

Turistické noviny

Moravskoslezský kraj
zima 2020, 4. vydání

NOVINY JSOU ZDARMA

Skialpy
u nás...

Kam
vyrazit
v zimě

Mapy
lyžařských
areálů



sledujte www.severnimorava.travel

Milí přátelé,

pokud patříte mezi milovníky cestování, pokud je Vaší vášní poznávat nová zajímavá místa a zažívat nová dobrodružství, jsme na jedné lodi. Koronavirová krize nám znemožnila si naplno užívat objevování a mnohé výlety. Utrpěli jsme nejen my, turisté, ale také celý cestovní ruch. Mnohé poskytovatele turistických služeb epidemie nenávratně poškodila. Ne všichni hoteliéři a restauratéři se budou moci ke svému podnikání vrátit. Tato situace mě nesmírně mrzí a všem držím palce, aby se v rámci možností co nejdříve, jak se říká, postavili na nohy.

Letošní zima bude pravděpodobně jiná než ty předešlé. Nicméně věřím, že si ji budeme moci pořádně užít. Sice bude nutné dodržování všech opatření, ale spolu s používáním zdravého selského rozumu si snad vše vynahradíme.

Zimu mám rád. Také se těšíte na procházky zasněženou krajinou, lyžovačku nebo třeba jen odpočinek s šálkem dobrého čaje v ruce? Zima je pro mě symbolem zklidnění. Dlouhé zimní večery jsou jako stvořené pro relaxaci a wellness. Například pivní a vinné lázně jsou rok od roku oblíbenější. Těchto úžasných oáz klidu a pohody máme v našem kraji několik a za jejich vysokou kvalitou se k nám návštěvníci sjíždějí i ze vzdálenějších míst. K zimě neodmyslitelně patří také pohyb. V Moravskoslezském kraji naleznete spoustu možností, jak se na sněhu vyřádit. Na následujících stránkách přinášíme tipy na lyžařské areály po celém regionu. Pro běžkaře jsme vytipovali běžkařské trasy, nadšení budou také milovníci skialp. Víte, že v Beskydech máme hned pět značených tras, které zvládnou i skialpinisté -začátečníci?

Samozřejmě nezapomínáme ani na děti. Zimního dovádění si dosyta užijí v dětských zimních parcích. A pokud nám nebude přát počasí, vezměte je s sebou do tradičních turistických atrakcí či bazénů. Den pak můžete zakončit gastronomickým zážitkem v jedné z našich doporučených restaurací.

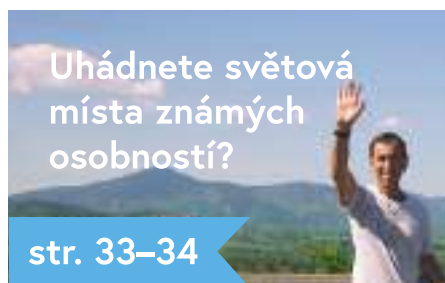
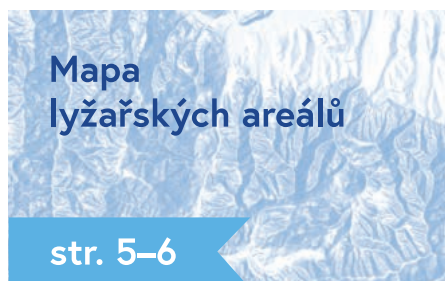
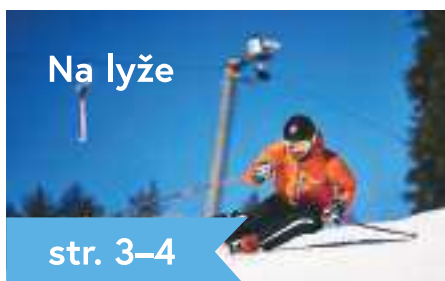
A pokud by vám to bylo málo, podívejte se na webové stránky www.fajnazima.cz a načerpejte další zimní inspiraci. Užijte si zimu se vším, co nabízí. A to v Moravskoslezském kraji!

Osobně vám v roce 2021 přeji jen to nejlepší, hodně zdraví a vzájemného pochopení.

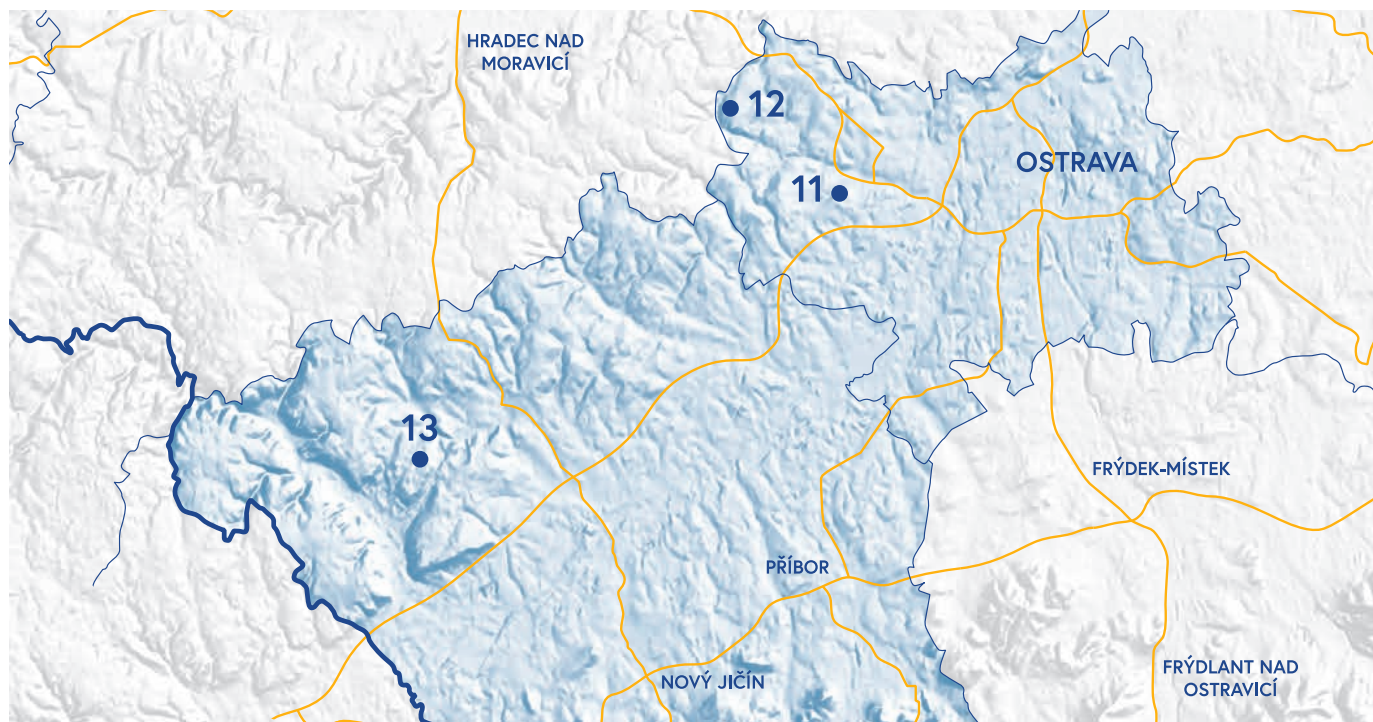
Jan Krkoška,
náměstek hejtmana kraje
pro regionální rozvoj a cestovní ruch



