

turistický sprievodca

NÍZKE TATRY

 **DAJAMA**



9 788081 361098

odporúčaná cena 11,95 €

+ turistická mapa



turistický sprievodca

NÍZKE TATRY

Ján Lacika

Zostavil: Daniel Kollár

Nízke Tatry

3. doplnené vydanie, 2020

Editor: Daniel Kollár

Pešie turistické trasy: Ján Lacika

Prírodné pomery: Ján Lacika

Turistické zaujímavosti: Kliment Ondrejka

Lektor trás: Tomáš Trstenský

Zodpovedný redaktor: Daniel Kollár

Technický redaktor: Tibor Kollár

Jazyková úprava: Jana Hyžová a Tibor Kollár

Fotografie: Tibor Kollár, Daniel Kollár, Daniela Kollárová, Zuzana Kollárová, Ján Lacika, Viera Poláková, Silvester Stiegler, Jozef Štefunko, Tomáš Trstenský a Peter Urban

Výškové profily: Ján Lacika a Marianna Lázničková

Kartografia: Kartografie HP a SHOCart, www.kartografiehp.cz
a Marianna Lázničková

Obálka: Daniela Kollárová

Dizajn a typografia: Marianna Lázničková

Tlač: PRESS GROUP, s. r. o., Banská Bystrica

Akékoľvek, hoci aj čiastočné použitie diela je dovolené len s písomným súhlasom vydavateľstva DAJAMA.

© RNDr. Daniel Kollár – DAJAMA

Karľoveské rameno 4B, 841 04 Bratislava-Karľova Ves

tel.: +421 (2) 446 317 02, info@dajama.sk, www.dajama.sk

Vydalo vydavateľstvo DAJAMA v roku 2020 ako svoju 326. publikáciu.

ISBN 978-80-8136-109-8

Milí čitatelia,

vydavateľstvo DAJAMA sa od začiatku svojej existencie venuje propagácii regiónov Slovenska a vydávaniu publikácií o jeho geograficko-historických oblastiach. V rámci viacerých edícií spracúvame jednotlivé mestá a regióny Slovenska a približujeme ich históriu a súčasnosť. Všetky publikácie pripravujeme nielen v slovenskom jazyku, ale niektoré aj v jazykových mutáciách. Vydávanie publikácií o Slovensku je hlavným cieľom našej činnosti, prostredníctvom ktorej chceme predstaviť jednotlivé prírodné a kultúrno-historické krásy našej krajiny.

S podobným zámerom sme v roku 2001 začali pripravovať edíciu S batohom po Slovensku, v ktorej doteraz vyšlo sedemnást titulov: Západné Tatry, Slovenský raj, Nízke Tatry, Vysoké Tatry, Malá Fatra, Veľká Fatra, Okolie Bratislavy, Slovenský kras, Štiavnické vrchy, Biele Karpaty, Súľovské vrchy, Okolie Košíc, Javorníky, Oravské Beskydy, Východné Karpaty, Pieniny, Slovenské rudohorie – západ. Od roku 2007 sme začali s druhým vydaním niektorých najžiadanejších titulov a postupne vyšli Vysoké Tatry, Slovenský raj, Západné Tatry, Nízke Tatry, Malá Fatra, Veľká Fatra a Okolie Bratislavy. V roku 2020 vychádzajú v treťom doplnenom a prepracovanom vydaní tituly Západné Tatry, Slovenský raj, **Nízke Tatry**, Vysoké Tatry, Malá Fatra a Veľká Fatra. Ich obsah tvoria najzaujímavejšie pešie trasy s niektorými podrobnejšie spracovanými turistickými cieľmi. Okrem opisov základných trás v nich možno nájsť aj výrezy panoramatických máp s priebehom jednotlivých trás. Samozrejme, nechýba ich výškový profil, charakteristika náročnosti a časový rozvrh, ktoré dopĺňajú fotografie typickej scenérie. Úvod jednotlivých kníh obsahuje všeobecné informácie, základnú charakteristiku prírodných pomerov oblasti, východiská túr a mapu regiónu s vyznačením polohy opisovaných turistických trás. Na záver sme zaradili register najvýznamnejších turistických bodov a praktické informácie. Doplnkom sprievodcu je aj turistická mapa v mierke 1 : 50 000, ktorá je priložená v plastovom obale a spolu s knihou vytvárajú jeden celok.

