a obyčaje obyvateľov Važca.

Hrad Liptovský Hrádok

V Liptovskom Hrádku, stredoslovenskom mestečku s bohatou históriou a nádhernou prírodou, stojí zrúcanina rovnomenného hradu s elegantným renesančným kaštieľom v predhradí. K tomuto dávnemu obrannému i správnemu centru širokého okolia sa viaže povesť o romantickej, avšak nenaplnenej láske medzi tunajšou mladou šľachtičnou a kapitánom susedného hradu. Pretože junák pochádzal zo znepriateleného rodu, otec zamilovanej devuchy ich zväzku urputne bránil. Mladý šľachtic teda pritiahol pred Liptovský Hrádok s vojskom, dúfajúc, že si snúbenicu odnesie pozlotky. Keď ale vošiel do pevnosti, našiel dievčinu v kaluži krvi a jej otca s čepeľou karmínovej farby v ruke. V dnešnej dobe sa návštevník Liptovského Hrádku podobne nemilých prekvapení zaiste nedočká. V hradnom komplexe už nesídli nijaká svárlivá šľachta, lež luxusný hotel, ktorý okrem tradičných hotelových služieb zabezpečuje i prehliadky tvrdze a kaštieľa. Popri starobylých nádvoriach a výstavných panských interiéroch tu možno obdivovať i krásne upravený park či romantické jazierko.

Kaštieľ v Bešeňovej

V neveľkej liptovskej dedinke Bešeňová známej predovšetkým svojimi termálnymi prameňmi leží krásny renesančný kaštieľ obklopený udržiavaným parkom. Kaštieľ je blokovou stavbou so štyrmi nárožnými vežami a spolu s priľahlým areálom bol vyhlásený za národnú kultúrnu pamiatku. V súčasnosti je kaštieľ súkromným majetkom a jeho interiéry nie sú prístupné verejnosti.

Kaštieľ v Madočanoch

Klasicistický kaštieľ krášliaci obec Madočany (časť Liptovskej Teplej) bol postavený v prvej polovici 19. storočia a spolu s priľahlými hospodárskymi budovami predstavoval dôstojné zemianske sídlo. V dedine sa nachádzal ešte i starší renesančný kaštieľ, z ktorého však zostali iba ruiny. Zaujímavosťou Madočian je, že tu žil a pracoval známy stredoveký falzifikátor listín Ján Literát, upálený za svoju pokútnu činnosť koncom 14. storočia v Liptovskej Mare.

Lúčanské travertíny

Jedinečný prírodný výtvor Lúčanské travertíny sa nachádza v severozápadnej časti obce Lúčky, v blízkosti známych lúčanských kúpeľov. Lokalita vyhlásená za prírodnú pamiatku so 4. stupňom ochrany je charakteristická zaujímavými travertínovými útvarmi a vývermi minerálnej vody s teplotou 17 – 33°C. Lúčanský travertín vznikol usadením minerálov z vápenatej vody. V procese svojho vzniku pohlcoval rastlinné telá, ktoré odumreli a ostali po nich v hornine malé dutinky dodávajúce travertínu charakteristický vzhľad. Sem tam tu vidno i skamenené odtlačky slimačích ulít či celých listov. V travertíne možno pozorovať aj sled ročných období, ktorý sa prejavuje striedaním tenkých a tmavých vrstiev s vrstvami hrubšími a bledými. V minulosti sa lúčanský travertín ťažil. Ťažba sa však musela zastaviť, lebo hrozilo narušenie toku podzemných vôd.

Artikulárny kostol v Leštinách

Prevzácnou kultúrnou pamiatkou malej oravskej dedinky Leštiny učupenej v údolí medzi Chočskými vrchmi a Oravskou vrchovinou je drevený artikulárny kostol, ktorý dal koncom 17. storočia postaviť kapitán Oravského hradu Jób Zmeškal. Ide o jednoduchú zrubovú budovu bez veží a zvonov – presne ako nariaďovali zákonné články (artikuly), ktorými sa v onej dobe výstavba evanjelických svätostánkov musela riadiť. Napriek (či azda vďaka) svojej jednoduchosti má stavba zasadená do strmého svahu a obklopená mohutnými stromami priam čarovnú atmosféru. Kostol v Leštinách sa okrem pôvabného zovňajšku pýši i prekrásnym, bohato zdobeným interiérom. Vďaka svojej nesmiernej kultúrno-historickej hodnote bol spoločne s ďalšími siedmymi drevenými kostolmi karpatského oblúka zapísaný i do zoznamu svetového kultúrneho dedičstva UNESCO. Historickou zaujímavosťou leštinského kostola je, že tu bol pokrstený veľký slovenský básnik Pavol Országh Hviezoslav.

