



Pre milovníkov turistiky a cykloturistiky



Región Malá Fatra pre milovníkov turistiky a cykloturistiky

Poznáte Malú Fatru? Ak nie, tak vedzte, že rozhodne nie je malá. Oblasť o ktorej hovoríme dominuje Veľký Rozsutec, kilometre turistických a cyklistických chodníkov či tradície späté s drotárstvom a folklórom. U nás nájdete viac ako 280 km turistických a 645 km cyklistických trás, čo robí z Malej Fatry ideálne miesto pre aktívny oddych.



Netreba zabúdať ani na Jánošíkove diery, Tiesňavy či nádhernú kysuckú prírodu. K Malej Fatre patrí aj Terchová a Terchovská dolina plná tradičných remesiel, ľudovej hudby a histórie prepojenej s najznámejším rodákom Jurajom Jánošíkom.

Počas vašich potuliek Malou Fatrou vám odporúčame navštíviť stredoveký hrad Strečno, Budatínsky hrad či múzeum kysuckej dediny s lesnou úvratovou železničkou vo Vychylovke. Bolo by chybou nezastaviť sa v Žiline a dozvedieť sa o jej histórii viac napríklad aj počas prehliadky mesta.

Malá Fatra je jednoducho tou najlepšou voľbou na aktívnu letnú dovolenku, romantický pobyt či cyklovíkend. Príďte sa presvedčiť sami.

OOCR Malá Fatra sa predstavuje

Oblasťná organizácia cestovného ruchu Malá Fatra bola založená v roku 2012. Za tento čas získala vďaka svojej aktívnej činnosti pevnú pozíciu lídra v regióne a neustále naplno pokračuje vo svojich aktivitách.

Členskú základňu tvoria obce, mestá a podnikateľské subjekty z oblasti cestovného ruchu. Spoločným cieľom je nielen jednotná propagácia destinácie a marketing regiónu Malá Fatra, tvorba inovatívnych produktov v cestovnom ruchu či rozširovanie siete cyklotrás a realizácia nových projektov, ktoré súvisia s cestovným ruchom.

Mestá: Žilina, Krásno nad Kysucou

Obce: Obec Porúbka, Obec Teplička nad Váhom, Radôstka, Belá, Stará Bystrica, Terchová, Lietava, Zborov nad Bystricou, Nová Bystrica, Stráňavy



Turistika

Pohorie Malej Fatry ponúka nespočetné možnosti trás skutočne pre všetkých. Nenáročným trasám a náučným chodníkom sa určite potešia rodiny s deťmi či víkendoví turisti. Spokojní budú aj ostrieľaní vysokohorskí turisti ktorí hľadajú náročnejší terén. Fotografom, ak počasie dopraje, sa spúšť nebude mať prečo zastaviť. Turistické trasy sú upravované a v náročných úsekoch aj zaistené reťazami a rebríkmi, no na výlet si radšej vždy vezmite vhodnú pevnú turistickú obuv, turistickú mapu a do batoha si okrem jedla a vody pripaľte aj oblečenie do dažďa. Najvyšším vrcholom je Veľký Kriváň 1709 m n. m., najobľúbenejšie sú Jánošíkove Diery a návštevníci nevynechajú ani známe Rozsutce. Významný vrchol Veľký Rozsutec sa nachádza aj v logu národného parku Malá Fatra.



Tu je niekoľko tipov, kam sa pri potulkách Malou Fatrou oplatí vybrať:



Lahké trasy:

Vrátna – Chata na Grúni – 1:25 h, 4,8 km, stúpanie 220 m
 Začiatok je pri Chate Vrátna (750 m), kam sa môžete dovieť autobusom alebo autom a tiež tam aj zaparkovať. Priamo oproti chate začína žltá značka, ktorá Vás vtiahne hneď do lesa. Chodník nie je náročný, je to cca 45 min. mierneho stúpania a určite ho zvládnu aj menšie deti. Prechod lesom je príjemný hlavne počas horúcich letných dní, pretože až na pár rúbanísk sa stále pohybujete v tieni stromov. Ak sa predsa len unavíte a potrebujete chvíľku na oddych, poslúži Vám na to zopár drevených lavičiek popri chodníku. Keď vyjdete z lesa, máte pred sebou posledných 5 min. chôdze po lúke priamo k chate do nadmorskej výšky 970 m. Tu na Vás čaká občerstvenie na letnej terase, kde zaženiete nielen smäd, ale aj hlad. Deti sa môžu vyšantiť na trávnom detskom ihrisku so šmykačkou, preliezkami a hojdačkami. Ak ich nebolia nôžky, môžu si zahrať obľúbené loptové hry. Priamo od chaty je krásny výhľad na Veľký Rozsutec a hrebeň Malej Fatry. Cesta späť tou istou trasou Vám bude trvať 30 min., ale ak sa vyberiete cez Paseky na Starý dvor, rátajte s hodinovým zostupom. Ak nie ste viazaní na auto, môžete zísť druhou, ale trochu strmšou cestou po modrej značke do Štefanovej. Zostup trvá cca 45 min. Odtiaľ môžete zbehnúť do Terchovej na kolobežkách alebo vláčku.