Všetky odporúčané trasy sme spracovali na základe osobných skúseností našich autorov a spolupracovníkov, ktorým by sme sa touto cestou chceli poďakovať. Napriek tomu nemožno vylúčiť menšie zmeny, ktoré mohli v poslednom období nastať. Budeme vďační, ak pri zistení nejakej nepresnosti pošlete vašu informáciu na adresu vydavateľstva. V ďalšom vydaní môžeme po overení urobiť prípadnú zmenu alebo úpravu.

Veríme, že si vyberiete z ponuky výletov do najkrajších horstiev Slovenska a že prežijete romantické chvíle v lone slovenských hôr. Želáme vám pekné počasie, dobrú náladu a šťastný návrat domov.

Daniel Kollár

Obsah

Systém sprievodcu.....	5
Poloha	9
Prírodné pomery	11
Podložie a povrch.....	11
Podnebie a vodstvo	21
Pôdy, rastlinstvo a živočíšstvo.....	23
Ochrana prírody	26
Východiská túr	29
Mapa	32
1 Na Veľkú Chochuľu	39
2 Na Skalku	43
3 Na Ďumbier a Chopok z Trangošky	47
4 Na Chopok a Dereše zo Srdiečka	51
5 Na Kráľičku	55
6 Na Veľkú Vápenicu	59
7 Na Kráľovu hoľu	63
8 Na Ohnište	67
9 Na Smrekovicu	71
10 Na Poludnicu	75
11 Na Demänovskú horu.....	79
12 Na Krakovu hoľu	83
13 Na Sinú a Bôr.....	87
14 Na Chopok z Jasnej.....	91
15 Na Ďurkovú	95
16 Na Salatín	99
17 Hrebeňom Nízkych Tatier – 1. časť	102
18 Hrebeňom Nízkych Tatier – 2. časť	108
19 Hrebeňom Nízkych Tatier – 3. časť	114
20 Hrebeňom Nízkych Tatier – 4. časť	120
Register	124
Praktické informácie	126

System sprievodcu

Edícia S batohom po Slovensku je určená najmä turistom, ktorí uprednostňujú pešiu turistiku.

Úvodná časť sprievodcu je venovaná všeobecným informáciám o koncipovaní jednotlivých trás a o základných zásadách pohybu v prírode. Prvá kapitola stručne oboznamuje s prírodnými pomermi územia (od povrchových foriem cez charakteristiku vodstva, podnebia, pôd, rastlínstva a živočíšstva až po ochranu prírody). Po stručnej prírodnej charakteristike a predstavení turistických východísk nasleduje mapa regiónu s vyznačením a očíslovaním opisovaných turistických trás.

Po všeobecnej časti nasleduje opis jednotlivých trás. V úvode každej turistickej trasy možno nájsť prehľad najdôležitejších informácií zoradených podľa hesiel. Prvým heslom je poloha definujúca územie, v ktorom je turistická trasa situovaná. Druhým heslom je východiskový bod, ktorý obsahuje názov miesta, kde sa výlet začína, a spôsob jeho dosiahnutia (napr. zastávka SAD – Slovenskej autobusovej dopravy, zastávka ŽSR – Železníc Slovenskej republiky, parkovisko). Tretím heslom je cieľový bod, ktorý určuje miesto, v ktorom sa turistická trasa končí, a spôsob dopravy z tohto bodu (napr. zastávka SAD – Slovenskej autobusovej dopravy, zastávka ŽSR – Železníc Slovenskej republiky, parkovisko). Štvrtým heslom je časový rozvrh, ktorý predstavuje stručný zoznam významných zastávok na trase spolu s priemerným časom chôdze medzi susednými dvoma v hodinách (v údají o celkovom čase nie je započítaný čas využitý na odpočinok či prehliadku zaujímavých miest). Piatym heslom je prevýšenie, to znamená rozdiel medzi najnižším a najvyšším bodom na trase. Po týchto heslách nasleduje charakteristika náročnosti túry a opis základnej trasy.

V opise základnej trasy sa dôraz kladie predovšetkým na prírodné zaujímavosti, z ktorých niektoré sú zvlášť charakterizované v rámkoch na stranách danej túry. Súčasťou každej trasy je mapový výrez s načrtnutým priebehom túry. Trasy charakterizuje aj výškový profil, pričom informácie o väčšine trás dopĺňa fotografia typickej scenérie. Základné trasy sú koncipované tak, aby umožňovali návštevu všetkých významných oblastí opísaného územia. Navrhnuté trasy však nemožno chápať ako vyčerpujúci, resp. definitívny zoznam. Ide skôr o odporúčania, ktoré sa dajú voľne kombinovať, spájať (napr. s prenocovaním v horskej chate) alebo skracovať absolvovaním časti trasy. Pri niektorých výletoch sú uvedené aj variantné možnosti.