Praveká osada Mokrý Kút

Vyšný Kubín je z historického hľadiska známa pre jeho osídlenie už v období Lužickej kultúry, od mladšej doby bronzovej do mladšej doby železnej. Aj preto si toto miesto vybrali archeologička Ľubica Kupcová s muzeológom Tomášom Demianom na vybudovanie Pravekej osady Mokrý Kút.
Pozemok s výhľadom na Vyšnokubínske skalky aj Choč poskytla obec. No a po naštudovaní odborných materiálov a konzultácií s inými archeológmi začala vznikať osada. Praveká osada

je rozdelená na obytnú časť, hospodársky areál zahŕňajúci pestovanie plodín a chov zvierat a výrobný areál. Hlavnou časťou je zrekonštruovaný dom lužickej kultúry oravského typu. S obydlím susedia tri drevené prístrešky. Každý chráni inú pec. Dominantou prípravovne potravy je chlebová pec. Nechýba kamenná platňa na prípravu placiek. Projekt sa začal realizovať v roku 2012, odvtedy tu bolo niekoľko workshopov, kde ľuďom predviedli ako sa robí oheň dvomi drievkami, ako sa odlievali nástroje z bronzu, ako sa piekol chlieb a placky, či ako sa robila a vypaľovala keramika pred objavením hrnčiarskeho kruhu.

Oravský hrad

Vysoké skalné bralo zrkadliace sa na hladine rieky Oravy nesie jeden z najznámejších a najvyhľadávanejších slovenských hradov – Oravský hrad. Táto robustná pevnosť, na ktorej sa nakrúcala nejedna tuzemská rozprávka (Sokoliar Tomáš, Kráľ Drozdia brada...) je ovenčená mnohými povesťami. Jedna z nich vraví o sverepom hradnom pánovi, ktorý si dal za účelom sobáša uniesť istú krásnu oravskú devu. Keď sa panna svojmu údelu bránila, namosúril sa a schytil korbáč aby ju do krvi zbičoval. Tu ho však smrteľne zasiahol znenazdajky sa zjavivší blesk a jeho telo sa zložilo k nevestiným nohám. Dnes sa vraj obaja hrdinovia príbehu – hradný pán i mladé dievča – zjavujú občas nad tvrdzou v podobe jastraba a holubice. Oravský hrad je dnes súčasťou Oravského múzea P. O. Hviezdoslava. Tunajšie pútavé expozície oboznamujú návštevníkov s prírodou i ľudovou kultúrou rázovitého oravského regiónu. Veľmi zaujímavá je taktiež historická expozícia, v rámci ktorej možno nahliadnuť do dobovo zariadených panských miestností, ale i do priestorov ako je väznica či hradná mučiareň.

Galéria ľudového rezbárstva v Babíne

V priestoroch starej školy v neveľkej oravskej obci Babín bola v roku 2006 zriadená Galéria ľudového rezbárstva so stálou expozíciou drevených plastík. Desiatky prekrásnych umeleckých diel vytvorili neprofesionálni rezbári z Oravy, Kysúc, Liptova a ďalších oblastí Slovenska, ako aj umelci z okolitých krajín, na medzinárodnom rezbárskom plenéri, ktorý sa pravidelne uskutočňuje v obci Babín na počesť tunajšieho rodáka, rezbára Štefana Siváňa, jedného z najvýznamnejších naivných umelcov na Slovensku. Námety vystavovaných diel pochádzajú zväčša z tradičného vidieckeho života, k najčastejším patria napríklad pastierstvo a salašníctvo, práce na poli, náboženstvo či materstvo.

Kostol sv. Anny Oravská Lesná

Známa hornooravská obec Oravská Lesná sa pyšní jedným z najkrajších kostolov c celom regióne. Je ním rímskokatolícky Kostol sv. Anny pochádzajúci zo začiatku 20. storočia. Majestátny chrám postavený v štýle starých ľudových stavieb jedinečným spôsobom kĺbi drevo a kameň vytvárajúc architektonický klenot nadregionálneho významu. Výstavbu kostola inicioval významný slovenský kňaz, politik a publicista Štefan Mnoheľ, jeden zo signatárov Martinskej deklarácie. Na stavbe pracovali murári z Liptova a tesári z južnej Moravy.

