

Aktívny región

AKTÍV RÉGIÓ



Aktívny región

Aktív régió

Preč s nudou, pod'te si to užiť.

Félre az unalommal, szórakozzon.

OBSAH

1. Úvod
2. Elegančný golf
3. Osviežujúca voda
4. Keď príroda volá
5. Keď sa zrýchli tep
6. Rozmaznávanie
tela a duše
7. Šantenie v bielom páperí

TARTALOM

1. Bevezető
2. Az elegáns golf
3. Frissítő víz
4. A természet hívó szava
5. Egy kis adrenalin
6. A test és a lélek
kényeztetése
7. Bolondozás a hóban



1

Úvod

Bevezető

DOVOLENKOVAŤ V POHYBE

Pod'ťe si oddýchnuť, načerpať nové sily alebo len tak uniknúť od každodennej reality a práce. Krásna príroda regiónu láka na turistiku, bicykel, prechádzky a bezstarostné pozorovanie takmer v každom ročnom období. V lete vás v regióne čakajú zelené trávnaté pláže, horúce slnko, osviežujúca voda, leňošenie s drinkom v ruke, ale aj šport v podobe turistiky, poznávania, plávania, adrenalínu a k tomu kopec zážitkov. V zime v regióne s nekonečnými zjazdovkami a s kvalitným servisom, adrenalínovými, ale aj romantickými zimnými aktivitami a príjemným relaxom v podobe wellness ponúk.

PIHENJEN AKTÍVAN

Jöjjön, pihenjen meg nálunk, töltődjön fel, szőkjön meg a hétköznapi gondjai elől. A térség természeti szépségei minden évszakban gyalogos és kerékpáros túrákra, sétákra, önfeledt bámmészködésre csábítja a látogatókat. Térségünkben nyáron várják Önt a zöldellő strandok, a napfény, a frissítő víz, a kellemes lustálkodás egy hűsítő ital társaságában, de ugyanúgy a sport is – turisztika, felfedezőutak, úszás – adrenalin és rengeteg élmény. Télen a végtelen sípályák, a minőségi szolgáltatások, az adrenalin sportok vagy éppen a romantikus kirándulások, wellness hétvégék örömeit élvezhetik az ide látogatók.



2

Elegantný golf

Az elegáns golf

Golf patrí nepochybne medzi športy dnešnej doby. Nádherná prírodná scenéria, široké ferveje, veľké gríny návštevníka určite uchvátia. Pokoj, čistota, krása je predpokladom na dokonalý oddych. Na návštevníka golfových ihrísk v regióne čaká množstvo aktivít, kde si môže zdokonaľovať svoje golfové majstrovstvo.

JEDNO Z NAJSTARŠÍCH IHRÍSK NA SLOVENSKU

Ihrisko Golfového klubu Alpinka Košice, vybudované v krásnom prostredí čermeľského údolia uprostred lesov je svojou členitosťou terénu jedinečné. Deväťjamkové ihrisko sa vyznačuje úzkymi fervejami ohraničenými lesom a lemovanými Čermeľským potokom. Je krátke, ale veľmi náročné na presnosť a krátku hru.

GOLF V SLOVENSKOM ŠTÝLE

Deväťjamkové ihrisko v Malej Ide, v nádhernej prírodnej scenérii, charakterizujú široké ferveje, veľké gríny s variabilným rozmiestnením jamiek. Ihrisko je spostené vodnými plochami a ramenami potoka. Jedinečnosť mu pridáva klubový dom v štýle slovenskej koliby.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.kosiceregion.com

A golf kétségtelenül napjaink kedvelt sportágai közé tartozik. A gyönyörű táj, széles fairwayek, nagy kiterjedésű greenek biztosan elkápráztatják a vendégeket. A nyugalom, tisztaság és a szépség a tökéletes pihenés elengedhetetlen kellékei.

AZ EGYIK LEGRÉGEBBI SZLOVÁKIAI SPORTPÁLYA

A kassai Alpinka golfklub pályája csodálatos környezetben, a Csermely-völgyben, erdőben kapott helyet, így festői látványt nyújt. Tagoltsága következtében Szlovákiában egyedülálló. Kilenc lyukas golfpálya, amely keskeny, erdővel szegélyezett fairway részekkel rendelkezik, és amelyen végigfolyik a Csermely patak. Rövid, de igényes, mert pontos és rövid ütéseket igényel.

GOLF SZLOVÁK MÓDRA

A kisdài kilenclyukú pálya. A csodálatos környezetben elterülő pályát széles fairway-ek, nagy greenek jellemzik, valamint változatos lyukelhelyezés, vízfelületekkel, patakocskákkal tarkítva. A golfpálya mellett egy klubház is a vendégek rendelkezésére áll, amelyik a hagyományos szlovák vendégházak stílusában épült.

