



EURÓPSKA ÚNIA



regionálny  
operačný  
program



PREŠOVSKÝ  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ



TATRY 4 SEASONS


# CYKLOTURISTIKA


Cycle Tourism • Turystyka rowerowa • Велосипедный туризм






Cykloturistika sa v posledných rokoch stáva stále významnejším segmentom cestovného ruchu. Mestá a obce venujú pozornosť budovaniu cyklotrás, ktoré prispievajú k vytváraniu možností aktívneho trávenia voľného času. Cyklistika je šport, ktorý sa nepestuje len v prírode, ale často sa odohráva aj na cestách pre motorové vozidlá. Preto by mal každý cyklista poznať pravidlá, ktoré musia dodržiavať všetci cyklisti na cestách. Cyklista je povinný mimo obce chrániť si hlavu riadne upevnenou ochrannou prilbou, deti do 15 rokov majú túto povinnosť aj v obci. Cyklista jazdiaci po okraji vozovky za zníženej viditeľnosti musí mať na sebe viditeľné reflexné prvky alebo reflexnú vestu (nie zelenej farby).

 Cycle Tourism is becoming a more and more significant segment of tourist industry. Towns and villages alike concentrate on building cycle paths that help increase the range of leisure time activities. Cycling is a sport that you do not have to do only somewhere in the countryside but it often takes place on motorways. Therefore every cyclist should be well aware of rules that he must stick to as a cyclist. Cyclists must wear a protective helmet whenever on the road outside a town or a village, children under the age of 15 must wear such helmet at all times. Furthermore, any cyclist cycling on the road at times of reduced visibility must carry on himself some reflective accessories or a reflective vest (not green in colour).

 Turystyka rowerowa w ostatnich latach staje się coraz bardziej znaczącą częścią przemysłu turystycznego. Miasta i wsie poświęcają uwagę budowaniu tras rowerowych, które przyczyniają się do stwarzania możliwości aktywnego spędzania wolnego czasu. Kolarstwo to sport, który uprawiany jest nie tylko na łonie natury, lecz także na szosach. Dlatego każdy rowerzysta powinien znać przepisy, które muszą być przestrzegane przez wszystkich użytkowników dróg. Rowerzysta zobowiązany jest poza tere-

nem zabudowanym chronić głowę stanniem umocowanym kaskiem ochronnym, zaś dzieci do 15 roku życia mają ten obowiązek również w terenie zabudowanym. Rowerzysta jadący jezdnią w warunkach ograniczonej widoczności musi być wyposażony w akcesoria odbłaskowe lub odbłaskową kamizelkę (innego koloru niż zielony).

 Велосипедный туризм в последние годы становится всё более важной частью туризма. Города и посёлки обращают внимание на построение велосипедных маршрутов, которые способствуют созданию возможностей для активного отдыха. Велоспорт – это спорт, который не культивируется только в природе, но часто имеет место на дороге для автомобилей. Поэтому каждый велосипедист должен знать правила, которые должны соблюдаться всеми велосипедистами на дорогах. Велосипедист обязан за пределами населённого пункта иметь на голове надёжно закреплённый шлём, дети до 15 лет обязаны иметь на голове шлём также и в населённом пункте. Велосипедист, двигающийся вдоль края дороги в условиях плохой видимости должен иметь на одежде видимые отражающие элементы или светоотражающий жилет (не зеленого цвета).



## Cyklotrasa Spišská Belá – Tatranská Kotlina

Chodník v dĺžke deväť kilometrov spája Spišskú Belú a Tatranskú Kotlinu. Trasa sa začína pri Belianskych rybníkoch a pozdĺž cesty I/67 vedie až k zastávke Čarda v Tatranskej Kotline. Šírka chodníka je tri metre, je celosfaltový a vhodný pre cyklistov i korčuľiarov. V zime má aj iné využitie, napríklad pre bežeckých lyžiarov. Súčasťou chodníka sú štyri väčšie odpočívadlá s prístreškom, stolikom a stoličkami, hneď vedľa sú umiestnené aj mapy regiónu a cyklotrasy. Cyklochodník je prvou etapou veľkého projektu budovania cyklotrás, ktoré by mali viesť celým pohorím Tatier.