Skanzen a historická železnica Vychylovka

Múzeum kysuckej dediny (skanzen) v doline Chmúra vo Vychylovke predstavuje fascinujúcu rekonštrukciu typickej vidieckej krajinky kysuckého regiónu z druhej polovice 19. a prvej polovice 20. storočia. Na obdiv sa tu návštevníkovi núkajú vzácne pamiatky ľudovej architektúry prenesené z dnes už neexistujúcich kysuckých obcí Riečnica a Harvelka. Okrem zrubových obytných domov a hospodárskych stavieb ako maštaľ, ovčín či stodola sa tu nachádza napríklad tradičná dedinská krčmička, murovaná kaplnka, cintorín a technické stavby ako vodný mlyn či píla s hrázdenou konštrukciou. Pri niektorých ľudových domoch sa nachádzajú políčka s trojpoľným systémom hospodárenia charakteristickým pre horné Kysuce. Múzeum prezentuje nielen architektúru, ale i ľudovú kultúru a tradičný spôsob života na v regióne. Počas sezóny usporadúva pre svojich návštevníkov nedeľné tematické programy. Integrálnou súčasťou skanzenu je návštevnícky veľmi atraktívna historická lesná úvraťová železnica (HLÚŽ). Ide o funkčne obnovenú časť bývalej Kysucko-oravskej lesnej železnice. Tunajší úvraťový systém je jedným z dvoch dodnes zachovaných v celej Európe. Prekrásne historické vláčiky – či už parné alebo elektrické – sú vypravované priamo z areálu skanzenu a po absolvovaní čarovnej cesty utešenou kysuckou krajinkou dovedú návštevníkov opäť do skanzenu.

Vychylovské prahy

Prírodná pamiatka Vychylovské prahy sa nachádza na riečke Vychylovka v kysuckom regióne. Vznikla vďaka riečnej erózii, ktorá obnažila skalné pieskovce a lastúrovito sa rozpadajúce ílovce, pričom sa vytvorili unikátne, esteticky veľmi pôsobivé prahy vysoké do jedného metra. Prahy sa nachádzajú v skalnom koryte, ktorého dĺžka je cca 150 m a šírka v najširšom mieste cca 30 m. Lokalita Vychylovské prahy leží neďaleko cesty z Novej Bystrice do skanzenu vo Vychylovke, a predstavuje ideálne miesto na zastavenie sa a pokochanie ďalšou z krás čarovnej slovenskej prírody.

Rozhľadňa na Bobovci

Vrch Bobovec, ktorý je súčasťou rozsiahlejšieho masívu Nocľahy, sa pyšní mimoriadne štýlovou turistickou rozhľadňou, ktorá vyzerá ako veža z rozprávkového zámku. Rozhľadňa postavená z tradičných materiálov – kameňa a dreva – stojí v nadmorskej výške 720 m, pričom sama je vysoká 16 m. Návštevníkom ponúka krásne výhľady na blízke i vzdialené pohoria a doliny, ale i malú prehliadku kovaných umeleckých diel na tému anjelov, ktoré sú umiestnené v jej interiéri. K rozhľadni na Bobovci vedie značkovaný turistický chodník z obce Stará Bystrica.

Slovenský orloj

Jedinečnou turistickou atrakciou kysuckej obce Stará Bystrica je tzv. Slovenský orloj nachádzajúci sa na námestí v centre obce. Tento orloj predstavuje najväčšiu drevenú sochu na Slovensku. Má tvar štylizovanej Panny Márie, patrónky Slovenska, a jeho vonkajšiu výzdobu tvoria sochy významných osobností našich dejín. Možno tu vidieť nitrianske knieža Pribinu, veľkomoravského vladára Svätopluka, národovcov a politikov Antona Bernoláka,

Ľudovíta Štúra, Milana Rastislava Štefánika a Andreja Hlinku. Každú celú hodinu sa na orloji objavujú sošky svätcov spätých s históriou Slovenska ako sú sv. Cyril a Metod, sv. Svorad a Benedikt či sv. Gorazd. Súčasťou orloja je okrem hodín i astroláb, ktorý ukazuje polohu slnka a mesiaca, mesačné fázy a znamenia zverokruhu.

