



Žilinský turistický kraj pre seniorov



Klaster Orava víta seniorov

Región jedinečný nádhernou prírodou, známy zaujímavou históriou, výnimočný pestrou kultúrou a populárny výbornou gastronómiou.

Krásne prírodné zákutia ako stvorené pre horskú turistiku, cyklistiku a vodné športy. Vyhliadkové plavby loďou, pútavá plavba plťou, ponuka dvoch aquaparkov. K tomu všetkému ukážky kultúrneho dedičstva, folklóru, remesiel, tradícií a ochutnávka tradičnej kuchyne.

Orava leží v severnej časti Slovenska. Z južnej strany región obklopujú Chočské vrchy, juhozápadnú hranicu Oravy tvorí Veľká Fatra, zo západnej strany sú Malá Fatra, Kysucká vrchovina a Kysucké Beskydy, zo severnej časti región ohraničujú Oravské Beskydy, ktoré zároveň tvoria hranicu z Poľskom a juhovýchodnú časť obklopujú Západné Tatry – Roháče. Rozlohou 1 660 štvorcových kilometrov patrí administratívne do Žilinského samosprávneho kraja (ŽSK).

V súčasnosti je Orava rozdelená do troch okresov: Dolný Kubín, Námestovo a Tvrdošín.

Centrom Dolnej Oravy je okresné mesto **Dolný Kubín**, ktoré je známe svojou bohatou históriou, množstvom pamiatok a aquaparkom. Významnou dominantou Dolnej Oravy je Oravský hrad, ktorý sa nachádza na 112 m vysokom skalisku nad riekou Orava v Oravskom Podzámku.



Námestovo je známym turistickým centrom, sídlom okresu, a tým aj Bielej Oravy. Poloha na severozápadnom brehu Oravskej priehrady ho predurčuje na mnohé rekreačné aktivity. Okres Námestovo je významné aj najsevernejším bodom Slovenskej republiky, ktorým je Oravská Polhora.

Tvrdošín je malebným administratívnym strediskom Hornej Oravy. Leží na veľmi dôležitej dopravnej tepne do Poľska. Hornú Oravu preslávili horúce pramene s kúpaliskami v Oraviciach. Okres Tvrdošín je známym najkrajšou časťou Oravy, ktorou sú Západné Tatry – Roháče. Roháčsku dolinu lemujú nádherné končiare, ktorým kraluje exponovaný Baníkov, Ostrý Roháč a Plačlivô. Roháče sú súčasťou chráneného Tatranského národného parku. Okresné mesto Hornej Oravy, mesto Tvrdošín, je nositeľom ceny Európa Nostra z roku 1993 za záchranu dreveného kostolíka z druhej polovice 15. storočia, ktorý je zapísaný do Zoznamu svetového kultúrneho dedičstva UNESCO.



Praktické všeobecné informácie

Zdravotnícke zariadenia:

Dolnooravská nemocnica s poliklinikou MUDr. L. N. Jégého, Dolný Kubín
+421 43 5801 111, www.donsp.sk

Hornooravská nemocnica s poliklinikou Trstená
+421 43 5392 444, www.nsptrstena.sk

Oravská poliklinika Námestovo
+421 43 5503 101, www.opnam.sk

Lekárne

Lekárska služba prvej pomoci, deti a dorast Dolný Kubín
+421 43 586 2444 – pre dospelých, +421 43 5801 461 – pre dospelých
+421 43 5801 482 – pre deti a dorast

Zelená lekáreň Námestovo
+421 43 5522 220

Lekáreň Arnika Zuberec
+421 43 5395 158

Rozpis lekárenských pohotovostných služieb nájdete na -
www.regionzilina.sk/sk/samosprava/urad-zsk/odbor-zdravotnictva/humanna-farmacia/lekarne-zilinskom-kraji-pohotovost

Verejná doprava:

Autobusom – Autobusové spoje do jednotlivých oravských miest, obcí a stredísk turistického ruchu môžete vyhľadať prostredníctvom www.cp.sk.

Vlakom – Dôležitým železničným uzlom pre Oravu sú Kral'ovany, kadiaľ prechádzajú vnútroštátne (Košice–Kysak–Vrútky–Žilina–Bratislava) aj medzinárodné železničné spojenia (Košice–Žilina–Ostrava–Praha). Z Kral'ovian vedie smerom na Oravu jednokoľajová železničná trať do Trstenej. Vlakové spojenia nájdete na www.cp.sk.

Letecky – Lahko dostupné letiská Žilina – Hričov (vzdialenosť 64 km) a Poprad – Vysoké Tatry (vzdialenosť 96 km) umožňujú spojenie Oravy prostredníctvom aerolínok so zahraničím.

Parkovanie:

Parkovisko ul. Radlinského za Kostolom sv. Kataríny, Dolný Kubín (bezplatné, 19 miest)

Parkovanie na ul. SNP, Dolný Kubín (bezplatné, 27 miest +, pred Okresným úradom 37 miest)

Parkovisko ul. Mieru 21, 029 01 Námestovo

Parkovisko Pri Klinci, Mlynská, 029 01 Námestovo

Parkovisko, Trstená č. 437, 028 01 Trstená

Taxi:

Kuteš s.r.o.+421 908 801 801, +421 0904 801 801, +421 902 801801,
www.taxidolnykubin.sk

