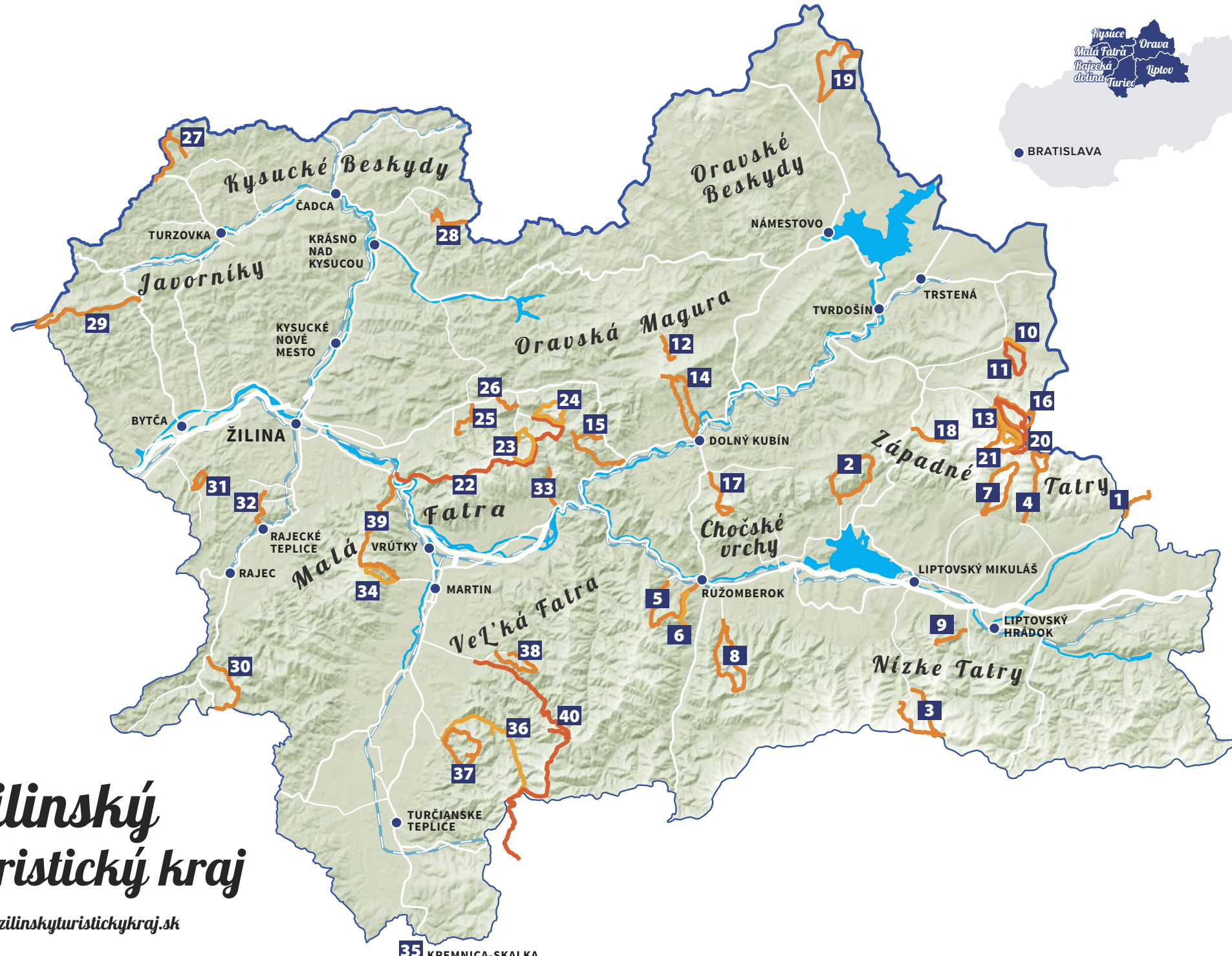




Top

Turistické trasy v Žilinskom kraji





Žilinský turistický kraj

www.zilinskyturistickykraj.sk



1 Kriváň z Troch studničiek



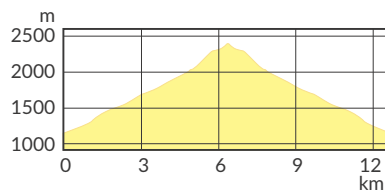
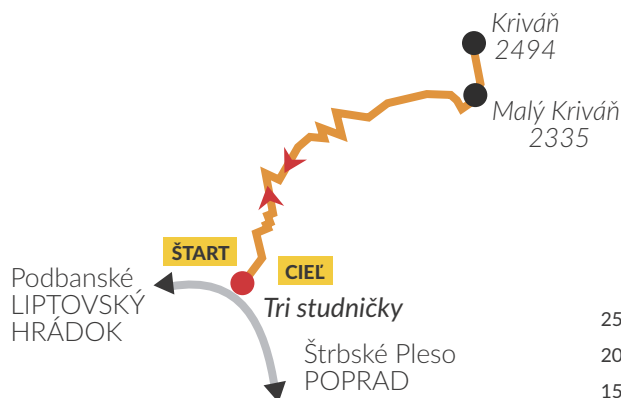
OBLASŤ: **Vysoké Tatry**
NÁROČNOSŤ: **Náročná**
DĹŽKA TRASY: **12.6 km**
TRVANIE: **6:45 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Tri studničky**
CIEĽOVÝ BOD: **Tri studničky**
PREVÝŠENIE: **1355 m**
(**stúpanie 1355 m, klesanie 1355m**)
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra**
SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11. – 15.06. chodník uzavretý**

Jedna z najatraktívnejších turistických trás Liptova, a to nie len kvôli svojej kráse, ale aj kvôli histórii. Kriváň (2494 m n.m.) je považovaný za národný symbol Slovenska a dlhé roky je naň organizovaný aj národný výstup. Samotná túra patrí medzi náročnejšie, no rozhodne stojí zato ju absolvovať.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Tri studničky, parkovisko pri bývalej Važeckej chate**
CHATA NA TRASE: **nie je, rázcestie Tri studničky – turistické prístrešky, prameň**

TRASA: Tri Studničky → Krivánsky žľab → Kriváň (2494 m n.m.) → Krivánsky žľab → Tri Studničky



2 Okruh Prosieckou a Kvačianskou dolinou



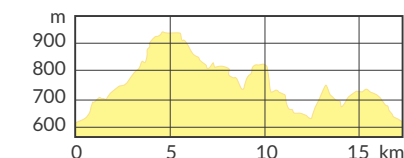
OBLASŤ: **Chočské vrchy**
NÁROČNOSŤ: **Stredne náročná**
DĹŽKA TRASY: **17.2 km**
TRVANIE: **6:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Prosiecka dolina**
CIEĽOVÝ BOD: **Prosiecka dolina**
PREVÝŠENIE: **319 m (stúpanie 695 m, klesanie 695 m)**
TYP: **Okružná túra, Pre rodiny s deťmi, Vychádzková trasa, Náučný chodník**

Nenáročná poldenná túra dvoma zaujímavými dolinami v Chočských vrchoch. Začiatok aj koniec túry je v obci Prosiek, ktorá sa nachádza severne od vodnej nádrže Liptovská Mara. Dolina je dotváraná skalnými útvarmi prepájanými ocelovými rebríkmi. Trasa zahŕňa unikátne vodné mlyny Oblazy. Ide o technickú pamiatku z 19. storočia, o ktorú sa starajú dobrovoľníci. Oblazy patria k najkrajším a pravom najnavštevovanejším pamiatkam v celom Liptove.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Liptovský Mikuláš, AS - Prosiecká oľčka**
CHATA NA TRASE: **nie**

TRASA: Prosiek → Prosiecka dolina → Červené piesky → planina Svorad → Veľké Borové → Borovianka → Oblazy → Kvačianska dolina, ústie → Prosiecka dolina → Prosiek



3 Ďumbier a Chopok z Lúčok



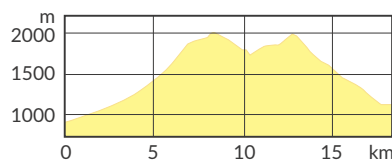
OBLASŤ: **Nízke Tatry**
 NÁROČNOSŤ: **náročná**
 DĹŽKA TRASY: **18.6 km**
 TRVANIE: **7 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Parkovisko Lúčky, Demänovská Dolina**
 CIEĽOVÝ BOD: **Mikulášska chata, Demänovská Dolina**
 PREVÝŠENIE: **1116 m (stúpanie 1411 m, klesanie 1201 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Náučný chodník**

Ďumbier je s výškou 2043 m n.m. najvyšším vrcholom Nízkych Tatier. Výstup na vrchol však nepatrí medzi najnáročnejšie. Trasa je plynulá, doplnená o úžasné výhľady na obe strany Nízkych Tatier. Liptov, Spiš, Horehronie, Západné a Vysoké Tatry či Slovenské rudohorie sú ako na dlani.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Liptovský Mikuláš, AS - Demänovská dolina, Lúčky**
 CHATA NA TRASE: **Mikulášska chata**

TRASA: Lúčky → Pod Krčahovom → Široká dolina → Široká dolné rázcestie → Krúpovo sedlo → Ďumbier (2043 m n.m.) → Demänovské sedlo → Chopok (2024 m n.m.) → Luková → Pod Orlou skalou → Mikulášska chata



4 Klin



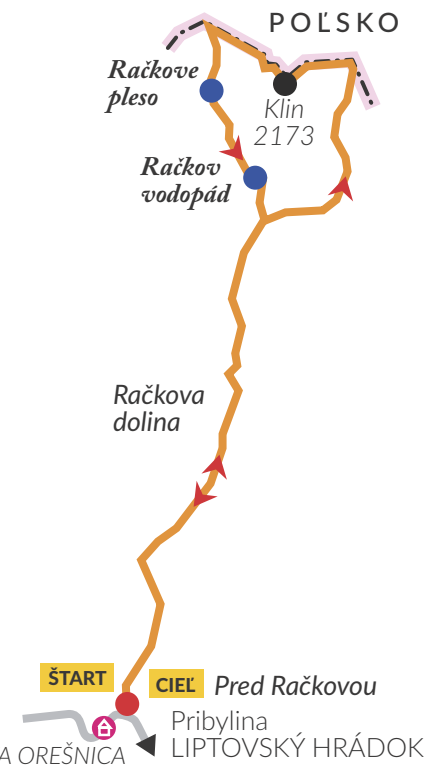
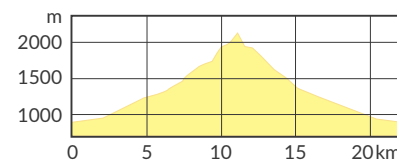
OBLASŤ: **Západné Tatry**
 NÁROČNOSŤ: **Náročná**
 DĹŽKA TRASY: **21.7 km**
 TRVANIE: **7:45 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Račkova dolina ústie**
 CIEĽOVÝ BOD: **Račkova dolina ústie**
 PREVÝŠENIE: **1278 m (stúpanie 1355 m, klesanie 1355 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Náučný chodník**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11.-15.06. časť chodníka uzavretá (od rázcestia Pod Klinom)**

Račkova dolina patrí medzi hojne navštevované doliny v Liptove. Záujmu turistov sa teší aj kvôli Múzeu liptovskej dediny, ktoré je za obcou Pribylina priamo pri hlavnej ceste a odbočke do doliny. Vyššie v doline nájdeme oblúbený autokemping Račkova dolina a niekoľko horských hotelov/penziónov. Dominantou Račkovej doliny je však Klin, vrchol s výškou 2173 m n.m. Výstup naň patrí medzi veľmi vyhľadávané, a to hlavne kvôli jeho členitosti a úžasným panoramatickým výhľadom na celý región, no tiež na unikátne Račkove plesá, popri ktorých prechádza chodník.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Pribylina,, Račkova dolina, rázc., h. Esperanto**
 CHATA NA TRASE: **Horská chata Orešnica*****

TRASA: Račkova dolina ústie → Rázcestie Jamníckej a Račkovej doliny → Pod Klinom → Gáborove sedlo → Klin (2173 m n.m.) → Račkove sedlo → Pod Klinom → Rázcestie Jamníckej a Račkovej doliny → Račkova dolina ústie



5 Ružomberok - Čutkovská dolina

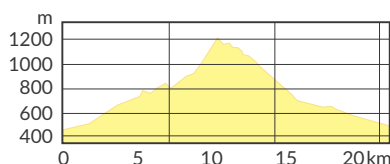


OBLASŤ: **Veľká Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **Stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **15.4 km**
 TRVANIE: **5 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Námestie Andreja Hlinku, Ružomberok**
 CIEĽOVÝ BOD: **Koliba u Dobrého pastiera, Čutkovská dolina**
 PREVÝŠENIE: **714 m (stúpanie 795 m, klesanie 760 m)**
 TYP: **Vychádzková trasa, Náučný chodník, Cesta/road, MTB**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Ružomberok, AS**
 CHATA NA TRASE: **Chata pod Kozím**

TRASA: Ružomberok (Námestie A.Hlinku) → Kalvária → Vlkolínske lúky → Malinô Brdo → Malinné (1209 m n.m.) → Sedlo pod Vtáčnikom → Chata pod Kozím → Čutkovská dolina



Čutkovská dolina patrí medzi najobľúbenejšie výletné miesta v celom regióne, a to nielen medzi obyvateľmi Liptova, ale aj zahraničnými turistami. Je to skvelé miesto na oddych a relax v prírode, ktoré vyhladávať hlavne rodiny s deťmi aj kvôli detskému zábavnému parku Obrovo. Dolina je malebná pozdĺž celej svojej dĺžky, čo ešte zvýraznil v nedávnej dobe vybudovaný Náučný chodník Známa i neznáma Čutkovská dolina, no najkrajšia jednoznačne na jej konci, pri vodnej nádrži a Kolibe u dobrého pastiera.