Kysucká galéria v Oščadnici

Na okraji kysuckej obce Oščadnica stojí od prelomu 19. a 20. storočia kaštieľ obklopený rozsiahlym lesoparkom. Tento kaštieľ bol v minulosti poľovníckym sídlom grófa Ballestrema, dnes poskytuje priestory Kysuckej galérii.
Kysucká galéria je regionálnou kultúrnou inštitúciou zameranou na zhromažďovanie a prezentáciu výtvarných diel, predovšetkým, nie však výhradne, výtvarných diel autorov kysuckého regiónu. Nakoľko v tomto regióne absentuje významnejšia historická výtvarná tradícia, galéria sa zameriava najmä na súčasné umenie. Okrem stálej expozície sa tu pravidelne striedajú rôzne príležitostné výstavy. V exteriéri kaštieľa, v inšpiratívnom prostredí lesoparku s množstvom vzácnych drevín, sa uskutočňujú medzinárodné sochárske sympóziá. Sochy, ktoré na týchto sympóziách vznikajú, tvoria expozíciu pod holým nebom predstavujúcu jedinečnú symbiózu umenia a prírody.

Kysucké múzeum v Čadci

Kysucké múzeum v Čadci je špecializovaným kultúrnym zariadením, ktoré sa zameriava na zbieranie a prezentáciu hmotných dokladov vývoja prírody a spoločnosti, vedy a techniky, kultúry a umenia na území kysuckého regiónu od počiatkov osídlenia až po súčasnosť. V jeho výstavných priestoroch možno nájsť dve stále expozície. Prvá z nich sa venuje najdôležitejším a najzaujímavejším pasážam regionálnych dejín, návštevník sa tu dozvie mnoho zaujímavostí z kysuckého praveku, staroveku, stredoveku i novoveku, oboznámi sa s kysuckým zbojníctvom i fenoménom vysťahovalectva. Druhá stála expozícia je venovaná jednému z najvýznamnejších amerických astronautov Eugenovi A. Cernanovi, ktorý – hoc sa narodil v USA – sa hrdo hlási k slovenskému a kysuckému pôvodu. Cernan v roku 1972 pristál ako v poradí 11. človek na mesiaci. Návštevníci múzea si majú možnosť siahnuť na imitáciu mesačnej krajiny, v ktorej zanechal svoje stopy, či si podrobne poobzerať kópiu kozmického skafandra, aký mal oblečený. Okrem stálych expozícií usporadúva Kysucké múzeum i rôzne príležitostné výstavy a iné kultúrne akcie, každoročne sa tu napríklad koná predveľkonočná predajná výstava kraslíc.

Vlastivedné múzeum v Krásne nad Kysucou

Dom kultúry v neveľkom severoslovenskom mestečku Krásno nad Kysucou je (okrem iného) sídlom Vlastivedného múzea prezentujúceho návštevníkom dve stále expozície z oblasti prírodných a humanitných vied. Prvá, prírodovedná expozícia, je venovaná faune a flóre severozápadného Slovenska. Jej hlavnou atrakciou je verná replika mamutej samice v životnej veľkosti. K zhotoveniu tejto repliky prispel fakt, že kostra podobnej samice sa našla v blízkom okolí mesta. Druhá expozícia predstavuje výber z archeologických, historických a etnografických zbierok múzea. Návštevník sa prostredníctvom nej zoznámi s dejinami Kysúc od praveku po novovek a tiež s ľudovou kultúrou a tradičnými remeslami regiónu.

Kamenný most v Krásne nad Kysucou

Mestečko Krásno nad Kysucou sa pýši unikátnou, avšak veľmi málo známou stavebnou pamiatkou – starobylým monumentálne pôsobiacim kamenným mostom z prvej polovice 19. storočia. Podobné mosty by sa na Slovensku dali zrátať na prstoch jednej ruky, ten krásniansky však i v rámci tejto málopočetnej skupiny vyniká, a to jednak pôsobivým vzhľadom (postavili ho pravdepodobne zruční talianski majstri), jednak veľkosťou – s dĺžkou cca 50 m a výškou cca 10 m je totiž celkom najväčším celo-kamenným mostom na Slovensku.
Most sa nachádza pri vstupe do Krásna od Kysuckého Nového Mesta a osady Za vodou.