### Cycle Track Spišská Belá – Tatranská Kotlina

A nine-kilometre cycle track connects the village of Spišská Belá with the village of Tatranská Kotlina. The tracks starts at Belianske Rybníky and runs along the road I/67 as far as Čarda bus stop in Tatranská Kotlina. The three-metre wide tarmac cycle path is suitable for both cyclists and roller-skaters. In winter it can have other uses – it can be used by cross-country skiers. Along the cycle path there are four medium pull-ins with a roof, a table and some chairs and information boards with tourist maps of the region and cycleways. This cycle path was built during the first phase of an extensive project of building cycle paths that should cover the whole area of the foothills of High Tatras.

### Trasa rowerowa Biała Spiska – Tatrzańska Kotlina

Trasa o dĺžke dvanásť kilometrov ťaží Białą Spiską i Tatrzańską Kotlinę. Trasa rozpoczyna się przy stawach rybnych i biegnie wzdłuż drogi 1/67 aż do przystanku Csarda w Tatrzańskiej Kotlinie. Jej szerokość wynosi trzy metry, a nawierzchnia zrobiona jest z asfaltu, dzięki czemu trasa nadaje się zarówno dla rowerzystów, jak i rolkarzy. Zimą natomiast jest wykorzystywana do innych celów – na przykład do biegów narciarskich. Wzdłuż trasy znajdują się cztery punkty wypoczynkowe z wiatą, stolikiem i krzesłami oraz tablicami z mapą regionu i trasami rowerowymi. Trasa rowerowa stanowi pierwszy etap rozległego projektu budowy tras rowerowych, które powinny prowadzić przez cały łańcuch Tatr.



### Велосипедный маршрут Спишска Бела – Татранская Котловина

Дорожка длиной девять километров соединяет Спишску Белу и Татранскую Котловину. Трасса начинается у Белянских прудов и тянется вдоль дороги I/67 к остановке Чарда в Татранской Котловине. Ширина трассы составляет три метра, она полностью асфальтирована и пригодна для велосипедистов и скейтеров. Зимой имеет иное применение, служит, например, для беговых лыж. Вдоль трассы находятся четыре зоны отдыха с навесом, столом и стульями, рядом размещены карты данного региона с велосипедными маршрутами. Дорожки для велосипедистов являются первым этапом крупного проекта строительства велосипедных трасс, которые будут проходить через всё подгорье Татр.



## Bike park Bachledova

Bike park je súčasťou celoročného strediska Ski Bachledova. Letnú sezónu otvára 1. júna, otváracie hodiny sú v sobotu a v nedeľu, počas letných prázdnin je bike park otvorený denne, od 9.00 do 16.00 h. Bike park Bachledova pre návštevníkov ponúka downhill trať – Air Dh Bachledka, freeride, family trať, päť tratí crosscountry v krásnom prostredí Spišskej Magury, každá s použitím lanovky TS3, v celkovej dĺžke 130 km, požičovňu bicyklov – DH, cross, priamo v stredisku. Zjazdová trať má dĺžku 1700 metrov a prevýšenie 250 metrov. Je určená nielen pre skúsených cyklistov a pretekárov, pretože všetky extrémne náročné miesta a prekážky sa dajú obísť.

### Bike Park Bachledova

The Bike Park Bachledova is a part of an all-season resort Ski Bachledova. The summer season is open on June 1st and at weekends. During the summer holidays the bike park is open daily from 9 a.m. to 4 p.m. The Bike Park Bachledova offers its visitors a downhill bike track – Air Dh Bachledka, a free ride track, a family track, 5 cross-country tracks leading across the beautiful region of Spišská Magura each with a cableway TS3, with a total of 130 km, a bike rental – DH cross directly in the resort. The downhill track is 1,700 m long and has a superelevation of 250 m. It is suitable not only for experienced cyclists and racers, because all difficult sections and obstacles can be bypassed.