Chata Vrátna – Symbolický cintorín – 0:25 h, 1,2 km, stúpanie 85 m
 Neďaleko Chaty Vrátna sa nachádza symbolický cintorín. Cintorín vybudovala Horská služba. Bol otvorený a posvätený v roku 1998, ako v poradí tretí cintorín na Slovensku venovaný obetiam nešťastí v horách. Cesta k nemu trvá asi 10 min. Môžete tam zájsť, keď budete na prechádzke po Vrátnej alebo keď budete končiť výlet z Chaty na Grúni či z kabínkovej lanovky. Každoročne sa tu na jeseň koná svätá omša za obete hôr.

Kabínková lanovka – Veľký Kriváň – Chleb – Chata pod Chlebom – 2:54 h, 7,3 km, stúpanie 457 m

Z parkoviska z Vrátnej doliny pôjdete na kabínkovú lanovku. Výjazd trvá cca 10 minút. Zo Snilovského sedla (1524 m) sa najskôr vyberte na najvyšší vrchol Malej Fatry – Veľký Kriváň (1709 m). Stálym stúpaním po červenej značke sa naň dostanete za 40 minút. Odtiaľ odporúčame vrátiť sa naspäť cez Snilovské sedlo na Chleb (1647 m). To by ste mohli stihnúť do jednej hodinky. Ak sa nechcete vracieť po červenej značke opäť do sedla, navrhujeme z Chlebu pokračovať ďalej po červenej až na Sedlo za Hromovým (1605 m). Tu odbočíte vpravo na žltú značku a smerujete na Kopiská (1450 m). Cesta vedie holým terénom po bočnej strane hlavného hrebeňa. Posledný desaťminútový úsek k Chate pod Chlebom (1415 m) chodíte po modrej značke. Oddych na lavičkách pred chatou Vám padne určite vhod. A ak si k tomu doprajete chutný obed, nebudete ľutovať. Späť do Snilovského sedla sa vrátte po zelenej značke. Táto trasa Vám bude trvať do 30 minút.

Rozhľadňa na Bobovci – turistický chodník, žltá značka od Slovenského orloja v Starej Bystrici. Rozhľadňa má výšku 16 metrov a je vybudovaná z tradičných materiálov. Ak sa rozhodnete z rozhľadne pokračovať ďalej (a deti budú vládvať), po hrebeni Nocľahov sa východným smerom dostanete do obce Nová Bystrica, ktorá je známa nielen skanzenom, ale aj lesnou úvratovou železničkou.

Stredne ťažké trasy:

Snilovské sedlo – Chata pod Suchým – Nezbudská Lúčka – 6:15 h, 17,8 km, stúpanie 580 m, klesanie 1749 m

Aby ste si ušetrili čas a nohy, ktoré budete na tejto trase, určite využite kabínkovú lanovku, ktorá Vás od Chaty Vrátna vyvezie na Snilovské sedlo (1524 m). Odtiaľ môžete ísť celý čas po červenej značke až na Chatu pod Suchým (1070 m). Túra na Chatu pod Suchým po hrebeni Krivánskej Malej Fatry je jedna z najkrajších na Slovensku. Pôjdete cez sedlo Bublen (1510 m), Malý Kriváň (1671 m) do sedla Priehyb (1455 m). Tu sa môžete rozhodnúť, či pôjdete traverzom popod hrebeň po žltej značke cez sedlo pod Suchým (1303 m) až na sedlo Príslop pod Suchým (1215 m) alebo budete na sedlo Príslop pokračovať po hrebeni, po začatej červenej značke. Trasy sa na Príslope spájajú a charakterom i dĺžkou sú približne

rovnaké. Z Príslopu potom trvá cesta na Chatu pod Suchým po červenej značke už len 30 minút. Na chate sa môžete najesť a v prípade, že ste na túru vyrazili neskôr, aj prespať. Ak nie je ešte neskoro a chcete ísť ďalej, ponúkame dve možnosti na zostup:

1) pokračujte po červenej značke cez Starý hrad do Nezbudskej Lúčky (355 m). Na hrade sa určite zastavte. Aj keď sú to len zručaniny, ponúkajú pekné zákutia, a hlavne krásny výhľad na oproti týčiaci sa hrad Strečno a pod nohami sa točiaci Domašínsky meander. Zostup od chaty trvá cca 2:15 h a tak si na cestu pripravte dostatok síl. Ak sa chcete vrátiť do Terchovej, vyberte si jednu z nasledujúcich variantov:
 A) v Nezbudskej Lúčke zo stanice Strečno vlakom do Žiliny, odtiaľ zo zastávky č. 10 autobusom do Terchovej,
 B) z Nezbudskej Lúčky do dediny Varín buď peši (cca 30 min.) alebo autobusom, odtiaľ zo zastávky pri obecnom úrade opäť autobusom do Terchovej.

2) 10 min. nad chatou je smerovník Javorina. Odtiaľ vedie zelená značka priamo až k autobusovej zastávke do Varína. Prvých 30 min. idete cez les do sedla Brestov. Nasledujúcu hodinku trvá zostup cez serpentíny a znova lesom až k smerovníku Pod Jedľovinou. Pred Vami je už posledných 45 min. chodníka po asfaltke. Z lesa ste sa konečne dostali von, tak si užite pekné výhľady na Žilinskú kotlinu, Varín, Strečno, rieku Váh, Vodné dielo Žilina či vrch Straník. Na zastávke vo Varíne počkajte na spojenie do Terchovej. Ak nebývate priamo v Terchovej, nemajte obavy, autobus stojí v každej dedine po ceste, tiež pri Autokempe Belá.