Kaštieľ v Radoli (Kysucké múzeum)

Jednou z najstarších kultúrno-historických pamiatok kysuckého regiónu je renesančný kaštieľ v dedinke Radoľa neďaleko Kysuckého Nového Mesta. V tomto kaštieli obklopenom kúzelnou vidieckou krajinkou sa nachádza niekoľko stálych expozícií Kysuckého múzea v Čadci. Tieto expozície sa zameriavajú najmä na dokumentáciu najstarších dejín regiónu od praveku až po obdobie slovanského osídlenia, taktiež na odkaz cyrilo-metodskej tradície či na meštianske bývanie v 19. storočí. Najväčším lákadlom múzea – predovšetkým pre najmenších – je 190 cm vysoká a štvrť tony vážiaca replika mamutieho mláďatka, a tiež unikátna rekonštrukcia alchymistickej dielne – jediná na celom Slovensku. V tejto dielni možno nájsť najrôznejšie alchymistické pomôcky od kotlov a pecí cez skúmavky a destilačné zariadenia až po tajomné nákresy a symboly ilustrujúce mystickú rovinu alchýmie.

Hrad Budatín

Dominantou Budatína, mestskej časti Žiliny, je romantický belavý zámok vežiaci sa nad sútokom Váhu a Kysuce. Zámok vznikol zo staršieho vodného hradu a viaže sa k nemu niekoľko povestí. Jedna z nich vraví o tom, ako tunajší hradný pán Gašpar Sunyog zasľúbil svoju krásnu dcéru istému dobrému priateľovi, mladica však, nakoľko horela láskou k inému, nechcela o otcovom nápade ani počuť. Bezradný Gašpar zanovitú dcéru v zlosti zamuroval do zámockej veže a nepustil ju, až kým sa jej osobne neprišiel zriecť jej vytúžený milý. Dnes na Budatínskom zámku na nijakú zamurovanú nešťastníčku nenatrafíme, zato tu však nájdeme svetovo unikátnu expozíciu Považského múzea v Žiline venovanú drotárskemu umeniu. Táto expozícia priblíži návštevníkom nielen historický vývoj drotárstva na Slovensku, ale i jeho súčasné umelecké prejavy. Tunajšia panelová textovo-obrazová výstava zase návštevníkov oboznámi s dejinami Budatínskeho zámku od najstarších čias po súčasnosť. Pred zámkom sa nachádza rozľahlý anglický park s domácimi i cudzokrajnými drevinami vhodný na relax, piknik i športové hry.

Socha Jánošíka v Terchovej

Na návrší nad malebnou stredoslovenskou dedinkou Terchová sa vypína monumentálny pamätník so 7,5 metrovou sochou najslávnejšieho slovenského zbojníka, terchovského

rodáka Juraja Jánošíka. Muž, ktorý podľa povestí bohatým bral a chudobným dával – celkom v rozpore so súdobými (i súčasnými) panskými mravmi – bol za svoju činnosť ukrutne mučený, a napokon obesený na hák za ľavé rebro. Z pamäti ľudu však nevymizol ani stáročia po svojej smrti. Vďaka pamätníku odhalenému v roku 1988 pri príležitosti 300 výročia Jánošíkovho narodenia, bdie legendárny zbojník nad svojím rodiskom dodnes. K pamätníku možno poľahky vystúpiť z obce Terchová.

Jánošíkove diery

Strhujúca sústava tiesňav a kaňonov zvaná Jánošíkove diery leží v pohorí Malá Fatra, v katastri obce Terchová, a predstavuje jednu z najvyhľadávanejších turistických lokalít na Slovensku. Prekrásne prírodné prostredie plné bizarných skalných útvarov, zaujímavých rastlinných a živočíšnych druhov a viac ako 20 vodopádov tvorených tzv. Dierovým potokom sľubuje neopakovateľný zážitok, ktorý miestami nadobúda i mierne adrenalínový charakter – v lokalite sa totiž nachádza množstvo miest priechodných iba s pomocou lávok, rebríkov a pomocných reťazí. Jánošíkove diery pozostávajú z troch častí – Dolné, Nové a Horné diery. Dolné a Nové diery sú ľahšie priechodné a neraz ich navštevujú aj deti a staršie osoby, prechod Hornými dierami je už náročnejší. V zimnom období bývajú Horné diery podľa niektorých zdrojov uzatvorené, hoc priamo na mieste o tom neraz nie sú nijaké informácie. Východiskom túr k Jánošíkovým dieram je zväčša Hotel Diery v Terchovej alebo osada Štefanová.

Malý Rozsutec - 1343,5 m n. m.