6 Vlkolínec z Hrabova



OBLASŤ: **Veľká Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **Nenáročná**
 DĹŽKA TRASY: **10.8 km**
 TRVANIE: **4 h**

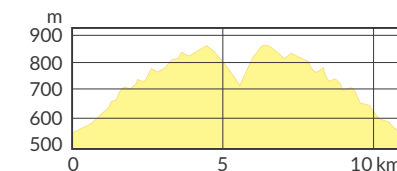
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Hrabovo, parkovisko pri nástupnej stanici lanovky**
 CIEĽOVÝ BOD: **Hrabovo, parkovisko pri nástupnej stanici lanovky**
 PREVÝŠENIE: **375 m (stúpanie 690 m, klesanie 690 m)**
 TYP: **Pre rodiny s deťmi, Vychádzková trasa, Náučný chodník**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autom na parkovisko ku nástupnej stanici lanovky**
 CHATA NA TRASE: **nie**

Nenáročná vychádzková trasa začínajúca v lokalite Hrabovo s veľmi dobrými možnosťami ubytovania a stravovania, je ideálna pre rodiny s deťmi. Nachádza sa tu nástupná stanica lanovky na Malinô Brdo, lanový park Tazánia ako aj vodná nádrž s možnosťou člnkovania. Trasa nás dovedie ku klenote celého regiónu, chránenej lokalite UNESCO – podhorskej osade Vlkolínec (720 m n.m.). Táto historická oblasť je vyhľadávaným miestom turistov z celého sveta.



TRASA: Hrabovo → Pod Kalváriou → Vlkolínske lúky → Vlkolínec (720 m n.m.) → Vlkolínske lúky → Malinô Brdo → Hrabovo



7 Baranec zo Žiarskej doliny



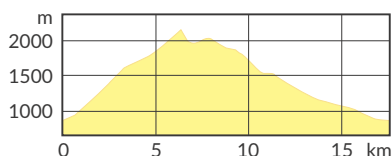
OBLASŤ: **Západné Tatry**
NÁROČNOSŤ: **Náročná**
DĹŽKA TRASY: **17.4 km**
TRVANIE: **7:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **ústie Žiarskej doliny**
CIEĽOVÝ BOD: **ústie Žiarskej doliny**
PREVÝŠENIE: **1304 m (stúpanie 1472 m, klesanie 1472 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Okružná túra, Náučný chodník**

Baranec (2184 m n.m.) je vrch vynímajúci sa nad Liptovským Mikulášom. Spolu s Kriváňom je dominantnou súčasťou panorámy mesta a neodškriepiteľne patrí aj medzi jeden z najnavštevovanejších vrcholov Západných Tatier a celého Liptova. Jedným z dôvodov je aj skutočnosť, že trasa na Baranec môže byť okruhom, doplneným o zastávku na Žiarskej chate.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Liptovský Mikuláš, AS - Žiar, Žiarska dolina**
CHATA NA TRASE: **Žiarska chata**

TRASA: Ústie Žiarskej doliny → Holý vrch → Baranec (2184 m n.m.) → Žiarske sedlo → Žiarska chata → Ústie Žiarskej doliny



8 Salatín z Ludrovej

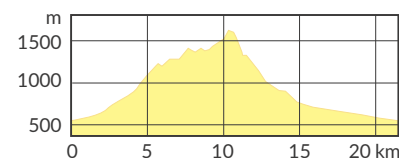


OBLASŤ: **Nízke Tatry**
NÁROČNOSŤ: **Náročná**
DĹŽKA TRASY: **21.6 km**
TRVANIE: **7 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Ludrová**
CIEĽOVÝ BOD: **Ludrová**
PREVÝŠENIE: **1037 m (stúpanie 1290 m, klesanie 1290 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Okružná túra**

Ludrová je obec neďaleko Ružomberka. Okrem gotického kostola, ktorý sa nachádza v jej katastri, je ďalším vyhľadávaným miestom návštevníkov tejto obce aj vrchol Nízkych Tatier – Salatín (1630 m n.m.). Výstup naň je okruh, aj preto je veľmi obľúbený medzi turistami.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Ružomberok, AS - Ludrová**
CHATA NA TRASE: **nie**



TRASA: Ludrová → pamätník SNP → tiesňava Hučiaky → Salatín (1630 m n.m.) → Bohúňovo → Ludrová



9 Poludnica z Liptovského Jána



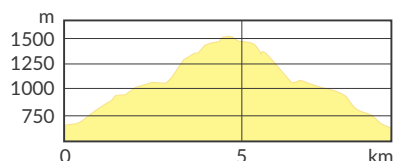
OBLASŤ: **Nízke Tatry**
 NÁROČNOSŤ: **Náročná**
 DĹŽKA TRASY: **9.2 km**
 TRVANIE: **5 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **parkovisko pred Hotelom Ďumbier, Liptovský Ján**
 CIEĽOVÝ BOD: **parkovisko pred Hotelom Ďumbier, Liptovský Ján**
 PREVÝŠENIE: **888 m (stúpanie 958 m, klesanie 958 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra**

Panoramatický výhľad z Poludnice (1549 m n.m.) je nezabudnuteľný, celý Liptov budete mať ako na dlani a pritom to nie je vôbec náročná túra.



TRASA: Liptovský Ján (autobusová zastávka/parkovisko Hotel Ďumbier) → Rakytovica sedlo → Predná Poludnica → Poludnica (1549 m n.m.) → Liptovský Ján



DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **Liptovský Mikuláš, AS - Liptovský Ján (autobusová zastávka/parkovisko Hotel Ďumbier)**
 CHATA NA TRASE: **nie**



10 Orava bez bariér - Tichá dolina v Oraviciach



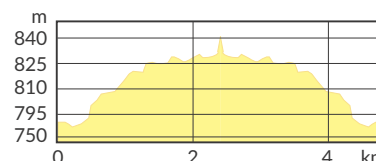
OBLASŤ: **Západné Tatry (sever)**
 NÁROČNOSŤ: **nenáročná**
prechádzka
 DĹŽKA TRASY: **4,8 km**
 TRVANIE: **2:00 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Termálne kúpalisko Oravice**
 CIEĽOVÝ BOD: **Termálne kúpalisko Oravice**
 PREVÝŠENIE: **40 m (stúpanie 60 m, klesanie 60 m)**
 POVRCH: **asfalt**
 TYP: **Vychádzková trasa, Pre imobilných, Pre rodiny s deťmi, Okružná trasa**

Tichou dolinou na severnej strane Západných Tatier vedie lesná cesta tvoriaca bezbariérovú turistickú trasu. Nenáročná prechádzka, ktorá je doporučená so sprievodom. Cesta nie je strmá. Poskytuje návštevníkom nádhernú scenériu okolitej prírody. V zimnom období je cesta vypluhovaná a ľahko prístupná, čím sa stáva vhodná aj pre zimné túry so sánkami. Dolinou preteká Tichý potok. Jeho pravý breh tvorí hranicu TANAP. Sútokom Tichého a Juráňového potoka v nadmorskej výške 828 metrov začína rieka Oravica. Turistickú prechádzku môžete spojiť s návštevou termálneho kúpaliska Oravice. Oravice sú jedinou lokalitou na Orave s prírodnou geotermálnou vodou. Teplota sírano-vápenato-horečnatej vody sa pre potreby dvoch otvorených bazénov pohybuje v rozmedzí od 34° do 38° C. Voda má priaznivé účinky na organizmus, najmä na choroby pohybového ústrojenstva, močových ciest a obličiek.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Tvrdošín, Oravice, Meanderpark**
 CHATA NA TRASE: **salaš, kde je možné kúpiť žinčicu**

TRASA: Oravice → Pod Čistým grúňom (Tichá dolina) → Pod Šatanovou → Pod Čistým grúňom (Tichá dolina) → Oravice



11 Juráňová dolina



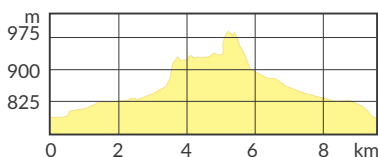
OBLASŤ: **Západné Tatry (sever) – východná časť**
 NÁROČNOSŤ: **nenáročná túra**
 DĹŽKA TRASY: **9,5 km**
 TRVANIE: **2:40 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Oravice**
 CIEĽOVÝ BOD: **Oravice**
 PREVÝŠENIE: **195 m (stúpanie 240m, klesanie 240 m)**
 TYP: **Vychádzková trasa, Pre rodiny s deťmi, Okružná túra, Pre imobilných**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11.-15.06. uzavretá časť chodníka(Bobrovecká dolina od rázcestia pod Umlrou a Tiesňavy v Juráňovej doline)**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Tvrdošín, Oravice, Meanderpark**
 CHATA NA TRASE: **salaš, kde je možné kúpiť žinčicu**

TRASA: Oravice → Pod Čistým grúňom – Pod Šatanovou (Tichá dolina) → Juráňová dolina, ústie (Tiesňavy Juráňová dolina) → sedlo Umlá (985 m n.m.) → Pod Umlrou (Bobrovecká dolina) → Pod Suchou dolinou → Oravice

Nenáročná prechádzka s krásnymi výhľadmi. Dolina je považovaná za jednu z najkrajších tiesňav na Slovensku. Potok Biela voda v nej vytvára úzky kaňon s menšími vodopádmi. Úsek Tiesňav v Juráňovej doline je atraktívny aj vďaka rebríkom, mostíkom a reťaziam na trase a je bezpečný aj pre deti. Bobrovecká dolina je dostupná nielen pre imobilných návštevníkov ale aj pre mladé rodinky s deťmi. Prístupná je aj v zimnom období po rázcestie Pod Suchou dolinou, no tiesňavy sú uzavreté. V zime je možné urobiť okruh napojením sa na žltú turistickú značku, ktorá Tiesňavy v Juráňovej doline obchádza. Bobrovecká dolina poskytuje nádherný výhľad na niektoré z vrcholov Západných Tatier. Dolina je výnimočná hlavne tým, že sa tu vyskytujú teplé pramene, ktoré zásobujú oravické termálne bazény.



12 Puchmajerovej jazierko



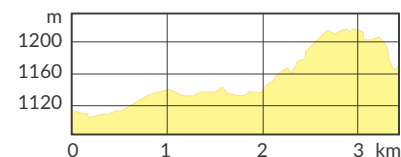
OBLASŤ: **Oravská Magura**
 NÁROČNOSŤ: **nenáročná prechádzka**
 DĹŽKA TRASY: **3,4 km**
 TRVANIE: **1:30 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Vasíľovská hoľa, Hruštín**
 CIEĽOVÝ BOD: **Vasíľovská hoľa, Hruštín**
 PREVÝŠENIE: **154 m**
 TYP: **Vychádzková trasa, Pre rodiny s deťmi, Okružná túra**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **žiadne autobusové spojenie**
 CHATA NA TRASE: **Koliba u Kuba (Ski Zábava Hruštín)**

TRASA: Vasíľovská hoľa, Hruštín → tabuľka „C zóna“ → Puchmajerovej jazierko → Vasíľovská hoľa, Hruštín

Po príchode na Vasíľovskú hoľu, kde sa nachádza aj lyžiarmi vyhľadávaný ski areál, sa treba vydať po modrej turistickej značke na vrch Minčol. V tomto úseku cesty treba dávať pozor, nakoľko na jednom zo stromov je umiestnená tabuľka s nápisom „C zóna – územie európskeho významu“. Tu treba odbočiť dolava a za pár minút sa po vychodenom chodníku dostanete k jazierku. Upozorňujeme, že vstup na toto územie môžete len v sprievode odborne spôsobilé osoby, alebo s povolením príslušného správčovského orgánu. Odmenou vám bude pohľad na krásnu čiru vodnú plochu a v nej popadané stromy.



13 Roháčske plesá



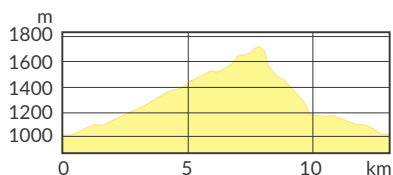
OBLASŤ: **Západné Tatry (sever) – východná časť**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **13 km**
 TRVANIE: **4:20 h.**

VÝCHODISKOVÝ/CIEĽOVÝ BOD: **Zverovka, hlavné parkovisko lyžiarskeho strediska Roháče Spálená (Pod Spálenou)**
 PREVÝŠENIE: **680 m (stúpanie 710 m, klesanie 710 m)**
 TYP: **Vrcholová túra, Vysokohorská túra, Náučný chodník, Okružná túra, Pre imobilných (po Ťatliakovu chatu)**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11.-15.06. uzáveru od Ťatliakovej chaty po Pod Predným zeleným**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Zuberec, Ťatliakova chata rázc.**
 CHATA NA TRASE: **Ťatliakova chata (otvorená len v letnej sezóne)**

TRASA: Pod Spálenou → Šindľovec, rázc. (Roháčska dolina) → Adamcuľa → Ťatliakova chata (1374 m n.m.) → Rázc. v Smutnej doline → Roháčske plesá (1720 m n.m.) → Pod Troma kopami → Pod Predným zeleným (Spálená dolina, Roháčsky vodopád) → Adamcuľa → Šindľovec, rázc. → Pod Spálenou

Roháčska dolina je ideálnym miestom na trávenie voľného času v každom ročnom období. Je vhodná aj pre rodiny s deťmi aj imobilných nakoľko po Ťatliakovu chatu vedie asfaltka. Je to nenáročná prechádzka s prevýšením 334 m v trvaní 1,5 hodiny. Miestami je trochu strmšia, čím si vyžaduje aj sprievod pre imobilných. V zimnom období je cesta takmer až do polovice apríla pod súvislou pokrývkou snehu. Tým sa stáva vhodná aj na túry na skiaploch (lyžiach so stúpacími pásmi) v závese so sánkami. V závere doliny sa nachádza Ťatliakovo pleso a chata, kde je možné sa v letnom období občerstviť. Z Ťatliakovej chaty sa dá mimo sezónnej uzávery pokračovať okolo Roháčskych plies. Trasa patrí medzi najatraktívnejšie chodníky v Roháčoch. Náučný chodník predstaví na ôsmych paneloch podrobnosti o najzaujímavejších druhoch tunajšej fauny a flóry. V Spálenej doline je možné vidieť Roháčsky vodopád, kde voda Studeného potoka padá z výšky 18 metrov.