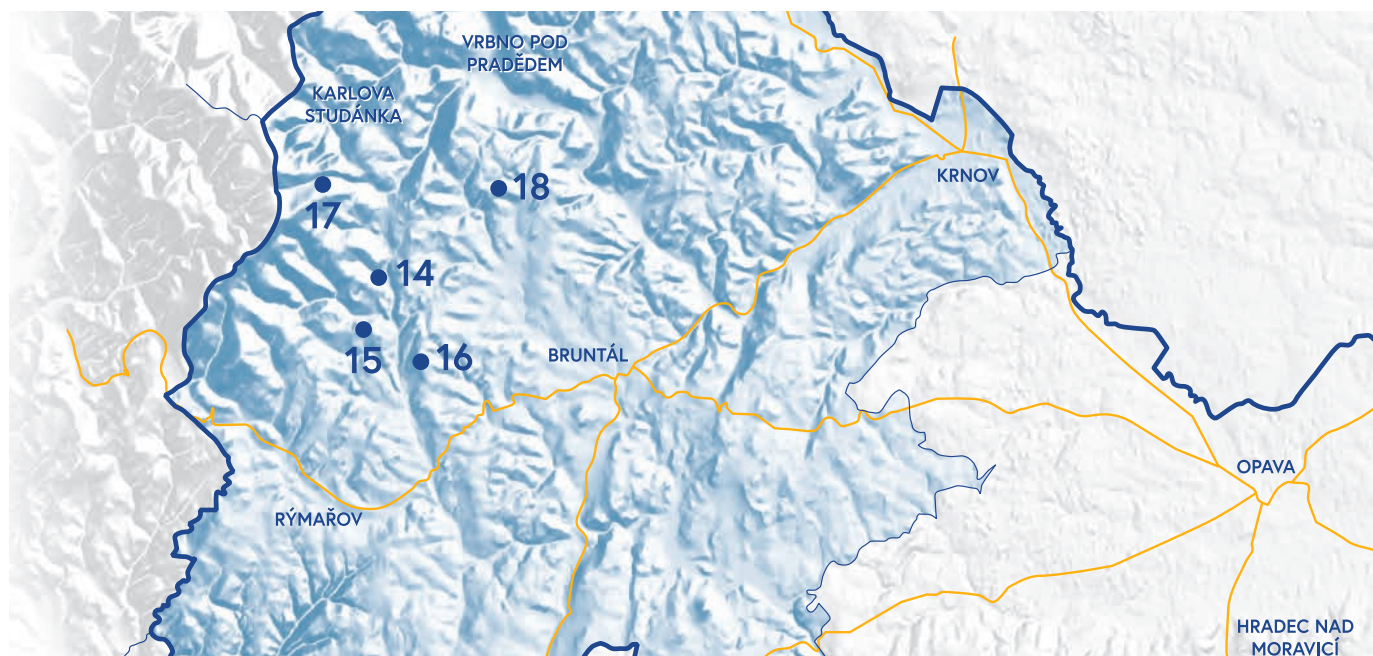
Obsah novin



Mapa lyžařských areálů Ostrava a Poodří



Jeseníky



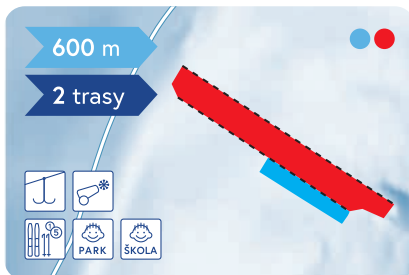
11 SKI SKALKA FAMILY PARK Ostrava

Rodinný park nedaleko zastávky ostravské MHD vybízí k aktivnímu trávení volného času i odpočinku. Areál je rájem především lyžařů a snowboardistů, je ale také velmi oblíbeným místem pro radovánky na bobech nebo na saních. Zalyžovat si tu můžete na 2 sjezdovkách (obě jsou přes 300 m dlouhé), a to i při večerním lyžování.



12 VAŇKŮV KOPEC Ostrava

Zajedte si na lyžačku tramvají! Nedaleko Ostravy, v blízkosti zastávky MHD, najdete i rodinný ski areál Vaňkův kopec. Pro děti je zde lehká dětská sjezdovka, zóna pro bobování a dětský lanový park. Pro příznivce snowboardingu je pak k dispozici snowboard park. Součástí služeb je také lyžařská a snowboardová škola i půjčovna.



13 HEIPARK TOŠOVICE Poodří

HEIPARK je opravdovou raritou, protože svahy pro sjezdovky o celkové délce 1,4 km byly vytvořeny zcela uměle. Areál je ideálním místem nejen pro rodiny s dětmi. K dispozici je dětský park, školička, ale také kvalitní freestyle park pro snowboardisty a mnoho dalšího. Za příznivých sněhových podmínek je zde upravována i trasa pro běžkaře.



14 RESORT KOPŘIVNÁ Jeseníky

Zimní středisko je vybaveno nejmodernějšími technologiemi široko daleko. Sjezdovky jsou dlouhé celkem 2,3 km a jsou vhodné pro začátečníky i pokročilé. Uzpůsobené jsou také pro večerní lyžování, při němž může zaznít i živá hudba přímo na svahu. Nejen o ty nejmenší se postarají v lyžařské školičce.



15 SKI ARÉNA KARLOV Jeseníky

Největší skiareál na severní Moravě s 12 km sjezdovek a 4 sedačkovými lanovkami na jeden skipass. V areálu naleznete zábavný snowpark, skikros a dětský park. Samozřejmostí je i dětská školička a dětský koutek, kde vám děti, zatímco vy lyžujete, pohlídají. Pro noční lyžování je osvětlena více než polovina areálu.



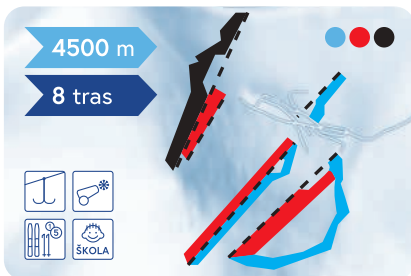
16 SKI ČERTÁK POD PRADĚDEM Jeseníky

Skiareál Čerták se pyšní skutečně širokými a kvalitně upravenými sjezdovkami s celkovou délkou 2,5 km, na jejichž start vás vyveze pohodlná sedačková lanovka. Svahy o šířce až 100 m jsou vhodné jak pro bezpečnou výuku začátečníků, tak pro ostřílené milovníky širokého oblouku. Vyřadit se tu můžete také u skikrosu a v bobovací zóně.



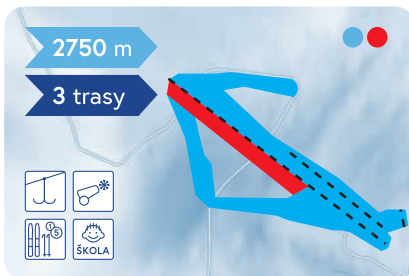
17 SKIAREÁL PRADĚD Jeseníky

Takzvaný moravský ledovec vás dostane především přírodními krásami a vynikajícími sněhovými podmínkami. Skiareál uspokojí příznivce sjezdového i běžeckého lyžování skutečně po celou zimu. Ze 4,5 kilometrů sjezdovek si vyberou jak začátečníci, tak pokročilí lyžaři.



18 SKI ANNABERG Jeseníky

Skiareál v Andělské hoře nabízí 3 sjezdovky o celkové délce 2,7 km. Na dvě z nich – ty na jižním svahu – svítí celý den slunce, a proto je tu lyžování opravdu požitkem. Kvalita povrchu je zajištěna pravidelným zasněžováním. Ve skiareálu se nachází půjčovna lyžařského a snowboardového vybavení a lyžařská školička.

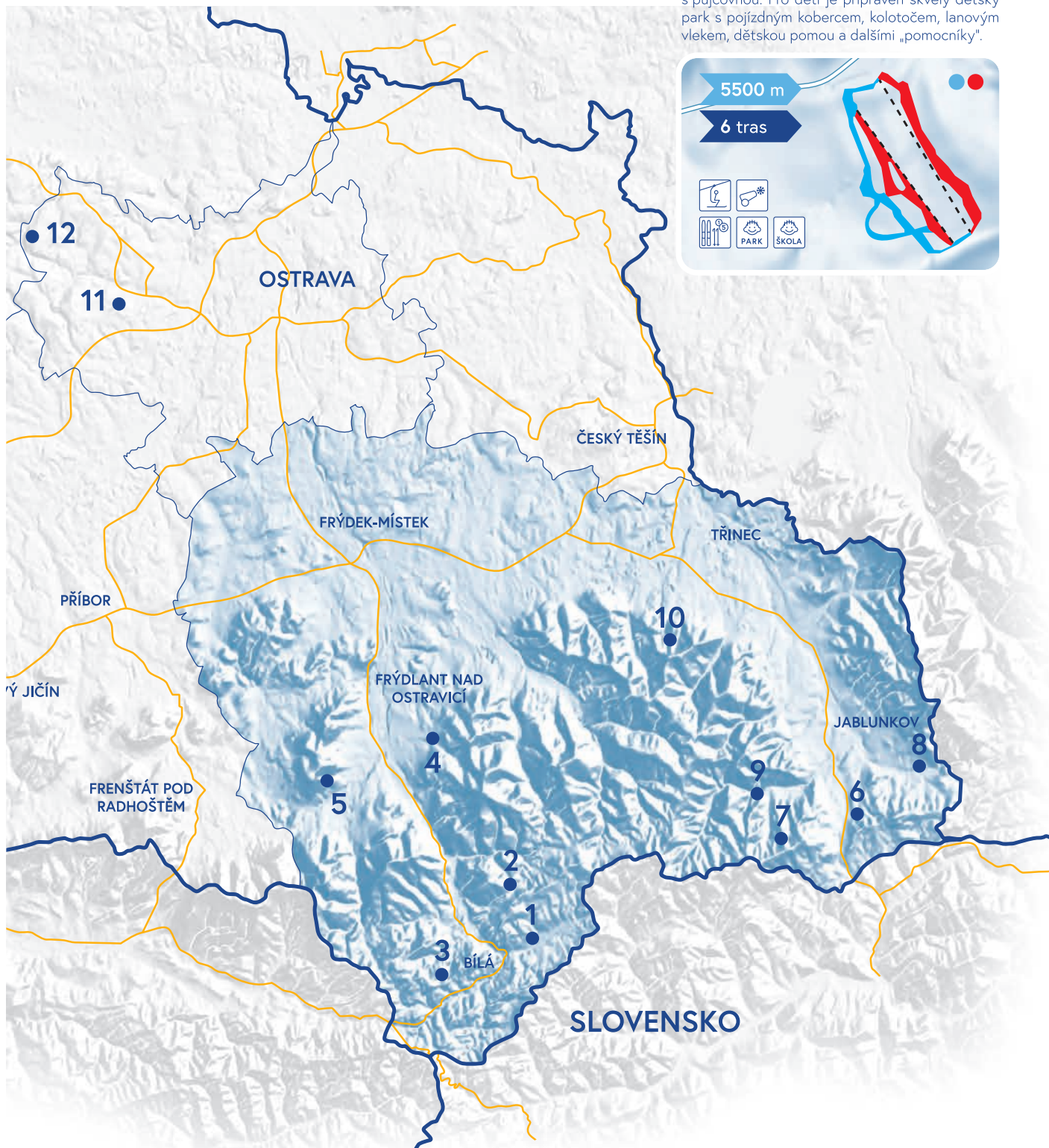


Mapa lyžařských areálů Beskydy a Těšínské Slezsko

1

SKI BÍLÁ
Beskydy

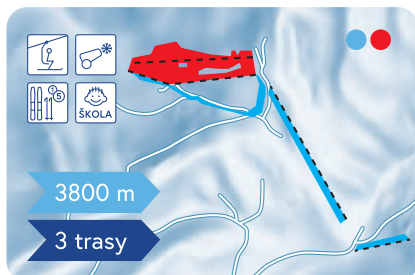
Areál je rozdělen na dva protilehlé svahy se sjezdovkami o celkové délce 5,5 km. Díky kvalitnímu osvětlení si tu zalyžujete i večer. Využít můžete lyžařskou školu a ski servis s půjčovnou. Pro děti je připraven skvělý dětský park s pojízdným kobercem, kolotočem, lanovým vlekem, dětskou pomou a dalšími „pomocníky“.