Keďže táto túra patrí k jednej z najdlhších, odporúčame ju začať „hneď“ po raňajkách. Pri jej plánovaní si tiež nezabudnite vopred zistiť vlakové alebo autobusové spojenie, aby ste sa mohli bez problémov vrátiť.

V prípade, že ste ubytovaní v obci Belá, v Autokempingu Belá – Nižné Kamence alebo v jeho blízkom okolí, môžete túru začať v doline Bránica. Z hlavnej cesty č. 583 smerom z Terchovej na Žilinu odbočíte za kempingom vľavo. Na tejto križovatke sa nachádzajú štyri veľké betónové valašky – to je znamenie, že ste na správnom mieste. Odtiaľ sledujte zelenú značku. Po prvý smerovník Sedlo na koni (1170 m) sú to 2 hod. Úvodné asi 3 km sú po rovinke po asfaltke, neskôr prejdete do lesa na klasický turistický chodník a začnete celkom prudké stúpanie. Za sedlom les končí a Vás čaká ešte 1:15 h dlhý a spočiatku strmý výstup do sedla Bublen (1510 m). Tu ste sa dostali na hrebeň a červenou značkou pokračujte smer Malý Kriváň (1671 m) a ďalej podľa prvej verzie tejto túry. Táto varianta výstupu na hrebeň je možná aj ako trasa zostupu. Hlavne v prípade, ak ste sa na túru vybrali od Snilovského sedla, ale v neskorších hodinách alebo sa počasie rýchlo zmenilo a vy sa potrebujete z hrebeňa dostať dole.

Ťažké trasy, obsahujú reťaze a rebríky:

Veľký a Malý Rozsutec



- Poloha: Krivánska Malá Fatra – Národná prírodná rezervácia Veľký Rozsutec
- Celkový čas pre túru s ukončením na Bielom Potoku: 6:05 h
- Celkový čas pre túru s ukončením na Bielom Potoku cez Podžiar: 6:55 h
- Celkový čas pre túru s návratom cez Medzirozsutce a Pod Medziholím: 7:00 h
- Celkové stúpanie pre túru s ukončením na Bielom potoku: 1165 m
- Celkové stúpanie pre túru s ukončením na Bielom Potoku cez Podžiar: 1185 m/1248 m
- Celkové stúpanie pre túru s návratom cez Medzirozsutce a Pod Medziholím: 1325 m
- Náročnosť: ťažká

Výstup môžete začať v Štefanovej (633 m) po zelenej značke. Chodník je charakteristický stálym 1,5 hodinovým stúpaním až na Medziholie (1158 m). Na Medziholí je pekná čistinka, ktorá ponúka miesto na oddych. Odtiaľ začnete opäť stúpať po červenej značke na Veľký Rozsutec (1610 m). Niektoré úseky treba prekonávať pomocou reťazí. Výstup na vrchol by ste mali zvládnuť za hodinu. Tu si určite oddýchnite a pokochajte sa krásnym výhľadom po okolí z určite najkrajšieho skalnatého vrchu v Malej Fatre. Ak chcete ísť aj na Malý

Rozsutec, z vrcholu Vás čaká 45 minútový zostup, opäť po červenej smerom na Medzirozsutce. Odtiaľ sa cez sedlo Zákres (1200 m) dostanete po zelenej značke na Malý Rozsutec (1343 m) za necelých 30 min. Cestou musíte prekonať dva strmé úseky istené reťazami. Ale tá námaha stojí za to. A ak ste „pred chvíľkou“ boli na Veľkom Rozsutci, pri pohľade naň sa Vám to nebude chcieť ani veriť. Ak nie ste viazaní na auto, ktoré máte na parkovisku v Štefanovej, pokračujte zelenou značkou dole, smer osada Podrozsutec, až k Hotelu Diery na Bielom Potoku. Začiatok chodníka vedie cez kosodrevinu a je dosť prudký, pomoc reťazí určite oceníte. Ďalej už idete po lese a od spomínanej osady po lúčach. Cesta k hotelu trvá asi 2 hodiny. Tu si konečne môžete vydýchnuť, občerstviť sa v štýlovej Kolibe a počkať na autobus, ktorý Vás dovezie do Terchovej.

V prípade, že sa potrebujete vrátiť do Štefanovej k autu, z Malého Rozsutca zostúpte späť na sedlo Medzirozsutce. Tam si môžete vybrať medzi dvoma možnosťami:

1) zostupovať 10 min. po modrej značke k smerovníku Pod Tanečnicou. Odtiaľ odporúčame prejsť na zelenú, ktorá Vás cez les dovedie k smerovníku Pod Pálenicou. Tu opäť zelenou na sedlo Vrchpodžiar. Týmto chodníkom sa vyhnete zostupu po rebríkoch v Horných Dierach, ktorý je v prípade množstva turistov smerujúcich nahor komplikovaný. Zo sedla Vás čaká už len oddychových 20 min. po žltej značke do osady Štefanová. Tam si môžete dopriať neskorý obed v niektorej z reštaurácií prípadne sa iba občerstviť v bufete na zastávke autobusu.