Náročnosť

Navrhované trasy spravidla vedú po dobre značkových chodníkoch a cestách. V prípade možných orientačných problémov je na túto skutočnosť v texte upozornené. To znamená, že v danom úseku treba zvýšiť pozornosť a častejšie používať mapu. Trasy boli zvolené tak, aby si z nich mohol vybrať každý – skúsený turista i človek so slabšou fyzickou kondíciou. Na

presnejšie rozlíšenie stupňa náročnosti sú poradové čísla jednotlivých trás odlišené zelenou, modrou a červenou farbou, ktoré vyjadrujú tri stupne náročnosti: nenáročné, stredne náročné a náročné trasy.

Nenáročné trasy sú v záhlaví označené **zelenou farbou** a predstavujú pešie výlety, ktoré sú vhodné pre menej zdatných turistov, rodiny s menšími deťmi a starších ľudí. Ide o maximálne poldenné výlety s nevelkým prevýšením a dĺžkou prechádzajúce po dobre upravených cestách alebo chodníkoch.

Stredne náročné trasy sú označené **modrou farbou**. Vhodné sú pre zdatnejších turistov a pre rodiny s väčšími či fyzicky zdatnejšími deťmi, pretože vyžadujú dobrú fyzickú kondíciu. Z hľadiska časového rozvrhu sú dlhšie, prekonávajú väčšiu vzdialenosť a dosahujú výraznejšie prevýšenie. Niektoré sú náročnejšie aj na orientáciu a vyžadujú si skúsenosti s pohybom v prírode.

Náročné trasy sú označené **červenou farbou** a sú určené mimoriadne zdatným turistom, ktorým nerobí problém celodenný pohyb v teréne, veľké prevýšenie, využívanie technických pomôcok a sťažená orientácia. Sú vhodné pre ľudí s výbornou fyzickou kondíciou a dostatočnými skúsenosťami s pohybom v náročnom teréne.

Turistický výstroj

Základom fyzickej a psychickej pohody pri absolvovaní horských a vysokohorských túr je vhodné oblečenie a výstroj, najmä pevná obuv



s profilovanou podrážkou. Športová obuv (tenisky a pod.) alebo poltopánky nohy nechránia pred úrazom v skalnatom teréne, predovšetkým v pohyblivej sutine. Na telo si treba obliecť vhodnú spodnú bielizeň (tzv. termobielizeň), ako strednú vrstvu možno odporučiť oblečenie napríklad z materiálu Polar rôznej hrúbky. Ako vrchné ošatenie sú vhodné vetrovky a nohavice z vodoodpudivých a vetruvzdorných materiálov (napr. typu Goratex). Pri dlhších a náročnejších túrach by vo výstroji nemal chýbať plášť do dažďa, čiapka, rukavice, pišťalka, tepelnoizolačná fólia pre nepredvídané situácie a základná lekárnička. Lyžiarske palice, čakan a stúpacie železá (tzv. mačky) odporúčame v období, keď sú v dolinách a sedlách snehové polia. K ďalším nevyhnutným potrebám patria osobné doklady, hodinky, mapa a turistický sprievodca s opisom trás, dostatok jedla a tekutín a vrecko na znesenie vlastných odpadkov. V prípade dlhších túr sa aj v letných mesiacoch odporúča voliť teplejšie oblečenie, pretože náhla zmena počasia môže pre turistu bez dostatočného vybavenia znamenať nepríjemné zážitky.

Desať základných zásad bezpečného pobytu v horách

1. Pri výbere túry treba zohľadniť zdatnosť turistu.
2. O schodnosti trasy je vhodné informovať sa na stanici horskej služby.
3. Cieľ túry a predpokladaný čas návratu je vhodné oznámiť ubytovateľovi a zapísať sa do knihy vychádzok.
4. Na dlhšiu túru sa odporúča odísť ráno.
5. Aj za slnečného počasia treba použiť pevnú obuv.
6. Do batoha si treba zabaliť nepremokavé oblečenie.
7. Ak sa počasie začne zhoršovať, treba sa včas vrátiť.
8. Počas túry sa odporúča smerovať po značkových chodníkoch, neodbočovať do neznámeho terénu a nevstupovať na snehové polia.
9. Ak je chodník nad pásom lesa pokrytý snehom a nemá tyčové značkovanie, nepovažuje sa za značkovaný a nesmie sa po ňom pokračovať.
10. Ak sú turisti okolnosťami prinútení nevrátiť sa na miesto ubytovania, je ich povinnosťou oznámiť túto skutočnosť ubytovateľovi.