2

SKI PARK GRUŇ Beskydy

Lyžařské a rekreační středisko se nachází ve výšce 750 m n. m. Nabízí 3 sjezdovky o celkové délce 4,3 km s dvouseďáčkovou lanovkou, dvěma vleky a dětským lanem. Dvě z těchto tratí jsou homologovány pro závody v alpských disciplínách. Ve středisku provozují lyžařskou školu, půjčovnu lyží i ski servis.



3

SKIAREÁL MEZIVODÍ Beskydy

Skiareál se sjezdovkami o celkové délce 550 m nabízí ideální podmínky jak pro pokročilé sportovce, tak pro ty, co s lyžováním či snowboardem teprve začínají. Díky své poloze je areál známý dobrými sněhovými podmínkami po celou sezonu. Veškeré lyžařské i snowboardové vybavení si můžete půjčit přímo na svahu.



4

SKI MALENOVICE Beskydy

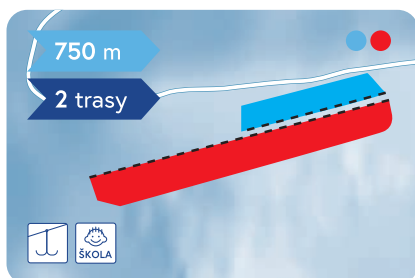
Lyžařský areál na úpatí Lysé hory se nachází ve výšce 520–720 m n. m. Všechny tři sjezdovky jsou pravidelně zasněžovány a díky kvalitnímu osvětlení se tu lyžuje i večer. Areál je skvělým místem pro výuku začátečníků i dětí, pro které je k dispozici dětský vlek. Příjemným bonusem jsou dechberoucí výhledy na Beskydy.



5

SKI OPÁLENÁ Beskydy

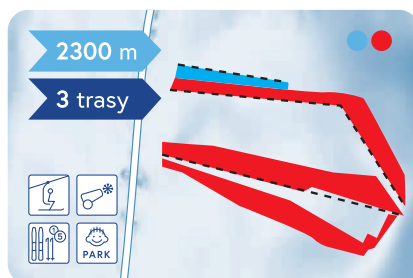
Lyžařský areál se nachází v nadmořské výšce 560–670 m n. m. Sjezdovka je vybavena 2 vleky a je každodenně upravována. Je zde možnost večerního lyžování a pro snowboardisty je připraven velký snowpark s mnoha skoky, raily, wallride, bednami a dalšími překážkami.



6

MOSTY U JABLUNKOVA Těšínské Slezsko

Oblíbený skiareál disponuje 4 sjezdovkami o celkové délce 2,1 km. Čtyřsedačková lanovka, umělé zasněžování, večerní lyžování, značkový ski servis, lyžařská škola nebo bobová dráha s celoročním provozem – to a mnoho dalšího nabízí snadno dostupné lyžařské středisko v Těšínských Beskydách.



7

SEVERKA DOLNÍ LOMNÁ Těšínské Slezsko

Dvouseďáčková lanovka vás vyveze ke sjezdovkám, které uspokojí i náročnější lyžaře. Díky kratší sjezdovce je však areál vhodný také pro rodiny s dětmi a začátečníky. Velkou výhodou areálu je dostupnost hřebenových běžeckých tras a úchvatné výhledy na Malou Fatru a Tatry. Novinkou lyžařského střediska je snowboard park.



8

KEMPALAND BUKOVEC Těšínské Slezsko

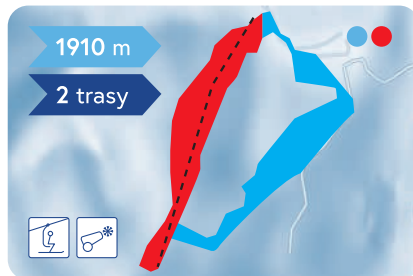
Nejvýchodněji položený skiareál v republice je díky převýšení 120 m vhodný pro začínající lyžaře i rodiny s dětmi. Na své si však přijdou i náročnější a zkušenější lyžaři či milovníci carvingu. Využít můžete služeb lyžařské a snowboardové školy, pro nejmenší je připraven dětský sněhový koutek a dětská lyžařská školička.



9

ARMÁDA V DOLNÍ LOMNÉ Těšínské Slezsko

Po několika letech si opět mohou příznivci zimních sportů užít lyžování na 900 m dlouhé sjezdovce „na Armádě“. Terénní úpravy a modernizace areálu v podobě vybudování dvouseďáčkové lanovky, úpravy dojezdu a rozšíření sjezdovky jsou příslibem, že si ve ski areálu užijí zkušení lyžaři i rodiny s dětmi.



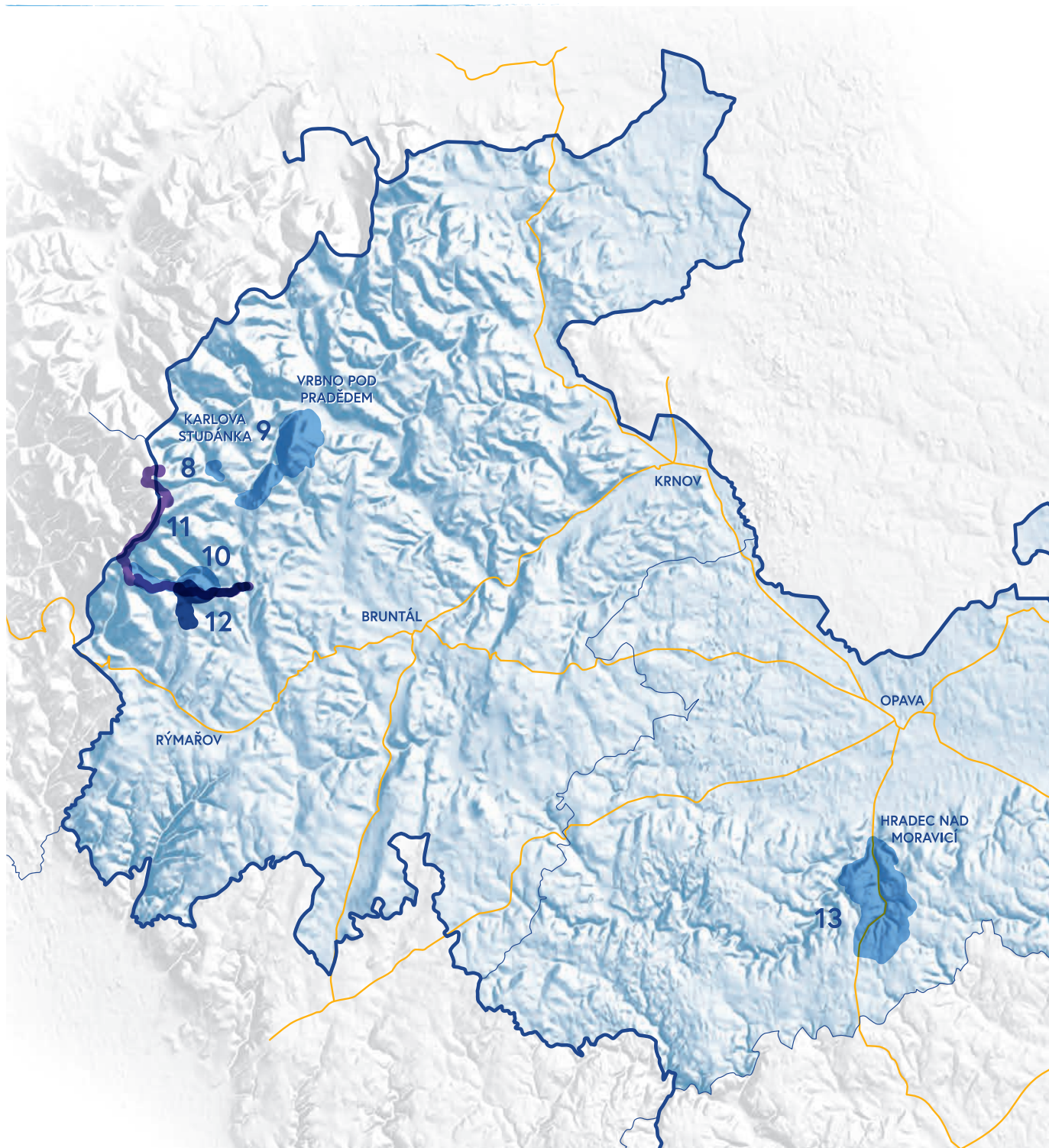
10

SKIAREÁL ŘEKA Těšínské Slezsko

Lyžařský areál se 2 sjezdovkami najdete na konci obce Řeka. Vlek na červené sjezdovce vedoucí z údolí až na hřeben mohou jako jeden z mála vleků v Beskydách využít také běžkaři. Mírnější sjezdovka je osvětlena a nabízí večerní lyžování ideální i pro rodiny s dětmi.



Mapa běžkařských areálů Jeseníky



8

OVČÁRNA Praděd a zpět

Výhodný výchozí bod pro přejezd hřebene Jeseníků i řadu dalších běžeckých tratí s vynikajícími sněhovými podmínkami.



9

OKRUH VRBNO POD PRADĚDEM Karlova Studánka

Okruh Vrbno pod Pradědem - Karlova Studánka je poměrně náročná trasa po lesních cestách.