EL Taxi Námestovo, tel.č.: 0911 106 606, 0905 306 606, www.taxi-namestovo.sk

JK Taxi+421 907 262 000, +421 911 272 000, 1+8 vozidlo +421 908 222 098

Kúpele

Aquarelax Dolný Kubín



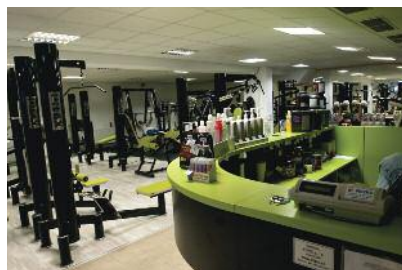
AquaRelax Dolný Kubín je unikátne vodné dielo v centre Dolného Kubína, ktorého dominantou je Vodný svet a celoročne otvorený nerezový plavecký bazén, ideálny nielen na oddychové, ale aj profesionálne plávanie, organizovanie plaveckých pretekov, sústredení a kurzov. Vodný svet je skvelým miestom pre relax. Jeho súčasťou sú tobogány, divoká rieka, hojdací záliv, bublinkovače, masážne sprchy a trysky, vírivky, výhrevné lavice a viac ako 200 lehátok na relaxačnej terase pod





presklenou pyramídou. Areál aquaparku je rozšírený aj o vonkajší priestor - FunPark. Súčasťou aquaparku je masážno-rehabilitačné centrum, reštaurácia a fitnesscentrum.

Aquarelax Dolný Kubín, Športovcov 1182/5, 026 01 Dolný Kubín
 +421 432 388 374, info@aquakubin.eu, www.aquakubin.eu



Termálne kúpalisko Aquapark Oravice



Oravice sú jedinou lokalitou na Orave s prírodnou geotermálnou sírano-vápenato-horečnatú vodou. Voda v Oraviciach patrí medzi významné termálne vody na Slovensku s priaznivými účinkami na organizmus – najmä na choroby pohybového ústrojenstva, močových ciest a obličiek. Bazény sú vybavené vodnými atrakciami ako sú umelé vlny, perličkové sedadlá atď. Kúpalisko je celoročne otvorené.

Aquapark Oravice, Miestna časť Oravice 109, 027 44 Tvrdošín
 +421 43 550 46 01, repcia@aquaparkoravice.sk, www.aquaparkoravice.sk



Ubytovanie



Villa Helia***
Medzihradská 1563, Dolný Kubín
+421 911 222 806
+421 911 222 800
info@villahelia.sk, www.villahelia.sk



Koliba u Kuba**
Hruštín
+421 43 238 8284
+421 905 653 766
+421 908 677 322
info@skizabava.sk, www.skizabava.sk



Hotel Arman***
Nová Doba 1000, Nižná
+421 43 370 9042
repcia@hotelarman.sk
www.hotelarman.sk



Penzión Beskydy***
Sihelné
+421 43 370 9047
+421 902 991 024
repcia@penzionbeskydy.sk,
www.penzionbeskydy.sk



Hotel Tatrawest
Pribiské 413, Zuberec
+421 43 539 5210, +421 907 873 334
repcia@tatrawest.sk
hotel@tatrawest.sk,
www.tatrawest.sk

Gastronómia



Medzi tradičné oravské jedlá patria – zemiaky, kapusta, slanina, oštiepok, korbáče, bryndza, žinčica. Tradičné Slovenské syrové korbáčiky, bryndza, tvaroh, oštiepok, parenica, ale aj maslo, smotana a žinčica sa už tradične vyrábali z kravského alebo ovčieho mlieka. Tradiáciu má aj chov včiel – výroba včelích produktov.

Tradičnú oravskú gastronómiu môžete ochutnať v reštauráciach Koliba u Kuba v Hruštine a Koliba Dolný Kubín.



Príroda

Územie Oravy sa vyznačuje množstvom prírodných a krajinných hodnôt, Orava je bohatá na lesy a krásnu prírodu. Návštevníci môžu obdivovať Západné Tatry Roháče, Skorušinské vrchy, vodnú nádrž Oravská priehrada, Chočské vrchy a Oravské Bieskydy.

Turistické trasy:

JURÁŇOVÁ DOLINA

Oblasť: Západné Tatry (sever) – východná časť
Náročnosť: nenáročná túra, tiesňava s krásnym výhľadom
Východiskový a cieľový bod: Oravice
Predpokladaný čas: 2 ½ h.

Nenáročná prechádzka s krásnymi výhľadmi. Dolina je považovaná za jednu z najkrajších tiesňav na Slovensku. Ústie Juráňovej doliny tvoria jeden kilometer dlhé tiesňavy, cez ktoré vedie chodník s mnohými lavičkami. Tiesňava je charakteristická výrazným kaňonom s vodou vymletými vyhlbeninami na dne a malými vodopádmi.

ROHÁČSKE PLEŠA

Oblasť: Západné Tatry (sever) – východná časť
Náročnosť: stredne náročná túra so zaujímavými scenériami
Východiskový a cieľový bod: Zverovka (9 km)
Predpokladaný čas: 5 ¾ h.
Prevýšenie: 682 m
Uzávera: 1. 11. – 15. 6.

Trasa okolo Roháčskych plies patrí medzi najatraktívnejšie chodníky v Roháčoch. Náučný chodník návštevníkom na ôsmich paneloch predstaví podrobnosti o najvzácnejších druhoch tunajšej fauny a flóry. Turistický chodník prechádza popri troch Roháčskych plesách, a tak na paneloch nemôže chýbať ani popis tunajšieho vodstva. Je na nich priblížený nielen vznik plies a súčasný život v nich, ale aj skutočnosť, že sú súčasťou povodia Čierneho mora.

KRÍŽOVÁ CESTA ZUBEREC

Oblasť: Západné Tatry
Náročnosť: nenáročná túra
Východiskový a cieľový bod: Zuberec
Predpokladaný čas: 1 ½ h.
Prevýšenie: 70 m

Nenáročná prechádzka lesom po trase krížovej cesty vás zavedie na vrchol Kýčere, kde je okrem posedenia a krásneho výhľadu na obec Zuberec aj kaplnka Božieho hrobu.