14 Minčol (1395 m n.m.)



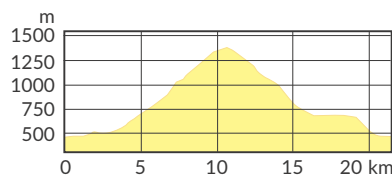
OBLASŤ: **Oravská Magura – západná časť**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná turistická trasa s pomerne veľkým prevýšením**
 DĹŽKA TRASY: **21,6 km**
 TRVANIE: **6:35 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Dolný Kubín, stanica ŽSR, zastávka SAD, parkovisko ŽSR, zastávka SAD, parkovisko**
 CIEĽOVÝ BOD: **Dolný Kubín, stanica ŽSR, zastávka SAD, parkovisko**
 PREVÝŠENIE: **917 m (stúpanie 1052 m, klesanie 1052 m)**
 TYP: **Horská túra, Vrcholová túra, Okružná túra**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Dolný Kubín, aut.st. MHD; vlaková stanica Dolný Kubín**
 CHATA NA TRASE: **Chata na Kubínskej holi, Chata Trafo, Chata Koliesko, Hotel Green**

Na túru sa nastupuje od železničnej stanice v Dolnom Kubíne. Po žltej turistickej značke prídete k studničke pod Vtáčnikom a asfaltkou na Kamenný závoz. Tu sa treba napojiť na modrú turistickú značku, ktorou sa dostanete až ku Chate na Kubínskej holi. Modrou turistickou značkou sa dostanete k Rázcestiu pri Minčole a pokračuje sa v miernom stúpaní na vrchol Minčola. Z Minčola sa vrátte ku Chate na Kubínskej holi, odkiaľ sa po zelenej turistickej značke dostanete do Dolného Kubína.

TRASA: Dolný Kubín, vlak → Kamenný závoz → Chata na Kubínskej holi → Rázcestie pri Minčole → Minčol (1395 m n.m.) → Rázc. pri Minčole → Kubínska hoľa, s. → Chata na Kubínskej holi → Koliesko, vlek → Dolný Kubín, vlak



15 Osnica (1363 m n.m.)

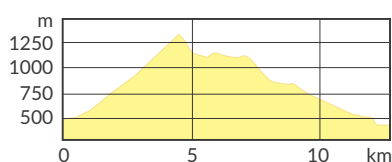


OBLASŤ: **Malá Fatra – Krivánska Fatra (východná časť)**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná túra s pomerne veľkou dĺžkou a výškovým rozdielom**
 DĹŽKA TRASY: **12,7 km (stúpanie 983 m, klesanie 1028 m)**
 TRVANIE: **5:15 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Lučivná**
 CIEĽOVÝ BOD: **Párnica, vlak**
 PREVÝŠENIE: **908 m (stúpanie 983 m, klesanie 1028 m)**
 TYP: **Horská túra, Vrcholová túra**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Párnica,,Lučivná rázc.chata; autobusová zastávka Párnica,,pri žel.st.; vlaková stanica Párnica**
 CHATA NA TRASE: **nie**

TRASA: Lučivná → Strungový príslop → Osnica (1363 m n.m.) → Strungový príslop → Párnica, vlak



Vrch Osnica sa nachádza v Krivánskej Malej Fatre, juhovýchodne od Veľkého Rozsutca. Stojac v tieni omnoho slávnejších vrcholov, predstavuje málo frekventovaný turistický cieľ vhodný najmä pre tých, ktorí obľubujú tiché, človekom príliš nenarušané miesta. Trávnatý a skvelý vyhlídkový vrchol ponúka prekrásny výhľad na okolité končiare Malej Fatry, najmä na spomínaný Veľký Rozsutec. Osnica je prístupná po značených turistických chodníkoch. Najjednoduchší výstup je z obce Párnica či zo strediska Lučivná. Túra je stredne náročná a považuje sa za veľmi peknú, prechádza lesmi i lúkami rôzneho charakteru a ponúka veľa krásnych pohľadov na okolité hory, vo vyšších polohách i výhľady do maľbných malofatranských dolín.



16 Rákoň (1876 m n.m.) - Lúčna (1653 m n.m.)



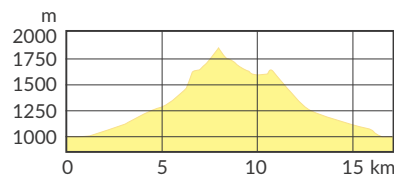
OBLASŤ: **Západné Tatry (sever) – východná časť**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná túra**
 DĹŽKA TRASY: **17,1 km**
 TRVANIE: **6 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Chata Zverovka**
 CIEĽOVÝ BOD: **Chata Zverovka**
 PREVÝŠENIE: **851 m (stúpanie 966 m, klesanie 966 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Hrebeňovka, Okružná túra**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11.-15.06. uzáveru chodníka od Ťatliakovej chaty**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Zuberec,,Zverovka chata**
 CHATA NA TRASE: **Chata Zverovka, Penzión Šindľovec, Ťatliakova chata**

Stredne náročný turistický prechod po slovensko-poľskej hranici s krásnymi výhľadmi na poľské Tatry a hrebeň Roháčov. Na vrchole Lúčnej sa nachádza kríž, pri ktorom sa každoročne koná sv. omša. Hovorí sa, že vrcholový kríž bol postavený na pamiatku tajných stretnutí opozičných Poliakov a Slovákov počas komunizmu. Kto si chce trasu predĺžiť, môže pokračovať z Lúčnej až do Sedla Osobitá a odtiaľ ku Chate Zverovka. Trasa sa predĺži tak o 2 h.

TRASA: Chata Zverovka → Zverovka, rázc. → Šindľovec, rázc. (Roháčska dolina) → Adamcuľa → Ťatliakova chata → Sedlo Zábrat → Rákoň (Dlhý Úplaz) → Lúčna, rázc. → Zadná Látaná (Látaná dolina) → Zverovka, rázc. → Chata Zverovka



17 Velký Choč (1608 m n.m.)

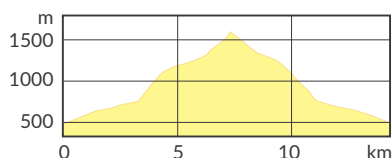


OBLASŤ: **Chočské vrchy**
NÁROČNOSŤ: **náročná túra s krásnym výhľadom**
DĹŽKA TRASY: **14,4 km**
Trvanie: **6 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Vyšný Kubín**
CIEĽOVÝ BOD: **Vyšný Kubín**
PREVÝŠENIE: **1098 m (stúpanie 1147 m, klesanie 1147 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Okružná túra**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Vyšný Kubín,,rázc.**
CHATA NA TRASE: **nie**

TRASA: Vyšný Kubín → Drapáč → Stredná poľana → Velký Choč (1608 m n.m.) → Drapáč → Vyšný Kubín



Nezameniteľná vápencová pyramída Veľkého Choča je dobre identifikovateľná nielen z celého Liptova, ale i pri pohľade z Veľkej či Malej Fatry, Nízkyh a Západných Tatier a Oravy. Je považovaný za jeden z najkrajších vrchov Slovenska, z ktorého môžeme obdivovať panoramatické výhľady na všetky svetové strany. Dominanta Chočských vrchov a Dolnej Oravy - Veľký Choč poskytuje jedny z najlepších výhľadov. Na úseku z Veľkého Choča na Drapáč sa nachádzajú reťaze, ktoré napomáhajú turistom pri zostupe. Pre zachovalé biocenózy lesných porastov až pralesového charakteru a skalný masív so zriedkavými druhmi flóry je vyhlásený za národnú prírodnú rezerváciu. Výstup na Veľký Choč je zaujímavý aj preto, že sa naň dá dostať z viacerých východiskových bodov. Túry sú možné z Vyšného Kubína, Jasenovej, ale aj Valaskej Dubovej či Lúčok. Ak si zvolíte trasu z Likavky, trasa vás povedie cez Likavský hrad, Sedlo Spuštíak, Strednú Poľanu až na Veľký Choč. Z Veľkého Choča pokračujte na Žímerovú až do obce Lúčky. Trasa má 18,8 km a zvládnuť by ste ju mohli za 7:30 h.

18 Sivý vrch (1805 m n.m.)



OBLASŤ: **Západné Tatry (sever)**
NÁROČNOSŤ: **náročná túra s reťazami**
DĹŽKA TRASY: **9,2 km**
TRVANIE: **5 h.**

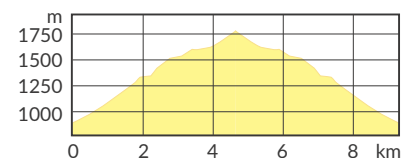
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Horáreň – Biela Skala**
CIEĽOVÝ BOD: **Horáreň – Biela Skala**
PREVÝŠENIE: **868 m (875 stúpanie, 875 klesanie)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra**
SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11. – 15.06. chodník uzavretý**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Huty,,Javorinský potok**
CHATA NA TRASE: **nie**

TRASA: Horáreň pod Bielou skalou → Pod Bielou skalou (Radové skaly) → Sivý vrch (1805 m n.m.) → Pod Bielou skalou (Radové skaly) → Horáreň pod Bielou skalou



Národná prírodná rezervácia s vyvinutým vysokohorským krasom, s charakteristickým skalným mesom, bralnými formami a priepastou. Nájde tu mimoriadne bohatú vápnomilnú flóru. Niektoré časti sú zaistené reťazami. Zaujímavá trasa sa ťahne cez Radové skaly s množstvom skalných veží a rôznorodých skalných útvarov pripomínajúcich postavy. Sivý vrch je súčasťou Západných Tatier, pričom je dostupný aj z oblasti Hút, aj z Bobrovca. Túra naň patrí medzi náročnejšie, no rozhodne je jednou z najkrajších. Hlavne výhľady na Liptov a Oravu stoja zato. Ak si zvolíte výstup z liptovskej strany, trasa začína v Bobroveckej vápenici, pokračuje Pod Babkami a v Sedle Predovratie sa zelenou značkou dostanete až na Sivý vrch. Cestou späť zvolte trasu cez Babky. Prejsť tento okruh trvá približne 7 h.



19 Babia hora (1723 m n.m.)

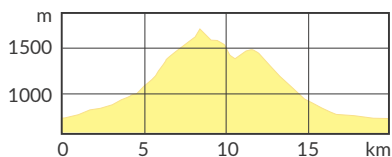


OBLASŤ: **Oravské Beskydy**
 NÁROČNOSŤ: **Náročná túra s prevýšením takmer 1000 m**
 DĹŽKA TRASY: **19,8 km**
 TRVANIE: **6:50 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Oravská Polhora – Slaná voda**
 CIEĽOVÝ BOD: **Oravská Polhora – Slaná voda**
 PREVÝŠENIE: **973 m (stúpanie 1119 m, klesanie 1119 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Okružná túra**

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Oravská Polhora, „Jednota“**
 CHATA NA TRASE: **Chata Slaná voda**

Pomerne náročná túra s takmer tisícmetrovým prevýšením. S výstupom do vysokohorského prostredia nad hornú hranicu lesa sú spojené viaceré riziká, ako napríklad extrémne poveternostné podmienky, zhoršená viditeľnosť a s tým spojená možnosť zabúdenia. Túra ponúka zážitky z výstupu na najvyšší vrch Vonkajších Západných Karpát. Babia hora je výnimočná fantastickým kruhovým výhľadom, ktorý zahŕňa prakticky celú časť Oravy, Malej Fatry, Tatry a veľkú časť poľských Beskyd. Trasa väčšinou vedie po lesných cestách a chodníkoch. Len vrcholový úsek pod Babou horou prechádza po chodníku v pásme kosodreviny a horských lúk. Oblasť Slaná voda je charakteristická tým, že sa tu nachádzajú jedinečné pramene jódo-brómovej liečivej vody, ktoré sa v minulosti využívali na liečenie niektorých chorôb, ako napr. struma, tuberkulóza, rôzne kožné choroby a iné.