10

OKRUH MALÁ MORÁVKA Klobouk - Štěrkovec

Okruh z Malé Morávky na vrcholy Klobouk a Štěrkovec, trasa s nádhernými výhledy.



11

MALÁ MORÁVKA Praděd a zpět

Náročná trasa s převýšením 1000m. Po celé délce trasy se naskytují krásné výhledy na Praděd a na okolní vrcholky Jeseníků.



12

OKRUH KARLOV POD PRADĚDEM Alfrédka

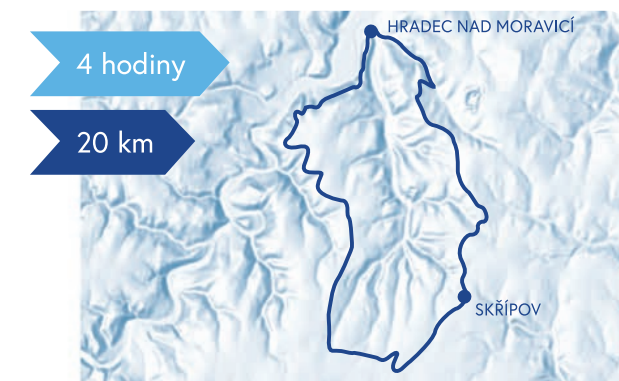
Náročná trasa po upravovaných stopách, vede převážně lesem. Na Alfrédce se můžete občerstvit v bufetu nebo načerpat vodu z pramene Stříbrného potoka.



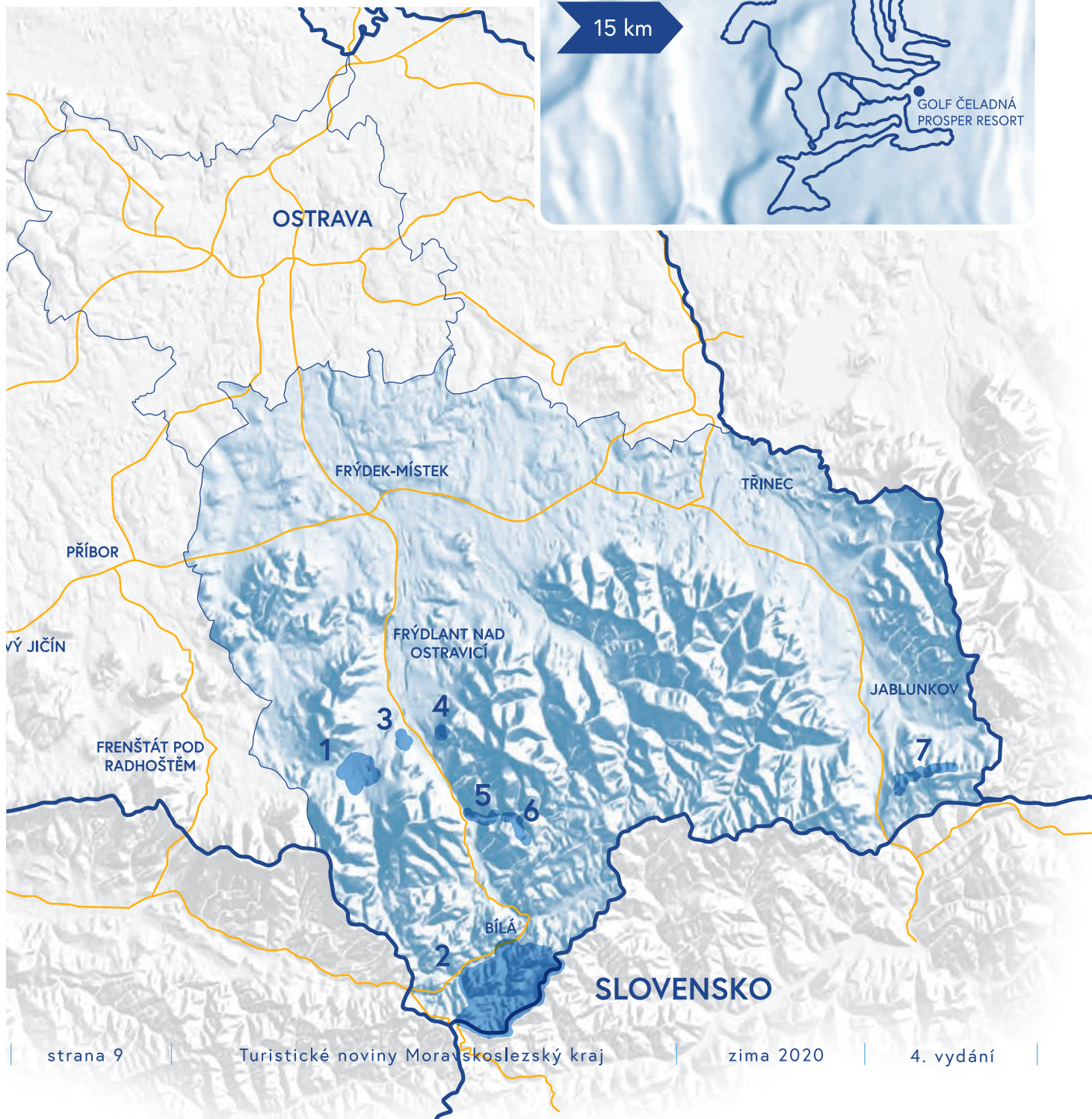
13

OKRUH HRADCE NAD MORAVICÍ Včelí hrad - Bleška - Mostky

Nenáročný okruh od zámku Hradec nad Moravicí kolem studánky na Včelím hradě, Ptačího vrchu přes Skřípov zpět na zámek. Cestou se nám naskytne výhledy na Jeseníky i na Beskydy.



Mapa běžkařských areálů Těšínské Slezsko a Beskydy



1

ČELADNÁ Cream snow arena

Areál běžeckého lyžování na golfovém hřišti Prosper Golf Resort Čeladná s profesionálně upravenými stopami ve třech okruzích o celkové délce 15 km v malebném prostředí Beskyd. V areálu se za příznivých podmínek nachází i ledová plocha na bruslení. Možnost zapůjčení kompletního běžeckého vybavení.

1-4 hodiny

15 km

GOLF ČELADNÁ
PROSPER RESORT

2

BÍLÁ Bumbálka - Bobek - Bílá

Běžkařský okruh vás povede z Bílé směrem k hranici se Slovenskem, která vede po Beskydské magistrále. Trasa poskytuje nádherné výhledy na Beskydy a jejich okolí.



3

GOLF & SKI RESORT Ostravice

V upatí Beskyd můžete využít několika profesionálně upravených tratí, vytvořených v golfovém resortu na Ostravici. Areál lze využít i v pozdějších hodinách, jelikož je celý osvětlený.



4

OKRUH OSTRAVICE Sepetná - Smrčina

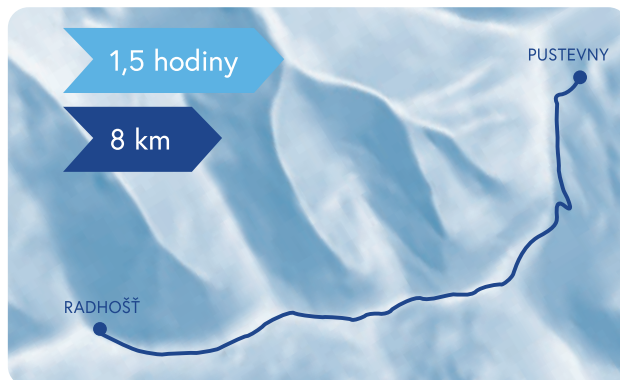
Vydejte se po okruhu v podhůří královny Beskyd, Lysé hory. Nenáročná trasa s výhledy na Smrk a do údolí Ostravice, po cestě doporučujeme zastávku na skalním útvaru Liščí díry.



5

PUSTEVNY Radhošť a zpět

Pustevny jsou velmi oblíbenou běžkařskou oblastí. K nejvyhledávanějším běžkařským trasám s překrásnými výhledy patří nenáročná hřebenovka směrem na Radhošť.



6

PUSTEVNY Martiňák

V okolí Pusteven se upravuje celkem 74 km běžkařských tratí různých náročností. Například hřebenovka na Martiňák.



7

MOSTY U JABLUNKOVA Na Dílku a zpět

Běžkařská trasa vás z centra města, které se nachází v údolí, zavede přes Gírovou až k hranicím s Polskem.



Adrenalin na kopci i pod ním

Až vás omrzí tradiční zimní aktivity, shod'te lyže či běžky a dopřejte si svou dávku adrenalinu hned na několika místech severní Moravy a Slezska.

Snowtubing, tedy jízda na speciální pneumatice, je báječným zážitkem! A v **HEIPARKU v Tošovicích** si jej – jako spoustu dalších parádních atrakcí – můžete užít po celý rok. V létě se kloužete po hladké fólii, v zimě pak ve sněhovém korytě. Svištět dolů jako s větrem o závod v tomto areálu můžete ale i na **bobové dráze**. Je 964 metrů dlouhá a její převýšení je krásných 77 metrů. Je jen na vás, zda dráhou profrčíte maximální rychlostí, nebo radši přibrzdíte a vychutnáte si jízdu v poklidnějším tempu.



Rozjet to na nafukovací duši sněžným korytem s řadou terénních vln můžete ale i v dalších lyžařských areálech rozestých po celém našem kraji. Dokonce se za snowtubingem můžete vydat i tramvají! Jen kousek od zastávky ostravské MHD najdete rodinný areál **Skalka Family Park**. Kromě toho, že si tu můžete nasednout na pneumatiku, nechat se vyvézt vlekem na start a pak tradá dolů, je tu k vyzkoušení jedna další lahůdka mezi zimními aktivitami – **sněžné brusle SLED DOGS!** S nimi se můžete vyřádit jak na zasněženém svahu, tak na ledové ploše. A když už „na Skalce“ budete, nezapomeňte se pozdravit se zvířátky v místní minizoo.





