

Nizne Tatry

Program wyprawy: 17-24.08.2013

Dzień pierwszy - 17.08/sobota (593km)

- Wyjazd z Torunia godz.6:00 do miejscowości Pavčina Lehota. Do przejechania mamy 593 km. (około 9 godz. Jazdy- jedziemy przez Łódź, Częstochowę, Kraków, Chyżne, Vitanova, Zuberec, Liptovsky Mikulasz). Na miejscu będziemy około 17:00.
- Na trasie obiad (wliczony w cenę wycieczki)
- Rozlokowanie się.
- kolacja we własnym zakresie (w pokojach są aneksy kuchenne).

Noclegi:

Penzión DANIELA

Pavčina Lehota 13, 031 01 Liptovsky Mikulas, Słowacja

Tel.: +421 903 022 362

Tel./FAX: +421 44 5 548 135

e-mail: info@privatdaniela.sk

www.privatdaniela.sk

Wieś **Pavčina Lehota**, gdzie znajduje się pensjonat, leży bezpośrednio u wylotu **Doliny Demianowskiej** w Niżnych Tatrach. Dolina ta słynie ze znanych na świecie jaskiń, możliwości uprawiania turystyki. Latem tuż nad wsią działa tor bobslejowy. W dolnej części doliny płynie potok Demianówka (Demänovka). Wzdłuż potoku poprowadzono leśną ścieżkę spacerową od Pavčiny Lehoty do Záhradek. Jest to piękna trasa. Prowadzi pod ciekawymi formami skalnymi. W wielu miejscach są widoczne dróżki wprowadzające w maleńkie dolinki, które nie mają nazw, ale są przepiękne. Lasy tu obfitują w owoce runa leśnego a i grzybiarze mają tu swój raj. 5 km od wsi przepływa czysta rzeka Wag, która posiada bardzo dobre warunki do łowienia pstrągów. Często odwiedzanymi miejscami są kąpieliska termalne – **Bešeňová**, **AQUAPARK Tatralandia** oraz **Liptowski Jan** (czynne przez cały rok). Region obfituje w zabytki kultury oraz ciekawostki i atrakcje przyrodnicze. Należą do nich: Skansen Wsi Liptowskiej w **Pribylinie**, osada **Vlkolinec**, należąca do światowego dziedzictwa UNESCO, zamek w **Orawskim Podzamku** oraz drewniany kościół artykularny w **Świętym Krzyżu**.

W pensjonacie znajduje się: parking, minigolf, stół do ping-ponga, bilard, szachy ogrodowe, ruskie kręgle, możliwość odpoczynku na tarasie z grillem ogrodowym, basen ogrodowy a w odległości 20krt tenisowy. Oprócz tego oferujemy odwiedzającym odnowę biologiczną – sauna, masaże, urządzenie do limfodrenażu, okłady z borowiny, solarium, elektrostymulator.

Posiłki można przygotowywać w kuchenkach lub skorzystać z kilku restauracji w pobliżu. Dla zainteresowanych istnieje również możliwość podawania śniadań w samym pensjonacie. Wieczorem można spędzić czas przy kominku w barze z bilardem w naszej słowackiej izbie.

Dzień drugi – 18.08/ niedziela

Pavčina Lehota – Liptovsky Jan - Pavčina Lehota.....30 km.

Basen termalny!!!

- Śniadanie
- Wyjazd do Liptovsky Jan na baseny termalne.
Termalne kąpielisko „Termal Raj”
czerwiec - wrzesień: Pon*-Niedz: 9.00-19.00
Wstęp:
dorośli 4 -8 €,
- Powrót. W drodze powrotnej możemy zwiedzić drewniany kościół artykularny w Świętym Krzyżu.

- Posiłek
- Dla chętnych spacer ścieżką wzdłuż **Demianowskiej Doliny** (sprawdzamy czy są grzyby).
- Spotkanie integracyjne przy piwie (jeżeli będzie możliwość ognisko).

Dzień trzeci – 19.08/ poniedziałek

Do przejechania samochodem: Pavčina Lehota – Jasna - Pavčina Lehota.....17 km.

Dzień trekkingowy!!!