### Bike Park Bachledova

Bike Park jest częścią otwartego przez cały rok ośrodka Ski Bachledova. Sezon letni rozpoczyna się w pierwszy weekend czerwca, w czasie wakacji ośrodek jest czynny codziennie w godzinach od 9.00 do 16.00. Bike Park Bachledova zwiadzającym poleca downhill – Air Dh Bachledka, freeride, tor rodzinny, pięć torów cross-country przebiegających przez piękny obszar Magury Spiskiej, każdy z kolejką linową TS3 o długości całkowitej 130 km, wypożyczalnię rowerów. Trasa zjazdowa ma długość 1700 metrów i przewyższenie 250 metrów. Przeznaczona jest nie tylko dla doświadczonych rowerzystów i zawodników, bowiem wszystkie trudne miejsca i przeszkody można ominąć.

### Байк-парк Бахледова

Велосипедный парк является частью круглогодичного горнолыжного центра Бахледова. Летний сезон открывается 1-го июня, время открытия – по субботам и воскресеньям, а в течение летних каникул Байк-парк открыт ежедневно с 9:00 до 16:00 часов. Велосипедный парк предлагает для посетителей Бахледова трассу скоростного спуска – Воздушный Дг Бахледка, фрирайд, семейную трассу, пять беговых трасс – все в красивой природе Спишской Магуры, каждый с канатным подъемником TS3, с общей длиной 130 км, прокат велосипедов – ДГ, кросс, прямо в парке. Горный трек имеет длину 1700 м и перепады высоты 250м. Парк предназначен не только для опытных велосипедистов и участников соревнований, поскольку все очень сложные места и препятствия можно обойти.



## Pieninská cyklotúra

Pieninská cyklotúra spája dve starobylé spišské mestá – Spišskú Belú a Starú Ľubovňu. K jej najväčším atrakciám patrí návšteva Pieninského národného parku (s turisticky atraktívnym Prielomom Dunajca) a Červeného Kláštora, krásne zasadeného v pieninskej prírode pod majestátnym vrchom Tri koruny. Trasa spolu meria 63 kilometrov a vedie zo Spišskej Belej na Magurské sedlo (14 km), cez križovatkú pri Spišskej Starej Vsi (17 km), Červený Kláštor (7 km), Hniezdne (22 km), až do Starej Ľubovne (3 km). Jej najzaujímavejšia časť vedie Pieninami. Trasa zahŕňa jedno náročné stúpanie a je zjazdná cestnými bicyklami.

### Pieniny Cycle Route

The Pieniny Cycle Route connects two ancient Spiš towns – Spišská Belá and Stará Ľubovňa. The highlight of this route is the visit of Pieniny National Park (with the attractive valley called Prielom Dunajca) and a former monastery – now a museum called Červený Kláštor situated in the beautiful surroundings of Pieniny nature under the majestic Tri Koruny Peak. The route is 63 km long and leads from the town of Spišská Belá all the way to Magurské sedlo (14 km), across the crossroads at Spišská Stará Ves (17 km), Červený Kláštor (7 km), Hniezdne (22 km) as far as Stará Ľubovňa (3 km). Its most interesting part is the one leading across the Pieniny Mountains. Along the route there is one steep gradient and it is easily accessible by a road bike.

### Pienińska trasa rowerowa

Pienińska trasa rowerowa łączy dwa średniowieczne spiskie miasta – Białą Spiską i Starą Ľubovňu. Do jej największych atrakcji należy zwiedzanie Pienińskiego Parku Narodowego (z turystycznie atrakcyjnym Przełomem Dunajca) i Czerwonego Klasztoru, przepięknie położonego w pieninskiej przyrodzie pod majestatycznym szczytem Trzech Koron. Trasa o długości 63 kilometrów prowadzi z Białej Spiskiej na Przełęcz Magurską (14 km), przez skrzyżowanie koło Starej Wsi Spiskiej (17 km), Czerwony Klasztor (7 km), Gniazda (22 km) aż do Starej Ľubovni (3 km). Jej najciekawszą część biegnie Pieninami. Trasa ma jeden trudniejszy występ i można ją łatwo przebyć rowerami drogowymi.