To, že snowtubing nabízejí i mnohé areály na horách, je jasné. Speciální sněžné dráhy najdete třeba v **horském rezortu Kopřivná** v Jeseníkách nebo v beskydském zimním středisku **Ski Bílá**. A co takhle do sněhových závějů vyrazit na kole? Že to v zimě nejde? Ale ano, jen se na Bílé popetejte na snowbike – kolo, které se nezalekne ani pořádné sněhové nadílky. Jízda na něm je vážně paráda a zaplesají při ní nejen milovníci cyklistiky! Pokud vám ani jedna ze zmíněných aktivit nic moc neříká a radši se proháníte na lyžích, zkuste lekce **freestyle lyžování**. Ve skiareálu na Bílé vám pomohu jak s prvními „krůčky“, tak se zdokonalováním vašeho stylu i s pokročilými triky. A v případě, že vám jsou lyžařská střediska malá, rádi byste prošlapávali vlastní stopu svahem, půjčte si na Bílé kompletní **skialpové** vybavení nebo se tady rovnou přihlaste na kurz skialpinismu. Pak už nezbývá než vyrazit vzhůru za zasněženým dobrodružstvím. Jízdu dolů si po zdolání cesty na vrchol vychutnáte o to víc.



A když už budete v Beskydech, zajed'te i na Čeladnou. Tam totiž nedávno vybudovali zbrusu novou, bezmála kilometr dlouhou bobovou dráhu s příznačným názvem **Boboffka**. Jízda na ní je i díky dechberoucímu výhledu na panorama Beskyd skutečným zážitkem a její návštěvu můžete spojit třeba s příjemnou procházkou značenou stezkou Po medvědích tlapkách pod nejvyššími vrcholy Beskyd.



A víte, kde v České republice vznikla úplně první nadzemní **bobová dráha**? Taky v Beskydech, respektive ve ski areálu v **Mostech u Jablunkova**. Na dvoumístném vozítku si užijete pořádný fičák a rychlost jízdy vám tu změří elektronická časomíra. Uspořádat tu rodinné klání se tak přímo nabízí, nemyslíte? :-)

Dobrodružství na skialpech si užijete i v Beskydech!

Lyžařské areály v kraji znáte jako své boty a na běžkách se cítíte jako ryba ve vodě? A co takhle dát šanci skialpinismu a přitom zůstat v regionu? Beskydy nabízejí milovníkům tohoto sportu speciální vyznačené trasy. Ty ocení i začátečníci. Dejte skialpinismu šanci, a to přímo v srdci Beskyd!

První skialpinisté se na českých horách začali objevovat teprve nedávno, ačkoliv v zahraničí je potkáte na každém kroku. Podstata tohoto sportu spočívá ve speciálních lyžích, tzv. **skialpech**, ve kterých nejprve stoupáte nahoru a kopec si pak na nich za odměnu sjedete i dolů.

Výšlapky na skialpech jsou skvělou alternativou pro ty, které nebaví čekat fronty na vlek či se na sjezdovce vyhýbat ostatním lyžařům. Zadarmo to však nebude... Nahoru se totiž musíte dostat po svých! Vaše **fyzická kondice** se tak má na co těšit. Zvláště důležité je dbát na bezpečnost. Skialpinisté se často pohybují ve volném terénu, a proto je důležité umět číst okolní terén a počasí. Opatrnost při tomto sportu, zvláště na lavinových svazích, je více než na místě!

V Beskydech však naleznete hned několik tras, na kterých si skialpy v **bezpečí** vyzkoušíte. Co třeba pokořit **Lysou horu** nebo **Javorový vrch**? Teď už si jen přát dostatek sněhu a sluníčko, ať si při výšlapu můžete vychutnat krásné výhledy do okolí.

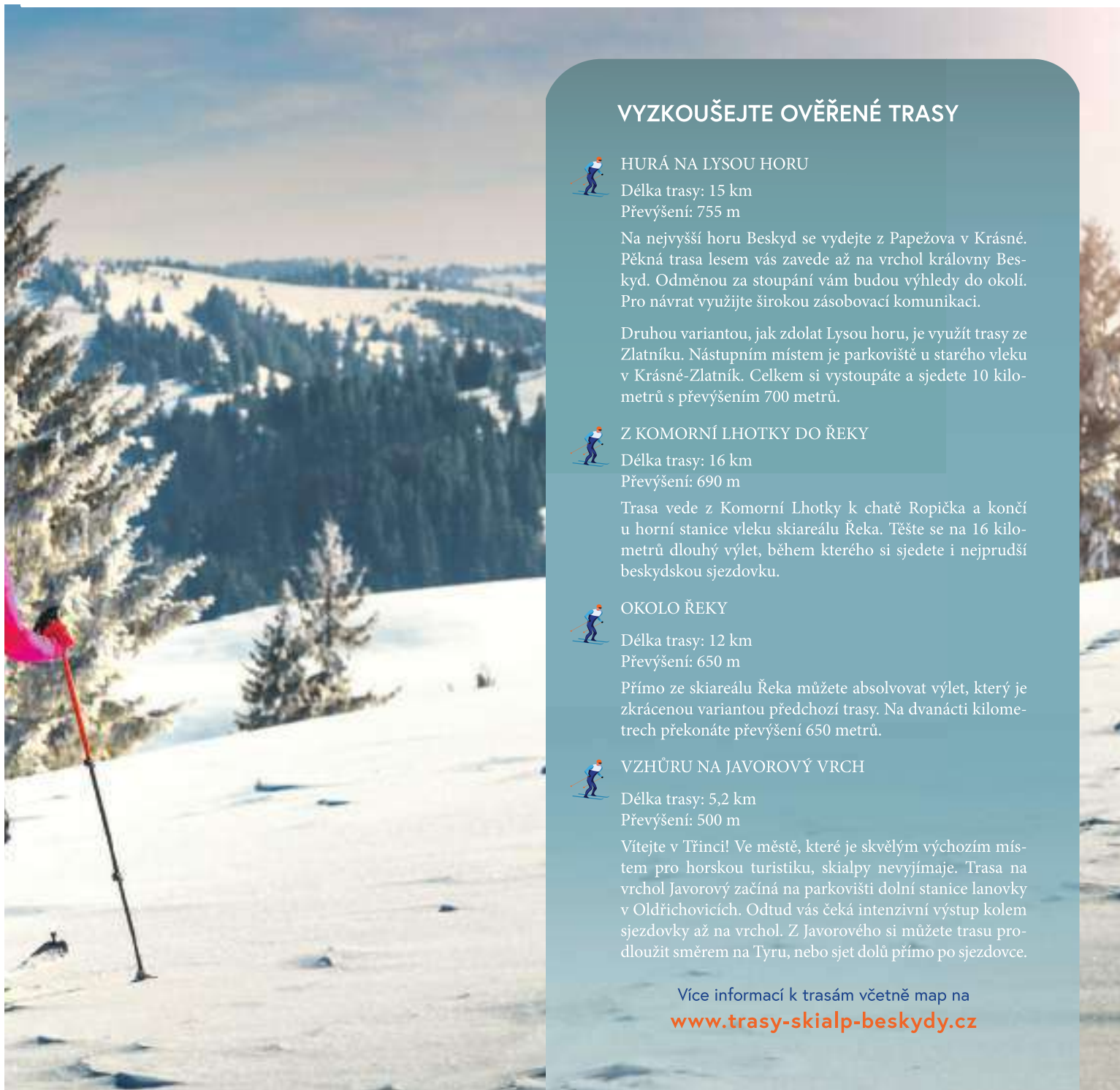
Náš tip: Zkušenější skialpinisté by si neměli nechat ujít **skialpové závody** pro širokou veřejnost. Vyberte si ze dvou termínů a **5. ledna** či **6. února** pokořte Lysou horou! Více na www.skialp-beskydy.cz.



Na Lysou horu tentokrát netradičně... Na skialpech!

Náš tip: Skialpové vybavení, tedy skialpové lyže, boty, hole, helmu a případně i skialpový batoh, si zapůjčíte ve vybraných prodejnách sportovního vybavení. Některé z nich nabízejí také kurzy pro začátečníky, které jsou skvělou volbou zvláště tehdy, když se chcete hned ze začátku vyvarovat chyb.





VYZKOUŠEJTE OVĚŘENÉ TRASY



HURÁ NA LYSOU HORU

Délka trasy: 15 km

Převýšení: 755 m

Na nejvyšší horu Beskyd se vydejte z Papežova v Krásné. Pěkná trasa lesem vás zavede až na vrchol královny Beskyd. Odměnou za stoupání vám budou výhledy do okolí. Pro návrat využijte širokou zásobovací komunikaci.

Druhou variantou, jak zdolat Lysou horu, je využít trasy ze Zlatníku. Nástupním místem je parkoviště u starého vleku v Krásné-Zlatník. Celkem si vystoupáte a sjedete 10 kilometrů s převýšením 700 metrů.



Z KOMORNÍ LHOTKY DO ŘEKY

Délka trasy: 16 km

Převýšení: 690 m

Trasa vede z Komorní Lhotky k chatě Ropička a končí u horní stanice vleku skiareálu Řeka. Těšte se na 16 kilometrů dlouhý výlet, během kterého si sjedete i nejprudší beskydskou sjezdovku.



OKOLO ŘEKY

Délka trasy: 12 km

Převýšení: 650 m

Přímo ze skiareálu Řeka můžete absolvovat výlet, který je zkrácenou variantou předchozí trasy. Na dvanácti kilometrech překonáte převýšení 650 metrů.