K najnavštevovanejším vrcholom východnej časti Malej Fatry patrí Malý Rozsutec. Vrch charakteristický skalným cimburím a strmými vápencovými stenami sa týči do výšky 1343 m n. m. Z jeho výšin sa otvára prekrásny výhľad na okolitú krajinku i neďaleko ležiaci Veľký Rozsutec, celkom najznámejší a najvyhľadávanejší malofatranský končiar. Malý Rozsutec je – podobne ako jeho vyšší menovec – súčasťou národnej prírodnej rezervácia Rozsutec. Nachádza sa tu vzácna vápnomilná flóra, ktorá v období kvitnutia vyniká nesmiernou estetickosťou. Východiskom túr na Malý Rozsutec je najmä obec Terchová – časť Biely Potok, prípadne osada Štefanová. Túra z Bieleho Potoka je stredne náročná, hlavne v oblasti Jánošíkových dier treba zdolať rebríky a miesta istené pomocnými reťazami, môžu to však zvládnuť i väčšie deti a zdatnejší dôchodcovia.

Veľký Rozsutec - 1609,7 m n. m.

Výrazný rozorvaný skalnatý vrch Veľký Rozsutec, symbol pohoria Malá Fatra, je jedným z najkrajších a turisticky najvyhľadávanejších vrchov na celom Slovensku. Zároveň ide o centrum národnej prírodnej rezervácie Rozsutec. Na vrchu sa nachádza jedna z našich najvýznamnejších botanických lokalít s viacerými slovenskými endemitmi (druhmi, ktoré sa nikde inde nevyskytujú). Na Veľký Rozsutec vedie niekoľko turistických trás, najjednoduchší výstup je z osady Štefanová vo Vrátnej doline, dlhšia a náročnejšia je túra z obce Terchová. Z vrcholu Veľkého Rozsutca, ktorý sa týči do výšky viac ako 1600 m n. m., a o ktorom sa vraví, že niekde v jeho okolí ukryl Jánošík svoje nazbíjané poklady, sa naskytá prekrásny kruhový výhľad na šíru krajinu Turca i Oravy.

Stoh - 1607 m n. m.

Výrazný lúčnatý vrch Stoh je jedným z najkrajších a najdominantnejších vrchov Malej Fatry. Za svoje meno vďačí tomu, že pri pohľade z ktorejkoľvek strany pripomína veľkú kopu sena. Na Stohu pôvodne rástol les a kosodrevina, pre potreby pasenia oviec bol však postupne odlesnený. Dnes na ňom možno nájsť vzácne hôľne rastlinné spoločenstvá a tiež miestami veľmi husto rastúce čučoriedky. Z vrcholu Stohu sa otvára prekrásny panoramatický výhľad, ktorému dominujú susedné vrchy Veľký Rozsutec a Poludňový grúň. Najčastejšími východiskami túr na Stoh sú terchovská osada Štefanová či obec Kraľovany. V zime však treba dávať dobrý pozor, strmé a hladké svahy tohto vrchu sú po napadnutí snehu pomerne lavinózne.

Poludňový grúň - 1460 m n. m.

Rozložitý trávnatý vrch zvaný Poludňový grúň patrí k najznámejším vrchom Malej Fatry. Do veľkej miery za to môže Chata na Grúni, ktorá sa nachádza pod jeho vrcholom, a tiež tunajšie lyžiarske stredisko. Geograficky patrí Poludňový grúň do horského podcelku Krivánska Malá Fatra. Vrchol tohto kopca je prístupný po značkovaných turistických chodníkoch. Najčastejším východiskom túr do tejto oblasti je Vrátna dolina či osada Štefanová. Úsek trasy medzi Chatou na Grúni a vrcholom Poludňového grúňa je veľmi strmý a za nepriaznivého počasia (ľad, blato a pod.) je jeho prechod pomerne náročný. Na tejto trase sa stáva asi najviac úrazov v celej Malej Fatre.

Chleb - 1645,6 m n. m.

Vrch Chleb je tretím najvyšším vrchom Malej Fatry. Zároveň je súčasťou národnej prírodnej rezervácie Chleb. Táto rezervácia sa vyznačuje vzácnym rastlinstvom a živočíšstvom, nachádzajú sa tu spoločenstvá chránenej kosodreviny a alpských lúk. Predmetom ochrany je však tiež tunajšia neživá príroda, najmä zaujímavé skalné bralá, rokliny a kamenné moria na severnej strane vrchu, v oblasti tzv. Chlebských kotlov. Vrchol Chlebu je vynikajúcim vyhliadkovým bodom. Pod vrchom sa nachádza Chata pod Chlebom. Východiskom túr na Chleb je zväčša Vrátna, ktorá návštevníkom ponúka možnosť vyviezť sa až takmer pod vrchol (konkrétne do Snilovského sedla) lanovkou.