### Пиенинский велотур

Пиенинский велотур соединяет два древних спижских города – Спишску Белу и Стару Любовню. К его наиболее интересным достопримечательностям относится посещение Пиенинского Национального парка (с привлекательным для туристов Прорывом Дунайца) и Красного Монастыря, расположенного в живописной пиенинской природе под величественным пиком Три короны. Общая длина трассы составляет 63 километра и ведёт от Спишской Белы на Магурске седло (14 км) через пересечение возле Спишской Старой Веси (17 км), Красный Монастырь (7 км), Гниеэднэ (22 км) в Стару Любовню (3 км). Наиболее интересная часть трассы проходит через Пиенины. Маршрут имеет один сложный подъём, также пригоден для шоссейных велосипедов.

## Pieninská cesta

Lahká trasa vhodná pre rodiny s deťmi, dlhá 10,5 kilometra, vedie z Červeného Kláštora prielomom rieky Dunajec až do poľskej Szczawnice. Nenáročná cyklotúra prekrásnou scenériou prielomom rieky Dunajec sa začína pri múzeu Červený Kláštor. Prvou atrakciou po trase je Jánošíkov skok, kde si môžete na skalách oddýchnuť a pozorovať plte na Dunajci šikovne vedené goralskými junákmi. Cesta prielomom sa šesťkrát zatočí, pričom sleduje tvar meandrov zaklesnutých medzi strmé skalnaté svahy. V oblúku tretieho meandra môžeme obdivovať legendami ovenčené skalné veže Sedem mníchov vysoké takmer 70 metrov. Onedlho dorazíme k lokalite Poľana a poslednému meandru Dunajca pred vyústením Lesnického potoka. Dominuje mu vysoké štíhle bralo Sokolica (747 m) na poľskej strane. Pri Lesnickom potoku pokračujeme doľava po asfaltovej a neskôr po ceste zo zámkovej dlažby vstupujeme do poľských klimatických kúpeľov Szczawnica, kde je možnosť kultúrneho i športového vyžitia.

### Pieniny Cycleway

It is an easy 10.5 km trail suitable for families with children that leads from Červený Kláštor, along Prielom Dunajca (Dunajec Water Gap) as far as the Polish village of Szczawnica. An easy cycleway with amazing views of the Dunajec river valley starts at the Červený Kláštor museum. The first landmark of the trail is a place called Jánošíkov skok, where you can have a rest on the rocks lying on the river bank while watching the rafts on the Dunajec River led by skilful Goral lads. The road across the valley takes six turns thus following six meanders lying between the steep rocky slopes of the mountains. At the third turn of the valley visitors can admire legendary almost 70 m tall rock towers called Sedem mníchov (The Seven Monks). Not far from there you can see Poľana Site and the last meander of the valley opens for the visitors to show them the mouth of Lesnica stream. A tall cliff called Sokolica (747 m) on the Polish bank of the river overlooks the scenery. We turn left to follow the Lesnica stream walking on a tarmac road which is further covered with interlocking pavement and enter the climatic spa of Szczawnica, with many cultural and sports facilities.

### Droga Pienińska

Łatwa, nadająca się dla rodzin z dziećmi, trasa o długości 10,5 kilometra prowadzi z Czerwonego Klasztoru przez przełom rzeki Dunajec aż do polskiej Szczawnicy. Ta niewymagająca trasa rowerowa biegnąca przez przepiękną scenérię przełomu rzeki Dunajec rozpoczyna się przy Czerwonym Klasztorze. Pierwszą atrakcją tej trasy jest Skok Janosika, gdzie można odpocząć na skałach, obserwując tratwy na Dunajcu zręcznie kierowane przez góralskich młodzieńców. Droga przełomem sześć razy skręca wzdłuż meandrow między strome skaliste zbocza. W łuku trzeciego meandru możesz podziwiać legendarne, wysokie na prawie 70 metrów skaliste wieże zwane Siedmioma Mnichami. Niedaleko tego miejsca możemy zobaczyć Połanę i ostatni meander Dunajca przed dopływem Lesnickiego Potoku. Nad okolicą dominuje wysoka smukła skała Sokolica (747 m), znajdująca się po polskiej stronie. Jeśli koło Lesnickiego Potoku skręcisz w lewo, to po asfaltowej, a później brukowanej drodze dotrzesz do położonego po polskiej stronie uroczego uzdrowiska Szczawnica, oferującego w wiele kulturalnych i sportowych rozrywek.