Jasna – Chopok – Deresze – Jasna

- Śniadanie
- Podjeżdżamy samochodami do końca Doliny Demianowskiej (8,3km.), następnie kolejką linową startującą od chaty Koliesko podjeżdżamy (cena – emeryci 8E) do Lukova. Stamtąd niebieskim szlakiem podchodzimy (1.00 godz./0.45 godz.) pod Chopok (2024 m n.p.m.). Dalej skręcamy w prawo, idziemy czerwonym szlakiem w kierunku na Deresze (2004 m n.p.m.) Czas przejścia z Chopoka na Deresze (0:40h) . Można nieznakowaną ścieżką wejść na szczyt. Pod Dereszami dziesiątki fajnych „kopczyków”. Stąd można iść dalej do przełęczy Polana (czas 0:45h) i na szczyt Polana(0:15h). Mamy sumarycznie 2:45h marszu. Teraz mamy dwie opcje:
 - a) 3:15h – dojście do Chopok przez Križske sedno i derevnice pod Deresami, Prislop(niebieski szlak) a następnie zejście żółtym szlakiem pod Chopok. Sumaryczny czas przejścia 6:00h.
 - b) Z Sedla Polana schodzimy żółtym szlakiem pod Tri Vody (1:10h) a następnie w prawo czerwonym (1:25h) do Lukova. Sumaryczny czas 5:05h.
 - c) Wyciągiem cztero-krzeselkowym bądź sześciu-krzeselkowym możesz wjechać pod wierzchołek Chopku. Wyciąg cztero-krzeselkowy kursuje z ośrodka Otupné - Luková a wyciąg sześciu-krzeselkowy kursuje z ośrodka Záhradky - Rovná hoľa. Z tego miejsca można wybrać się pieszo na sam szczyt Chopku (2 024 m n.p. m.), który jest drugim najwyższym szczytem Niskich Tatr. Wspinaczka ta trwa około 1 godziny, ale z pewnością opłaca się to gdyż z Chopku rozprzecziera się przepiękny widok na otaczające go majestatyczne łańcuchy górskie. Odpocząć i posilić się można w restauracji Kamienna Chata, usytuowanej tuż pod wierzchołkiem Chopku
 - d) Powrót
 - e) Obiadokolacja
 - f) Czas wolny

Dzień czwarty – 20.08/ wtorek

Jaskinia Wolności + trekking

Pavčina Lehota – Jaskinia Wolności - Pavčina Lehota.....10 km.

- Śniadanie
- Podjeżdżamy na parking przed **Demianowską Jaskinią Wolności** - zwiedzamy jaskinię (trasa zwykła – 7E//trasa okrężna 14E//aparart 10E) – odwiedziny oprócz poniedziałku, wstęp o godz. 9:30/ 11:00/ 12:30/ 14:00
<http://www.ssj.sk/jaskyne/spristupnene/demanovska-slobody/fotogaleria/>

Demianowska Jaskinia Wolności słynie z niespotykanej różnorodności kolorów i kształtów syntrowej ornamentyki oraz unikalnymi syntrowymi liliami wodnymi i innymi formami nacieków rozwiniętych na jeziorkach.

Trekking: Na trasę wyruszamy od wyjście z jaskini. Wspinamy się na stok Tocista. Przewyższenie powyżej 700 m ale szlak prowadzi zakosami i nie odczuwa się zmęczenia. Po chwilowym odpoczynku na równym terenie zaczyna się drugi etap „wspinania”. Końcowy skalisty stopień znowu pokonujemy zakosami. Dalej już trawersem przez bardzo stromy trawiasty stok na szczyt grani Pustego. Był to

najtrudniejszy odcinek w wyprawie.. Trud jednak się opłacał. Cudowna stąd panorama na najpiękniejsze szczyty Tatr Niżnych. Doskonale stąd prezentuje się Krakowa Hoła. Na grani Pustego niesamowite galerie skalne. Z grani również widoki na Liptowską Marę oraz całe pasmo tatrzańskie. Krótko i już bezpiecznie schodzimy do siodła Machnate (1450 m) na grzbiecie między Krakową Hołą a Demianowską Górą. Stąd ruszamy w kierunku północnym. Żółtym szlakiem trawersujemy północny stok Pustego. Trasa prowadzi lasem. Dość szybko tracimy wysokość. Na zalesionej i zapokrzywionej polance znajduje się Iľanovské Sedlo – 1253 m – z węzłem szlaków. Mamy skręcić w lewo na szlak zielony, ale oznakowanie tu jest fatalne. Trzeba się przedrzeć przez spore potacie pokrzyw. (Uwaga! W prawo prowadzi szlak zielony do Iľanova a na wprost żółty na Demianowską górę.) Po walce z pokrzywami zaczynamy bardzo stromo schodzić do doliny Vyvieranie. Ścieżka nadal jest wąska, czasem trafiamy na przeszkody w postaci bardzo wysokich głazów skalnych, z których niełatwo jest zejść. Wirująca i bystra woda potoku utworzyła piękne kotły. Po deszczach przejście tej doliny może sprawiać spore problemy, bo w wielu miejscach trzeba iść korytem potoku. W zimie dolina jest zamknięta dla turystów. Trudniejsze miejsca przy potoku są ubezpieczone łańcuchami. Vyvieranie to piękna krasowa dolina, bardzo dzika, mało uczęszczana i dość kiepsko oznakowana, zwłaszcza w jej dolnym odcinku. Należy szczególnie uważać przy każdej krzyżówce. Gdy teren już się wyrównuje, po obu stronach potoku wznoszą się bardzo ładne skałki. Po prawej zobaczymy potężną skałę z ogromną „dziurą” – znak, że dotarliśmy prawie do celu. To wejście do Demianowskiej Jaskini Pokoju (Demänovská jaskyňa Mieru – 784 m). Ta jaskinia nie jest obecnie udostępniana turystycznie, ale prace trwają w tym kierunku. Jaskinia Pokoju łączy się korytarzami z Jaskinią Lodową i Jaskinią Wolności. Troszkę poniżej tego miejsca odnajdujemy wielkie wywierzysko, przez które rzeka Demänovka opuszcza podziemny system Demianowskich Jaskiń. Przy wywierzysku zamieszczono tablicę pamiątkową poświęconą Vladimirovi Žikešovi, badaczowi wód podziemnych, który zginął przy pracach w jaskiniach. Z tego miejsca przechodzimy przez mostek i przyjemną ścieżką wzdłuż rzeki dochodzimy do punktu wyjścia czyli do Demianowskiej Jaskini Wolności. To jedna z tras, którą bardzo polecam ze względu na niezbyt wiele trudności a sporą atrakcyjność.