2) pokračovať po modrej značke poza Veľký Rozsutec smerom na sedlo Medziholie. Táto nenáročná trasa vedie najskôr lesom, neskôr lúčami s peknými výhľadmi. Modrá na záver narazí na žltú a dovedie Vás na Medziholie. Odtiaľ zostupujete zelenou späť do Štefanovej, presne tak, ako ste začínali. Zo sedla Medzirozsutce by ste to mali stihnúť do 2:30h. Na celej trase sa vyskytujú endemicky vzácne druhy flóry a fauny. Niektoré rastlinné spoločenstvá sú v rámci Slovenska unikátne. Žije tu asi 2000 druhov živočíchov a takmer všetky druhy chránených rastlín.

Úsek Medziholie – Veľký Rozsutec – Medzirozsutce je v období od 1. 3. do 15. 6. uzatvorený.

Snilovské sedlo – Šútovský vodopád – Snilovské sedlo – 4:40 h, 10,6 km, stúpanie 844 m

Zbojnický chodník: Tiesňavy – Malé Nocľahy – Obšívanka – Vyšné Kamence – 3:05 h, 4,5 km, stúpanie 520 m

Diery a náučné chodníky

Ak sa túžite niečo dozvedieť aj o malofatranskej prírode, zvol'te si trasu niektorým z náučných chodníkov. Zvlášť odporúčame navštíviť Diery – jedinečnú sústavu tiesňav a kaňonov, ktoré ponúkajú priam až adrenalínový zážitok výstupu pomedzi vodopády. Ak si chcete trasu v pokoji užiť, skúste vyraziť cez pracovný týždeň. Chodníky sú v niektorých miestach zúžené a nedá sa prejsť naraz oboma smermi. Dolné a Nové diery sú vhodné aj pre rodiny s deťmi, Horné len pre zdatnejších turistov.

Náučný chodník Jánošíkové diery: Biely Potok – Dolné diery – Nové diery – Podžiar a späť – 2 h, 5 km, stúpanie 165 m
 Jánošíkove diery alebo skrátene len Diery, tvorí sústava krásnych tiesňav a kaňonov v Krivánskej Malej Fatre. Nachádzajú sa v národnej prírodnej rezervácii Rozsutec. Spomínaný náučný chodník je súčasťou Dolných dier, v ktorých sa nachádzajú dva vodopády. Je vhodný pre rodiny s deťmi, pretože prechody ponad Dierový potok, pretekajúci cez kaňon, sú po drevených lávkach so zábradlím. Ďalšie úseky – Nové a Horné diery sú len pre zdatnejších turistov. Jednoduchú túru po náučnom chodníku začnite v časti Biely Potok, kde môžete zaparkovať pred Hotelom Diery. Za hotelom vedie modrá značka, ktorá Vás po 25 minútach privedie do azda najkrajšej časti Dier – do Ostrvného. Tu sa môžete do sýtosti kochať obrovským skalným kaňonom, cez ktorý preteká už spomínaný Dierový potok. Za kaňonom pokračujte smerom na Podžiar po modrej značke, na ktorej sa nachádza niekoľko náučných tabúl. Podžiarom sa Dolné diery končia. V malej dreveničke tu nájdete bufet, kde sa môžete občerstviť a chvíľku si posediť na lavičkách alebo na lúke pri vode. Návrat bude po tej istej trase. Na obed sa určite zastavte v Hoteli Diery, kde si môžete pochutnať na tradičnej slovenskej kuchyni. Deti sa zase môžu pohrať na detskom ihrisku. Dĺžka náučného chodníka tam a späť je cca 5 km a trvá 1,5 hod. Stúpanie predstavuje 165 m. Ak sa nechcete vracieť tou istou cestou, prišli autobusom alebo peši, pokračujte z Podžiaru žltou značkou do Štefanovej. Cesta tam trvá už len 20 min. Odtiaľ sa do Terchovej dostanete peši (cca 1:00 h), autobusom alebo turistickým vláčikom. Tí odvážnejší si môžu zapožičať profi kolobežky, ktoré po jazde vrátite na stanovišti v Terchovej pod sochou J. Jánošíka.

Náučný chodník Jánošíkovým chotárom: okruh po terchovských osadách s cennými informáciami o terchovskom regióne – nenáročný, trvanie cca 6 h.

Ak chcete zažiť výhľady na kopce, ktoré ste už prešli alebo vymeniť rebríky a prechody po skalách za pevnú pôdu pod nohami, pozývame Vás na výlet po náučnom chodníku Jánošíkovým chotárom. Vedie terchovskými osadami a kopanicami a značený je zelenou značkou. Začína i končí v Terchovej pri kostole sv. Cyrila a Metoda. Na okružnej trase dlhej 13,5 km sa z desiatich informačných tabúl dozviete veľa cenných informácií o Terchovej.

Náučný chodník Fojtov potok: krásnu prírodu a čerstvý vzduch si užijete aj pri tejto prechádzke. Chodník je okruhom, ktorý začína aj končí v obci Zborov nad Bystricou – nenáročný, vhodný aj pre deti, trvanie cca 1 hod.





Viacdnňové výlety

Ak si chcete dopriať viacdnňový pobyt, program na jednotlivé dni si môžete nakombinovať z rôznych turistických trás podľa vašej kondície, chute a počasia.