Desať základných pokynov pri pohybe po turistických chodníkoch

1. Plánovanú trasu si treba preštudovať vopred podľa turistickej mapy a turistického sprievodcu.
2. Hlavnú pozornosť treba venovať križovatkám ciest vo voľnom teréne a križovatkám ulíc pri prechode obcami, kde trasu spravidla križuje rad ulíc a ciest.
3. Na ostré zlomy a zmenu smeru na menej dôležitú komunikáciu upozorňuje šípka (značka s hrotom).
4. Ak na väčšej vzdialenosti (asi 300 m) značka chýba, ide pravdepodobne o nesprávny smer. V tomto prípade sa treba radšej vrátiť na najbližšiu križovátku a hľadať správny smer.
5. Pri príchode na väčšie voľné plochy v poraste s málo zreteľnými chodníkmi si treba pozorne prezrieť protiahly okraj porastu, či na ňom nie je veľká pásová značka (tzv. volavka).

6. Pri značkovaní niektorých trás nemohli byť dodržané pravidlá značkovania alebo stanovený trojročný cyklus obnovy, čo môže spôsobiť nečitateľnosť značiek, ich nedostatočnú hustotu a nesúlad s mapou.

7. Pri chôdzi sa odporúča pozeráť aj späť a overiť si, či značkovanie v protismere nie je spoľahlivejšie.

8. Odporúča sa odmerať si vzdialenosti jednotlivých bodov na turisticky značkových trasách z mapy pre kontrolu dĺžky pochodu a vzdialenosti.

9. Pri pohybe v teréne informujú o vzdialenosti a mieste údaje na smerovníkoch (na smerovke sú uvedené tri postupné ciele na danej trase a údaje o čase potrebnom na ich dosiahnutie).

10. Turisticky značkové trasy sú v plnom rozsahu použiteľné len v období bez snehovej pokrývky.

Mapy

Každú trasu dopĺňa mapka s jej zvýrazneným priebehom. Súčasťou sprievodcu je aj turistická mapa v mierke 1 : 50000 vložená do plastového obalu.

Elektronická príprava trasy

Hikeplanner je interaktívna on-line služba prevádzkovaná turistickým portálom HIKING.SK. Vyhľadá vyznačenú turistickú trasu medzi dvoma zadanými rázcestiami (s možnosťou zadať jedno priebežné rázcestie) a podľa výberu môže minimalizovať vzdialenosť, prevýšenia alebo pre potreby hrebňoviek uprednostňovať červenú značku. Následne zobrazí údaje o danej etape – vzdialenosti, stúpania, klesania, časový odhad a farby značkových chodníkov, ktorými etapa prechádza. Do systému sú zaradené zväčša len rázcestia (TIM), kde sa križujú aspoň dva rôzne značkové chodníky.

Databáza sa priebežne aktualizuje v snahe zachytiť súčasný stav v teréne. Naplánovanú trasu si možno pozrieť on-line na turistickej mape na adrese www.turistickamapa.sk, ktorú prevádzkuje portál HIKING.SK.

S obmedzenou funkčnosťou je dostupná aj WAP verzia pre mobilné telefóny (<http://hiking.sk/wap>). Hikeplanner tak možno využiť aj priamo v teréne, samozrejme, ak je dané územie dostatočne pokryté signálom.