- Powrót do pensjonatu
- Posiłek

Dzień piaty – 21.08/ środa

Zwiedzanie + baseny termalne

Pavčina Lehota – Vlkolinec – Ružomberk – Beszeniowa - Pavčina Lehota.....65 km.

- Śniadanie
- Jedziemy do Vlkolineca, który jest dzielnicą miejscowości Ružomberk. Droga prowadzi wzdłuż zbiornika Liptowska Mara. Od roku 1977 Vlkolinec został uznany za rezerwat zabytków a od roku 1993 jest wpisany na listę światowego dziedzictwa przyrody i kultury UNESCO. Powodem tego uznania jest fakt zachowania w miejscowości unikatowego zbioru 45 dawnych, oryginalnych chłopskich domków z kamiennymi fundamentami, wymazanymi gliną ścianami, z dachami pokrytymi strzechą. Zwiedzamy! Następnie zwiedzamy starówkę Ružomberk oraz Muzeum Wsi Liptowskiej – Pribylina w Ružomberk.
- Z Ružomberk jedziemy na baseny termalne w miejscowości **Beszeniowa**
Wstęp dla emerytów powyżej 60 lat
 2godz/ 6 E-baseny zewnętrzne, 11 E / baseny zewnętrzne+wewnętrzne)
 3godz/ 9 E-baseny zewnętrzne, 13 E / baseny zewnętrzne+wewnętrzne)
Termalny park Beszeniowa powstał przy gorących źródłach wód leczniczych, które wypływają z głębokości 1987 metrów za pośrednictwem odwiertu, o temperaturze 60°C. W okolicy znajduje się 9 odkrytych i 4 kryte baseny, 9 zjeżdżalni, witalny świat, centrum relaksu. Jest otwarty przez cały rok. Termalna woda oddziałuje zbawiennie przede wszystkim na układ ruchu, problemy urologiczne, układ oddechowy i ma przychylne działanie kosmetyczne.
- Obiadokolacja

Dzień szósty – 22.08/ czwartek

Samochodem: Pavčina Lehota – Jasna - Pavčina Lehota.....17 km.

Dzień trekkingowy!!!

Jasna – Chopok – Demianovske Sedlo – Krupove Sedlo – Dumbier – Chopok – Jasna

- Śniadanie
- Podjeżdżamy samochodami do Jasnej (8,3km.), następnie kolejką(emeryci-8E) podjeżdżamy pod Chopok (2024 m n.p.m.), godzinę podchodzimy, następnie idziemy w lewo czerwonym szlakiem (około 4km., przewyższenia 100m.) na Demianovske Sedlo (1:0h), Krupowe Sedlo(0:45h), Dumbier(2043 m n.p.m.-0:45h) i powrót.
Sumaryczny czas do powrotu pod Chopok 6:00 h.
- Zjazd kolejką i powrót samochodem do Pavčina Lehota.
- Posiłek
- Wypoczynek

Dzień siódmy – 23.08/ piątek

Dzień trekkingowy!!!

- Śniadanie
- Szlakiem żółtym z Pavčinej Lehoty możemy udać się pod Demianovsku Horu i dalej – pod Kurence (zależy od kondycji i czasu). A jeżeli ktoś woli bardziej wypoczynkowo to ścieżką wzdłuż Doliny Demianowskiej.
- Powrót
- Posiłek
- Wieczorek pożegnalny przy piwie.

Dzień ósmy – 24.08/ sobota

- Śniadanie
- Pakowanie i ruszamy w drogę powrotną
- Na trasie obiad (wliczony w cenę wycieczki)