### Пиенинская дорога

Лёгкая трасса, пригодная для семей с детьми, длиной 10,5 километров ведёт от Красного Монастыря через ущелье реки Дунаец к польской Штявнице. Несложный велотур по прекрасным пейзажам ущелья реки Дунаец начинается с места возле музея Красный Монастырь (Червёный Клаштор). Первой достопримечательностью на маршруте является Яношиков скок, где можно отдохнуть на скалах и наблюдать за плотами, несущимися по реке Дунаец, умело управляемыми горальскими плотовщиками. Дорога через ущелье поворачивает шесть раз, наследуя меандр, зацеплённый между крутыми скалистыми склонами. В изгибе третьего меандра можно полюбоваться увенчанными легендами скалистыми вершинами «Семь монахов», высота которых достигает почти 70 метров. Вскоре мы доберёмся к области Поляна и к последнему меандру Дунайца перед впадением Лесницкого потока. Ему доминирует высокий тонкий утёс Соколица (747 метров) на польской стороне. Вблизи Лесницкого потока продолжаем путь влево по асфальтовой дорожке, которая дальше покрыта мощёными плитами, въезжаем в польский климатический курорт Штявница, где можно провести культурный и спортивный отдых.



## Cyklotúra prielomom Popradu

Trasa dlhá spolu 51 kilometrov spája mesto Stará Ľubovňa s Ľubovnianskym hradom s prielomom rieky Poprad. Cesta vedie zo Starej Ľubovne do Mníška nad Popradom (15 km), cez Malý Lipník (16 km) až do Plavnice (8 km) a späť do Starej Ľubovne (12 km). Trasa vedie známym prielomom rieky Poprad, ktorá súčasne tvorí hranicu s Poľskom. Profil je pomerne náročný a stúpaniu sa cykloturisti nevyhnú dokonca ani v prielome Popradu. Približne šesť kilometrov dlhý úsek vedie po neasfaltovanej, ale aj pre cestné bicykle zjazdnej ceste.

### Cycle Route of Poprad Water Gap

The 51 km long cycleway connects the town of Stará Ľubovňa with Ľubovňa Castle and Poprad Water Gap. The trail leads from Stará Ľubovňa to the village of Mníšek nad Popradom (15 km) through the village of Malý Lipník (16 km) as far as Plavnica (8 km) and then back to Stará Ľubovňa (12 km). The trail goes through the well-known Poprad Water Gap which is at the same time a borderline with Poland. The trail is relatively difficult and the cyclists will have to work hard while climbing up the cycle path along the water gap. About 6 km of the track lead on a forest road accessible by mountain bikes as well as road bikes.

### Trasa rowerowa przez Przełom Popradu

Trasa o dĺžke 51 kilometrov ťaží mesto Stará Ľubovňa z Zamkom Ľubovelským i przełomem rzeki Poprad. Droga prowadzi ze Starej Ľubowli do Mniszku nad Popradem (15 km) przez Mały Lipnik (16 km) aż do Plawnicy (8 km) i z powrotem do Starej Ľubowli (12 km). Trasa prowadzi znanym przełomem rzeki Poprad, która jednocześnie stanowi granicę z Polską. Trasa jest stosunkowo wymagająca i początkujący turyści rowerowi nie ominą nawet w przełomie Popradu. Około sześciokilometrowy odcinek biegnie po drodze nieasfaltowanej, lecz możliwej do przebycia przez rowery szosowe.