VZHŮRU NA JAVOROVÝ VRCH

Délka trasy: 5,2 km

Převýšení: 500 m

Vítejte v Třinci! Ve městě, které je skvělým výchozím místem pro horskou turistiku, skialpy nevyjímaje. Trasa na vrchol Javorový začíná na parkovišti dolní stanice lanovky v Oldřichovicích. Odtud vás čeká intenzivní výstup kolem sjezdovky až na vrchol. Z Javorového si můžete trasu prodloužit směrem na Tyru, nebo sjet dolů přímo po sjezdovce.

Více informací k trasám včetně map na
www.trasy-skialp-beskydy.cz

Když počasí nepřeje

Všichni známe to ponuré spací počasí, při němž nás láká ležet v teple pod dekou s horkým čajem a nikam se nehnout. Máme pro vás však pár tipů, které vás z kanape zaručeně zvednou i za nevlídného počasí! Kam tedy můžete v zimním a jarním nečase s rodinou, ratolestmi, partnerem či partnerkou nebo přáteli vyrazit?

Mlynářem se všim všudy

Naše putování začneme v Loučkách u Oder, kde nahlédneme do zákoutí starobylého **Vodního mlýna Wesselsky**. Ano, zdejší prohlídka se může uskutečnit v jakémkoliv počasí – ve mlýně přece neprší! Na zdejším stavení z 16. století, kde nechybí velké dřevěné mlýnské kolo, se dozvíte mnoho zajímavostí o mlynářském řemesle a o tom, jaká technika ve mlýně byla a jak celý mlýn fungoval. Také zde však můžete zažít jinou speciální prohlídku, vyzkoušíte si, jak se řídí koňská bryčka nebo točí vodní kolo. Ti nejmenší si užijí zábavu v podobě pouštění papírových lodiček po dlouhatánském mlýnském náhonu, a že je opravdu dlouhý – až téměř tři kilometry! Voda z řeky Odry je tímto náhonem přiváděna až k mlýnu. Samozřejmě zapojíte během návštěvy Vodního mlýna Wesselsky i chuťové smysly – v mlýně kralující pan Král pohostí dospěláky svým speciálním calvadosem a paní Králová zase dětem nabídne výbornou pochoutku s lehce strašidelným názvem – podvodnice. Chuťové buňky na tomto mlýně určitě zaplesají!



Módní přehlídka v klobouku nebo vojenském mundúru? Žádný problém!

Dále vás cesta Poodřím zavede do malebného města Nový Jičín, kde se na Masarykově náměstí nachází unikátní **expozice klobouků**, sídlící v návštěvnickém centru v Laudonově domě – místě, kde v roce 1790 rakouský maršál zemřel. Zde můžete, s trochou nadsázky, zabít dvě mouchy jednou ranou a užít si nejen módní přehlídku s nepřeberným množstvím klobouků, ale také se něco dozvědět o slavném generálovi Ernstu Gideonovi von Laudon a jeho úspěších v boji proti Prusům. Na své si tady přijdou jak dámy, tak pánové.

Co na vás v návštěvnickém centru čeká? V samotné expozici klobouků, která vám poodhalí místní kloboučnickou tradici sahající až do 16. století, díky interaktivním prvkům zažijete zábavnou prohlídku a odhalíte kouzlo vzniku klobouků od králičích a zaječích kožek až po finální ozdobený výrobek. Pro vlastní kreativní tvoření je možné si zakoupit miniklobouček z dílny Tonak, který si můžete dozdobit dle vlastní fantazie a stát se, byť třeba jen na chvíli, světovými návrháři! V expozici je také umístěna 3D zkoušárna, kde se vyfotíte v některém z vystavených originálních kousků a rovnou pošlete fotku jako emailový pozdrav rodině a přátelům. Originálnější pohlednici si můžete jen těžko představit!

Nebyl by to Laudonův dům, aby tady nebyla také zábava pro pořádné chlapy a kluky! Generálu Laudonovi je věnována interaktivní výstava, která provází návštěvníky všemi etapami generálova života a přibližuje dobové události. Návštěvníci, a zvláště ti malí, si mohou prohlédnout, ale hlavně vyzkoušet dobové vojenské oblečení, výstroj a výzbroj. Nejen to snad každého kluka? Odvážní a nebojácní si samozřejmě mohou zastřílet z interaktivního děla. Iluze ostřelování městských hradeb v denním světle i za soumraku je dokonalá!

Motoristický ráj v rodišti Emila Zátopka

Expozice generála Laudona však není jediným místem, které zaujme muže všech věkových kategorií! V přibližně 15 kilometrů vzdálené Kopřivnici stojí za návštěvy **Technické muzeum Tatra**, které je známé především kabrioletem darovaným J. V. Stalinovi, T 805 slavných cestovatelů Zikmunda a Hanzelky nebo off-road vozidlem, se kterým Karel Loprais vyhrál závod Rallye Dakar. Také zde spatříte vůbec první automobil Präsident z roku 1897, který brázdil cesty v tehdejší Rakousku-Uhersku. Kromě nejstarších unikátů jsou zde i jiné neobvyklé vynálezy z motoristického světa – například motorové saně nebo železniční drezína určitě zaujmou nejednoho milovníka dopravních prostředků. Je zde vystaveno několik desítek exponátů a do některých z nich se dokonce můžete posadit, vyfotit se v nich a představit si, jak vás vezou kamkoliv si jen přejete.



Tradiční řemesla a zámecká zákoutí na pomezí Moravy a Slezska



Ve Frýdku-Místku na vás v **Muzeu Beskyd** čeká stálá expozice tradičních řemesel a života lidí v Pobeskydí. Expozice Beskydy – příroda a lidé je věnována zejména flóře a fauně v Beskydech a způsobu života zdejšího lidu. Čítá přibližně osm set exponátů včetně stroje, který byl jedním z hlavních zdrojů obživy místních obyvatel podhorských chalup – tkalcovského stavu. Příznivci selského způsobu života se zase mohou dozvědět mnoho zajímavých informací o chovu ovcí, které byly na Lašsku rovněž důležitým zdrojem živobytí, a nahlédnout do tradiční valašské jizby. V přírodovědné části expozice jsou k vidění dvě stovky vycpaných zvířat žijících v Beskydech – například medvěd, vlk nebo rys. Ke zhlédnutí jsou zde také zkameněliny vyhynulých savců a rostlin. Muzeum Beskyd však není jen tak ledajakým národopisným muzeem! Nachází se totiž na slezské straně řeky Ostravice v prostorách frýdeckého zámku – máte tedy možnost zde prozkoumat nejen muzejní exponáty, ale také zámecká zákoutí! V reprezentativním rytířském sále nad vašimi hlavami uvidíte erby slezských šlechticů, v kapli svaté Barbory naleznete klid a ticho a při výhledu ze zámecké vyhlídkové věže budete mít celé město jako na dlaní!



Za návštěvu stojí také bazilika Nanebevzetí Panny Marie – Frýdek totiž v 18. století patřil k nejvýznamnějším slezským poutním místům. Také je nutné zmínit, že frýdecký zámek byl v minulosti pohraničním hradem, který se nepodařilo dobýt ani husitům.

Obránci hradu dokonce při obléhání uherskými vojsky vymysleli na své nepřátele lest – ač se uherští obláhatelé snažili nechat hradní osazenstvo vyhladovět (a že se jim to málem opravdu povedlo!), Frýdečtí si věděli rady – připravili na hradním nádvoří svatbu a z hradní věže, jako důkaz jejich předstíraného bohatství, shodili dolů kozla naaranžovaného do podoby srnce. Uhrové tak nabyli domnění, že do hradu pravděpodobně vedou jim dosud tajné chodby, vylekali se a od frýdeckého hradu se stáhli. Na oslavu této události byl kozel ze zámecké věže shazován každý rok, a to až do roku 1845. Maso ale samozřejmě nepřišlo nazmar – rozdělilo se vždy chudým poddaným. Kdo by řekl, že jeden zámek na pomezí Slezska a Moravy může skýtat tolik zajímavostí!

Techniky není nikdy dost!



Od přírody se přesuneme ke strojům, na drsné a surové místo, kde se těžilo uhlí a tavilo železo – do Dolních Vítkovic v Ostravě. Tento bývalý průmyslový areál bývalých železáren je unikátní ukázkou industriální památky, která byla citlivě přetvořena v kulturní a společenské centrum a je rovněž první památkou na území České republiky zapsanou na seznamu Evropského kulturního dědictví. Co na vás v Dolních Vítkovicích čeká? Během prohlídky se seznámíte s celým procesem výroby železa, projdete se bývalým dolem Hlubina, který patřil k nehlubším v Ostravě. Nechybí ani koksovna, kde se z uhlí vyráběl koks potřebný pro vysoké pece, budete mít i možnost nahlédnout přímo do huti na tavení železa.

Na koncert nebo divadelní představení můžete zaskočit do koncertního sálu Gong, který vznikl z obrovského průmyslového plynojemu a nachází se v srdci areálu Dolních Vítkovic.

A co tak vychutnat si kávu bezmála v oblacích? Ve výšce téměř osmdesát metrů nad zemí v kavárně vyhlídkové věže Bolt Tower! Kavárna je umístěna v jedinečné, více než dvacetimetrové nástavbě Vysoké pece č. 1. Odtud spatříte nejen celou Ostravu, ale také si můžete užít úžasné panorama Beskyd.