Trangoška (1129)	2,1 km	305 m	10 m	0:55	ľahký	kumulatívne
1 K. Jaskyni mŕtvych netopierov (1420)	1,3 km	320 m	10 m	1:00	ľahký	0:55, 2,1 km
Ch. gen. M. R. Štefánika (1730)	zhrnuté etapy: 3,4 km, hore 625m, dole 20m, 1:55					1:55, 3,4 km
Ch. gen. M. R. Štefánika (1730)	1,2 km	50 m	20 m	0:20	ľahký	kumulatívne trasa / etapa
1 Ráz. na Krúpovo s. (1780)	1,1 km	150 m	0 m	0:30	ľahký	0:20, 1,2 km
2 Krúpovo s. (1910)	0,9 km	0 m	130 m	0:20	ľahký	0:50, 2,3 km
Demänovské s. (1780)	zhrnuté etapy: 3,2 km, hore 200m, dole 150m, 1:10					1:10, 3,2 km
Demänovské s. (1780)	2,6 km	260 m	45 m	0:55	ľahký	kumulatívne trasa / etapa
Chopok, ráz. (1995)						0:55, 2,6 km



Poloha

Nízke Tatry sa rozprestierajú medzi $48^{\circ} 42'$ a $49^{\circ} 03'$ severnej zemepisnej šírky a $19^{\circ} 16'$ a $20^{\circ} 17'$ východnej zemepisnej dĺžky. Dlhšia os výrazne pásmového pohoria pretiahnutého v rovnobežkovom smere meria vyše 80 km. Jeho šírka meraná v poludníkovom smere sa pohybuje od 15 do 25 km.

Nízke Tatry ležia takmer uprostred Slovenska. Geografický stred krajiny, za ktorý sa považuje vrch Hrb na severnom okraji trefohornej sopky Poľana, je situovaný asi 14 km od ich juhozápadného okraja. Severné úpätie Nízkych Tatier je od severnej štátnej hranice vzdialené viac ako 20 km. Južný okraj pohoria je od štátnej hranice vzdialenejší, na juhovýchode ho od nej oddeľuje približne 45 km.

Zo severu a z juhu sú Nízke Tatry ohraničené výrazne nižšie položenou krajinou. Na severe to je Podtatranská kotlina, na juhu Horehronské podolie. Široká Podtatranská kotlina svojím plochým dnom ostro kontrastuje s rozoklanými severnými rázsochami vysokého pohoria. Vo východnej časti severného úpätia Nízkych Tatier sa medzi masívne pohorie a kotlinu vkladajú nízke predhorie v podobe úzkych Kozích chrbtov. Na severovýchode sem



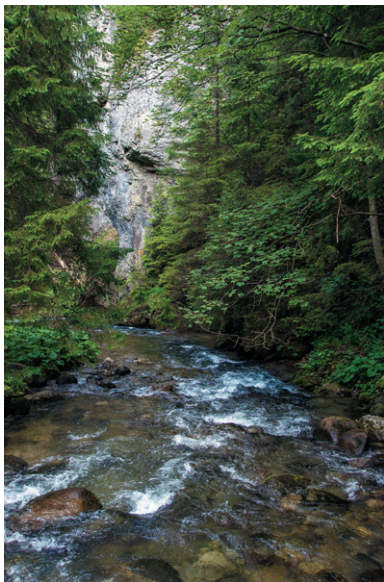
zasahuje východný cíp Hornádskej kotliny. Kráľovohoľská časť pohoria tu „odovzdáva“ horný úsek rieky Hornád úzkej a hlbokej Vikartovskej brázde. Iba na západe a na východe majú Nízke Tatry horských susedov. Západná hranica vedie širokou dolinou Revúcej, ktorá ich oddeľuje od Veľkej Fatry. Ďalej na juhozápade sa nachádza nízke predhorie – Starohorské vrchy, ktoré boli podľa staršieho orografického členenia súčasťou Nízkych Tatier. Dnes sú samostatným geomorfologickým celkom. Na východe sa reliéf kráľovohoľskej časti Nízkych Tatier výrazne znižuje do krasových planín Slovenského raja.

Nízke Tatry sú pohorím rozhraničujúcim historické regióny bývalého Uhorska i územnosprávne jednotky dnešného Slovenska. Oddeľujú Horehronie od Liptova a západného Spiša. V súčasnosti je táto výrazná prírodná línia hranicou medzi Žilinským, Banskobystrickým a Prešovským krajom. Väčšina severnej časti masívu Nízkych Tatier je rozdelená medzi okresy Žilinského kraja – okres Ružomberok a okres Liptovský Mikuláš. Malou časťou zasahuje aj na územie okresu Poprad v Prešovskom kraji. Južne orientované doliny a rássochy ležia na území okresov Banskobystrického kraja – okres Banská Bystrica na západe a okres Brezno na východe. Na územie Nízkych Tatier zasahujú katastrálne územia 43 dedín a miest.