3

Osviežujúca voda

Frissítő víz



Plávanie, surfovanie, vodné bicyklovanie, jazda na skútri, člnkovanie, jachting, potápanie, rybolov, tenis, plážový volejbal a veľa ďalších aktivít čaká na návštevníka pri vodných plochách v regióne. Prírodné alebo umelé vodné nádrže, jazerá, rieky, kúpaliská lákajú hlavne v lete svojou sviežosťou.

JAZERO POD VULKANICKÝM POHORÍM

Vodná nádrž Zemplínska šírava patrí k najteplejším oblastiam na Slovensku. Strediská Biela hora, Hôrka, Medvedia hora, Kaluža, Kamenec, Klokočov, Paľkov ponúkajú veľa zábavy a rekreácie.

ZÁBAVA NIELEN PRE DETI

Bazény plavecké a detské, so sladkou a slanou vodou, šmýkačky a tobogany, detské kútiky, plážové športy ponúkajú celodenné zážitky širokému spektru návštevníkov. Osviežujúce drinky, zmrzlinové poháre, domáce langoše či šišky potešia nejdého maškrtníka.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com

Térségünk vízfelületein kiélvezhetik az úszás, a szörfözés, a vízbiciklizés, a jetski, a vitorlázás, a bűvárkodás örömeit, de ugyanúgy a horgászatot, a teniszt és a strandröplabdát is kipróbálhatják. A természetes vagy mesterséges víztározók első sorban nyáron nagyon vonzóak.

TÓ A VULKÁNI HEGYSÉG LÁBÁNÁL

A Zemplínska šírava egy víztározó és Szlovákia legmelegebb területeinek egyike. A Biela hora, Hôrka, Medvedia hora, Kaluža, Kamenec, Klokočov és Paľkov üdülőközpontokba látogatók szórakozási és pihenési lehetőségeket egyaránt találnak itt.

SZÓRAKOZÁS NEMCSAK GYEREKEKNEK

Az édes és sós vízű úszó- és gyermekmedencék, a csúszdák és tobogánok, a játszósarkok, a strand-sportok egész napos szórakozást biztosítanak. A frissítő italok, a fagyaltkelyhek vagy a strandok klasszikusának számító lángosok és fánk mind torkoskodó vendég örömeire szolgálnak majd.



4

Ked' príroda volá A természet hívó szava

BICYKLOVANIE

Bicyklovanie prináša zábavu a vzrušenie, aktívny pohyb, ale aj úžasný relax. Pre vyznávačov cykloturistiky a cestnej cyklistiky sa v košickom regióne začínajú postupne vytvárať veľmi vhodné podmienky. Hovoríme o viac ako 1300 legalizovaných kilometroch, čo reálne predstavuje 58 cyklotrás. Možnosť výberu od nenáročných rekreačných trás, spojených s prehliadkou pamätihodností, prírodných úkazov či iných zaujímavostí, po veľmi náročné trasy horským terénom v národných parkoch alebo vo Vihorlate a v Slanských vrchoch. Najviac cyklotrás v regióne je určených pre horské bicykle. Ide o takmer 600 km.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com

KERÉKPÁROZÁS

A kerékpározás egyaránt jelent szórakozást és izgalmat, aktív mozgást és fantasztikus kikapcsolódást. A kassai régióban kerékpározók számára a térség egyre kedvezőbb feltételeket biztosít. Ez mintegy 58, több mint 1300 kilométernyi kerékpárutat jelent. A nevezetességeket, természeti kincseket, érdekességeket célba vevő könnyű útvonalaktól a nagyon nehezen leküzdhető, hegyvidéki útvonalakig minden megvan a nemzeti parkokban, a Vihorlátban vagy a Szalánci hegységben. A térség kerékpárútjainak nagy része hegyikerékpárút. Mintegy 600 km.



INTENZÍVNE ZÁŽITKY

Čerstvý vzduch, aktívny pohyb a neopakovateľné scenérie v lone takmer panenskej prírody. V regióne je takmer 249 trás, ktoré majú spolu 2299 km. Tie vedú značenými turistickými chodníkmi kľukatiacimi sa malebnými kotlinami i lesnatým horským terénom. Zaujímavým spestrením takýchto prechádzok môže byť zber liečivých rastlín alebo húb.

PRECHÁDZKA OKOLO SOPEČNÉHO JAZERA

Morské oko v chránenej krajinej oblasti Východné Karpaty leží v nadmorskej výške 618 m n. m. Je to najväčšie zahradené sopečné jazero na Slovensku. Nad jeho hladinou sa vypína jedna z dominant Vihorlatských vrchov – Sninský kameň, známy nádherným výhľadom na okolité vrchy a doliny.