Pro zvědavé Dolní Vítkovice nabízejí interaktivní technická muzea, Velký a Malý svět techniky. Ve Velkém světě techniky naleznete stovky zábavných a poučných atrakcí v rámci expozic Dětský svět, Svět vědy a objevů, Svět civilizace a Svět přírody. Menší zvědavci zase v Malém světě techniky odhalí tajemství technických vynálezů a projdou se historií technického pokroku od průmyslové revoluce po současnost. Tak vzhůru za poznáním a zábavou, v Dolních Vítkovicích můžete strávit opravdu celý propracovaný den!



Historie zlatavého moku, zemědělských strojů a lahůdek

V areálu Dolních Vítkovic ještě na chvíli zůstaneme. Už jsme se věnovali mlynářství, zvířatům nebo technice, proč tedy vše nespojit do jednoho zážitku? Ideálním místem pro poznání zemědělské historie je totiž nově otevřené **Muzeum potravin a zemědělských strojů**, které je součástí Národního zemědělského muzea a nachází se v blízkosti Malého světa techniky U6. Muzeum je umístěno v bezmála stoletých továrních halách, kde zůstaly zachovány například i původní kolejnice nebo jeřáb. V expozici na vás čekají stroje na sklízění a zpracování obilovin, traktory a jiná polnohospodářská technika. Zajímavou součástí výstavních prostor je bezpochyby i Depozitář potravin. V této expozici se dozvíte ta nejzajímavější fakta o třiceti druzích potravin, poznáte jejich základní typy a budete je moci vnímat doslova všemi smysly!

Tento depozitář doplňuje Galerie českých potravin, výstava toho nejlepšího, co čeští, moravští nebo slezští potravináři vyrábějí – nečekejte tady vystavené obrazové dokumenty, ale opravdové potraviny ve třiceti efektních vitrínách. Lákají vás nejvíce lahůdky, mražené krémy nebo spíše ovoce a zelenina?

Pokud by přece jen pánové ještě nebyli nasyceni všemi možnými požitivami, určitě je potěší jedna z nejcennějších potravinářských surovin – chmel. Součástí muzea je dočasná expozice 50 let pivovaru Radegast v Nošovicích, ve které se dozvíte příběh nošovického pivovaru, seznámíte se s jeho osobnostmi, prohlédnete si dobové pivní sudy nebo láhve a zhlédnete dobové reklamy na hořký zlatavý mok.



Exotický koktejl vedle ostravské sopky

Víte, že se v Ostravě nachází druhá největší zoo v České republice? **Zoologická zahrada Ostrava** ovšem nevyčníká pouze svou rozlohou (92 hektarů), ale zejména četností zvířecích druhů – naleznete jich tady přes 400! Kromě možnosti seznámit se s exotickými zvířaty a jejich životem jsou zde k dispozici také různorodé expozice rostlin nebo botanické stezky – cesta stínů nad tůněmi s žábami a plazy, cesta vody u potůčků s vodními rostlinami, cesta lesa pod korunami stromů pro obdivovatele olší nebo vrb a stezka mokřadů. Můžete tady strávit opravdu celý den! V pavilonu Tanganika spolu spokojeně přebývají pod jednou střechou mírumilovní hroši a hrůzostrašní krokodýli, pavilon Čitván je zase společným domovem pro medvědy ušaté a chlupaté hulmany. Pavilon Malá Amazonie vás dostane svými čtyřmi nej – je nejmenším pavilonem s největším počtem zvířat v jediném pavilonu, s nejhroženější drápkatou opičkou taramínem pinčím a nejjedovatějším živočichem v Zoo Ostrava – žábou pralesničkou strašnou.

Je toho zde však mnohem více! Můžete se po areálu projet motorovým vláčkem nebo si pohladit a nakrmit domácí zvířata v dětské kontaktní zoo. Dětem toho Zoo Ostrava nabízí opravdu hodně – můžou se na chvíli stát třeba archeology anebo se vydovářet v broukovišti či mraveništi se 100x zvětšenými modely mravenců. Poučným je i hřbitov vyhubených zvířat, kde se malí i velcí dozvědí o tom, která zvířata již vinou člověka nemohou spatřit na vlastní oči.



Na okamžik šlechticem nebo šlechtičnou

Nyní zamíříme do Slezska nasát trochu šlechtické atmosféry, a to na **zámek Fryštát** do Karviné! Zdejší empírový zámek je jedinečnou památkou svého druhu ve Slezsku a představuje opravdový unikát v tomto úzkém karvinském regionu, jehož vývoj byl v novém věku určován především průmyslovou činností. Důkazem může být i to, že právě zámek Fryštát zůstal jediným dochovaným zámekem z původních tří honosných sídel na území města Karviné.

Během zajímavé prohlídky se kromě informací o historii spjaté zejména s knížecími zakladateli zámku, těšínskými Piastovci, dozvíte také perličky ze společenského života posledních majitelů, hrabat Larisch-Mönnichů. Najdete zde odpovědi na otázky, jaké profese Larisch-Mönnichové zaměstnávali u svého dvora nebo jaký byl věkový rozdíl mezi manželi Janem a Olivíí Larisch-Mönnichovými. Stojí však za to kochat se, byť jen na chvíli, výzdobou jednotlivých pokojů a přepychem v nich – zmínku si zaslouží i tapety se zvířecími motivy a lustry s květinovými vzory. Schválně si posléze můžete tipnout, které zvíře se na tapetách objevuje nejčastěji a která okrasná květina si vysloužila své výsadní postavení na nádherných barevných lustrech v zámeckých pokojích. Zámek v současnosti nabízí pět prohlídkových tras, šestá s názvem Prohlídka s tajemnou postavou se chystá do budoucna.





Ve víru hvězd a jiných mimozemských tajemství

Co takhle poznat naši galaxii a proniknout do astronomických tajů? **Planetárium Ostrava** nabízí kromě sálu se špičkovou projekční technologií také hvězdárnu s modernizovanou pozorovací technikou, kde se za dobrého počasí můžete podívat na skutečnou oblohu – během nočních pozorování lze spatřit povrch Měsíce nebo různé planety Sluneční soustavy. Pro menší zvědavé je více než lákavé Experimentárium – zde zjistíte, jaké je to vyskočit si na měsíčním povrchu, řídit vozítko na Marsu nebo se vidět v infračerveném světle! Expozice Ke hvězdám představuje návštěvníkům fascinující objekty vesmíru nebo galaxie, expozice Do hlubin Země zase předvádí prostřednictvím interaktivních exponátů bližší poznání seismických jevů a geologických procesů probíhajících v zemské kůře. V expozici Za světlem naleznete exponáty, které vám pomohou poznat různé světelné druhy záření. Jste připraveni vrhnout se do galaktické zábavy?



TAK ODLOŽTE DEKY A HRNKY S ČAJEM, TEPLĚ SE OBLEČTE A VYRAZTE VSTRČIT DOBRODRUŽSTVÍ – SEVERNÍ MORAVA A SLEZSKO TOHO NABÍZÍ I V NEHEZKÉM POČASÍ OPRAVDU HODNĚ!

Děti na sněhu

Rodiče s dětmi, nebo děti s rodiči? Ať už to máte jakkoliv, je jisté, že my, rodiče, chceme vidět své děti spokojené a šťastné. Pokud navíc večer „odpadnou“ příjemně unavené, bez protestů, máme další důvod k radosti. A právě to se vám při návštěvě zimních areálů na severní Moravě a ve Slezsku jistě podaří!

Ski Bílá

Jeden z nejmodernějších dětských lyžařských parků na Moravě najdete ve ski areálu Bílá. Děti se budou nejen báječně bavit a učit, ale navíc načerpají tolik potřebný vitamín D, protože park je na jižní straně areálu, kde sluníčko „nikdy nezachází“.

www.skibila.cz



Beskydy



Jeseníky

Kopřivná

Ne náhodou byla Kopřivná oficiálně vyhlášena nejoblíbenějším místem pro rodiny s dětmi. Děti milují skvělou lyžařskou školu s pohyblivým dopravním pásem, vyřadí se na snowtubingu ježděním nahoru i dolů a skotačí na spoustě dalších atrakcí, které jsou zdarma na sjezdovce i kolem ní. Skákací hrad, vzduchová trampolína, skluzavky, bobovací zóna. Prostě paráda!

www.koprivna.cz



Ski Skalka Family Park

Ani kousek od centra Ostravy nepřijdete zkrátka. V rodinném areálu Skalka Family Park se v zimě zahřejete při nejedné z řady nabízených aktivit. Na dosah města si můžete zalyžovat, zabruslit nebo zabobobovat uprostřed zelené, ekologicky čisté přírody.

www.skalkaostrava.com



Ostrava



Kempaland Bukovec

Je libo lyžovačku na nejvýchodnějším místě republiky? Pak zamiřte do střediska Kempaland Bukovec. Pro nejmenší je tu připraven dětský sněhový koutek, malí sportovci natrénují stabilitu na lyžařském kolotoči a v dětské lyžařské škole si vaše ratolesti užijí spoutu legrace.

www.kempaland.eu



Těšínské
Slezsko



Jeseníky

Ski Aréna Karlov

Ski Aréna Karlov disponuje více než 12 km propojených sjezdovek všech obtížností a největším osvětleným areálem pro večerní lyžování na Moravě. Pro děti i celé rodiny jsou tu lyžařské školy, snowtubing, bobovací zóna, skikros, měřená slalomová trať, fat bike či sněžné hřiště. Rodiče jistě ocení služby dětského koutku.

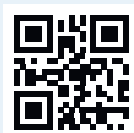
www.skikarlov.cz



HEIPARK Tošovice

Zimní radovánky nezažijete jen na horách. Areál HEIPARK nedaleko Fulneku se může pochlubit uměle vytvořenými sjezdovkami i svahem pro sáňkování s vlekem. Ale zkusit si tu můžete i skoky do BigAirBagu, vyřadíte se v snowparku a na tubingů nebo se můžete pustit střemhlav po skoro kilometrové bobové dráze s celoročním provozem.

www.heipark.cz



Poodří



Dobrou chuť! A ještě něco navíc...