ZO ZUBERCA DO MÚZEA ORAVSKEJ DEDINY NA POLANE BRESTOVÁ

Oblasť: Západné Tatry
Náročnosť: nenáročná prechádzka
Východiskový a cieľový bod: Zuberec
Predpokladaný čas: 1 h.

Návštevníci sa môžu vydať na prechádzku popri potoku Studená po spevnenom chodníku, na ktorom sa nachádzajú miesta na odpočinok s lavičkami. Chodník nad dedinou pokračuje lesom, po bývalej trase lesnej železnice až k Múzeu oravskej dediny. Je to nenáročná trasa, vhodná aj pre imobilných, alebo pre rodiny s malými deťmi.

ZUBEREC – POD VÁPENKOU

Oblasť: Západné Tatry
Náročnosť: nenáročná prechádzka
Východiskový a cieľový bod: Zuberec
Predpokladaný čas: 1 h.

V Zuberci od Cukrárne Katka na vyšnom konci po Družstevnej ulici prejdeme okolo areálu Poľnohospodárskeho družstva a budeme pokračovať ďalej po poľnej ceste. Dostaneme sa až k bývalej vápennej peci, kde sa ešte do polovice 20. storočia páliło vápno pre potreby obyvateľov podroháčskych obcí. Poľná cesta pokračuje ďalej do doliny, kde sa nachádza lezecká skala a v jej blízkosti prístrešok s možnosťou posedenia a príjemného oddychu v tichom prostredí.

VYŠNÝ KUBÍN – TUPÁ SKALKA – OSTRÁ SKALKA – LEŠTINY – VYŠNÝ KUBÍN

Oblasť: Oravská vrchovina – južná časť
Náročnosť: krátka a nenáročná prechádzka okolím Vyšného Kubína
Východiskový a cieľový bod: Vyšný Kubín
Predpokladaný čas: 2:45
Prevýšenie: 288 m

Tupá skalka a Ostrá skalka vytvárajú nádherný prírodný rámec krajiny pod veľkým Chočom, ktorý človek osídlil v dávnej minulosti. Súčasťou výletu je prehliadka dreveného artikulárneho kostola v Leštínach.

NÁUČNÝ CHODNÍK ZÁZRIVÁ

Oblasť: Malá Fatra
Náročnosť: krátka a nenáročná prechádzka
Východiskový bod: Zázrivá – Dolina 61
Predpokladaný čas: 1 hod.

Dĺžka: 2 km

Náučný chodník na siedmich tabuliach návštevníkom predstaví živočíchy a rastliny regiónu, obec Zázrivá a Národný park Malá Fatra.

NÁUČNÝ CHODNÍK „PREMENY LESA V KLINE“ – KLIN

Oblasť: CHKO Horná Orava
Náročnosť: strednenáročná
Východiskový bod: Klin, okres Námestovo (dolný koniec)
Predpokladaný čas: 3 hod.

Dĺžka: 9 km

Prevýšenie: 282 m

Na trase náučného chodníka je umiestnených 12 informačných tabúl a jeden panoramatický stôl, ktoré sú vyhotovené v slovenskom i poľskom jazyku. Trasa náučného chodníka Premeny lesa Vám predstaví krásy Oravskej prírody, od

prastarých rašelinísk, cez pestré lúky, tradičnú poľnohospodársku krajinu, bohatstvo smrekových pralesov, po vzácne druhy živočíchov a rastlín, či históriu obce Klin a plátenníctvo. Počas celej trasy uvidíte neopísateľné výhľady na krajinu, Oravské Beskydy, Oravskú Maguru, Tatry, či Oravskú priehradu.

Cyklotrasy vhodné i pre seniorov:

CYKLOTRASA ORAVSKÁ LESNÁ – TANEČNÍK

Náročnosť: ľahká trasa

Prevýšenie: 85 m

Povrch: 85% trasy asfaltový povrch

Cyklotrasa vedie dolinou Júrikovho potoka. Tanečník – nachádzajú sa tu zachované zvyšky oravskej úzkorozchodnej železničky ktorá v minulosti slúžila na zväžanie dreva. Jej história siaha až do roku 1918. Obnovená bola v roku 2008 a premáva medzi stanicami Tanečník a Sedlo Beskyd. Na križovatke medzi osadami Lehotská – Demánová sa trasa napája na Oravskú Magistralu

CYKLOTRASA VYŠNÝ KUBÍN – ZÁZRIVÁ

Náročnosť: ľahká trasa

Dĺžka: 33 km

Povrch: hlavne asfaltový

Cyklotrasa začína v malej dedinke, ktorá je rodiskom najväčšieho slovenského básnika P. O. Hviezdoslava, pokračuje cez Jasenovú, kde sa nachádza rodný dom veľikána slovenského realizmu Martina Kukučína. Trasa potom pokračuje cez 4 chotáre a žaškovský most do Istebného a odtiaľ až do Zázrivej, kde trasa končí. Zázrivá je známa najmä tým, že pokračuje v pastierskych tradíciách a je známa výrobou korbáčikov a ovčieho syra.

ZUBEREC – SEDLO BÔRIK – ORAVICE – SEDLO BÔRIK – ZUBEREC

Náročnosť: stredne náročná trasa

Dĺžka trasy: 24 km

Povrch: asfaltový

Zo Zuberca pri reštaurácii Milotín odbočíte doprava a pokračujeme Oravskou magistrálou cez Medzi bormi, Blatnou dolinou, odkiaľ stúpate na sedlo Borek a následne klesáte do Oravíc.