TRASA: Slaná voda → Paseky → Hviezdoslavova horáreň → Babia hora (1723 m n.m.) → Brána (Brona, przel.) → Malá Babia hora → Borsučie → Pod Borkom → Vonžovec → Slaná voda

20 Ostrý Roháč (2088 m n.m.)

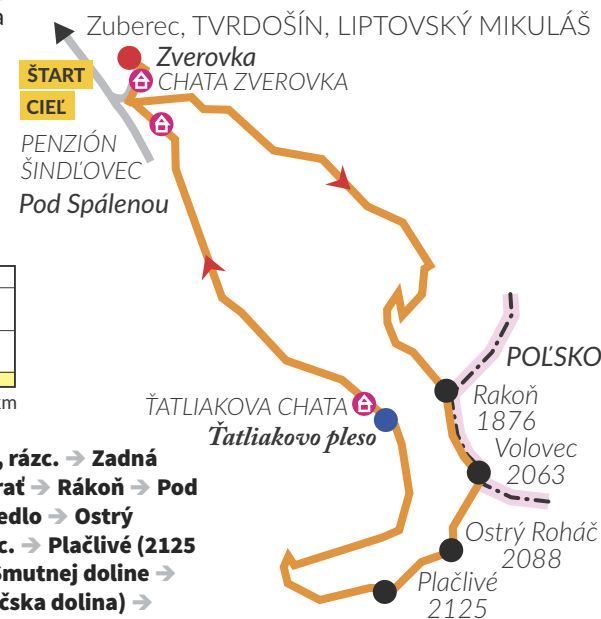
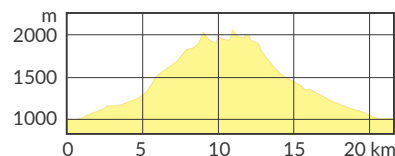


OBLASŤ: **Západné Tatry (sever) – východná časť**
 NÁROČNOSŤ: **veľmi náročná vysokohorská túra s veľkým prevýšením a exponovanými úsekmi zabezpečenými umelými technickými pomôckami**
 DĹŽKA TRASY: **21,5 km**
 TRVANIE: **9:25 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Chata Zverovka**
 CIEĽOVÝ BOD: **Chata Zverovka**
 PREVÝŠENIE: **1060 m (stúpanie 1527 m, klesanie 1527 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Hrebeňovka, Okružná túra**

SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11. - 15.06.**
veľká časť trasy uzatvorená
 DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Zuberec, „Zverovka chata; autobusová zastávka Zuberec, „Ľatliakova chata rázc.“**
 CHATA NA TRASE: **Ľatliakova chata**

Výstup na najkrajšie horské dvojčatá Roháčov pripomínajúce čertove rohy. Ostrý Roháč – charakteristický a veľmi zaujímavý dvojvrcholový končiar. Podľa neho je aj označená celá geografická časť Roháče. Trasa je plná nádherných výhľadov aj exponovaných miest, ktoré sa dajú zvládnuť s pomocou reťazí. Hrebeňovka medzi Volovcom a Smutným sedlom má miestami takmer horolezecký nádych. Túra prechádzajúca cez Ostrý Roháč a Plačlivé patrí k vrcholným turistickým atraktivitám na Slovensku. Zahŕňa v sebe to najkrajšie z bohatej turistickej ponuky Roháčov. Túra je vhodná len za dobrého počasia.



TRASA: Chata Zverovka → Zverovka, rázc. → Zadná Látna (Látna dolina) → Sedlo Zábrať → Rakoň → Pod Woľowcem → Volovec → Jamnícke sedlo → Ostrý Roháč (2088 m n.m.) → Plačlivé, rázc. → Plačlivé (2125 m n.m.) → Smutné sedlo → Rázc. v Smutnej doline → Ľatliakova chata → Adamcuľa (Roháčska dolina) → Šindľovec, rázc. → Zverovka, rázc. → Chata Zverovka

21 Tri kopy (2136 m n.m.) a Baníkov (2178 m n.m.)

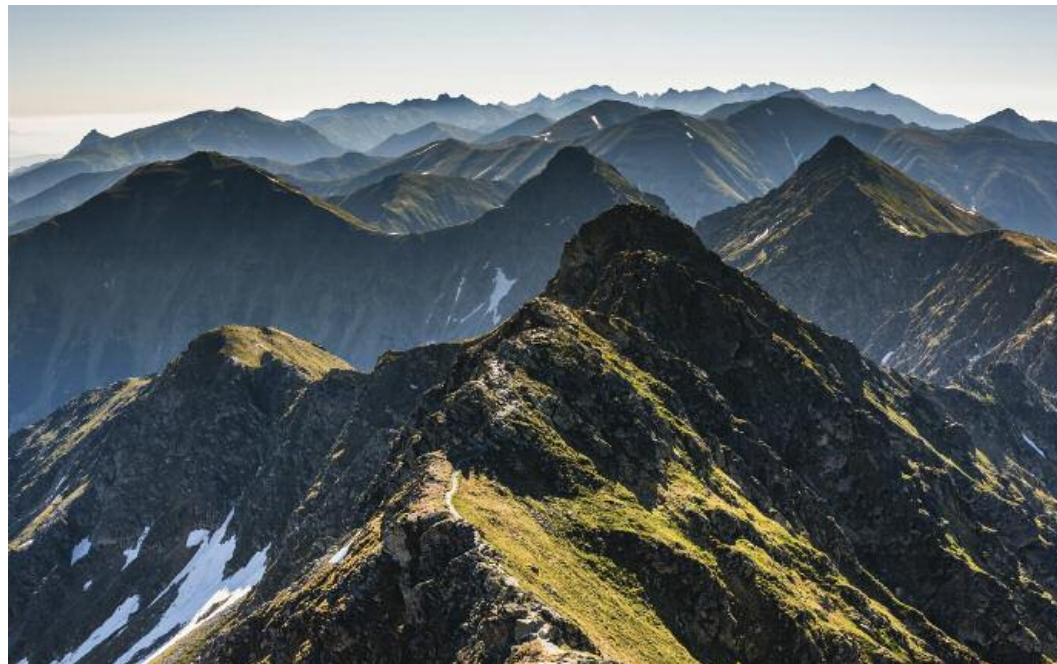


OBLASŤ: **Západné Tatry (sever) – východná časť**
NÁROČNOSŤ: **Veľmi náročná vysokohorská túra s veľkým prevýšením**
DĹŽKA TRASY: **17,4 km**
TRVANIE: **9:00 h.**

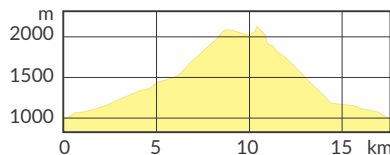
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Zverovka – LS Roháče Spálená (Pod Spálenou)**
CIEĽOVÝ BOD: **Zverovka – LS Roháče Spálená (Pod Spálenou)**
PREVÝŠENIE: **1138 m (stúpanie 1348 m, klesanie 1348 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Hrebeňovka, Okružná túra**

Náročný a exponovaný prechod, na ktorom sú obťažnejšie miesta zabezpečené reťazami. Túra sa neodporúča absolvovať v zlom počasí. Vrch Baníkov a Tri kopy ležia na hlavnom hrebeni Roháčov odkiaľ je nádherný a široký výhľad. Túra je zaujímavá svojimi exponovanými časťami, čo ju robí najťažšiu trasou v Roháčoch.

SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.11. - 15.06.**
veľká časť trasy uzatvorená
DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Zuberec, Ťatliakova chata rázcestie**
CHATA NA TRASE: **Ťatliakova chata, Penzión Šindľovec**



TRASA: Pod Spálenou → Šindľovec, rázc. (Roháčska dolina) → Adamcuľa → Ťatliakova chata → Rázc. v Smutnej doline (Smutná dolina) → Smutné sedlo → Tri kopy (2136 m n.m.) → Hrubá kopa (2166 m n.m.) → Baníkov (2178 m n.m.) → Baníkovské sedlo → Pod Hrubou kopou → Pod Predným zeleným → (Roháčsky vodopád) → Adamcuľa (Roháčska dolina) → Pod Spálenou



Tri Kopy je obľúbený cieľ turistov počas babieho leta - obdobia stáleho teplého počasia, niekedy nazývaného vysokohorské leto. Dôležitým predpokladom príjemného výletu je dobré počasie. Preto v mesiacoch jún, júl a v prvej polovici augusta nie je túra do Roháčov bezpečná. Búrky, prípadne náhle zmeny počasia (hmla) sa tu vyskytujú prakticky každý deň. Ak sa tu predsa len chcete vydať je vhodné túru naplánovať tak aby ste do 12:00 h boli už na spiatkovej ceste a pod hornou hranicou lesa. Strata chodníka v hmle prípadne blesky bývajú príčinou tragédií každé leto v Tatrách.

Pre výstup na Tri Kopy a Baníkov máte viacero východísk. Okrem Oravskej trasy je obľúbená aj Liptovská trasa začínajúca v Žiarskej doline, ktorá pokračuje cez Smutné sedlo - Tri Kopy - Baníkov až naspäť do Žiarskej doliny. Táto trasa má dĺžku 19,6 km a trvá 9:30 h.



22 Prechod Krivánskej Malej Fatry



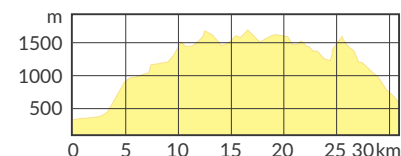
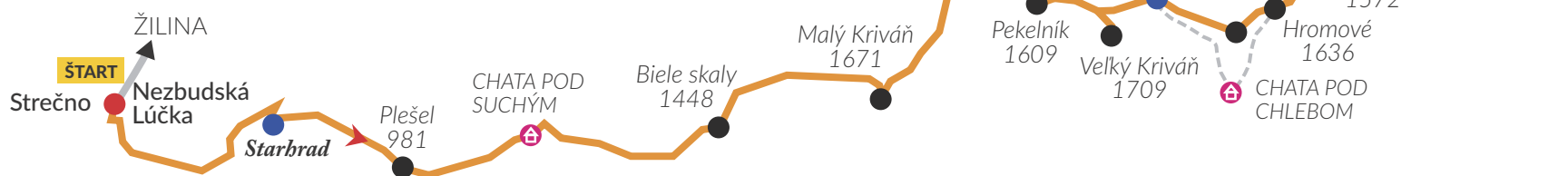
OBLASŤ: **Malá Fatra**
NÁROČNOSŤ: **náročná a dlhá trasa s veľkým prevýšením**
DĹŽKA TRASY: **31 km**
TRVANIE: **12,5 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Nezbudská Lúčka**
CIEĽOVÝ BOD: **Štefanová (parkovisko)**
PREVÝŠENIE: **1354 m (stúpanie 2355 m, klesanie 2080)**
TYP: **Vysokohorská túra, Vrcholová túra, Hrebeňovka**

Náročná hrebeňová túra svojou dĺžkou a výškovým rozdielom. Veľmi strmý je už úvodný výstup k Chate pod Suchým a neskôr na Suchý. Úsek medzi Suchým a sedlom Priehyb patrí k najkrajším častiam malofatranskej hrebeňovej túry. Napriek technickej náročnosti chôdze po úzkom chodníku, ktorý vedie pomedzi skalnaté útvary vypínajúce sa nad strmými svahmi, ponúka z turistického hľadiska takmer všetko.

Od Suchého po hornú stanicu lanovky pod Snilovským sedlom pokračuje v hôlnom pásme, len miestami prechádza cez hustý porast kosodreviny. Ak sa chcete zastaviť na Chate pod Chlebom, je potrebné absolvovať mierne strmý zostup k chate. Orientačne je trasa prehľadná, vo vrcholových hôlnych partiách orientáciu uľahčuje tyčové značkovanie. Hrebeňovú túru odporúčame absolvovať len za vhodného počasia. Trasu odporúčame rozdeliť na dva dni s prespaním na Chate pod Suchým alebo na Chate pod Chlebom. Z Chaty pod Chlebom pokračujete smerom na Poludňový Grúň, Stoh a zo Stohu do sedla Medziholie a odtiaľ už len kúsok do Štefanovej.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východiskový bod: vlaková stanica Strečno, autobusová zastávka Nezbudská Lúčka, konečná; cieľový bod: autobusová zastávka Terchová, Vrátna Štefanová**
CHATA NA TRASE: **Chata pod Suchým, Chata pod Chlebom, Chata na Grúni**



TRASA: **Nezbudská Lúčka → Podhradské → Chata pod Suchým → Javorina → Príslop pod Suchým → Sedlo Vrátna → Sedlo Priehyb → Malý Kriváň (1671 m n.m.) → Sedlo Bublen → Veľký Kriváň, hrana → Veľký Kriváň (1709 m n.m.) → Veľký Kriváň, hrana → Snilovské sedlo → Chleba (1647 m n.m.) → Sedlo za Hromovým → (*ku chate: Kopiská → Chata pod Chlebom) → Poludňový grúň (1445 m n.m.) → Chrbát Stohu - Stoh (1607 m n.m.) → Sedlo Medziholie → Štefanová**

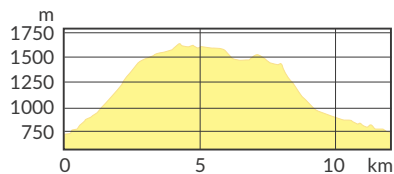
23 Túra na Chleb a Poludňový Grúň



OBLASŤ: **Malá Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **náročná a namáhavá trasa s veľkým výškovým rozdielom**
 DĹŽKA TRASY: **12 km**
 TRVANIE: **6 h.**

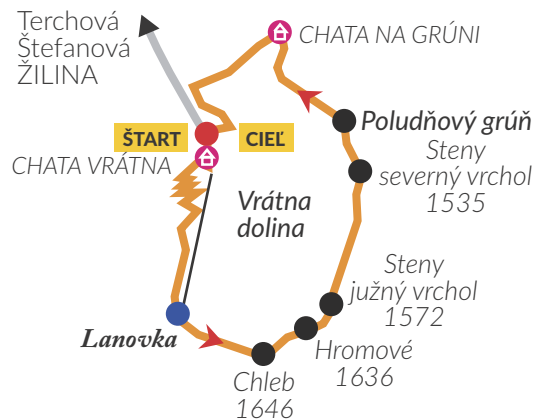
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Chata Vrátna, parkovisko**
 CIEĽOVÝ BOD: **Chata Vrátna**
 PREVÝŠENIE: **897 m (stúpanie 1017 m, klesanie 1017 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Hrebeňovka, Okružná trasa**

Túra na Chleb (1647 m n.m.) a Poludňový Grúň (1459 m n.m.) vedie po hrebeni Kriváňskej Malej Fatry s výhľadmi na okolité vrcholy Veľký Rozsutec, Veľký Fatranský Kriváň. Vedie po nezalesnenom hrebeni s výhľadom na turčiansku aj žilinskú stranu, s úsekmi vysokohorského charakteru. Nástup na túru môžete začať z výstupnej stanice kabínovej lanovky Chleb, prípadne z parkoviska pri chate Vrátnej. Na trase od Snilovského sedla po vrchol Poludňového Grúňa prejdete úsek s malým výškovým rozdielom. Asi najťažší úsek je z vrcholu Poludňového Grúňa ku chate na Grúni, kde je potrebné prekonať prudké klesanie cca 500 výškových metrov na dĺžke 1,5 km. Orientačne je trasa prehľadná, vo vrcholových hôlnych partiách orientáciu uľahčuje tyčové značkovanie. Hrebeňovú túru odporúčame absolvovať len za vhodného počasia.



DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Terchová, Vrátna**
 CHATA NA TRASE: **Chata Vrátna, Chata na Grúni**

TRASA: Chata Vrátna (alebo lanovka) → Snilovské sedlo → Chleb → Sedlo za Hromovým → Poludňový Grúň → Chata na Grúni → Chata Vrátna (lanovka)



24 Túra na Veľký Rozsutec



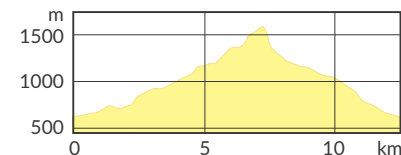
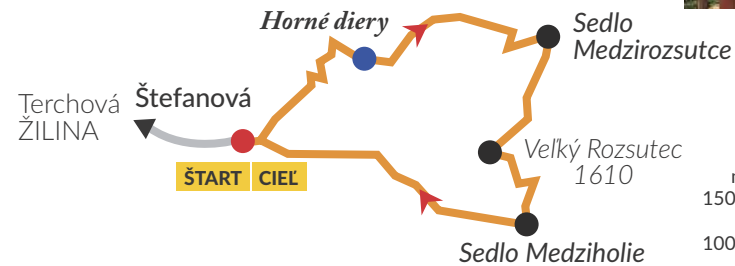
OBLASŤ: **Malá Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **veľmi náročná**
 DĹŽKA TRASY: **12,5 km**
 TRVANIE: **6,5 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Štefanová, parkovisko**
 CIEĽOVÝ BOD: **Štefanová, parkovisko**
 PREVÝŠENIE: **980 m (stúpanie 1055 m, klesanie 1055 m)**
 TYP: **Vysokohorská túra, Okružná trasa**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 01.03.-15.06. uzavretá väčšia časť chodníka (Horné diery, Veľký Rozsutec)**

Náročná a ťažká túra na Veľký Rozsutec, ktorá vedie cez Národnú prírodnú rezerváciu vyhlásenú v r. 1967 s aktualizáciou v r. 1986. Na trase je potrebné prekonať veľký výškový rozdiel. Vo vrcholovej časti treba pozorne sledovať značkovanie, ostatné úseky sú orientačne nenáročné. Prvá časť túry z osady Štefanová na Podžiar vedie po trase náučného chodníka. Vo vrcholových partiách sa môžu veľmi nebezpečné úseky vyskytnúť najmä v období jarneho, resp. jesenného namrzania. Vyskytujú sa tu endemické, vzácne a zriedkavé druhy flóry a fauny. Niektoré rastlinné spoločenstvá sú v rámci Slovenska unikátne. Žije tu asi 2000 druhov živočíchov, takmer všetky druhy chránených rastlín SR. Prechod cez Horné diery je spestrený železnými rebríkmi a mostíkmi. Z Medziholia na Veľký Rozsutec sú exponované úseky zabezpečené reťazami.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Terchová, Vrátna Štefanová**
 CHATA NA TRASE: **nie, chaty sa nachádzajú len v Štefanovej**

TRASA: Štefanová → Vrchpodžiar, s. → Podžiar (cez Horné diery) → Pod Pálenicou → Pod Tanečnicou → Sedlo Medzirozsutce → Veľký Rozsutec (1610 m n.m.) → Sedlo Medziholie → Štefanová



25 Belské skaly / Belianske skaly



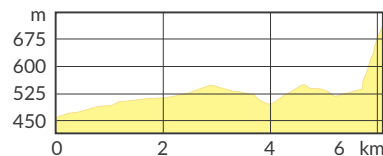
OBLASŤ: **Malá Fatra**
NÁROČNOSŤ: **nenáročná**
DĹŽKA TRASY: **6,1 km**
TRVANIE: **2 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Bránica rázcestie alebo obec Belá**
CIEĽOVÝ BOD: **Belské skaly**
PREVÝŠENIE: **263 m (stúpanie 368 m, klesanie 105 m)**
TYP: **Vychádzková trasa v hornej časti s exponovaným terénom**

Belské skaly sú vyhľadávanou lokalitou pre skalolezcov nad obcou Belá v Malej Fatre. V Belej odbočíte z hlavnej cesty smerom k hrebeňu Malej Fatry a Belianskou dolinou popri rovnomennom potoku prídete na koniec obce. Odtiaľ ešte niekoľko stovák metrov a nastúpite na žltú značku smerom k Belským skalám. Krátkym, ale ostrým výstupom sa dostanete k Belským skalám. Značený chodník Vás dovedie na tri zabezpečené vyhlídky s krásnymi výhľadmi do okolia. Strmé časti na najvyššej vyhládke sú zabezpečené stúpačkami i reťazami.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Belá,,Bránica**
CHATA NA TRASE: **nie je**

TRASA: Belá, Bránica rázcestie → Malá Bránica → Belianska dolina → Belské skaly/Belianske skaly



26 Zbojnický chodník



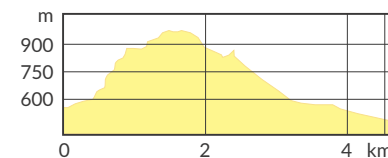
OBLASŤ: **Malá Fatra**
NÁROČNOSŤ: **stredne ťažká**
DĹŽKA TRASY: **4,6 km**
TRVANIE: **3 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Tiesňavy, Terchová**
CIEĽOVÝ BOD: **Vyšné Kamence alebo Terchová**
PREVÝŠENIE: **510 m (stúpanie 495 m, klesanie 580 m)**
TYP: **turistická trasa v exponovanom teréne**
SEZÓNNA UZÁVERA: **od 1.3. - 15.6. uzatvorený úsek Malé nočlahy – Obšivanka**

Chodník sa začína v Tiesňavách (567 m n. m.) po modrej turistickej značke. Na začiatku je náročný s veľmi prudkým stúpaním, a preto na niektorých úsekoch radšej využite reťaze, upevnené v skale. Po modrej značke pôjdete asi 1:45 hod. na Malé Nočlahy (1000 m n. m.). Celou cestou sa Vám ponúkajú nádherné výhľady na hrebeň Malej Fatry a Tiesňavy z výšky nadobúdajú úplne iný rozmer. Z Malých Nočlahov pokračujte po modrej značke do jednej z najkrajších dolín Obšivanka (600 m n. m.), ktorá je zaujímavá tým, že je tu výrazná klimatická inverzia a najnižší prirodzený výskyt kosodreviny. Turistický chodník pokračuje do osady Podolina a končí na hlavnej ceste Vyšné Kamence (490 m n. m.) alebo pri rázcestníku prejdite na žltú značku smer Oravcové. Je to malý kopec, týčiaci sa nad Terchovou, s pekným výhľadom a pokojným prostredím. Zostup do Terchovej absolvujte po Krížovej ceste, ktorá sa tu nachádza.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východiskový bod: Terchová,,Vrátnianska cesta; cieľový bod: Terchová,,Vyšné Kamence**
CHATA NA TRASE: **nie je**

TRASA: Tiesňavy → Malé nočlahy (1000 m n. m.) → Obšivanka → Podolina → Vyšné Kamence alebo Terchová



27 Na Biely Kríž z Klokočova



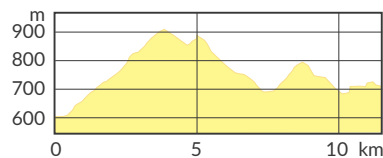
OBLASŤ: **Turzovská vrchovina**
 NÁROČNOSŤ: **nenáročná**
 DĹŽKA TRASY: **11,4 km**
 TRVANIE: **3:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Klokočov, Vrchpredmier**
 CIEĽOVÝ BOD: **Klokočov, Konečná**
 PREVÝŠENIE: **295 m (stúpanie 575 m, klesanie 450 m)**
 TYP: **Vychádzková túra, Pre rodiny s deťmi**

Nenáročná trasa prechádza česko-slovenským pomedzím a v zimnom období ním vedie upravovaná lyžiarska bežecká stopa až na Lysú Horu. V lokalite sa dá platiť českými korunami i eurami. Najväčšiu slávu zažil Biely Kríž po vojne, kedy sa stal centrom odborárskej rekreácie, dnes je obľúbeným miestom, na ktorom sa stretávajú českí a slovenskí turisti.

Pri návšteve nevynechajte kaplnku zasvätenú sv. Cyrilovi a Metodovi a experimentálne ekologické pracovisko, v ktorom sa skúma, aký vplyv má meniace sa ovzdušie a skleníkové plyny na rastliny. Okrem iného sa tu napríklad dozviete, že 36 miestnych smrekov vyprodukuje kyslík pre jedného človeka na rok. Na Bielom Kríži je aj trojmedzie Sliezska, Moravy a Slovenska. Ďalšou zo zaujímavostí sú Klokočovské rašeliniská, ktoré sú zapísané do národného zoznamu území európskeho významu. V Klokočove sa nachádza až 12 takýchto lokalít.

TRASA: Klokočov, Vrchpredmier → Súľov, št. hr. → Biely Kríž/Bílý Kríž → Súľov, št. hr. → Horská chata Dorožanka → Klokočov, Konečná, št. hr.



DOSTUPNOSŤ: **prístup autobusom z Turzovky/Čadce, autobusová zastávka vo východiskovom bode: Klokočov, Vrchpredmier, Pavlík; zastávka v cieľovom bode: Klokočov, Konečná Baraní**
 CHATY NA TRASE: **Horská chata Sulov (CZ), Horská chata Dorožanka (CZ)**



28 Na najvyšší vrchol Kysúc - Veľkú Raču



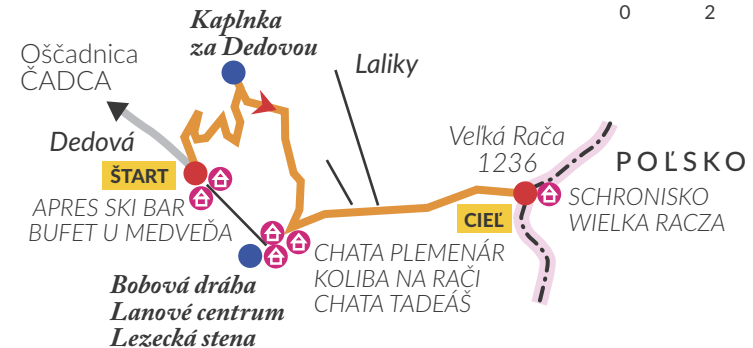
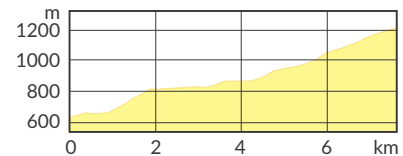
OBLASŤ: **Kysucké Beskydy**
 NÁROČNOSŤ: **stredná**
 DĹŽKA TRASY: **7,6 km**
 TRVANIE: **2:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **parkovisko Dedovka Veľká Rača Oščadnica**
 CIEĽOVÝ BOD: **Veľká Rača - vrchol (1236 m n. m.)**
 PREVÝŠENIE: **601 m (stúpanie 630 m, klesanie 35 m)**
 TYP: **Vrcholová túra, Pre rodiny s deťmi**

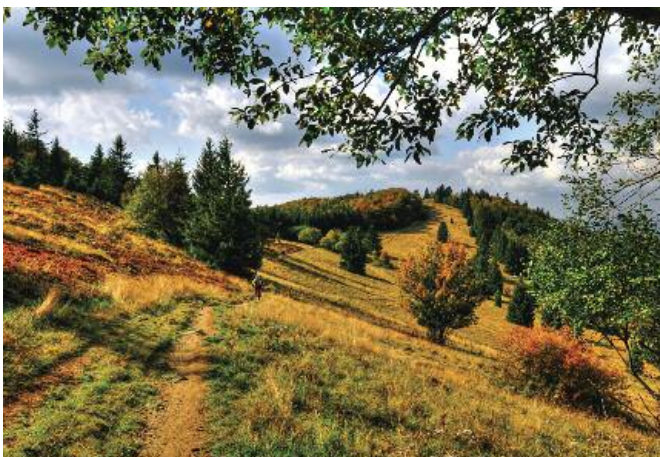
Veľká Rača, najvyšší vrchol regiónu Kysuce s nadmorskou výškou 1236 m n. m., sa nachádza v Kysuckých Beskydách a je dobre dostupný viacerými značkovanými turistickými chodníkmi zo slovenskej i poľskej strany. V prípade pekného počasia je z turistickej vyhladky na jej vrchole možné vidieť Babiú Horu, Roháče i Nízke Tatry. V zime je Veľká Rača dostupná pre bežkárov a skialpinistov. Trasu je možné skrátiť lanovkou lyžiarskeho strediska Snowparadise Veľká Rača Oščadnica, ktorá vedie z parkoviska v Dedovke na jej vrchol. Tu sa nachádza aj najdlhšia bobová dráha v strednej Európe. Odtiaľto je to po hrebeni už len hodinka chôdze. Skalné diery po trase a vrcholová vyhladka na Veľkej Rači potešia každého turistu. Ak sa však rozhodnete vyšliapať si to na vrchol Dedovky po vlastných nohách, cestu vám spríjemnia kaplnky za Dedovou a sv. Tadeáša.