Symbolický cintorín vo Vrátnej

V malofatranských lesoch na okraji Vrátnej doliny sa ukrýva malý symbolický cintorín venovaný obetiam horských nešťastí v Malej Fatre. Pietnemu miestu s pamätnými tabuľkami v horách zahynuvších turistov, lesných pracovníkov či obyvateľov podhorských obcí, ktorí doplatili na nevyspytateľnosť divokých prírodných živlov dominuje zastrešená kamenná stena s krížom a nápisom: „Mŕtvym na pamiatku, živým na výstrahu“.

Tiesňavy

Prekrásne malofatranské údolie Tiesňavy nachádzajúce sa v katastri obce Terchová predstavuje impozantný vstup do Vrátnej doliny. Ide o úzky kaňon vytvorený riečkou Varínka, ktorý ponúka na obdiv niekoľko vodopádov, a tiež zaujímavé skalné útvary. Najznámejším z týchto útvarov je kamenný Mních, spomedzi ďalších možno spomenúť Ťavu, Krokodíla, Jánošíkovu kolkáreň či Päť furmanov. Tiesňavy sú zároveň národnou prírodnou rezerváciou. Predmetom ochrany sú okrem tunajšieho jedinečného georeliéfu vzácne a ohrozené druhy rastlín a živočíchov, napríklad orol skalný. Údolie Tiesňavy je častým východiskom túr do Vrátnej doliny, na Jánošíkove diery či vrcholy Krivánskej Malej Fatry.

Expozícia Jánošík a Terchová

V Terchovej, romantickej dedinke vklinenej medzi vrchy Malej Fatry, sa nachádza návštevnícky mimoriadne atraktívna stála výstava Považského múzea venovaná tunajšiemu najslávnejšiemu rodákovi, povestnému zbojníkovi Jurajovi Jánošíkovi. Rozsiahla a pestrá expozícia predstavuje Jánošíka ako historickú i legendárnu osobnosť, poskytujúc návštevníkovi možnosť konfrontovať reálne dejinné pozadie s mýtmi a legendami. V časti venovanej samotnej Terchovej sa možno zoznámiť s tradičným salašníctvom, ľudovým umením či architektúrou tohto čarovného kúta Slovenska.

Zrúcanina kostolíka v Zázrivej

Azda najromantickejšou pamiatkou malebnej obce Zázrivá známej ako východisko početných turistických trás do Malej Fatry je cintorínom obklopená zrúcanina starého kamenného kostolíka vypínajúca sa na svahu nad obcou. Kostolík bol postavený v 18. storočí a jeho patrónmi boli Všetci svätí. V roku 1934 ho na objednávku miestneho podnikateľa úmyselne podpálili dvaja zázrivskí občania. Po dlhoročnom chátraní, ktoré stavbu premenili na ruinu, bol v druhej dekáde 21. storočia zrekonštruovaný, zachovajúc si však i naďalej osobité čaro starobylej zrúcaniny. Kostolík je s výnimkou veže a presbytéria nezastrešený. Nachádza sa v ňom symbolický oltár, lavičky na posedenie, a tiež galéria obrázkov zachytávajúcich minulý i súčasný vzhľad pamiatky. Z kostolného areálu sa návštevníkom naskytá pekný výhľad na časť obce Zázrivá i na významné vrcholy Malej Fatry, najmä na Veľký a Malý Rozsutec a Stoh.

Oravské múzeum P. O. Hviezdoslava Dolný Kubín

Historická budova Čaplovičovej knižnice v Dolnom Kubíne je dnes sídlom Oravského múzea P. O. Hviezdoslava, ktoré tu spravuje dve zo svojich ôsmich stálych expozícií. Prvou z nich je literárna expozícia, ktorú mohli návštevníci obdivovať už v roku 1954, a vďaka ktorej je Oravské múzeum P. O. Hviezdoslava najstarším literárnym múzeom na Slovensku. Táto expozícia prezentuje život a dielo jedného z najvýznamnejších slovenských básnikov a spisovateľov, Pavla Országha Hviezdoslava. Okrem textového a obrazového materiálu tu možno vidieť originálne osobné pamiatky z Hviezdoslavovej pozostalosti – autenticky