Zaujímavosti po trase: Termálne kúpaliská Oravice a Meanderpark, Juráňová a Bobrovecká dolina

ZUBEREC (762) – ŤATLIAKOVA CHATA (1360)

Náročnosť: stredne náročná trasa

Dĺžka: 12 km

Prevýšenie: 600 m

V Zuberci pri kostole odbočíme na smer Zverovka a pokračujeme po červenej turistickej značke. Zhruba po 8 km odbočíme doprava smer Roháčska dolina. Prejdeme rampou a po 4 km po asfaltovej ceste sa dostaneme až k Ťatliakovej chate, Ťatliakovmu jazzeru. Späť sa vrátíme po tej istej trase.

Zaujímavosti po trase: Múzeum oravskej dediny, Ťatliakovo jazero

CYKLOTRASA TRSTENÁ – NOWY TARG

Náročnosť: nenáročná trasa pre cyklistov aj korčuliarov

Dĺžka trasy: 38 km

Novovybudovaná trasa začína v meste Trstená, na križovatke v smere do Poľska, pri pekárni. Cyklotrasa vedie po zvršku bývalej železničnej trase.

Zaujímavosti: oddychové miesta

Kultúra

Hrady

Oravský hrad

Najnavštevovanejší hrad Slovenska z 13. storočia sa nachádza na strmom vápencovom brale vo výške 112 m nad obcou Oravský Podzámok. Návštevníci môžu v jeho priestoroch vidieť obnovenú prírodovednú a etnografickú expozíciu, výstavu zbraní a mnoho iných zaujímavostí.

Oravský Podzámok, 027 41 Oravský Podzámok (10 km od Dolného Kubína)

www.oravskemuzeum.sk



Múzeá

Múzeum oravskej dediny



Rozprestiera sa v prekrásnom prírodnom prostredí Roháčov. Areál je rozčlenený na niekoľko častí: Dolnooravský rínok, Hornooravská ulica, Goralské lazy, Kostol s cintorinom a Mlynisko. Každá časť sústreďuje charakteristické typy stavieb ľudovej architektúry regiónu. Areálom preteká horský potok Studená, z ktorého je napojený vodný náhon pre mlyn a valchu. Bohatá etnografická expozícia a chov domácich zvierat umožňujú návštevníkom predstaviť si život a prácu Oravcov v minulosti.

Brestová 850, 027 32 Zuberec (41 km od Dolného Kubína), muzeum.zuberec.sk

Literárna expozícia P. O. Hviezdoslava

Expozícia je súčasťou Literárneho múzea P. O. Hviezdoslava, ktoré bolo sprístupnené v deň 33. výročia Hviezdoslavovho pohrebu, 13. novembra 1954. Múzeum je najstarším literárnym múzeom na Slovensku. Expozícia približuje život a tvorbu Pavla Országha Hviezdoslava. Textový a obrazový materiál, ktorý sa nachádza v múzeu, je doplnený originálnymi osobnými pamiatkami z pozostalosti básnika.

Hviezdoslavovo nám. 1692/7, 026 01 Dolný Kubín, www.oravskemuzeum.sk

Praveká osada Mokry kút



Osada sa nachádza v obci Vyšný Kubín. Jej hlavnou časťou je zrekonštruovaný dom lužickej kultúry oravského typu. Súčasťou domu pokrytého trstím je piecka a miesto na spanie. S obydľami susedia tri drevené prístrešky. Každý prístrešok chráni inú pec (chlebová pec, hlinená hrnčiarska pec a pec na odlievanie bronzu). Návštevníci sa tu naučia urobiť si oheň dvomi drevkami, vlastnú keramiku bez kruhu a môžu si

vyskúšať praveké nástroje. Výsledok experimentálnej archeológie vo Vyšnom Kubíne si návštevníci zatiaľ môžu pozrieť po telefonickej dohode.

Vyšný Kubín, +421 904 288 852,

[sk-sk.facebook.com/pages/lpea-oz/693609650654971](https://www.facebook.com/sk-sk.facebook.com/pages/lpea-oz/693609650654971)

Goralská drevenica

Nachádza sa na sedle Beskyd v areáli Oravskej lesnej železnice. Je to klasický drevený zrub, ktorý bol v minulosti domovom všetkých Goralov. Návštevníci tak majú možnosť zoznámiť sa s pôvodnými tradičnými formami osídlenia a kultúry Goralov na Orave.

Oravská Lesná (39 km od Dolného Kubína), www.oravskemuzeum.sk

Expozícia židovskej kultúry

Expozícia židovskej kultúry Dolný Kubín bola otvorená dňa 30. 9. 2012 v priestoroch Mestského kultúrneho strediska pri príležitosti 70. výročia deportácií židovského obyvateľstva v meste. Skladá sa z dvoch častí – judaiká a história. V expozícii je tiež umiestnená pamätná tabuľa, na ktorej je menný zoznam 405 obetí holokaustu z Dolného Kubína. Expozíciu židovskej kultúry otvoril Arie Klein z Jeruzalema. Judaiká pochádzajú priamo z Jeruzalema, daroval ich mestu pán Arie Klein, ktorého rodina pochádza z Dolného Kubína.