V deň oddychu môžete zvoliť napríklad návštevu Terchovej, Žiliny, Krásna nad Kysucou alebo niektorú z malebných obcí nášho kraja. Ak však budete chcieť podať športový výkon a naozaj sa zapotiť, odporúčame prechod celým hrebeňom Malej Fatry. Celú trasu, ktorá vedie všetkými hlavnými vrcholmi pohoria, si môžete rozdeliť na dva alebo tri dni. Na noc sa dá zložiť v niektorej z horských chát, ktoré sa nachádzajú pozdĺž hrebeňa: Chata pod Suchým, Chata pod Chleбом a Chata na Grúni.





Hrebeňovky v Malej Fatre



Podrobnejšie spracované tipy na výlety nájdete v novej brožúre, ktorá je k dispozícii v slovenskom, anglickom a poľskom jazyku. Nájdete tu 17 overených turistických trás, 9 cyklotrás a viac ako 80 tipov na atrakcie s kontaktmi v Žiline, Terchovskej doline a na Kysuciach. Publikácia na 116 stranách okrem pestrých fotografií a máp ponúka návod, ako stráviť dovolenku, či voľný čas v Malej Fatre a jej okolí aktívne a zmysluplne. Brožúrku „Tipy na výlety“ nájdete v informačných centrách miest a obcí a ubytovacích zariadeniach, ktoré sú členmi oblastnej organizácie cestovného ruchu Malá Fatra.

Hrebeňovky v Malej Fatre





Mestská turistika

Ak nie ste práve horský typ, ale máte radi dlhé prechádzky, históriu a architektúru, aj pre vás máme tip. Najväčšie mesto regiónu Žilina s jeho bohatou históriou môžete spoznať pomocou mestských okruhov. Dozviete sa viac o vzniku mesta, jeho vývoji, ale napríklad aj o období modernizmu, kedy pamiatky pre Žilinu navrhovali svetoví architekti.



Historická Žilina – prehliadka, ktorá vám predstaví dejiny mesta. V ponuke sú dve varianty – Veľký a Malý okruh.

Funkcionalistická Žilina – v rokoch 1920 – 1940 sa Žilina stala centrom slovenskej modernej architektúry. Stavby a pamiatky z tohto obdobia môžete spoznať za 90 minút, k dispozícii aj s odborným výkladom.



Židovská Žilina – prehliadka dejinami židovskej obce a jej príspevku k rozvoju mesta – 90 min.

Náučný chodník v Žiline – ak predsa len zatúžite po prírode, navštívte rozlohou najväčší mestský park – Lesopark Chrást, kde sa môžete prejsť náučným chodníkom, oddýchnuť si v kaviarni a deti sa zatiaľ môžu hrať na priestranom ihrisku alebo navštíviť lanový park, ktorý sa tu nachádza.

Propagačné prospekty k mestským okruhom vo viacerých jazykových mutáciách dostanete bezplatne v Turistickej informačnej kancelárii mesta Žilina (Námestie Andreja Hlinku 9, Žilina). Ak chcete využiť služby kvalifikovaného sprievodcu a spoznať mesto a jeho pamiatky v rámci komentovanej prehliadky, odporúčame vám tiež kontaktovať TIK mesta Žilina. www.tikzilina.eu

Kalendár podujatí venovaných turistike

Žilinská 50, 25 a 15-ka – diaľkový turistický pochod okolím Žiliny, 19. 9.

Vysoké hory – Festival video a diaprogramov, 14. 3.

Hory a mesto – festival horského filmu a dobrodružstva, 11. – 15. 3. 2015

Kalendár športových podujatí, aktuálne informácie a novinky nájdete na www.regionmalafatra.sk



Jediný slovenský orloj je v Starej Bystrici



Námestie v Krásne nad Kysucou. V kultúrnom dome je prírodovedná expozícia

Drevený Kostol
svätého Juraja
v Trnovom

Kostol Nepoškvrneného počatia Panny Márie v Zborove s vitrážami Vincenta Hložníka



Kostol sv. Martina v Tepličke nad Váhom



Kostol sv. Cyrila a Metoda v Terchovej



Kostol sv. Andreja Svorada a Beňadika v Radostke



Kúpalisko a Múzeum malofatranskej operácie v Strážňavách



Cykloturistika

Všetkých milovníkov cykloturistiky čaká v regióne Malej Fatry, v okolí Žiliny a na Kysuciach najhustejšia sieť cyklotrás na Slovensku. Celkovo ich tu pre vás máme viac ako 645 km. Väčšina z nich sú MTB, ale nájdete u nás aj asfaltové mimoúrovňové cyklotrasy. Trasy náročné, stredne ľahké, vhodné pre adrenalínových jazdcov, rekreačných cykloturistov a aj pre tých najmenších cyklistov.