VEĽKOLEPÁ SKALNÁ GALÉRIA

Tomášovský výhľad v Národnom parku Slovenský raj, obkolesený malebnými borovicami, je jednoznačne najnavštevovanejšou vyhlídkou. Tento fascinujúci vápencový skalný blok s dĺžkou viac ako 200 metrov sa týči nad hladinou rieky Hornád na niektorých miestach až do výšky 146 metrov.

INTENZÍV ÉLMÉNYEK

Friss levegő, aktív mozgás, festői táj a szinte érintetlen természet lágy öléen. A régió turistaújtjai főleg ősszel különlegesek. A kassai régióban mintegy 249 ilyen út van, amelyek együttes hossza 2299 km. Ezek jelzett turistaösvényeken haladnak keresztül, úgy festői völgyeken, mint erdős hegyvidékeken. A séták érdekes színfoltja lehet a gyógynövénygyűjtés vagy gombaszedés.

SÉTA A VULKÁNI EREDETŰ TÓ KÖRÜL

a Keleti-Kárpátok védett területén található Tengerszem 618 m tengerszint feletti magasságban fekszik. Ez Szlovákia legnagyobb vulkáni eredetű tava. Felszíne fölött magasodik a Vihorlát egyik domináns hegye, a Szinnai kő, amelyről pazar kilátás nyílik a környező hegyekre és völgyekre.

A PARÁDÉS SZIKLAGALÉRIA

A festői borókafenyő-erdővel körbeölelt Tamásfalvi-kilátó a Szlovák Paradicsomban, kétségkívül a leglátogatottabb kilátó. Ez a fantasztikus mészkőtömb, amelynek hossza túllépi a 200 métert, a Hernád folyó felett helyenként 146 méterre magasodik.



VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com





POĽOVAČKY S FOTOAPARÁTOM

Poľovnícke revíry v regióne potešia srdce ne-jedného poľovníka. Striehanie na posedoch a v prístreškoch už však nie je záležitosťou len poľovníkov, ale aj fotohunterov, vyznávačov krásy prírody s fotoaparátom. Za posledné roky sa v regióne stal veľmi populárny bird-watching – pozorovanie vtáctva. Vtáctvo sa dá pozorovať všade – v mestskom parku, na záhrade pri dome, na poli, lúke, v lese, v krovinách okolo riek alebo na vodných plochách.

KEĎ JE TICHU RELAXOM

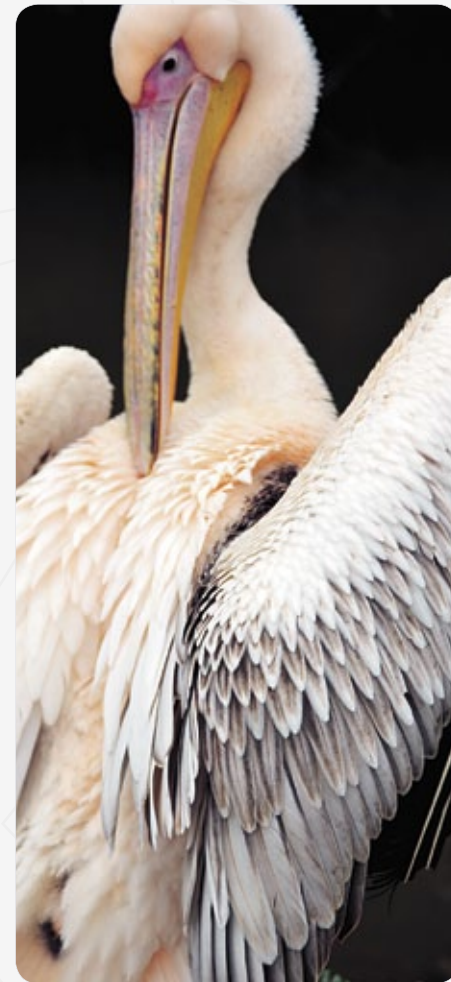
Krásna scenéria, jemné žblnkotanie vody, dlhé a relaxačné vysedávanie na brehu rieky, vychutnávanie si pohľadu na tichú a pokojnú vodnú hladinu. Nádrž Palcanská Maša je ideálnym rybárskym miestom pre milovníkov ticha a rybačiek. Rybáčiť sa tu dá na základe denných, týždenných a sezónnych povoleniek. Ďalšími rajmi rybárov sú vodné nádrže Ružín a Zemplínska šírava.

VADÁSZAT – FÉNYKÉPEZŐGÉPPEL

A térség vadászterületei számos vadász szívét dobogtatják meg. A vadleseken, esőbeállókban ücsörgés azonban már nemcsak a vadászok ki-váltsága, hanem a fényképezőgépek mesterei is egyre gyakrabban végzik ezt a tevékenységet. Az utóbbi években nagyon népszerű lett a madarak megfigyelése. Ez bárhol lehetséges – a városi parkban, a ház mögött a kertben, a mezőn, réten, az erdőben, a folyók melletti bozótban vagy akár a nyílt vízen is.