Námestie Slobody 1269/3, Dolný Kubín, tik.dolnykubin.sk

Múzeum šľachtických kočiarov a saní

Jedinečná a najrozsiahlejšia zbierka kočiarov a saní na Slovensku je situovaná priamo pod Oravským zámkom. V múzeu sa nachádza 21 exkluzívnych exponátov. Oravský Podzámok č. 18, 027 41 Oravský Podzámok (10 km od Dolného Kubína)

www.muzeumkociarov.sk

Bobrova raľa a Malé Podbielanské etnografické múzeum



V obci Podbiel' sa nachádza pamiatková rezervácia ľudovej architektúry – Bobrova raľa. Je to celkom 64 pôvodných dreveníc, ktoré boli prevažne postavené koncom 19. storočia. Pôvodné drevenice už nie sú trvalo obývané, ale slúžia na rekreačné účely. V obci sa nachádza aj Malé Podbielanské etnografické múzeum, ktoré obsahuje výstavu predmetov, ktoré sa v minulosti používali v

tamajších domácnostiach, pri poľnohospodárskych prácach a v liturgii. Múzeum je pravidelne otvorené len počas letnej turistickej sezóny. Inokedy si treba dohodnúť vstup so správcom farnosti.

Podbiel č. 194, 027 42 Podbiel (24 km od Dolného Kubína), www.podbiel.sk

Pamätná izba Martina Hamuljaka a Múzeum obce Oravská Jasenica

V múzeu sú nainštalované artefakty dokumentujúce bohatú históriu, spoločenský, kultúrny a duchovný život obce. V pamätnej izbe Martina Hamuljaka sú prístupné publikácie, ktoré tento dejateľ pripravoval do tlače, historické dokumenty a dobový inventár. Múzeum ju otvorené celoročne.

Oravská Jasenica 126, 029 64 Oravská Jasenica (29 km od Dolného Kubína)
www.oravskajasenica.sk

Pamätný dom Martina Kukučína

Dom sa nachádza v obci Jasenová. Postavil ho spisovateľov otec Ján Bencúr v roku 1856. Dom spolu s hospodárskymi budovami tvorí uzavretý celok; svojim vnútorným i vonkajším vzhľadom sprítomňuje prostredie, v ktorom sa narodil a vyrástol známy slovenský prozaik.

Jasenová (5 km od Dolného Kubína), www.oravskemuzeum.sk

Hviezdoslavova hájovňa



Expozícia sa nachádza v priestoroch hájovne pod Babou horou, ktorá bola sprístupnená v októbri 1979. Expozícia chce na jednej strane predstaviť prostredie, v ktorom básnik čerpal inšpirácie a na druhej strane približuje dielo Hájnikova žena od jeho vzniku, prvého vydania tlačou cez všetky doterajšie vydania. Celá expozícia sprítomňuje básnika a jeho dielo cez pracovný kútik s rukopismi na pracovnom stole. Nechýba ani povestná pelerína, charakteristická časť odevu básnika.

Oravská Polhora (45 km od Dolného Kubína), www.oravskemuzeum.sk

Expozícia Mila Urbana

Rodiskom spisovateľa, publicistu a prekladateľa Mila Urbana je hájovňa v Rovniach. Pri vstupe do expozície sa stretneme s „horou“, v ktorej je symbolicky zasadený portrét Mila Urbana. Expozícia je prierezom najdôležitejších momentov života i tvorby spisovateľa. Inovatívnym prvkom je svetelná vitrína – obrazová kronika autorovho života. Zaujímavá je kópia „pracovne“ z čias pobytu v Chorvátskom Grobe, časť venovaná neprekonateľnému dielu Živý bič i novinárskej a prekladateľskej práci. Taktiež nechýbajú predmety z osobnej pozostalosti Mila Urbana.

Oravská Polhora (45 km od Dolného Kubína), www.oravskemuzeum.sk

Múzeum obce Vyšný Kubín



Ľavé krídlo Kubínyovského kaštieľa vo Vyšnom Kubíne ponúka expozíciu zameranú na archeologické vykopávky, osídľovanie obce, dobové oblečenie zemanov a informácie o rodákoch a osobnostiach, ktoré vo Vyšnom Kubíne žili (P. O. Hviezdoslav, Margita Figuli a iní).

Hviezdoslavova 117/5, Vyšný Kubín (4 km od Dolného Kubína), www.vysnykubin.sk

Izba starých materií

Múzeum sa nachádza v zrekonštruovanej 150. rokov starej budove v obci Párnica, v ktorej kedysi sídlil obecný úrad a neskôr pošta. Obecné múzeum pozostáva z vidieckej izby zariadenej dobovým nábytkom a stodoly, kde je rôzne náradie, napríklad aj nástroj na výrobu šindľov. V tretej miestnosti múzea sú vystavené písomnosti a kroniky obce. V múzeu je vystavených 230 exponátov, ktoré zapožičali alebo darovali občania a rodáci z obce Párnica.

Párnica č. 116, 027 52 Párnica (9 km od Dolného Kubína), www.parnica.sk

Izba ľudových tradícií

Nachádza sa v centre obce Veličná v objekte kaštieľa z 18. storočia, ktorý je národnou kultúrnou pamiatkou. Múzeum je zamerané na dokumentáciu a prezentáciu tradičnej ľudovej kultúry. V zbierkach sú zastúpené ľudové odevy, kompletne drevené pomôcky na spracovanie ľanu, česačky, trepačky, vytieračky, kolovrátky, potak, snovadlá, krosná aj výrobky z ľanu, predmety dennej potreby, kuchynský riad, drevené truhly na šaty a oblie, konské a volské postroje a deky. Najkrajšími kusmi inventáru sú formy na modrotlač a stará drevená posteľ.

Veličná č. 162, 027 54 Veličná (4,5 km od Dolného Kubína), www.velicna.sk

Historický cintorín

Nachádzajú sa tu hroby významných dejateľov, spisovateľov, a organizátorov slovenského kultúrneho života Oravy (P. O. Hviezdoslav, Janko Matúška, L. N. Jége, Leopold Bruck a ďalší).