DOSTUPNOSŤ: **autobusová zastávka Oščadnica, Dedovka Veľká Rača, parkovisko**
 CHATY NA TRASE: **Chata Plemenár, Chata Tadeáš Veľká Rača, Schronisko Wielka Racza (PL), Bufet u Medveďa, Apres Ski bar v Dedovke**

TRASA: Oščadnica, Dedovka → Príslop (Kaplnka za Dedovou) → Pod Hladkou → Chaty na Rači, rázč. → Veľká Rača



29 Na najvyšší vrch Javorníkov - Velký Javorník



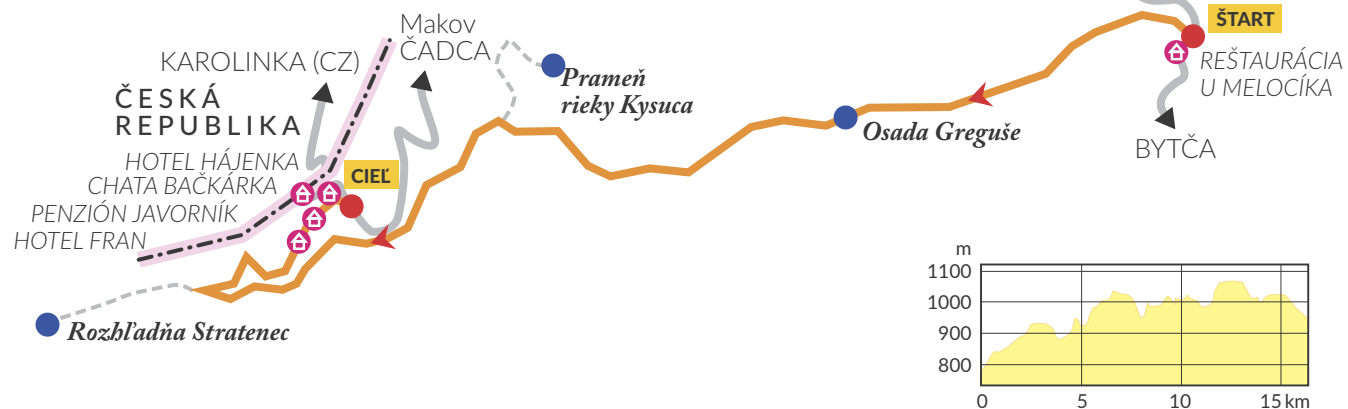
OBLASŤ: **Javorníky**
NÁROČNOSŤ: **stredná**
DĹŽKA TRASY: **16,3 km**
TRVANIE: **4:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Reštaurácia u Melocíka, Kolárovice**
CIEĽOVÝ BOD: **Rekreačná oblasť Makov, Kasárne**
PREVÝŠENIE: **270 m (stúpanie 600 m, klesanie 435 m)**
TYP: **Hrebeňovka, Vrcholová túra**

Jedna z najobľúbenejších trás vedie hrebeňom Javorníkov na ich najvyšší vrchol – Veľký Javorník a ponúka viacero variant zostupov s ohľadom na výkonnosť a preferencie turistov. V zimnom období je trasa strojovo upravovaná na bežky v rámci Beskydsko - Javorníckej lyžiarskej bežeckej magistrály. Výhodou trasy je príjemný a nenáročný terén bez výrazného prevýšenia, ktorý vedie striedavo lúkami, smrekovým lesom a rúbaniskami.

TRASA: Melocík → Pod Čerenkou → Osada Greguše → Nad Zápačou → Sedlo pod Hričovcom → Butorky → Veľký Javorník, s. → Veľký Javorník (1071 m n. m.) → Sedlo Gežov → Makov, Kasárne

DOSTUPNOSŤ: **autobusová zastávka Kolárovice, Javorník pri východiskovom bode, z cieľového bodu Makov - Kasárne nie je autobusové spojenie, k najbližšej zastávke (Makov, Kopanice) je to 5 km po asfaltovej ceste**
CHATY NA TRASE: **Reštaurácia u Melocíka, Penzión Javorník, Chata Bačkárka, Hotel Fran, Horský hotel Hájenka**



Z vrcholu Čerenky, kde končí vlek makovského lyžiarskeho strediska SKI Makov, je možné vidieť na jednej strane Lúčanskú aj Fatranskú Malú Fatru a na tej opačnej Moravsko-sliezske Beskydy s Lysou horou a Smrkom. Trasa je spestrená umeleckými dielami v rámci Galérie v prírode a vedie cez Osadu Greguše, ktorá je známa krásnymi pôvodnými chalupami a zvonickou. Zo Sedla Gežov môžete pokračovať po červenej značke a dostanete sa k rozhľadni na Stratenci.



30 Túra na Klák

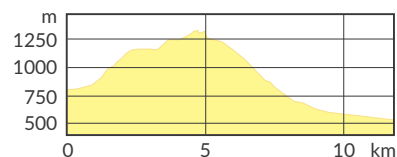


OBLASŤ: **Lúčanská Malá Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **náročná**
 DĹŽKA TRASY: **11,7 km**
 TRVANIE: **4:30 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Fačkovské sedlo**
 CIEĽOVÝ BOD: **Fačkov**
 PREVÝŠENIE: **812 m (stúpanie 620 m, klesanie 882 m)**
 TYP: **Vrcholová túra, Horská turistika**

Trasa spájajúca Fačkovské sedlo s osobitým vrchom Malej Fatry - Klákom, z ktorého je nádherný výhľad do celého okolia. Vede striedavo lúkami a lesom po dobrom vychodenom chodníku. Pod vrcholom Kláku sa nachádzajú základy bývalej chaty. Pomerne náročnou časťou túry je výstup na Revánske sedlo, nakoľko v období dažďov je ťažšie schodný a miestami orientačne náročný. Z Kláku strmý zostup chodníkom serpentínami lesov bez výhľadov do doliny, kde po poľnej ceste prídeme do obce Fačkov. Poldenná, namáhavá túra s veľkým výškovým prevýšením.

TRASA: Fačkovské sedlo → Staré cesty → Pod skalou → Klák (1351 m n.m.) → Pod Klákom → Malý Klák → Fačkov



DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východisko - autobusová zastávka Kľačno, Fačkovské sedlo; cieľ - autobusová zastávka Fačkov, obchodné stredisko CHATA NA TRASE: na začiatku trasy reštaurácia Salaš Klák**



31 Náučný chodník Súľovské skaly



OBLASŤ: **Súľovské vrchy**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **4,2 km**
 TRVANIE: **2:00 h**

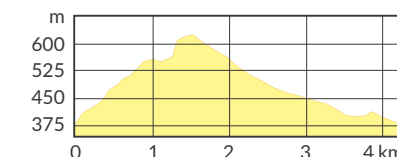
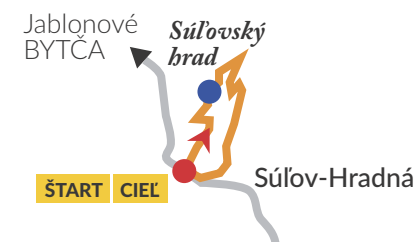
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Súľov, parkovisko**
 CIEĽOVÝ BOD: **Súľov, parkovisko**
 PREVÝŠENIE: **275 m (stúpanie 305 m, klesanie 305 m)**
 TYP: **Náučný chodník, Okružná túra, Horská turistika**

Náučný chodník Súľovskými skalami je najpopulárnejšou trasou v Súľovských vrchoch. Cez víkend v letnej sezóne a počas sviatkov ich navštívi pomerne veľké množstvo turistov. Na trase sa nachádzajú zaujímavosti ako Gotická brána, niekoľko vyhliadok do okolitých dolín a tiež zrúcanina Súľovského hradu. Náučný chodník je priechodný oboma smermi, ale krajšia trasa je smerom hore po zelenej z parkoviska pod skalami a zostup cez Lúku pod hradom. Väčšina zaujímavostí a vyhliadok sa totiž nachádza na zelenej trase medzi parkoviskom a hradom a ich postupné odkrytie spríjemňuje samotný výstup. Niektoré úseky trasy sú zabezpečené reťazami.



DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východisko i cieľ - autobusová zastávka Súľov - Hradná, Súľov, turist. nocľah. CHATA NA TRASE: nie**

TRASA: Súľov parkovisko → Gotická brána → Súľovský hrad (635 m n.m.) - Lúka pod hradom → Lúka pri Kamennom hríbe → Súľov parkovisko



32 Z Rajeckých Teplíc na Lietavský hrad



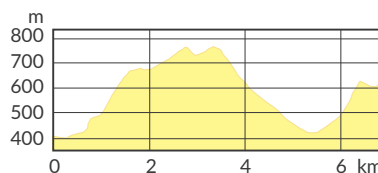
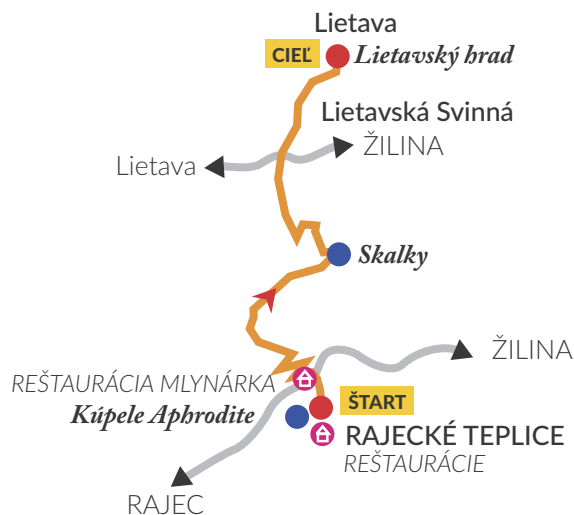
OBLASŤ: **Súľovské vrchy**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **6,8 km**
 TRVANIE: **2:45 h**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Rajecké Teplice**
 CIEĽOVÝ BOD: **Hrad Lietava**
 PREVÝŠENIE: **340 m (stúpanie 600 m, klesanie 405 m)**
 TYP: **Vychádzková trasa**

Za približne 3 hodiny sa viete dostať zelenou turistickou značkou na hrad Lietava. Na polceste sa môžete pokochať peknými výhľadmi zo Skaliek a potom sa môžete tešiť na hrad Lietava, ktorý najväčší rozmach dosiahol za vlády rodiny Thurzovcov. Aj hrad Lietava poskytuje výborné výhľady. Na obnove hradu dlhodobo pracuje Združenie na záchranu Lietavského hradu. Z hradu môžete pokračovať modrou turistickou značkou do Lietavskej Lúčky (1:15 h) odkiaľ sa viete autobusom alebo vlakom dopraviť späť do Rajeckých Teplíc.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východisko – autobusová zastávka Rajecké Teplice, AS alebo vlakom zastávka Rajecké Teplice, cieľ – autobusová zastávka Lietavská Svinná, Obecný úrad**
 CHATA NA TRASE: **na začiatku trasy reštaurácia Mlynárka a ďalšie reštaurácie v Rajeckých Tepliciach**

TRASA: Rajecké Teplice → Nad vodojemom → Skalky, prameň → Lietavská Svinná → Cibulník, rázč. → Lietava, zrúcanina



33 K Šútovskému vodopádu



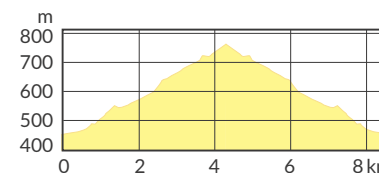
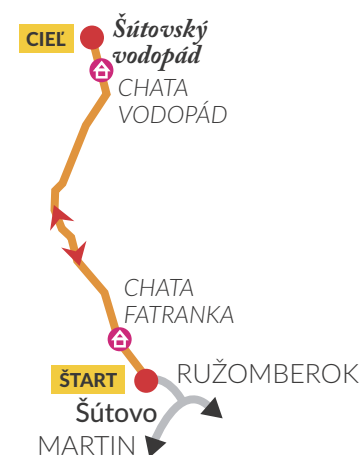
OBLASŤ: **Veľká Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **nenáročná**
prechádzka
 DĹŽKA TRASY: **8,6 km**
 TRVANIE: **2:30 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Šútovo, časť Rieka**
 CIEĽOVÝ BOD: **Šútovo, časť Rieka**
 PREVÝŠENIE: **315 m (stúpanie 315 m, klesanie 315 m)**
 TYP: **Vychádzková trasa, Náučný chodník, Pre rodiny s deťmi**

Trasa na Šútovský vodopád je nenáročná, ideálna pre rodiny s deťmi. Chodník začína asfaltovou cestou, po pravej strane tečie Šútovský potok. Pokračuje ďalej cez les až ku chate Vodopád s možnosťou občerstvenia. Od chaty pokračuje chodník ešte 3 km až k Šútovskému vodopádu, ktorý je vysoký 38 metrov. Je najväčším v Malej Fatre a patrí k tým najkrajším na celom Slovensku. Vznikol následkom vyzdvihnutia pohoria a poklesnutím Turčianskej kotliny. Kvapky, ktoré dopadajú na zem, tvoria v jeho okolí príjemnú "sprchu". V zimnom období vodopád ponúka zaujímavú ľadovú výzdobu. V Šútovskej doline si môžete pozrieť náučný chodník popri Šútovskom potoku, ktorý končí pri vodopáde. Zdatnejší turisti môžu od vodopádu pokračovať ďalej strmou cestou nahor až k Mojžišovým prameňom (1140 m n.m.) a odtiaľ až ku chate pod Chlebom a hlavnému hrebeňu Malej Fatry. Späť sa dostaneme tým istým chodníkom.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Šútovo,,odb.k Šútov.vodopádom**
 CHATA NA TRASE: **Chata Fatranka, Chata Vodopád**