zariadenú pracovňu a časť salónu s množstvom predmetov osobnej potreby. Expozícia Čaplovičovej knižnice zoznámi návštevníka s unikátnym knižničným fondom vzdelanca a horlivého zberateľa kníh Vavrinca Čaploviča z Jasenovej. Možno tu vidieť zaujímavé ukážky zo zbierky inkunábul – prvotlačí (najstarších tlačených diel vzniknuvších do roku 1500), historických rukopisov (zväčša latinských alebo dvojjazyčných) zo 14. – 19. storočia či starých máp zo 17. – 20. storočia. Pred budovou knižnice sa nachádza monumentálna bronzová socha P. O. Hviezdoslava v nadživotnej veľkosti.

Kubínyovský kaštieľ vo Vyšnom Kubíne

Pôvodne renesančný, neskôr klasicisticky upravený Kubínyovský kaštieľ je ozdobou malebnej oravskej obce Vyšný Kubín. Pôvabná stavba nachádzajúca sa v západnej časti obce zaujme návštevníkov najmä klasicistickou fasádou s tympanónom na rizalite a nárožnými vežami s cibuľovými baňami. Kaštieľ pochádza zo 17. storočia a – ako je zrejmé i z jeho názvu – v minulosti patril šľachtickému rodu Kubínyovcov. Verejnosti môže byť povedomý tým, že sa tu nakrúcali filmy Námestie svätej Alžbety a Cársky kuriér.

Kostol sv. Michala Archanjela vo Valaskej Dubovej

Kostol sv. Michala Archanjela vo Valaskej Dubovej je estetickou novorománskou kultúrnou pamiatkou vybudovanou v 19. storočí.

Hrad Likava

Pôvod hradu Likava je zahalený rúškom tajomstva. Nie je jasné obdobie ani objednávateľ podľa niektorých zdrojov hrad postavili templárski rytieri iní tvrdia že ho dal zhotoviť zvolenský župan Donč pred rokom 1335. Hrad mnohokrát zmenil majiteľa a jedno z násilných obsadení hradu sa uskutočnilo 21. decembra 1670. Hradný pán Štefan Tököly bol odhalený ako účastník Vešeléniho sprisahania proti Habsburgovcom. Cisár preto obsadil hrad a skonfiškoval všetok majetok. Na hrade bolo zlato drahokamy, kožušiny a iné cennosti. Povesť však hovorí, že hradný pán počas obliehania hradu zobral veľkú časť pokladu a s jedným sluhom ho zakopal v lese. Sluhovi po ukrytí pokladu odťal hlavu a sám neskôr prišiel v bitke o život. Poklad je teda ešte stále ukrytý niekde v okolí hradu. Poklad už dnes len ťažko niekto nájde, určite tu však objavíte nadhernú prírodu Chočských vrchov a pokocháte sa výhľadom na zurčiaci Váh.

Liptovské múzeum v Ružomberku

Liptovské múzeum v Ružomberku bolo založené v roku 1912 skupinou nadšencov zoskupených v Liptovskej muzeálnej spoločnosti. Pútavé expozície tohto múzea ponúkajú návštevníkovi komplexný obraz o živej i neživej prírode Liptova, o tunajších významných archeologických nálezoch a lokalitách či o histórii regiónu od najstarších čias po súčasnosť. Milovníci krásy ocenia možnosť pokochať sa skvostami umeleckohistorických pamiatok

Liptova vystavenými v expozícii sakrálneho umenia či expozícii Štefana Šovánku. Osobitú pozornosť venuje múzeum histórii výroby papiera na Slovensku a osobnosti Andreja Hlinku.

Roľnícky dom a dvor Vlkolínec

Roľnícky dom vo Vlkolínci, súčasť Liptovského múzea Ružomberok, je ľudový trojpriestorový dom s hospodárskymi stavbami ležiaci v lokalite zapísanej do zoznamu svetového kultúrneho dedičstva UNESCO. Nachádza sa v ňom expozícia dobového spôsobu života a bývania dolnoliptovskej roľníckej rodiny z prvej polovice 20. storočia. V humne objektu sa konajú príležitostné výstavy z tvorby ľudových remeselníkov a ďalších umelcov, je tu umiestnená i časť stálej expozície venovaná tradičnému poľnohospodárstvu.