Alej Slobody, 026 01 Dolný Kubín, tik.dolnykubin.sk

Židovská synagóga

Stavba pochádza z roku 1901. Židovská náboženská obec ju dala vybudovať namiesto starej synagógy, ktorú zničil požiar roku 1893. Na budove je umiestnená pamätná tabuľa so spomienkou na deportovaných Židov za 2. svetovej vojny. Pamätnú tabuľu obetiam holokaustu slávnostne odkryl v roku 1990 vtedajší prezident Václav Havel.

Hviezdoslavovo námestie, 026 01 Dolný Kubín, tik.dolnykubin.sk

Galérie

Čaplovičova Bibliotéka

Budova bola postavená v rokoch 1905 – 1911 pre účely uloženia rozsiahlej zbierky kníh (vyše 60 000 zväzkov) a ďalších cenných predmetov, ktoré v roku 1839 daroval jasenovský rodák Vavrínek Čaplovič Oravskej župe. Pred budovou sa nachádza socha P. O. Hviezdoslava, ktorú roku 1936 vytvoril Fraňo Štefunko.

Hviezdoslavovo nám. 1692/7, 026 01 Dolný Kubín, www.oravskemuzeum.sk



Oravská galéria (Župný dom)

Oravská galéria je regionálnou galériou s krajskou pôsobnosťou pre Žilinský samosprávny kraj založenou v roku 1965. Sídlí v Župnom dome zo 17. storočia, ktorý slúži ako administratívne a výstavné centrum galérie. Zbierkovým fondom v ôsmich výtvarných disciplínach v počte takmer 8 500 ks výtvarných diel patrí medzi najvýznamnejšie verejné galerijné inštitúcie na Slovensku.

Hviezdoslavovo námestie 11, 026 01 Dolný Kubín, www.oravskagaleriala.sk

Galéria Márie Medveckej v Tvrdošíne



Od r. 1979 je umiestnená v klasicistickej kúrii z 19. storočia. Vystavených 266 olejomalieb a kresieb poskytuje obraz o vývojových etapách a žánrových okruhoch celoživotnej tvorby Márie Medveckej – maliarky, ktorá spojila svoj život a dielo s regiónom Oravy. Medvedzie 2, 027 44 Tvrdošín (32 km od Dolného Kubína), www.oravskagaleriala.sk

Galéria ľudového rezbárstva

V obci Babín sa nachádza stála a celoročne prístupná expozícia ľudových drevených plastík. Tvorí ju viac ako 50 sôch v nadživotnej veľkosti od 30 tvorcov z Oravy, Liptova, Kysúc, Považia, Košíc a Poľska.

Babín 50, 029 52 Hruštín (21 km od Dolného Kubína), www.babin.sk

ART GALÉRIA Schürger

Súkromná Art galéria Schürger sa nachádza v Tvrdošíne. Zameriava sa na slovenskú výtvarnú modernu. Pravidelne usporadúva výstavy a vernisáže, organizuje kurzy, workshopy, tvorivé dielne, detské ateliéry a rôzne iné kultúrne akcie späté s umením.

Trojičné námestie 183, 027 44 Tvrdošín (31 km od Dolného Kubína),
www.art-galeria.sk

Výstavy

Florinov dom (dnes výstavná sieň Oravského múzea)

Pôvodne remeselnícko-farbiarsky dom získal súčasnú podobu v polovici 19. storočia. V rokoch 1953 – 1973 tu žil a tvoril básnik, publicista, diplomat a osvetový pracovník Theo Herkeľ Florin, ktorý bol 13 rokov spoluorganizátorom Hviezdoslavovho Kubína.

Kohútov sad, 026 01 Dolný Kubín, www.oravskemuzeum.sk

Park dejateľov

Park dejateľov sa nachádza medzi Oravskou galériou a kostolom Evanjelickej cirkvi a. v. na Hviezdoslavovom námestí. Tvorí ho osem reliéfov významných osobností Dolného Kubína: Ivan Ballo, Pavol Bujnák, Theo Herkeľ Florin, Juraj Janoška, Ladislav Nádaši-Jégé, Margita Figuli, Andrej Halaša a Peter Škrabák. Hviezdoslavovo námestie, 026 01 Dolný Kubín, tik.dolnykubin.sk

Drevené kostoly

Drevený artikulárny evanjelický kostol v Leštínach



Bol postavený v rokoch 1688–1689, do dnešných dní sa zachoval v neporušenom intaktnom stave a v autentickom prírodnom prostredí. Jeho architektúry, zrubovej konštrukcie ani vnútornej výzdoby mobiliáru sa nedotkli takmer žiadne novodobé rušivé stavebné zásahy a úpravy. Vzácnnej historickej pamiatke sa roku 2008 dostalo celosvetového uznania v podobe zápisu do Zoznamu svetového kultúrneho a prírodného dedičstva UNESCO.

Leštiny 22, 027 01 Vyšný Kubín (7 km od Dolného Kubína), +421 43 589 53 25

Gotický drevený kostolík v Tvrdošíne



Drevený rímskokatolícky kostol pochádza z 15. storočia, nachádza sa na miestnom cintoríne. Roku 1994 bol ocenený organizáciou Europa Nostra za zachovanie a vynikajúce zreštaurovanie tejto významnej pamiatky drevenej architektúry a jej vnútorné vybavenie tradičnou ručnou prácou. Od roku 2008 zapísaný do Zoznamu svetového kultúrneho a prírodného dedičstva UNESCO.

Cintorínska, 027 44 Tvrdošín (32 km od Dolného Kubína), www.tvrdosin.sk

Drevený artikulárny kostolík v Istebnom



Na miestach súčasného dreveného artikulárneho kostola sv. Michala stála pôvodne malá kaplnka z roku 1686, r. 1730 bola rozšírená a kostol dostal pôdorys gréckeho kríža. V jeho interieri sa nachádzajú vzácne maľby, kazateľnica, barokový oltár s obrazom sv. Trojice a ďalšie zaujímavosti.