Prírodné pomery

Podložie a povrch

Nízke Tatry majú podobnú **geologickú stavbu** ako iné kryštálicko-druhohorné pohoria Vnútrotných Západných Karpát. V centrálnej časti masívu sa nachádza kryštálické jadro zastúpené prvohornými vyvretými a premenenými horninami. Prevládajú tu rozličné typy granitov a gránodioritov prašivského a dumbierskeho typu, menšie útvary tvoria kryštálické bridlice, ako sú ruly, fylity a amfibolity. Rozloženie druhohorných štruktúrnych jednotiek pohoria je asymetrické. Druhohorné sedimentačné horniny sú v podstatne menšej miere zastúpené na juhu, oveľa viac ich je na severe. Liptovská časť Nízkyh Tatier je prevažne vápencovo-dolomitová. Mohutné súvrstvie uloženín druhohorného mora je zvrásnené a nasunutú do príkrovov. Vo vrstvách krížňanského príkrovu, ktoré vystupujú na povrch v západnej a severozápadnej časti pohoria, sú hojnejšie zastúpené mäkkšie slienité a bridličnaté horniny. Na týchto menej odolných súvrstviach sa sformoval nižší a hladšie modelovaný reliéf s malými eróznymi kotlinami a so širokými dolinami, ako je Lúžňanská kotlina alebo Revúcke podolie, ktoré je súčasťou Veľkej Fatry. Zjavne dramatickejší a bralnotejší reliéf sa vytvoril na horninách chočského príkrovu v severnej časti pohoria od Iľanovskej doliny smerom na východ. Tu prevládajú vápence a dolomity, ktoré podliehajú intenzívnemu krasovateniu. Demänovské vrchy budované z veľkej časti chemicky veľmi čistými gutensteinovými vápencami patria k najvýznamnejším krasovým oblastiam Slovenska s mimoriadne rozvinutým podzemným krasom. Na horehronskej strane Nízkyh Tatier sú iba menšie ostrovy druhohorných hornín (medzi Moštenicou a Mýtom pod Ďumbierom). Pozornosť si zaslúži aj lokálny výskyt druhohorných vápencov na juhovýchodnom svahu Ďumbiera, na ktorých sa vytvoril zaujímavý vysokohorský kras. Geologická stavba Nízkyh Tatier prechádza do susedných podhorských geomorfologických jednotiek – Starohorských vrchov a Kozích chrbtov. V Starohorských vrchoch sa na povrchu objavujú ostrovy





kryštalického jadra, na ktoré sú naložené vrstvy mladoprvihorných suchozemských sedimentov. Tieto súvrstvia s prevahou zlepcov boli v minulosti bohaté na rudy.

Baníctvo v Nízkyh Tatrách

Nízke Tatry boli odpradáva štedré na drevo a rudy. Kým lesy sú ich bohatstvom dodnes, ložiská rúd sa do značnej miery vyťažili a banská činnosť sa zastavila. Širšia oblasť Nízkyh Tatier patrila v minulosti medzi tradičné banícke regióny Slovenska s bohatou históriou dobývania rozličných rúd. V ložiskách hydrotermálneho typu sa ťažili najmä rudy medi, železa, antimónu a olova, v nízkotatranských potokoch sa úspešne ryžovalo zlato. Hlavnými centrami baníctva boli: Špania Dolina a Staré Hory v Starohorských

Vrchy Nízkyh Tatier vyššie ako 1700 m (nadmorská výška v metroch)

1. Ďumbier	2 043,4	15. Baňa	1 859,1
2. Štiavnica	2 025,3	16. Žiarska hoľa	1 840,5
3. Chopok	2 023,6	17. Orlová	1 840,4
4. Dereše	2 003,5	18. Kráľička	1 807,4
5. Skalka	1 980,1	19. Bartková	1 790,2
6. Chabenec	1 955,0	20. Veľký Gápeľ	1 776,5
7. Kráľova hoľa	1 946,1	21. Veľká Chochuľa	1 753,2
8. Kotlíská	1 936,9	22. Krakova hoľa	1 751,6
9. Krúpova hoľa	1 927,5	23. Ďurková	1 749,8
10. Zákluky	1 914,5	24. Ludárova hoľa	1 731,6
11. Poľana	1 889,7	25. Veľký bok	1 727,1
12. Bôr	1 887,6	26. Rovná hoľa	1 722,9
13. Kónské	1 882,3	27. Malá Chochuľa	1 718,6
14. Stredná hoľa	1 875,9		