Naše tipy pre fanúšikov cyklistiky:

Nenáročné trasy vhodné aj pre rodiny s deťmi:

Okolo Vodného diela Žilina – 20,6 km, prevýšenie 301 m
 Žilina – Vodné dielo – Budatín – 32,44 km, prevýšenie 332 m
 Terchová – Vrátna – 6,14 km, prevýšenie 286 m
 Kysucká cyklomagistrála – 38,4 km, prevýšenie 550 m

Stredne náročné trasy vhodné pre šport:

Vodné dielo Žilina – Terchová – 22,7 km, prevýšenie 658 m
 Žilina – Straník – Radoľa – 41,6 km, prevýšenie 959 m
 Terchovským chotárom – 20,7 km, prevýšenie 791 m
 Okruh hrebeňom Kysúc – 44,9 km, prevýšenie 501 m
 Okruh vodná nádrž Nová Bystrica – 47,6 km, prevýšenie 310 m

Náročné a dlhé trasy a zjazdy:

Žilina – Terchová a späť – 69,3 km, prevýšenie 1645 m
 Terchová – Zázrivá Plešivá – Zázrivá Biela – 40 km, prevýšenie 1951 m

Možností je samozrejme oveľa viac, podrobnejšie informácie nájdete na Cyklomape Región Malá Fatra a Kysuce, v mobilnej aplikácii a na webovej stránke www.regionmalafatra.sk

Tlačená: Cylomapa – Región Malá Fatra a Kysuce

Online: [www.regionmalafatra.sk/co-vidiet/propagacne-materialy – Cykloturistika](http://www.regionmalafatra.sk/co-vidiet/propagacne-materialy-Cykloturistika)

Mobilná aplikácia Cyklotrasy Malá Fatra: Google play, App Store
 Cyklotrasy vo formáte GPX stiahnete cez formulár na webovej stránke www.regionmalafatra.sk

Jeden cyklotip navyše

Vodné dielo Žilina

Vodné dielo ponúka viacero možností športového vyžitia a odporúčame ho navštíviť, ak hľadáte nenáročnú cyklotrasu namiesto celodenného cyklovýletu. Nájdete tu aj Skate park či Extremepark so širokým výberom športových aktivít pre všetky vekové kategórie.

Extremepark Vodné dielo

Pri Celulózke 23

010 01 Žilina

Tel.: +421 915 863529

www.extremepark.sk

GPS: 49° 12' 58.63" N,

18° 46' 14.64" E

Bike Park Teplička nad Váhom

V areáli sa nachádza tréningová trať bicross a dirt jump. Je v prevádzke od apríla do novembra.

Bike park

013 01 Teplička nad Váhom

GPS: 49° 13' 0.92" N, 18° 47' 58.10" E



Cyklopodujatia

Cyklozraz Malá Fatra

Nesúťažný MTB maratón alebo celodenný výlet za krásami Malej Fatry. Podujatie, ktoré organizuje OOCR Malá Fatra, je zamerané na propagáciu cykloturistiky a cyklistiky. Sprewádza ho aj Detská Tour Petra Sagana.

Dema 12 hodín MTB

12-hodinový pretek na horských bicykloch

Festina 24 hodín MTB

24-hodinový pretek na horských bicykloch počas ktorého zažijete východ aj západ Slnka, tmu v lese či nádhernú hviezdnu oblohu.

**Cyklistický deň Gymnázia Jozefa
Miloslava Hurbana v Čadci na
Bystrickej cyklomagistrále
(1. ročník, september 2015)**



Foto: archiv Gymnázium J. M. Hurbana v Čadci



MALÁ FATRA
REGIÓN



Ubytovanie

Hotely

Boutique Hotel Dubná Skala****

Hurbanova 345/8
010 01 Žilina
+421 41 507 91 00
www.hoteldubnaskala.sk

Hotel Villa Nečas Žilina****

Pri Celulóžke 3494
011 61 Žilina
+421 41 509 10 01
+421 918 980 084
www.villanecas.sk

Hotel Diery***

Biely Potok
013 06 Terchová
+421 41 569 53 23
+421 911 569 532
www.hotel-diery.sk

Hotel Country Saloon Belá***

Ulica Oslobodenia 817/109
013 05 Belá
+421 41 569 32 44
www.countrybela.sk

Hotel Rozsutec***

Vrátna dolina
013 06 Terchová
+421 911 518 633
www.hotelrozsutec.sk

Hotel Gavurky***

Sv. Martina 1400
013 06 Terchová
+421 41 500 35 02
+421 903 459 478
www.hotelgavurky.sk



Penzióny

Penzión Luka Terchová

Ulica sv. Martina č. 283
013 06 Terchová
+421 907 317 180
www.penzionluka.sk

Penzion Goral*

Holubkova Roveň 1201
013 06 Terchová
+421 948 484 888
www.terchovavratna.sk

Apartmány

Apartmány Terchová

sv. Cyrila a Metoda
013 06 Terchová
+421 907 605 079
www.apartmany-terchova.sk

Apartmány Stará Bystrica

Stará Bystrica
+421 949 030 100
www.apartmanysb.sk



Chaty

Chaty Uhorčík ***

Na Bukovine 1452
013 06 Terchová
+421 905 861 385
www.chatauhorcik.sk

Chata pod Vrškom

Terchová 1523
013 06 Terchová
+421 904 929 993
www.chatapodvrskom.sk

Chata u Ďurka

Terchová
013 06 Terchová
+421 910 273 867
www.chatyumarunov.sk

Chata Ilčík***

Na Bukovine 1452
013 06 Terchová
+421 905 861 385
www.chatauhorcik.sk



Chata u sváka Jana

Marunovci 1493
Terchová 013 06
+421 910 273 867
www.chatymarunov.sk

**Chata Rajnoha*****

Na Bukovine 1452
013 06 Terchová
+421 905 861 385
www.chatauhorcik.sk

Chata na Grúni

Vrátna 512
013 06 Terchová
+421 903 524 200
www.chatanagruni.sk

Chata u Gregušov – Terchová

+421 902 622 663
www.chatymarunov.sk/?accommodation=privat-u-gregusov

Chatky Camping Belá

Belá – Nižné Kamence
+421 41 569 51 35
www.campingbela.eu

Autocamping

Camping Belá
Belá – Nižné Kamence
+421 41 569 51 35
www.campingbela.eu



Servis a požičovne bicyklov

Terchová**RAW Vrátna**

Požičovňa a servis bicyklov.