Evanjelický farský úrad, 027 53 Istebné (8 km od Dolného Kubína), www.istebne.sk

Zrúcaniny

Vápenka

Východiskový bod: Zuberec

Pozostatky z vápennej pece, kde sa v minulosti páliło vápno, sa nachádzajú v priestoroch Vápenice, čo je asi 30 minút od horného konca Zuberca, smerom na Úplazíky. V minulosti vápenníctvo slúžilo ako doplnková činnosť popri poľnohospodárstve čo vylepšovalo životnú situáciu obyvateľov. Koncom 19. storočia boli vybudované malé vápenné pece v predhorí masívu Sivého vrchu. Tieto pece boli primitívne piecky vykurované drevom, v ktorých sa páliło vápno len pre miestnu potrebu. Využívané boli hlavne na bielenie vnútorných stien drevených domov, pece, piecky a podmurovky domov. V roku 1900 bola vybudovaná väčšia vápenná pec, ktorá bola obecným majetkom. Zo spodnej časti bola pec dvojkomorová a v hornej časti bola zúžená v tvare násypného valca. V jednej z komôr sa založil oheň z dreva a uhlia a v druhej sa urobila obmurovka z vápencových skál, do ktorej sa hádzali vápencové kamene až do úplného zaplnenia. Po zapálení pec mohla pracovať neustále za stáleho dopĺňania paliva a vápenca a zároveň odoberania vypáleného vápna. Ľudia v Studenej doline mali drevené domy a bielilo sa len dva krát do roka – na Vianoce a Veľkú noc. Z tohto dôvodu pec postupne zanikala. Ešte pred prvou svetovou vojnou ukončila svoju činnosť natrvalo. V pálení vápna sa ešte pokračovalo ale už len v malých peciach. Posledné vápno sa vypálilo v roku 1961.

Františkova Huta



Východiskový bod: Nižná

Zrúcanina železiarne z roku 1836, ľudovo nazývaná hámor patrí k najvzácnejším technickým pamiatkam celého oravského regiónu. Železiareň spracovávala železnú rudu z okolitých baní v Juráňovej doline, Zuberca, Habovke či Malatínej. Stavba je zaujímavá svojou históriou ale i architektúrou. Do dnešnej doby sa zachovala klasicistická fasáda, obvodové múry, vysoká pec, dýchadlová komora, niekoľ-

ko kanálov a ďalšie časti.

Podbiel, 027 42 Podbiel (24 km od Dolného Kubína), www.podbiel.sk

Iné zaujímavosti

Oravská lesná železnica



Historická, úzkorozchodná lesná železnica sa nachádza na hranici Oravy a Kysúc v katastri obce Oravská Lesná. Pôvodne bola vybudovaná na prepravu dreva. Obnovená na prepravu turistov bola roku 2008 a dnes premáva medzi stanicami Tanečník a Beskyd každý deň. Tanečník, 029 57 Oravská Lesná (39 km od Dolného Kubína), www.oravskemuzeum.sk

Polhorské tajchy

Na sťahovanie dreva spod Babej hory vybudoval Oravský komposesorát tajchy – hrádze na zachytávanie vody. Drevo spod Babej hory sa na pílu v Oravskej Polhore dopravovalo vodnou cestou spustením tajchov. V okolí Babej hory boli vybudované dva tajchy, horný a dolný. Horný tajch bol pretrhnutý a zničený. Ostali zachované len niektoré časti dolného tajchu: hrádza s krásnou alejou, v ktorej sa nachádza výpustný objekt s pôvodnou výdrevou pod hrádzou.

Oravská Polhora (48 km od Dolného Kubína)

Vodné dielo Orava (Oravská priehrada)

Rozsiahle vodné dielo bolo vybudované v rokoch 1941–1954 na sútoku Bielej a Čiernej Oravy, aby zabránilo častým povodňiam. Pozostáva z Oravskej priehrady, ktorej súčasťou je vodná elektrárňa, a vyrovnávací nádrž v Tvrdošíne.

Slanický ostrov umenia



Ostrov vznikol po zatopení piatich oravských obcí vodami Oravskej priehrady, kde zostalo nezatopené len návršie (dnešný ostrov) s barokovým kostolom a kalváriou, ktoré tvorili v minulosti dominantu zatopenej obce Slanica. Na ostrove sú lokalizované stále expozície tradičného umenia zo zbierok Oravskej galérie. V interiéri kostola sa nachádza expozícia „Tradičná ľudová plastika a maľba“ a v exteriéri vzniklo lapidárium „Oravskej kamenárskej tvorby 18. a 19. storočia“. V chrámovom priestore sa v letných mesiacoch konajú koncerty vážnej hudby „Hudobné leto“.

Oravská priehrada–Prístav (35 km od Dolného Kubína), www.oravskagaleria.sk

Zvonica na Bysterci (Dolný Kubín)

Starobylá zvonica predstavuje kúsok histórie uprostred moderných panelákov. Pripomína časy, keď na tomto území ešte v 20. storočí stáli nízke rodinné domy.

Binárne hodiny (Dolný Kubín)

Nevšedné hodiny sa nachádzajú na Námestí slobody. Ide o patent Ing. Pavla Nováka, ktorý sa po dlhých rokoch života v Rakúsku, Švajčiarsku, Nemecku a v USA vrátil do rodného mesta. Vymyslel a s podporou Mestského úradu inštaloval roku 2002 unikátne binárne hodiny.