TRASA: Šútovo, časť Rieka → Šútovský vodopád (770 m n.m.) → Šútovo, časť Rieka



34 Via Ferrata HZS



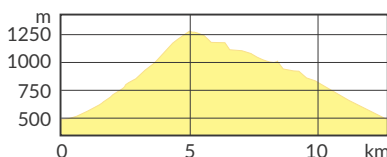
OBLASŤ: **Martinské hole, NP Malá Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **12,7 km**
 TRVANIE: **5 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Martin, Stráne**
 CIEĽOVÝ BOD: **Martin, Stráne**
 PREVÝŠENIE: **760 m (stúpanie 785 m, klesanie 785 m)**
 TYP: **Via Ferrata, Náučný chodník, Okružná trasa, Zjazd na terénnych kolobežkách**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **od 15.04. - 31.05. a od 15.09. - 31.10.**

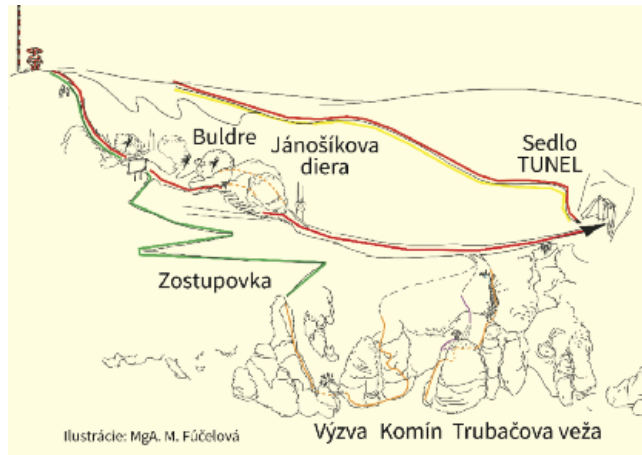
Úsek je zaistená cesta Via Ferrata, nachádzajú sa tu technické zabezpečovacie pomôcky (reťaze, rebriky, stúpačky, kramle...). Pri výstupe sa odporúča ferratový set – prilba, sedací úväz, tlmič pádov, rukavice. K ferrate HZS sa dostaneme z Martina od konečnej zastávky autobusu MHD na Stráňach popri Pivovarskom potoku na Martinské hole. Dolná časť je obojsmerná, vhodná aj pre rodiny s deťmi, horná je technická, jednosmerná, len smerom zdola hore, pre zdatnejších turistov. Je zasadená do kaňonu Pivovarského potoka, jej horná časť sa delí na variant B (lahší) a variant C (ťažší variant). Obe trasy B a C sa stretnú vo výške 1250 m n.m. Potom ešte chodník pokračuje 10 minút a napojí sa na modrý chodník, ktorým sa ľahko dostaneme ku chatám na Martinských holiach. Odtiaľ je možné vystúpiť ešte aj na najvyšší vrchol Lúčanskej Malej Fatry – Veľká Lúka. Návrat z ferraty je z Martinských hólí po žltej značke až na počiatkový bod – zastávka MHD, Stráne. Na návrat z Martinských hólí na Stráne je možné využiť terénne kolobežky Kostka Monster Max. Zjazd na kolobežkách predstavuje vzdialenosť 7 km, prevýšenie 700 m. Ferratové sety sa dajú požičať v cieľovom sektore kolobežkovej dráhy v Martine na Stráňach. Výstroj je možné vrátiť vo FATRA SKI na Martinských holiach alebo v mieste vypožičania.

TRASA: Martin, Stráne → Ferrata HZS, Pod vodopádmí (Pivovarský potok) → Ráztoka → Martinské hole, chaty (1260 m n.m.) → Martin, Stráne

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **MHD Martin, Stráne konečná**
 CHATA NA TRASE: **Wellness Penzión Ferrata, Chata Martinské hole**
 ZJAZD NA TERÉNNYCH KOLOBEŽKÁCH: **Nástupné miesto - Martinské hole – Chata Ponorka; ukončenie zjazdu - Martin – Stráne. Zapožičanie ferratového setu a terénnych kolobežiek: www.fatraski.sk**



35 Via Ferraty Komín na Skalke



Ilustrácie: Mgr. M. Fúčelová

Výzva Komín Trubačova veža

OBLASŤ: **Kremnické vrchy**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **podľa zvoleného variantu**
 TRVANIE: **individuálne**

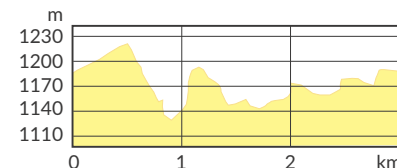
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Lyžiarske stredisko Skalka arena, parkovisko**
 CIEĽOVÝ BOD: **Lyžiarske stredisko Skalka arena, parkovisko**
 PREVÝŠENIE: **podľa zvoleného variantu**
 TYP: **Via Ferrata, Náučný chodník, Okružná trasa**
 SEZÓNNA UZÁVERA: **možné obmedzenia v zimnej sezóne**

Via ferraty Komín na Skalke je najlepšie lezecké miesto na Slovensku. Nájdete tu krásne lezecké trasy s rôznymi prekvapeniami a nádhernými výhľadmi na okolie. K nástupu na ferratu vedie nenáročný turistický chodník. Trasa je dobre značená, treba nasledovať červenú turistickú značku. Čo sa náročnosti týka, na mieste sa nachádza šesť lezeckých trás, od najľahšej až po veľmi náročnú. Na svoje si tu teda prídu začiatočníci, ale aj skúsení lezci. Úsek je zaistená cesta Via Ferrata, nachádzajú sa tu technické zabezpečovacie pomôcky (reťaze, rebriky, stúpačky, kramle...).

Trasa sa začína na Peknej vyhládke, vedie hrebeňovou červenou turistickou značkou. Oblúbenou atrakciou na trase je Tunel, ktorý bol rekonštruovaný pred 2 rokmi. Via ferrata je jednosmerná a má 3 cesty: Komín s obťažnosťou C, Trubačova veža B a Výzva, ktorá je svojou obťažnosťou E najťažšou doteraz vybudovanou via ferratou na Slovensku. Na zaistenej ceste čaká návštevníka 420 m lán s výškou skalných ciest 80 m. K ceste patrí aj krátka via ferrata na skale Jánošíkova diera s obťažnosťou B, ktorá je určená pre rodičov s deťmi. Turisti tiež môžu naraziť na boulderové steny, ktoré ponúkajú možnosti lezenia s rôznou obťažnosťou. Via ferrata Komín sa nachádza v exponovanom teréne s nutnosťou použitia špeciálnych ferratových setov. Zapožičanie ferratového setu je možné v Relax centre na Skalke.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autom**
 CHATA NA TRASE: **bufet na Peknej vyhládke (otvorený cez víkendy)**
 ZAPOŽIČANIE FERRATOVÉHO SETU: **Skalka relax centrum - tel.: 045/6742841; www.skalkaarena.sk/sluzby/relax-a-wellness/**

Gergelího tunel



36 Gaderská dolina



OBLASŤ: **Veľká Fatra**
NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
DĹŽKA TRASY: **19 km**
TRVANIE: **6 h.**

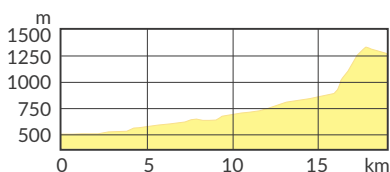
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Blatnica pamätník**
CIEĽOVÝ BOD: **Hotel Kráľova Studňa**
PREVÝŠENIE: **825 m (stúpanie 972 m, klesanie 212 m)**
TYP: **Horská turistika, Pre rodiny s deťmi, Pre imobilných (po Čertovu bránu)**

Turčianska obec Blatnica je vďaka polohe pri vyústení Gaderskej a Blatnickej doliny do Turčianskej kotliny ideálnym východiskom výletov do turisticky najvýznamnejších dolín Veľkej Fatry. Priamym pokračovaním Gaderskej doliny na jej hornom úseku je Dedošová. Spolu dosahujú dĺžku takmer 18 km. Dolina má vzhľad kaňonu s mohutnými bralami, so skalnými vežami a s množstvom ďalších skalných útvarov. Pod bralom Sokol sa v roku 1962 nakrúcal slovenský film Jánošík. Atraktivnosť doliny zvyšuje bohatá a vzácna kvetena a výskyt zriedkavých živočíchov. Trasu odporúčame ukončiť v hoteli Kráľova Studňa s prespaním.



DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východiskový bod autobusová zastávka Blatnica**
CHATA NA TRASE: **Chatová osada Gader, Hotel Kráľova studňa**

TRASA: Blatnica, pamätník → Korský dol, ústie → Blatnický hrad, odbočka → Vápenná dolina, ústie → Dedošová dol, ústie → Čertova brána → Horáreň Dropkov → Kráľová studňa, prn. (1330 m n.m.) → Hotel Kráľova Studňa



37 Na Tlstú a Ostrú



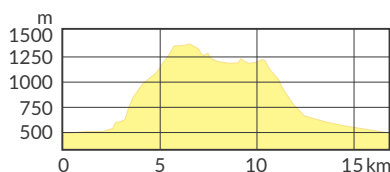
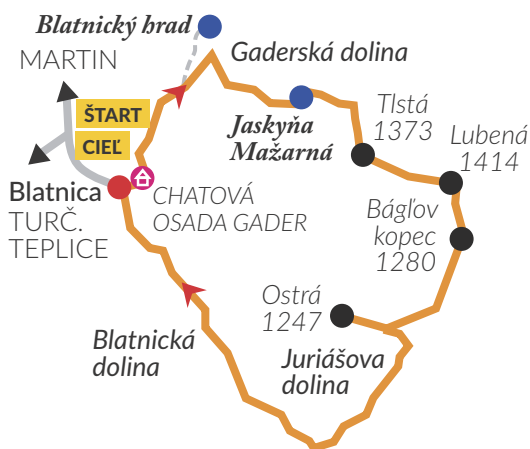
OBLASŤ: **Veľká Fatra – západná časť**
 NÁROČNOSŤ: **náročná**
 DĹŽKA TRASY: **16,8 km**
 TRVANIE: **7:30 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Blatnica, pamätník**
 CIEĽOVÝ BOD: **Blatnica, pamätník**
 PREVÝŠENIE: **868 m (stúpanie 1160 m, klesanie 1160 m)**
 TYP: **Horská túra, Vysokohorská túra, Okružná túra**

Ťažká, náročná a dlhá trasa so strmým výstupom. Orientačne je jednoduchá. Na strmých svahoch je najmä v daždivom období potrebná zvýšená opatrnosť. Podobne ako všetky túry v bralnej časti Veľkej Fatry patrí medzi krajinársky mimoriadne atraktívne a pútavé výlety. Od nadmorskej výšky približne 700 m sa týčia vysoké skalné terasy a mohutné bralá, ktoré vidieť aj z Turčianskej kotliny. Nachádza sa tu aj jedna z najväčších jaskýň Veľkej Fatry - Mažarná. Vnútro jaskyne Mažarná nie je prístupné verejnosti, a tak sa turisti musia uspokojiť s obdivovaním jej veľkolepého vstupného portálu. Tlstá je pomenovaná veľmi správne, je to rozložitá, mohutná hora s veľkou vrcholovou lúkou. Obrovské skalné steny a terasy sa prepádajú do hĺbín Kónského dolu. Nad nimi kraluje Ostrá. Vrchol Ostrej poskytuje jedny z najkrajších výhľadov v slovenských horách. Vidno celý Turiec, Malú Fatru, hlavný Hrebeň Veľkej Fatry. Výstup na Tlstú a Ostrú je zabezpečený reťazami.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **autobusová zastávka Blatnica**
 CHATA NA TRASE: **Chatová osada Gader**

TRASA: Blatnica, pam. → Kónský dol, ústie → Blatnický hrad, odbočka → Vápenná dol., ústie → jaskyňa Mažarná → Tlstá (1373 m n.m.) → Zadná Ostrá → Sedlo Ostrej → Ostrá (1247 m n.m.) → Sedlo Ostrej → Zadná Ostrá → Juriášova dol., ústie → Blatnica, pam.



38 Lysec



OBLASŤ: **Veľká Fatra**
 NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
 DĹŽKA TRASY: **10,2 km**
 TRVANIE: **4:15 h.**

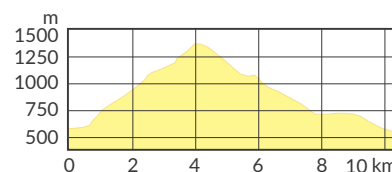
VÝCHODISKOVÝ BOD: **Chata Lysec**
 CIEĽOVÝ BOD: **Kašová**
 PREVÝŠENIE: **796 m (stúpanie 841 m, klesanie 876 m)**
 TYP: **Horská túra, Vychádzková túra**

Vrchol Lysec je dominantný vrchol v NP Veľká Fatra, obľúbená trasa s výhľadmi na vrcholy Veľkej a Malej Fatry. Trasa začína v Jasenskej doline pri Chate Lysec. Od chaty chodník stúpa cez les strmo nahor až po vrchol. Vrchol je vhodný na prestávku, občerstvenie a vychutnanie si panoramatických výhľadov. Túru je možné začať aj v obci Belá-Dulice z autobusovej zastávky. Po modrej značke asi po hodine dorazíme ku chate Lysec, kde začína nástup na vrchol. A rovnako aj po návrate do Kašovej po tej istej trase sa možno dostať za cca. 40 minút do obce Belá-Dulice.