### Велотур через прорыв Попада

Трасса общей длиной 51 километр соединяет город Стара Любовня с Любовнянским замком и ущельем реки Попад. Трасса ведёт со Старой Любовни в Мнишок над Попрадом (15 км) через Малый Липник (16 км) в Плавницу (8 км) и обратно в Старую Любовню (12 км). Трасса ведёт через известное ущелье реки Попад, которая одновременно творит границу с Польшей. Профиль довольно сложный, а обойти подъём велосипедисты не смогут даже в ущелье реки Попад. Трасса длиной примерно шесть километров ведёт по неасфальтированной, но вполне сносной для шоссе велосипедов дороге.



## Cyklotúra Tichou a Kôprovou dolinou

Cyklotúra je dlhá spolu 19 kilometrov. Rekreační cykloturisti určite ocenia mierne stúpanie cesty - na dolnom osemkilometrovom úseku je prevýšenie iba 250 výškových metrov. Trasa sa začína v Podbanskom a možno ju rozdeliť na dve časti. Prvá časť (11 km) vedie Tichou dolinou - najdlhšou dolinou Tatier. Jej názov pravdepodobne pochádza od Tichého potoka, ktorý na tatranské pomery tečie neobyčajne pokojne. Druhá časť trasy vedie Kôprovou dolinou (8 km), v ktorej sa prelínajú prírodné krásy Západných a Vysokých Tatier. Pohľady smerom na západ ponúkajú scenériu hôlnych Liptovských kôp, kým druhú stranu doliny krášia podstatne dramatickejšie krivky bralného masívu Kriváňa. Cyklotrasa v Tichej doline sa končí pri najvyššom tatranskom vodopáde - Kmetov vodopád.

### Cycle Route of Tichá and Kôprová Valleys

The cycleway is 19 km long. The less skilful cyclists will certainly appreciate the mild road elevation - on the lower 8 km long part of the track the superelevation is only 250 m. The route starts in the village of Podbanské and can be divided into two parts. The first 11 km long part leads through a valley called Tichá dolina (Quiet Valley) - the longest valley in High Tatras. Its name probably comes from a stream called Tichý potok (Quiet Brook) which is one of the most quietly flowing streams in the High Tatras. The other part of the track leads through a valley called Kôprová dolina (8 km) where you can enjoy the marvellous views of both the High and the Western Tatra Mountains. Looking to the west you will see a picturesque scenery of Liptovské Kopy whereas on the other side of the valley you can admire much steeper slopes of the massif of Kriváň. The marked cycle path in Tichá Dolina leads as far as the highest waterfall in the High Tatras - Kmetov vodopád.

### Trasa rowerowa przez Dolinę Cichą i Koprową

Wycieczka rowerowa liczy 19 kilometrów. Rekreační turyści rowerowi na pewno docenią powolne podnoszenie się drogi - na dolnym ośmiokilometrowym odcinku przewyższenie ma tylko 250 metrów. Trasa rozpoczyna w



Podbańskiej i można ją podzielić na dwie części. Pierwsza część (11 km) biegnie przez Cichą Dolinę - najdłuższą dolinę Tatr. Jej nazwa prawdopodobnie wywodzi się od Cichego Potoku, który - jak na tatrzańskie warunki - płynie nadzwyczaj spokojnie. Druga część trasy biegnie poprzez Koprową Dolinę (8 km), w której można podziwiać piękno zarówno Tatr Zachodnich, jak i Wysokich. Widok na zachód oferuje scenię Kop Liptowskich, podczas gdy drugą stronę doliny upiększają wyraźnie bardziej dramatyczna sylwetka masywu skalistego Krzywania. Trasa rowerowa w Cichej Dolinie kończy się przy najwyższym wodospadzie tatrzańskim - Wodospadzie Kmetów.