Kolónádový most (Dolný Kubín)

Patrí medzi vyhľadávané a najčastejšie fotografované atrakcie. Spája sídlisko Bysterec so starým mestom.

Kalendárium slávností, festivalov a tradičných podujatí



MÁJ

- **Dilongova Trstená** – recitačná súťaž v prednese spirituálnej poézie a prózy
- **Vidiečanova Habovka, Habovka** – krajská súťažná prehliadka folklórnych skupín
- **Hviezdoslavov Kubín, Dolný Kubín** – celoslovenská súťaž v umeleckom prednese poézie a prózy a v tvorbe divadiel poézie a detských recitačných kolektívov

JÚN

- **Zahrajme sa ako kedysi** – každú stredu a piatok (ponuka pre školy) Múzeum oravskej dediny Zuberec
- **Zázrivské halušky, Zázrivá** – súťaž vo varení halušiek, kultúrny program, Jánska vatra

JÚL

- **Ozveny tradícií** (júl – august, každú stredu o 14.00), Múzeum oravskej dediny
- **Remeslá na dedine** (júl – august, každú nedeľu od 11.00 do 16.00), Múzeum oravskej dediny
- **Trstenská krídlovka** – hudobná prehliadka dychových hudieb
- **Podbielanske folklórne slávnosti**
- **Stará cesta**
- **tradičný Škapuliarsky jarmok**
- **Zázrivské dni**
- **Spievame Márii** – festival gospelovej hudby
- **Folklórne slávnosti pod Babou horou a Pil'skom, Sihelné**
- **Verím pane** – festival gospelových kapiel, duchovného programu, amfiteáter Námestovo
- **Habovský Kardan, Habovka** – súťaž domácky vyrobených traktorov

AUGUST

- **Podroháčske folklórne slávnosti, Zuberec**
- **Dôrobek, Dožinky** spojené s ukázkami ľudových remesiel
- **Diferák, Zázrivá** – súťaž domácky vyrobených traktorov

SEPTEMBER

- **Koncert gajdošov**, koncert v rámci medzinárodného gajdošského festivalu „Gajdovačka“, Múzeum oravskej dediny

OKTÓBER

- **Orava jazz** – džezový festival, Dom kultúry Námestovo

NOVEMBER

- **Martinský jarmok, Trstená**

Zoznam členov Klastra Orava

Názov subjektu	Mail	Telefón
Aqua Kubín, s.r.o.	info@aquakubin.eu	+421 43 2388 374
Centrum Ruffe, s.r.o.	info@ruffin.sk	+421 43 2388 810
Hagman Penzión Koliba	kontakt@penzionkoliba.sk	+421 43 5863 258
Hotel Belez	rezervacie@belez.sk	+421 907 724 930
Infinity Relations, a.s.	hotelorava@hotelorava.sk	+421 43 5302 100
Mesto Dolný Kubín	primator@dolnykubin.sk	+421 43 5814 454
Mesto Námestovo	sekretariat@namestovo.sk	+421 907 831 157
Mesto Trstená	msu@trstena.sk	+421 43 5310 125
Miro Tours, s.r.o.	info@skizabava.sk	+421 43 2388 284
MKM Orava, s.r.o.	penzion@severka.sk	+421 43 5593 290
Obec Habovka	obec@habovka.sk	+421 43 5395 142
Obec Hruštín	ocuhrustin@stonline.sk	+421 43 5577 111
Obec Kľačany	oukralovany@pobox.sk	+421 43 5898 129
Obec Mútne	obec@mutne.sk	+421 43 5597 115
Obec Oravský Biely Potok	oravskybielypotok@bsk.sk	+421 43 5395 411
Obec Párnica	ocuparnica@dkubin.sk	+421 43 5892 283
Obec Zábiedovo	zabiedovo@oravanet.sk	+421 43 5392 653
Obec Zázrivá	obecazriva@stonline.sk	+421 43 5896 133
Obec Zuberec	obec@zuberec.sk	+421 43 5395 103
Omniko, s.r.o.	info@kemptilia.sk	+421 917 798 826
Omoss, s.r.o.	recepacia@penzionbeskydy.sk	+421 43 3709 047
Orava Skipark, a.s.	info@kubinska.sk	+421 907 925 310
SPN Plus, s.r.o.	info@villahelia.sk	+421 911 222 806
SOŠ obchodu a služieb D. Kubín	skola@zssdk.edu.sk	+421 43 5863 164
Šport. združenie Orava Slovakia	oravalive@oravalive.sk	+421 902 171 868
Štefan Traj – TRAY	recepacia@hotelarman.sk	+421 43 3709 042
Tandem, s.r.o.	plte@orava.sk	+421 911 358 182
Tatrawest, s.r.o.	tatrawest@tatrawest.sk	+421 43 5395 210



Jedným z konkrétnych produktov cestovného ruchu Klastra ORAVA je regionálna karta zliav Orava card, ktorá ponúka záujemcom komplexný balík služieb a výhodné zľavy pri návšteve lyžiarskych stredísk, aquaparku, ubytovacích zariadení, reštaurácií, kultúrno-historických pamiatok, atrakcií a pod.



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



Vydala:
Krajská organizácia cestovného ruchu
Žilinský turistický kraj
Fotografie: archív členov ŽTK, Jaroslav Velička
Grafické spracovanie a tlač: TIMEPRINT Žilina
Rok vydania: 2015

www.facebook.com/zilinskyturistickykraj
www.zilinskyturistickykraj.sk



MINISTERSTVO DOPRAVY, VÝSTAVBY
A REGIONÁLNEHO ROZVOJA
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

*Projekt je realizovaný s finančnou podporou Ministerstva dopravy,
výstavby a regionálneho rozvoja SR*