A CSEND PIHENTET

Azoknak, akik szeretik a csendet, a szép tájakat, a víz finom csobogását, a hosszas és pihentető folyóparti üldögélést, a csendes és nyugodt vízfelszín figyelését. A Palcanská Maša víztározó ideális hely azok számára, akik szeretik a csendet és a horgászatot. Napi, heti és az egész időnyre szóló horgászengedélyek válthatók. A horgászok további kedvelt helyei a Ružín és a Zemplínska šírava víztározók.



VIAC / TÖBB:

www.spis-region.sk

www.vraji.sk

www.dolnyzemplin.sk

www.kosiceregion.com



5

Ked' sa zrýchli tep Egy kis adrenalin

LEZENIE PO CUKROVEJ HOMOLI

Vystúpiť na vrchol, kochať sa nádherným pohľadom z výšky, pocit voľnosti a slobody. Aj to ponúka náš región. Zádielska tiesňava je tradičným miestom pre lezenie. Najpopulárnejšou je so svojou 105 m výškou „sladká“ Cukrová homoľa.

DOBRODRUŽSTVO V JASKYNI

Adrenalínovú prehliadku v špeciálnom jaskyniarском oblečení s prilbami a čelovkami môžete zažiť v Krásnohorskej jaskyni pri obci Krásnohorská Dlhá Lúka. Trasa vedie po drevených lavičkách nad podzemným tokom pretekajúcim celou hlavnou časťou jaskyne a lanovými traverzami nad dvoma jaskynnými jazerami. Spôsob sprístupnenia a prezentácie je nevšedným jaskyniarskym zážitkom.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.kosiceregion.com

FEL A CUKORSÜVEGRE

Másszon fel a csúcsra, élvezze a csodálatos kilátást és a szabadság érzését. Mindez elérhető régióinkban is. A Szádelői völgyben hagyománya van a sziklamászásnak. A legnépszerűbb ilyen hely a 105 m magas „édes“ Cukorsüveg.

BARLANGKALAND

Krasznahorkai barlang Várhosszúrét községben található. A látogatás felér egy adrenalinlökettel – csak speciális barlangászruhában, sisakban és homlokra szerelt lámpával lehet rajta végigmenni. Az útvonal fából készült pallókon vezet a barlang fő részén átfolyó patak felett, valamint a két barlangi tó felett kifeszített köteleken. A barlanglátogatás így nem mindennapi élménnyé változik.





ZÁŽITOK Z RÝCHLEJ JAZDY

Pre milovníkov adrenalínu, ktorí chcú letieť 800 metrov dole kopcom po serpentínach na nerezovej dráhe v jednoduchých boboch aj rýchlosťou 50 km/hodinu, je v Kavečanoch pri Košiciach pripravená letná bobová dráha.

ZÁBAVA V KORUNÁCH STROMOV

Lanové parky v regióne ponúkajú malým aj veľkým návštevníkom rôzne lanové prekážky zavesené vo výške na stromoch alebo na umelo postavených stĺpoch. V Tarzánii Alpinka sa deti a ich rodičia môžu zahrať v korunách stromov na skutočných Tarzanov a zdolať 32 prekážok a 3 rôzne náročné trasy. Monkeyland, novší lanový park v Spišskej Novej Vsi, je určený pre všetky vekové kategórie, s 37 prekážkami a 4 rôznymi náročnými okruhmi.

A SEBESSÉG BŰVÖLETÉBEN

Az adrenalin szerelmeseinek, akik nem restek a hegyről 800 méternyit repülni egy szerpentinekkel tarkított, rozsdamentes acélból készült pályán, egyszerű bobokban, helyenként akár 50 km/óra sebességgel, a Kassa melletti Kavecsányban kiépített nyári bobb pályán a helyük.

SZÓRAKOZÁS A FÁK KORONASZINTJÉN

A régió – magas fákon vagy mesterséges oszlopokon elhelyezett – kötélpályái izgalmas akadályokkal várják az ide látogató felnőtteket és gyerekeket. A „Tarzánia Alpinka” kötélpályáján igazi Tarzannak érezhetik magukat azok a gyerekek és szülők, akik rászánják magukat a 32 akadály és 3 különböző nehézségi fokozatú pálya legyőzésére. A Monkeyland a legújabb iglói kötélpark, ahol a 37 akadály és 4 különböző nehézségi fokozatú pálya minden látogató igényét kielégíti.



VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.kosiceregion.com



NIEČO PRE OSTRÝCH CHLAPOV

Strelnica Hodkovce ponúka okrem aktívneho oddychu v nádhernom a čistom prostredí aj niečo pre milovníkov ostrej strel'by. Na strelnici je možná strel'ba zo všetkých krátkych aj dlhých guľových, brokových a mechanických zbraní. Ponúka aj paintball s množstvom prekážok, zákutí a zákopov uprostred lesného porastu.

PAINTBALL ALEBO AIRSOFT

Jedine v Muničáku. Najlepšie vybavené ihrisko pre paintball na Slovensku. Ihrisko na Alpinke je vyhľadávaným miestom najmä pre možnosť kombinácie hry v lese s prekážkami i v budove. Na ploche 15 tisíc štvorcových metrov ihrisko ponúka až 80 prekážok.

MOTOCROSS NIE JE ŠPORT,

Je to láska, radosť, smútok, droga, ale hlavne život. Kavečany, Kechnec, Kojšov, Krásnohorské Podhradie, Kysak, Spišské Vlaky, Vyšný Medzev a ďalšie motokrosové trate v regióne naznačujú, že tejto láske holduje veľa nadšencov.

A KEMÉNY FÉRFIAK IDŐTÖLTÉSE

A Hatkóci lövészpálya a csodálatos és tiszta környezetben végzett aktív pihenésen túl az éleslövészet kedvelőinek is kedvez. A lőtérén használható: minden típusú hosszú és rövid csövű golyós fegyver; a sörétes fegyverek; elöltöltős fegyverek; mechanikus fegyverek (íjak, számszerűk). A területen paintball fegyverek és védőeszközök, valamint ruházat is kapható, az erdei növényzet közepette rengeteg akadály, sarok és árok várja a sportolni vágyókat.

PAINTBALL VAGY AIRSOFT

Kizárólag a löszerraktárban. A legjobb paintballpálya az országban. Az Alpinka térségben létrehozott pálya ötvözi az erdei és a beltéri játékok lehetőségeit. 15 ezer négyzetméteren mintegy 80 akadály várja a látogatókat.

A MOTOCROSS NEM SPORT,

Hanem szerelem, öröm, bánat, kábítószer, de leginkább maga az élet. Kavecsány, Kenyhec, Kojósó, Krasznahorkaváralja, Sároskőszeg, Szepesolaszi, Felsőmecenéz és sok más motocross pályák azt mutatja, hogy sokan hódolnak itt ennek a szerelemnek.



VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com



AHOJ SKVELÝM ZÁŽITKOM

Nesedeli ste v živote v kanoe a nedržali ste pádlo v ruke? Žiadny problém, ak plánujete vybrať sa na splav s kolegami z práce, chystáte sa na rodinný výlet s deťmi alebo si chcete povyzvať s priateľmi, na kanoe zažijete neopakovateľné dobrodružstvo. Splav Ondavy alebo Laborca je priam ideálny pre začiatočníkov a budete prekvapení, aké pekné zážitky vám naše rieky ukážu.

AKO V LETE NA LYŽIACH

Vodné lyžovanie, wakeboard alebo wakeskate na vodnolyžiarskom vleku, nachádzajúcom sa na vodnej ploche lokality Jazero, je jedinečné adrenalinové dobrodružstvo. Rýchlosť jazdy je od 25 do 58 km/h, možnosť jazdy slalomu a skokov.

SPLAVUJ A OBJAVUJ

Splav rieky Hornád je jednou z možností, ako pochopiť seba samého. Vidieť svet z inej perspektívy, dostať sa na miesta, ktoré z brehu nemožno vzhliadnuť, zažiť voľnosť, popasovať sa s vlnami, stretnúť nových priateľov a v konečnom dôsledku sa nechať len tak unášať prúdom.

KALANDRA FEL

Még nem ült kenuban és nem tartott evezőt a kezében? Semmi gond, ha a kollégáival szeretne hajózni, családi nyaralásra készül a gyerekekkel vagy a barátaival szeretne csónakázni, felejthetetlen kalandban lesz részük. Az Ondava és a Laborc ideális a kezdő kajakosok számára, meg lesz lepve, folyóink mennyi szép szegletet rejtgetnek.

SÍELÉS NYÁRON

A vízisí, a wakeboard vagy a wakeskate a Tóhát térség kábeles pályáján egyedülálló adrenalinélmény. A vontatási sebesség 25 – 58 km/óra, szlalomozni és ugratni egyaránt lehet.

EVEZÉS ÉS FELFEDEZÉS

A Hernád folyón való evezés segít megismerni az ember belső énjét. Más szemszögből mutatkoznak a dolgok, eljuthat olyan helyekre is, amelyek a partról nem is láthatóak, megélheti a szabadságot, megbirkózhat a hullámokkal, új barátokra tehet szert, vagy hagyhatja magát sodorni a hullámok által.



VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com



LEN TAK SI POŽIČAĤ OBLOHU

Tandemový zoskok padákom je najemotívnejší, zábavný, dynamický a zároveň pohodový adrenalínový a bezpečný zážitok. Dvadsaťminútový let lietadlom alebo vrtuľníkom s výhľadom na malebný Slovenský raj, Spišský hrad a ďalšie atraktivity regiónu z výšky 3000 až 4000 metrov sú predohrou pred extrémnym zážitkom z následného voľného pádu.

DOBRODRUŽSTVO V BALÓNE

Kto by nechcel vidieť svet z úplne inej perspektívy ako bežne. Prelety nad miestami ako Košice, Michalovce, Spišský hrad ponúkajú zaujímavé momenty od samotného štartu až po pristátie. Pohľadom z balónového koša spoznáte nové miesta a zákutia regiónu, ktoré inak zostávajú ukryté. Objavíte ďalšiu dimenziu, ktorú nedokáže poskytnúť žiadenný prostriedok než teplovzdušný balón.

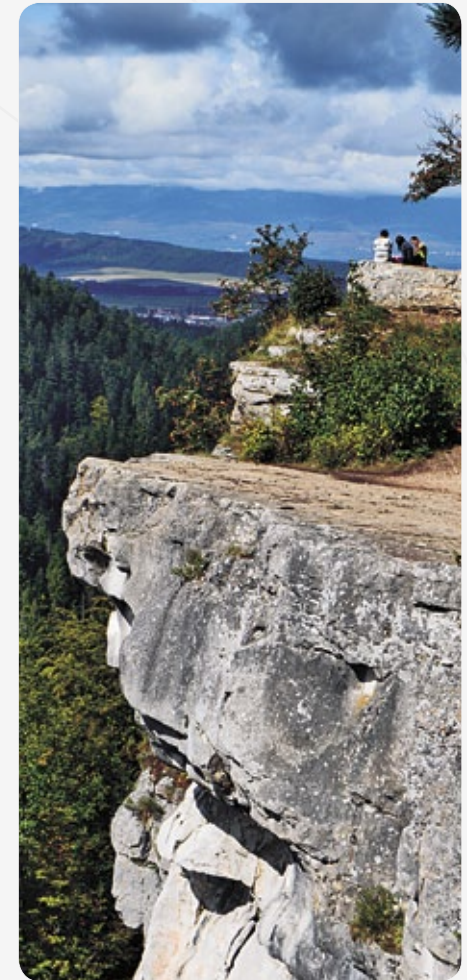
VEGYE KÖLCSÖN AZ ÉGBOLTOT

A páros ejtőernyős ugrás egy szórakoztató, dinamikus, jóleső és biztonságos adrenalinélmény. 20 percnyi repülés repülőgéppel vagy helikopterrel a festői Szlovák Paradicsom, a Szepesi vár és a térség egyéb látványosságai felett 3 – 4000 méterrel – ez a szabadesés extrém élményének előzménye.

HŐLÉGBALLONOS KALAND

Ki nem szeretné teljesen más szemszögből látni a világot? Kassa, Nagymihály vagy a Szepesi vár felett repülve a felszállástól a landolásig garantált az élmény. A hőlégballonos sétarepülések feledhetetlenek. A ballon kosarából új, addig ismeretlen helyeket ismerhet meg és egy olyan dimenziója tárul fel a vidéknek, amelyet csakis hőlégballonnal lehet megismerni.

VIAC / TÖBB:
www.spis-region.sk
www.vraj.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com





6

Rozmaznávanie tela a duše

A test és a lélek kényeztetése

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com

ČAROVNÉ MIESTA ODDYCHU

V lone malebnej prírody, plnej voňavých jedlí a smrekov. Klimatické Kúpele Štós, primárne zamerané na liečbu dýchacích ciest, sú známe aj svojou unikátnou speleoterapiou v blízkej Jasovskej jaskyni. Kúpele majú v tejto liečbe dlhodobú tradíciu s veľmi dobrými liečebnými výsledkami. Pobyt v Kúpeľoch Štós je spríjemnený aj vďaka vitálnemu vodnému svetu, ktorý poteší dušu a telo.

VARÁZSLATOS PIHENŐHELY

A festői természet lágy ölen, illatos fenyőfák között. A stószli klimatikus gyógyhelyet Štós elsősorban a légutak betegségeiben szenvedők látogatják, azonban a közeli Jászói barlangban is végeznek egyedülálló barlangi kezeléseket. Itt nagy hagyományai vannak a gyógyításnak, nagyon jó eredményekkel. A stószli gyógyhely betegeinek ittlétét a vízi világ létesítményei is kellemesebbé teszik – itt a test és a lélek egyaránt megpihen.