### Велотур по Тихой и Копровой долине (Укропной долине)

Общая длина велотура составляет 19 километров. Рекреационные велосипедисты непременно оценят умеренное восхождение дорог - в нижней части расстоянием восемь километров превышение достигает всего 250 метров. Маршрут начинается в Подбанском и может быть разделён на две части. Первая часть (11 км) ведёт через Тихую долину - самая длинная долина в Татрах. Её название, вероятно, происходит от Тихого потока, который, учитывая Татранские условия, течёт необычайно тихо. Вторая часть маршрута ведёт через Копрову долину (8 км), в которой сочетается природная красота Западных и Высоких Татр. Вид на запад открывает пейзаж Липтовских холмов, в то время, как другую сторону долины украшают гораздо более драматические кривые скалистого массива Кривань. Велосипедный маршрут в Тихой долине заканчивается у самого высокого татранского водопада - Кметёв водопад.



## Cyklotrasa Kežmarské Žľaby – Mlynčeky

Celková dĺžka trasy je 15,4 kilometra s prevýšením 240 metrov. Začiatok trasy je vo výške 920 metrov nad morom, koniec vo výške 680 metrov nad morom. Z hľadiska náročnosti ide o ľahkú trasu, vhodnú pre rodinné výlety s malými deťmi. Vstup na cyklotrasu sa nachádza za začiatku Kežmarských Žľabov, kde odbočíme z hlavnej cesty II/537 Tatranská Lomnica – Tatranská Kotlina doprava a odtiaľ už len klesáme po lesnej asfaltovej ceste až do podtatranskej obce Mlynčeky, celkom 7,7 kilometra. Povrch vozovky je poškodený, ale jazdný aj pre cestné bicykle.

### Cycle Route Kežmarské Žľaby – Mlynčeky

The 15.4 km long trail has a superelevation of 240 m. The beginning of the trail is at the altitude of 920 m and the end is at the altitude of 680 m. It is a considerably easy trail suitable for family trips with small children. You can enter the cycleway at the village of Kežmarské Žľaby after turning right off the main road II/537 Tatranská Lomnica – Tatranská Kotlina. After that you go down the tarmac road as far as Subtatran village of Mlynčeky (7.7 km). The road surface is slightly broken up but it is accessible even by a road bike.

### Trasa rowerowa Kiežmarskie Żłoby - Mlynky

Długość trasy liczy 15,4 kilometra z przewyższeniem 240 metrów. Jej początek znajduje się na wysokości 920 metrów n.p.m., koniec zaś na wysokości 680 metrów n.p.m. Jest to trasa względnie łatwa, nadająca się do wycieczek rodzinnych z małymi dziećmi. Wjazd na trasę znajduje się na początku Kiežmarskich Żłobów, skręcamy w prawo z głównej drogi II/537 Tatrzńska Łomnica – Tatrzńska Kotlina, i stąd zjeżdżamy w dół po lesnej asfaltowej drodze aż do podtatrzńskiej wsi Mlynky (7,7 km). Powierzchnia jezdni jest uszkodzona, lecz można ją przejechać również rowerem szosowym.



### Велотур Кежмарске Жлябы – Млинчеки

Общая длина трассы составляет 15,4 километров с превышением 240 метров. Трасса начинается на высоте 920 метров над уровнем моря, а кончается на высоте 680 метров над уровнем моря. С точки зрения требовательности трасса является лёгкой, подходящей для семейных туров с маленькими детьми. Велосипедный маршрут начинается в Кежмарских Жлябах, где свернём с главной дороги II/537 Татранска Ломница – Татранска Котловина вправо, а оттуда уже только будем спускаться по лесной асфальтовой дороге до подtatранской деревни Млинчеки, всего 7,7 километра. Дорожное покрытие повреждено, но годится и для шоссейных велосипедов.





# TATRY 4 SEASONS



## Klaster turizmu Tatranského regiónu

Projekt je spolufinancovaný z prostriedkov Európskej únie, Regionálny operačný program, Prioritná os 3 Posilnenie kultúrneho potenciálu regiónov a infraštruktúra cestovného ruchu, Opatrenie 3.2 Podpora a rozvoj infraštruktúry cestovného ruchu - neinvestičné aktivity v cestovnom ruchu.



EURÓPSKA ÚNIA



regionálny  
operačný  
program



PRESOVSKÝ  
SAMOSPRÁVNÝ  
KRAJ

**Európsky fond regionálneho rozvoja „Investícia do vašej budúcnosti“**