RAW Vrátna

Pod Sokolím 16154
013 06 Terchová
Tel.: +421 903 528 535, +421 903 546 600
www.raw-vratna.sk
GPS: 49° 13' 42.46" N, 19° 2' 7.62" E

Camping Belá

Požičovňa a servis bicyklov.

Camping Belá

013 06 Nižné Kamence – Belá
Tel.: +421 905 742 514
www.campingbela.eu
GPS: 49° 14' 52.20" N, 18° 59' 19.05" E

Chata vo Vyhnannej

Požičovňa a základný servis bicyklov.

Chata vo Vyhnannej

013 06 Terchová 548
Tel.: +421 903 847 814
www.chatavyhnana.sk
GPS: 49° 13' 47.5" N, 19° 03' 45.6" E



Žilina

Cyklodielňa Recykel

Jediná požičovňa bicyklov v Žiline so servisom i samoopravovňou bicyklov.

Cyklodielňa Recykel

Stanica – Žilina Záriečie

Závodská cesta 3/2844

010 01 Žilina

Tel.: +421 908 938 339, +421 902 121 696

www.mulica.sk

GPS: 49° 13' 6.05" N, 18° 43' 51.23" E

Kubica Šport

Servis a predaj bicyklov.

Kubica Šport

Pri celulóžke 8710/47

010 01 Žilina

Tel. Servis: +421 41 565 13 48, voľba č.2

www.kubicasport.eu

GPS 49° 12' 48.42" N, 18° 46' 28.42" E

Kellys Bicycles

Servis a predaj bicyklov.

Kellys Bicycles

Národná 676

010 01 Žilina

Tel.: +421 41 562 41 23

www.bikeshop-za.sk

GPS: 49° 13' 34.65" N, 18° 44' 35.84" E

Kysucké Nové Mesto

Bicykle a šport – Kysucké Nové mesto

Servis a predaj bicyklov

Ivan Riečan

Belanského 192/9

024 01 Kysucké Nové Mesto

Tel.: +421 41 4213947

www.cubebikes.sk

GPS: 49° 18' 12.15" N, 18° 47' 15.17" E



Praktické všeobecné informácie

Integrovaný záchranný systém: 112

Hasičská služba: 150, 112

Záchranná služba: 155, 112

Polícia: 158, 112

Mestská polícia: 159

OS HZS Malá Fatra: +421 41 569 52 32

Havarijná služba: 0123

Letecká záchranná služba: 18 155

Havarijná a núdzová služba pre motoristov: 18 128, 18 154

Odtahová a asistenčná služba Global assistance Slovakia: 18 118

Dopravný servis: *75 (z mobilného tel.)

Informácie o telefónnych číslach v SR: 1181

Info asistent – informácie 24 hodín denne, cestovné poriadky, letové poriadky, zdravotnícke zariadenia a iné: 12111

Doprava:

MHD Žilina: +421 908 702445, web: www.dpmz.sk

SAD Žilina: +421 41 565 19 38, +421 911 511 056, www.sadza.sk

Železnice SR: 18 188

Požičovňa automobilov Žilina: +421 42 321 12 47

Taxi Žilina: +421 41 290 19 93, +421 907 155 312, +421 907 334 111

Doprava Terchová: +421 41 569 53 22

Cyklobus: Od 13. júna 2015 premávajú v regióne autobusy, ktoré umožňujú prevoz bicyklov. Jazdia trikrát denne na dvoch trasách. Vyrážajú z autobusovej stanice v Žiline a miera do Terchovej a späť alebo do Novej Bystrice a zase naspäť.

www.regionmalafatra.sk/co-robic/cyklotrasy/cyklobusy

Zoznam členov OOCR Malá Fatra

OBCE A MESTÁ:

- **Mesto Žilina**, Námestie obetí komunizmu 1, 011 31 Žilina
+421 (0)41 7063 111, sekretariatmsu@zilina.sk, www.zilina.sk
- **Mesto Krásno nad Kysucou**, Ulica 1.mája 1255, 023 02 Krásno nad Kysucou
+421 (0)41 4385 200, info@mestokrasno.sk, www.mestokrasno.sk
- **Obec Porúbka**, Rajecká cesta č. 29, 013 11 Porúbka
+421 (0)41 5688 414, ouporubka@stonline.sk, www.obecporubka.sk
- **Obec Teplička nad Váhom**, Nám. sv. Floriána 290/2, 013 01 Teplička nad Váhom
+421 (0)41 5982 128, obec@teplickanadvahom.sk, www.teplickanadvahom.sk
- **Obec Radôstka**, Radôstka č. 51, 023 04 Stará Bystrica
+421 (0)41 4395 129, ou_radostka@stonline.sk, www.radostka.sk
- **Obec Belá**, Oslobodenia 183, 013 05 Belá
+421 (0) 41 5693 331, matus.krajci@gmail.com, www.bela.sk
- **Obec Gbeľany**, Urbárska 366/3, 013 02 Gbeľany
+421(0) 41 5980 364, gbelany@gbelany.eu, www.gbelany.eu
- **Obec Stará Bystrica**, 023 04 Stará Bystrica
+421 (0)41 4395 122, starabystrica@starabystrica.sk, www.starabystrica.sk
- **Obec Terchová**, Sv. Cyrila a Metoda 96, 013 06 Terchová
+421 (0)41 5695 138, starosta@terchova.sk, www.terchova.sk
- **Obec Lietava**, 013 18 Lietava 146
+421 (0)41 5971 027, oulietava@mail.t-com.sk, www.lietava.info
- **Obec Zborov nad Bystricou**, č. 223, 023 03 Zborov nad Bystricou
+421 (0)41 2304 081, otazky@zborovnadbystricou.sk, www.zborovnadbystricou.sk
- **Obec Nová Bystrica**, 023 05 Nová Bystrica
Tel: +421 (0)41 4397 221, info@novabystrica.sk, www.novabystrica.sk
- **Obec Stráňavy**, Májová 336, 013 25 Stráňavy
+421 (0)41 500 56 75, info@stranavy.sk, www.stranavy.sk

PODNIKATEĽSKÉ SUBJEKTY:

- **DOXX RESTAURANT, s.r.o.** – Hotel Dubná Skala
Hurbanova 345/8, 010 01 Žilina, +421 (0)41 5079 100
hoteldubnaskala@doxx.sk, www.hoteldubnaskala.sk
- **Ryba Žilina, spol. s r.o.** – Hotel Villa Nečas
Pri Celulóžke 3494, 011 61 Žilina, +421 (0)41 5091 001
+421 (0)918 980 084, villanecas@villanecas.sk, www.villanecas.sk
- **Mgr. Ladislav Hanuliak SOFT** – Hotel Diery
Biely Potok, Terchová 013 06, +421 (0)41 56 95 323
+421 (0)911 56 95 32, info@hotel-diery.sk,
www.hotel-diery.sk

- **COUNTRY SALOON BELÁ, s.r.o.** – Country Saloon Belá
Ulica Oslobodenia 817/109, 013 05 Belá, + 421 (0)41 5693 244
countryclub.bela@gmail.com, www.countrybela.sk
- **Vrátna Dolina, s.r.o.** – Hotel Rozsutec
Terchová, +421 (0)911 518 633
info@hotelrozsutec.sk, www.hotelrozsutec.sk
- **Katarína Mažgútová** – Penzión Luka
Ulica sv. Martina č. 283, 013 06 Terchová, +421 (0)907 317 180
info@penzionluka.sk, www.penzionluka.sk
- **„FESTA – BEST“, s.r.o.** – Penzión Goral
Školská 828, 022 01 Čadca, +421 (0)948 484 888
info@terchovavratna.sk, www.terchovavratna.sk
- **Vladimír Sloviak** – Apartmány Terchová
sv. Cyrila a Metoda, 013 06 Terchová, +421 (0)907 605 079
info@apartmany-terchova.sk, www.apartmany-terchova.sk
- **Chaty Terchová s r.o.** – Chaty Uhorečiek, Ilčík, Rajnoha
Na Bukovine 1452, 013 06 Terchová, +421 (0)905 861 385
info@chatauhorcik.sk, www.chatauhorcik.sk
- **Antonín Hroch H&H** – Chata pod Vrškom
013 06 Terchová – Struháreň 1523, +421(0) 904 929 993
chatapodvrskom@gmail.com, www.chatapodvrskom.sk
- **Ján Maruna** – Chaty u Marunov
Terchová, +421 (0)910 273 867
chatyumarunov@zoznam.sk, www.chatyumarunov.sk
- **Vladimír Vallo** – Chata na Grúni
013 06 Terchová, +421 (0)903 524 200
chatanagruni@gmail.com, www.chatanagruni.sk
- **AutoCamping Belá – Nižné Kamence**
+421 (0)41 5695 135, camp@bela.sk, www.campingbela.eu
- **RAW** – požičovňa lyží a snowboardov, škola snežných športov, servis
MONTANA lyží a snowboardov, Pod Sokolím 16154, 013 06 Terchová
+421 (0)903 528 535, rawvratna@gmail.com, www.raw-vratna.sk
- **AQUA EDEN Stráňavy a.s.** – termálne kúpalisko
Na Šefranici 1280/8, 010 01 Žilina, +421 (0)41 5966 421
www.aquaeden.sk
- **Stavmit s.r.o.** – Hotel Gavurky
Terchová 934, 013 06 Terchová, +421 (0)41 5695 400, www.stavmit.sk



MALÁ FATRA
REGIÓN



Oblasťná organizácia cestovného ruchu MALÁ FATRA

Námestie obetí komunizmu 1, 010 01 Žilina

Tel.: 0918 327 496

www.regionmalafatra.sk



Vydala:

Krajská organizácia cestovného ruchu

Žilinský turistický kraj

Fotografie: archív členov ŽTK, Jaroslav Velička

Grafický návrh: Mgr. Tibor Paštrnák

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*