Z KONSKÉHO CHRBTU JE SVET KRAJŠÍ

A príjemný určite nie je len výhľad na okolie, ale aj pobyt na čerstvom vzduchu, dôverný kontakt človeka a zvierata či mimovoľné vyformovanie postavy. Spoznajte s nami, čím všetkým vás môžu kone obohatiť. Klusať či cváľať malebnou krajinou a vychutnávať si rozhľad z konského sedla v zime aj v lete znamená objaviť úplne nový rozmer. Jazdecká turistika, výučba jazdy, vychádzky na koni, hipoterapia a ďalšie možnosti zaručujú aktívny oddych na mnohých miestach regiónu.

AKO NA DIVOKOM ZÁPADE

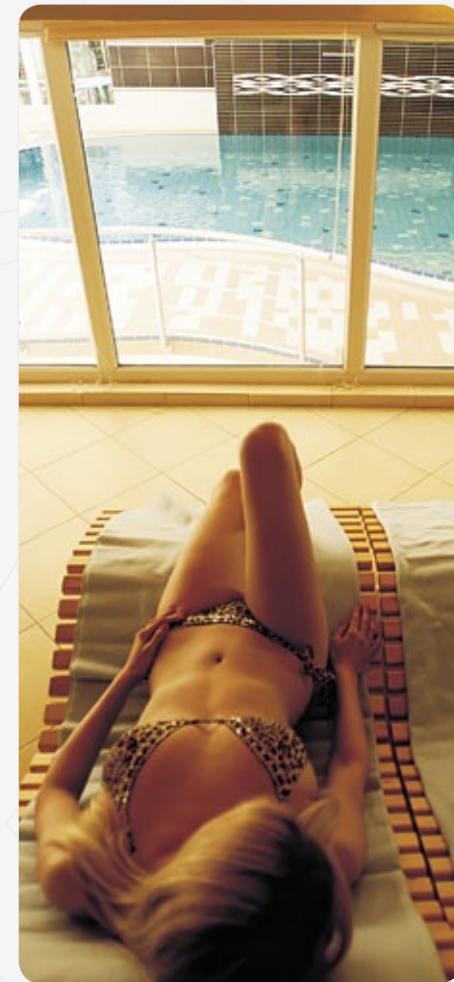
Zažite pravú westernovú atmosféru. Môžete si zajazdiť na koni ako skutoční kovboji, vyskúšať strelnicu, zabaviť sa pri aquazorbingu, alebo sa len tak túlať po krásnej prírode.

LÓHÁTON SZEBB A VILÁG

Nemcsak a látvány kellemes, hanem a friss levegő, az ember és az állat bensőséges kapcsolata vagy a tevékenység mellékhatásaként elért alakformálás is. Fedezze fel velünk, mi mindent nyújtanak a lovak az embernek. A mesés szép környezetben való ügetés vagy vágtatás, a nyeregből nyíló kilátás télen-nyáron egyaránt új távlatokat nyit a lovas életében. A térségben számos helyen elérhető lovasturisztika, lovaglásoktatás, sétalovaglás, lovasterápia és számos további aktív pihenési lehetőség akad még.

AKÁR A VADNYUGATON

Élje meg az igazi vadnyugati környezetet. Igazi cowboyként lovagolhat, kipróbálhatja a lőteret, kiélvezheti az aquazorbing örömeit, vagy csak egyszerűen csavaroghat a gyönyörű természetben.



VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com

7

Šantenie v bielom páperí

Bolondozás a hóban

LYŽOVANIE AKO V ROZPRÁVKE

Priaznivci zimných športov môžu brázditi regiónom na lyžiach vo dne v noci. Ponuka siaha od rodinných zjazdoviek s nízkym klesaním cez náročnejšie zjazdovky. Perfektne pripravené zjazdovky, bežecké a turistické trate pozývajú na lyže, snowboardy, ale aj bežky a zimný nordicwalking. Voľné jazdy, tzv. freeride zimnou krajinou, sa aj v našich lyžiarskych strediskách stávajú stále väčším hitom a prinášajú väčšiu zápravu ako klasické zjazdovky.

TRADÍCIA A RADOSŤ

z pohybu v podobe korčuľovania. Šport je v regióne veľmi populárny a jeho tradícia súvisí aj s úspechmi regionálnych klubov a národnej reprezentácie v hokeji. Možnosti korčuľovania pre širokú verejnosť ponúkajú počas zimnej sezóny kryté zimné štadióny a verejné klziská, ako aj otvorené ľadové plochy. V zime sú vo viacerých mestách inštalované otvorené klziská.