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **najbližšia autobusová zastávka Belá-Dulice; autom na parkovisko LS Jasenská dolina**

CHATA NA TRASE: **Chata Lysec, Penzión Brest, Penzión Babia Hora, Penzión Jarabina, Chata Nezábudka**

TRASA: Chata Lysec → Lysec (1381 m n.m.) → Medzijarky → Jasenská dolina → Kašová



39 Lúčanská Malá Fatra



OBLASŤ: **Malá Fatra**
NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
DĹŽKA TRASY: **21,7 km**
TRVANIE: **7:15 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Martin Stráne**
CIEĽOVÝ BOD: **Strečno**
PREVÝŠENIE: **1080 m (stúpanie 1174 m , klesanie 1309 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Hrebeňovka**

Trasa začína v časti Stráne v Martine, je označená žltou značkou a vedie nahor cez les až ku chatám na Martinské hole s možnosťou občerstvenia. Odtiaľ je to už len 30 minút ku vysielaču Krížava, kde sa napojíme na červenú značku, ktorá vedie hlavným hrebeňom Lúčanskej Malej Fatry cez Zázrivú, Dlhú Lúku až na Minčol. Hrebeň miestami prechádza až do lesa a mení sa s lúčnymi plochami, z ktorých je krásny výhľad do okolia. Z Minčola schádza červený chodník do sedla Okopy, kde sa nachádza húfnica z 2. svetovej vojny. Odtiaľ chodník klesá ďalej do sedla Javorina a sedla Rakytie. Zo sedla Rakytie trvá

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východisko-MHD Martin, Stráne konečná; cieľ - autobusová zastávka Strečno**
CHATA NA TRASE: **Chaty na Martinských holiach**

TRASA: Martin, Stráne → Martinské hole, chaty → Krížava, vysielač (1445 m n.m.) → Pod Krížavou → Sedlo Prašivé → Minčol (1364 m n.m.) → Sedlo Okopy → Šaračnisky → Sedlo Javorina → Sedlo Rakytie → Strečno, pod hradom



zostup asi 40 minút ku hradu Strečno z 13. storočia, kde si môžete pozrieť expozíciu Považského múzea v Žiline. Nádherné výhľady z hrebeňa na Malú a Veľkú Fatru, Žilinskú a Turčiansku kotlinu, Vysoké a Nízke Tatry potešia každého turistu. Nakoľko sa v tomto úseku odohrávali boje počas 2. svetovej vojny, máte možnosť obzrieť si Pamätníky SNP alebo zvyšky zákopov z čias bojov.



40 Prechod Veľkej Fatry



OBLASŤ: **Veľká Fatra – východná časť**
NÁROČNOSŤ: **stredne náročná**
DĹŽKA TRASY: **45,2 km**
TRVANIE: **14:10 h.**

VÝCHODISKOVÝ BOD: **Horný Harmanec**
CIEĽOVÝ BOD: **Belá-Dulice**
PREVÝŠENIE: **1103 m (stúpanie 1532 m, klesanie 1624 m)**
TYP: **Vysokohorská túra, Hrebeňovka**

Stredne náročná túra typu hrebeňovky po najkrajšej časti Veľkej Fatry. V priebehu 2 dní vystúpite na päť vrcholov Veľkej Fatry – Kráľova studňa, Krížna, Ostredok, Ploská a Borišov. Jej náročnosť skôr vyplýva z dĺžky ako členitosti. Výstup z Harmanca po Hotel Kráľova studňa trvá približne 3,5 h. Trasa vedie po asfaltke a v okolí sa dajú vidieť vodopády a kaskády. Ak patríte k fanúšikom pozorovania oblohy, môžete spojiť príjemné s užitočným. V okolí Kráľovej studne je Park tmavej oblohy Veľká Fatra – Kráľova studňa, kde sú výborné podmienky na astronomické pozorovanie oblohy.

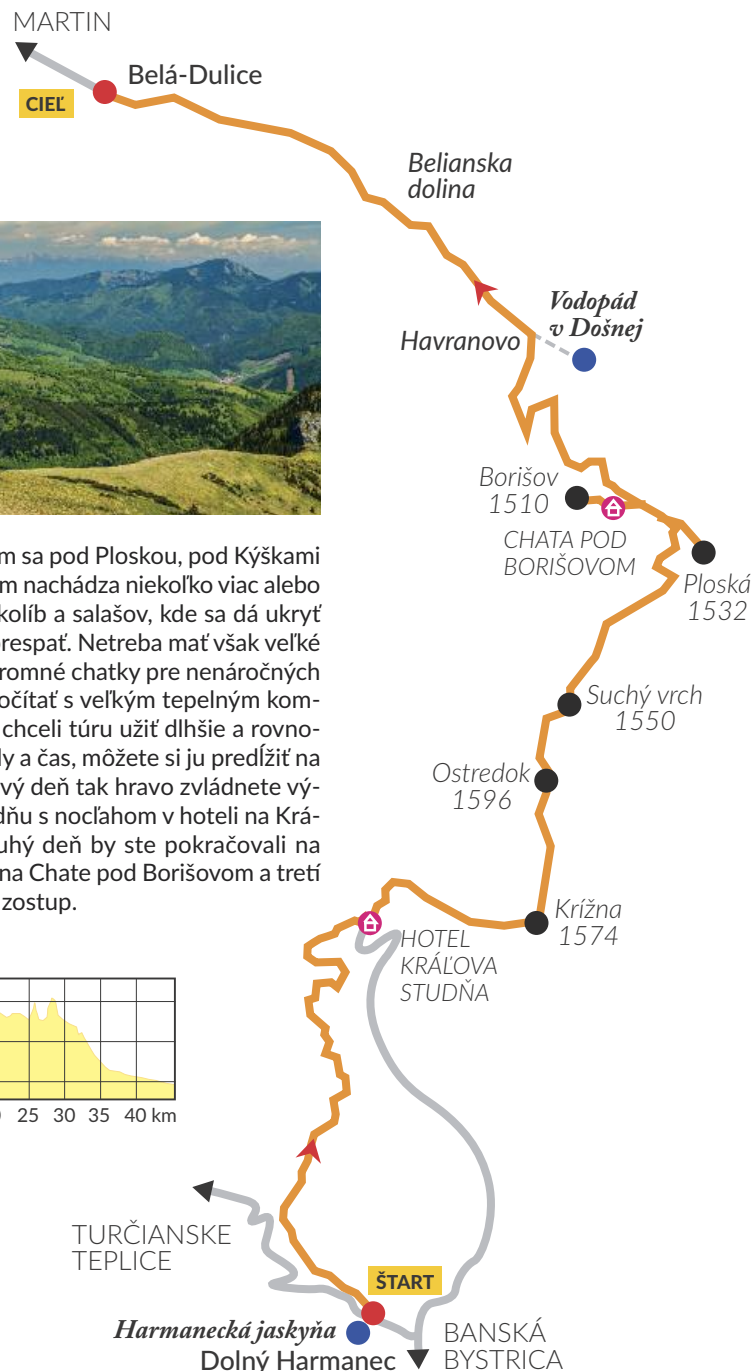
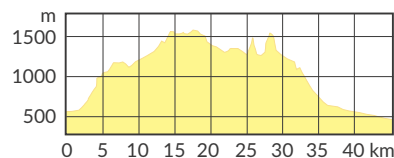
Hrebeňovka si od Krížnej až po Ploskú udržiava výšku nad 1300 m n.m. Namáhavejší je iba úvodný výstup na hrebeň. Chata pod Borišvom je ideálnym miestom pre núdzový úkryt s možnosťou občerstvenia a ubytovania. Turistické značenie je zväčša logické a zrozumiteľné. Hrebeňovka Veľkej Fatry sa teší veľkej obľube medzi turistami najmä vďaka tomu, že vedie neobyčajne pestrou horskou krajinou. Túra vedie cez jej najkrajší úsek medzi Borišvom a Krížnou. Z Borišova zostúpite do Havranova a Belianskou dolinou pokračujte až do obce Belá-Dulice. Spestrením trasy je malý, avšak pekný viacstupňový vodopád Vodopád v Došnej, ku ktorému sa dá dostať za 25 min. z Havranova po žltej značke. Trasu odporúčame rozdeliť na dva dni s prespaním na Chate pod Borišvom. Počas prechodu hrebeňa Veľkej Fatry zvyčajne vychádza nocľah v okolí Ploskej, Borišova či Suchého vrchu. Okrem

DOSTUPNOSŤ SPOJMI: **východiskový bod – autobusová zastávka Dolný Harmanec, „Hor.Harmanec polesie, železničná zastávka Harmanec jaskyňa; cieľový bod – autobusová zastávka Belá-Dulice**
CHATA NA TRASE: **Hotel Kráľova Studňa, Chata pod Borišvom**

TRASA: Horný Harmanec, parkovisko (Harmanecká tisina) → Veľký tunel → Krásny kopec, rázc. → Košarisko → Kráľova studňa, hotel → Kráľova studňa, prameň → Krížna (1572 m n.m.) → Ostredok (1596 m n.m.) → Ostredok, rázc. → Koniarky → Chyžky → Ploská → Chata pod Borišvom → Havranovo (Belianska dolina) → Belá-Dulice



Chaty pod Borišvom sa pod Ploskou, pod Kýškami a pod Suchým vrchom nachádza niekoľko viac alebo menej zachovalých kolíb a salašov, kde sa dá ukryť pred nepohodou a prespať. Netreba mať však veľké očakávania, sú to skromné chatky pre nenáročných turistov a netreba počítať s veľkým tepelným komfortom. Ak by ste si chceli túru užiť dlhšie a rovnomernejšie rozložiť sily a čas, môžete si ju predĺžiť na dve noci a tri dni. Prvý deň tak hravo zvládnete výstup na Kráľovu studňu s nocľahom v hoteli na Kráľovej studni, na druhý deň by ste pokračovali na Borišov s nocľahom na Chate pod Borišvom a tretí deň by bol na pláne zostup.





Tematické chodníky

Po stopách baníckej činnosti

VÝCHODISKOVÝ BOD: Kremnica
CIEĽOVÝ BOD: Kremnické bane

Pre sprístupnenie ojedinelej atrakcie boli vybudované náučné chodníky po stopách baníckej činnosti Kremnica – Kremnické Bane v dĺžke 18,25 km. Odporúčené trasy vás v závislosti od záujmu a výdrže prevedú viac alebo menej náročným terénom bývalého banského revíru. V každom prípade spojíte aktívny relax s poznávaním, pretože sa ocitnete v lone prírody, kde sa vám za sprievodu vtáčieho spevu postupne odhalia svedkovia banskej minulosti v najrôznejších podobách. Jedná sa o tri hlavné a tri vedľajšie trasy, prehliadka začína v Kremnici. Najkratšia trasa vedie okolím mesta, najdlhšia vás zavedie až na Kremnické Bane.

Chodník rozprávkovým lesom v Jasenskej doline

VÝCHODISKOVÝ BOD: Jasenská dolina
CIEĽOVÝ BOD: Kašová

Chodník rozprávkovým lesom začína pri Reštaurácii u Deda Lysca v centre lyžiarskeho strediska Jasenská dolina. Vedie po oboch stranách sedačkovej lanovky. Z jednej strany je chodník lemovaný postavičkami z klasických ľudových slovenských a českých rozprávok, z druhej modernými a regionálnymi rozprávkami. Súčasťou chodníka sú aj oddychové miesta. Počas prechádzky sa zoznámite s Lomidrevom, Jankom Hraškom, Černokňažníkom, Bračekom Jelenčekom, Popolvárom a ďalšími rozprávkovými postavičkami.



Dobre vidieť, lepšie zažiť!

Príď do Žilinského kraja a naplánuj si výlety
s novou aplikáciou **North Slovakia**



www.northslovakia.com





Krajská organizácia cestovného ruchu **Žilinský turistický kraj**
Ul. Komenského 48, 011 09 Žilina, Slovensko
Tel.: +421 41 50 32 361, www.zilinskyturistickykraj.sk
www.facebook.com/zilinskyturistickykraj



Žilinský samosprávny kraj
Komenského 48, 011 09 Žilina
Tel.: 041/50 32 111, www.zilinskazupa.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu REGION LIPTOV
Štúrova 1989/41, 031 42 Liptovský Mikuláš
Tel.: 044/55 65 401, www.visitliptov.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu MALÁ FATRA
Námestie Obetí Komunizmu 1, 011 31 Žilina
Tel.: 0918 327 496, www.regionmalafatra.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu Klaster ORAVA
Hviezdoslavovo námestie 1651/2, 026 01 Dolný Kubín
Tel.: 0911 747 339, www.visitorava.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu Organizácia cestovného ruchu Kysuce
Námestie slobody 30, 022 01 Čadca
Tel.: 0948 339 264, www.regionkysuce.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu Rajecká dolina
Nám. SNP 1/29, 013 13 Rajecké Teplice
Tel.: 0948 620 661, www.rajeckadolina.sk



Oblasťná organizácia cestovného ruchu TURIEC-KREMnicko
Námestie S. H. Vajanského 1, 036 49 Martin
Tel.: 0915 551 377, www.turieckremnicko.sk



Projekt je realizovaný s finančnou podporou Ministerstva dopravy a výstavby SR.

www.slovakia.travel

Vydal Žilinský turistický kraj
Fotografie: archív ŽTK a členov ŽTK, Marek Hajkovský, Jaroslav Velička, Tibor Paštrnák, Šimon Trnka, Richard Köhler, Marek Jančúch
Zdroj: hiking.sk, cp.sk
Grafika modrotlač: Modrotlač Matej Rabada
Rok vydania: 2018