MESÉS SÍELÉS

Térségünkben a téli sportok kedvelői éjjel nappal síelhetnek. Kínálatunkban a családok számára alkalmas enyhén lejtős pályáktól az igényesebb pályákig minden nehézségi fokozat megtalálható. A tökéletesen karban tartott sípályák, sífutópályák, gyalogösvények síelésre, snowboardozásra, sífutásra és nordigwalkingra csalogatnak. A klasszikus pályáknál szórakoztatóbb ún. szabad lesiklás, freeride az itteni síközpontokban is egyre közkedveltebbé válik.

HAGYOMÁNY ÉS ÖRÖM

A korcsolyázás öröme és hagyománya. A térségben a sport nagyon közkedvelt tevékenység, ami összefügg a helyi sportklubok és a jégkorong-válogatott sikereivel. A korcsolyázás örömeit élvezheti a fedett téli stadionok műjégpályáin csak úgy, mint a nyitott jégpályákon. Nyitott jégpályákat télen több városban is felállítanak.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com





PRAVÉ ZIMNÉ DOBRODRUŽSTVO

Ľadové lezenie v nádhерnej zasneženej krajine po zamrznutých vodopádoch. Netradičné lezenie na ľadopádoch sľubuje neopakovateľné zážitky, ale aj prekonanie vlastného strachu. Slovenský raj je výnimočný na ľadolezenie nielen pre začiatočníkov, ale aj pre extrémistov. V tejto oblasti je možné trénovať rôzne techniky lezenia počas celej zimy.

ZIMNÁ TURISTIKA

V Slovenskom raji je dokonca menej náročná než v letnom období. Vodopády, kaskády obalené hrubou vrstvou ľadu, skalné útvary pokryté snehom umožňujú zjednodušiť a skrátiť si klasické letné turistické chodníky a využiť rýchlejší spôsob prepravy, a to bežecké alebo skialpinistické lyže.

CESTOVANIE NA LYŽIACH

Skijöring – keď lyžiara ťahá kôň, pes alebo snežný skúter, sa stal novým adrenalínovým spôsobom cestovania po zasneženej krajine.

VIAC / TÖBB:

www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com

IGAZI TÉLI KALAND

Jeges mászás a csodás téli tájban a befagyott vízesésen. Szokatlan mászás a jégeséseken – felejthetetlen élmény, féllelmeink legyőzése. A Szlovák Paradicsom jégesései kezdő és profi mászók számára is ideálisak. Ebben a térségben a mászás különböző technikái gyakorolhatóak egész évben.

A TURIZMUS TÉLEN

A Szlovák Paradicsomban kevésbé megteröltető, mint nyáron. A vastag jégréteggel fedett vízesések és a havas sziklák lehetővé teszik a nyáron használt ösvények lerövidítését, gyorsabban haladhat sílécen.

UTAZÁS SÍLÉCEN

Skijöring – amikor a síelőt ló, kutya vagy motoros szán húzza – egy újabb adrenalinsport a tél szerelmeseinek.



VIAC / TÖBB:
www.visitkosice.eu
www.spis-region.sk
www.vraji.sk
www.dolnyzemplin.sk
www.kosiceregion.com



Vydavateľ / Publisher:
 © Krajská organizácia cestovného ruchu / Košice Region Tourist Board

Text / Text:
 © Krajská organizácia cestovného ruchu / Košice Region Tourist Board, © Kultúrne centrum Košického samosprávneho kraja / Cultural Centre, Košice Self-governing Region

Jazykové korektúry / Language correction:

Iveta Nagyová, Darina Šimová

Foto / Photo:

© KOČR Košický kraj, © OneClick, s.r.o., © Márton Jenő, © Projekt Kufor, © Marek Zalibera, © Kúpele Štós, a.s., © Porač PARK, © Gejza Legen, © KOŠICE Turizmus, © ZOOCR, © Rovňák, © Splavujeme.sk, © Viera Beerová, © Peter Horváth, © Patrik Takács, © Jana Durbáková, © Michal Orosz, © Michal Gurnik, © Lukáš Žizic,

© Jozef Žiaran, © Ján Bodnár, © Eva Dučaiová, © Shutterstock

Preklad / Translation:

David L. McLean, Angelika Horňáková-Spitzner, Zoltán Bartko

Grafika / Graphic:

© Ing. Attila Török – Creatura

Sadzba a pre-press / Type and pre-press:

JES SK, s.r.o., Košice

Tlač / Print:

Rotaprint, s.r.o., Košice

Rok vydania / Year of publication:

2014



Krajská organizácia cestovného ruchu
Košícký kraj / Košice Region Tourist Board
Námestie Maratónu mieru 1
042 66 Košice

T: +421 55 619 66 48
E: info@kosciceregion.com
W: www.kosciceregion.com
f: kosciceregion.com