Nechat se sem tam rozmazlovat, komu by se to nelíbilo? Jednou za čas se na vaření vybodnout a užít si toho příjemného pocitu, kdy před vás číšník položí krásně upravený talíř s úžasně vonící dobrotou. Ale návštěva restaurace nemusí zůstat jen u hýčkání chuťových buněk. Může to být zážitek se vším všudy!

Vůně piva i historie

Co třeba poobědvat v rytířském sále na středověkém hradě, v kamenném šenku nebo v gotickém sklepení? V tajemném přitmě, jen za svitu loučí a svíček, obklopeni jemnou vůní dýmu, která se line od rožnicích se kuřátek nad otevřeným ohništěm... A k tomu číše vína, nebo pořádný korbel piva, nejlépe vařeného přímo na místě! Jako třeba v Kozlovicích, kde mají pivovary hned dva.

Jeden z nich najdete v historickém areálu fojtství, kde se jako mávnutím kouzelného proutku ocitnete ve světě valašských vojvodů – vrchních správců salaší –, kteří zde přebývali a úřadovali. Navíc tu můžete navštívit expozici staré obecné školy a prohlédnout si mimo jiné mluvnici, jejíž původního vlastníka, Mikoláše Alše, prozrazují črty na mnoha stránkách publikace. Za druhým kozlovickým pivovarem vyrazte do zdejšího vodního mlýna. Ten má dokonce takové kouzlo, že prý inspiroval skladatele Leoše Janáčka – pravidelného hosta zdejší mlýnice – při komponování opery Její pastorkyňa!



Restaurací s vlastním „zdrojem“ zlatavého moku je v našem kraji celá řada. A těch v historických mlýnech tu máme hned několik. Na svůj pár století dlouhý příběh jsou zde samozřejmě náležitě pyšní, takže si v mini muzeích můžete prohlédnout nejrůznější historické artefakty, které mlynáři v minulosti používali. U mlýna v Háji ve Slezsku se navíc můžete povozit na koních, pohladit si domácí zvířátka v mini zoo nebo projít naučnou stezku. Nedílnou součástí mlýnů je samozřejmě voda. Tudíž nebude velkým překvapením, že u některých z nich si můžete i zarybařit.



Ochutnejte život

A slyšeli jste někdy o agroturistice? Jejím smyslem je poznání života zemědělců a venkova i blízký kontakt se zvířaty. I takový zážitek si můžete odnést z návštěvy restaurace! Zářným příkladem je třeba ta na farmě v Klokočově.



Přesným opakem zážitků z venkova pak bude oběd v areálu historického dolu, ve stylové harendě, jež kdysi bývala havířskou kantýnou. Tady na vás dýchne syrové kouzlo industriálu zasazeného do půvabné přírody. Po vydatné krajské specialitě a přípitku takzvanou havířskou vlajkou můžete sfárat do dolu v hornickém muzeu nebo si udělat procházku k vyhlídkové věži a vychutnat si pohled na celou Ostravu.

Skutečně dechberoucí výhled vás však – za hezkého počasí – čeká na Pradědu v nejvýše položené restaurace v Česku!



NAŠE TIPY NA NEOBVYKLÉ GASTRONOMICKÉ ZÁŽITKY



**Krčma Středověk
ve Frýdku-Místku**



**Penzion Hrad
ve Frýdku-Místku**



**Zámeček pod hradem
ve Starém Jičíně**



**Městský pivovar
Štramberk**



**Beskydský pivovárček
v Ostravici**



**Panský mlýn
v Opavě**



**Mlýn vodníka Slámy
v Háji ve Slezsku**



**Areál Na Mlýně
v Kozlovicích**



**Valašský pivovar
v Kozlovicích**



**Františkův dvůr
v Klokočově**



**Harenda U Barborky
v Ostravě**



**Hotel a restaurace
Praděd – vysílač**



**Slezský grunt
v Háji ve Slezsku**

Odpočiňte si, pivní a vinné koupele

Z příjemně teplé, voňavé lázně, v níž jste ponořeni, stoupá pára a vás obklopuje všeobjímající klid a pohoda. Z tajuplného přítmí lehce prozářeného plápolajících svícemi jako by měla každou chvíli vystoupit lazebnice, jež před chvílí obsluhovala panovníka. Připadáte si jako v historickém filmu, jehož děj určujete vy sami. Stačí jen natáhnout ruku a načepovat si korbek skvěle vychlazeného piva, nebo smočít rty ve sklence lahodného vína... Vše, co vám přidělává vrásky na čele, zůstalo kdesi venku, tady jste jen vy. Vy v lázni z moku, jemuž holdovali i králové.

JAKO KRÁLE VÁS BUDOU HÝČKAT NAPŘÍKLAD V

Pivních a vinných koupelích Zámek Zábřeh v Ostravě

Zámeckých pivních a vinných lázních Klimkovice

Pivních lázních Štramberk



Romantika jako vyžití

A jako opečovávaní panovníci si budete připadat v jakýchkoliv pivních či vinných koupelích, jejichž nabídka je na severní Moravě a ve Slezsku opravdu široká. Jen si to představte – perličková lázeň plná pěny ve stylové dřevěné kádi či velkém vinném sudu často doplněna dalšími relaxačními a ozdravnými procedurami. Těch je nepřeberné množství, od uklidňujících masáží plosek nohou či celého těla přes peelingovou kúru hroznovými jádérky nebo kyslíkovou terapii až po odpočinek na lůžku z ovesné slámy, v bavlněném zábalu nebo v sauně. K tomu všemu i miska kuliček sladkého hrozna či jiných dobrot a nevtíravé tóny hudby... A co teprve ta romantika, když se do lázně ponoříte společně s partnerem!

Velmi často jsou navíc lázně umístěny v tajemných historických sklepeních. A pivo – jak v horké lázni, tak na čepu, jenž máte přímo na dosah z kádě – pochází z vlastních pivovarů.





Elixír mládí

Pivní a vinné koupele však nejsou jen balzámem pro duši. Již ve středověku lidé věděli, že jak pivo, tak víno mají na organismus blahodárné či přímo omlazující účinky. Díky pivovarským kvasnicím, chmelu a obilnému extraktu napomáhají pivní koupele zklidnění, regeneraci a zvláčení pokožky, zlepšují také prokrvení, povzbuzují látkovou výměnu a přispívají k uklidnění nervového systému.

Vinné koupele za těmi ve zlatavém „elixíru“ rozhodně nezaostávají. Víno je totiž zdrojem unikátních přírodních antioxidantů, které účinně odbourávají volné radikály způsobující stárnutí pokožky. Výtažky z hroznů navíc posilují krevní oběh a imunitní systém, stimulují látkovou výměnu, prokrvují celý organismus a účinné jsou dokonce i v boji proti celulitidě. Vaše pleť tak bude po uvolňující koupeli hladká, pružná a jemná.

Co víc si přát? Možná jen, aby ten zážitek nikdy neskončil...

JAKO KRÁLE VÁS BUDOU HÝČKAT NAPŘÍKLAD V

Pivních a hudebních lázních Oderberg v Bohumíně

Pivních lázních Bahenec v Písku u Jablunkova

Pivních lázních v hotelu Brans v Malé Morávce

Pivních a vinných lázních Horského hotelu
EXCELSIOR v Horní Lomné



Odpočiňte si, relax a wellness

Teplé měsíce jsou za námi a mrazíky před námi. Kratší dny a mnohdy pochmurná obloha nám způsobují horší náladu a všudypřítomnou únavu. Je na čase s tím začít bojovat – odpočinout si, načerpat energii a dobrou náladu! Doplňte zimní aktivity i o relaxační pohodové chvíle. Na severu Moravy, ale i ve Slezsku je mnoho možností, jak si efektivně odpočinout. Tak na co ještě čekat?



Po náročném dni si tělo přímo žádá návštěvu wellness, sauny nebo protažení v bazénu. Už dávno je prokázáno, že saunování, aromaterapie a léčivé koupele mají blahodárný účinek na lidské tělo. Ať už po sportovním výkonu, pro zlepšení imunity, anebo jen tak pro zahřátí těla i mysli. Hlavním cílem relaxace je uvolnění svalového napětí a následně i psychického. **Wellness a spa**, to jsou procedury plné tepla, vůní a pohody, kterých je velký výběr.

Pravidelné navštěvování těchto center pomáhá zvýšit pohodu a pozitivní přístup k životu skrze celistvou péči. První, co na vás při vstupu zapůsobí, je jednoznačně vůně. **Aromaterapie** není jen terapie vůněmi, jak se často traduje. Je to plnohodnotný způsob péče o zdraví, ať už v podobě inhalačních procedur, či aplikace olejových směsí. Vůně mají různé účinky, ale všechny esenciální oleje mají jedno společné, při vypařování dezinfikují vzduch v místnosti.





Často vyhledávanými procedurami jsou **masáže**, díky kterým vám masér účinně uvolní zatuhlé svalstvo a unavené části těla. Jemnou masáž celého těla vám zajistí ale i **vířivá vana**. Lázeň je mnohdy obohacena o minerály nebo bylinné soli, díky nimž pozitivně působí na lidský organismus.

Saunování je velice oblíbená forma relaxace. Na první pohled vám všechny sauny mohou připadat stejné, vězte ale, že nejsou. Pokud vyzkoušíte několik různých typů, začnete rozdíly vnímat velice brzy. Nejčastěji se setkáte s tradiční **finskou saunou**, která je prověřenou klasikou. Pomůže vyplavit toxiny z těla, prokrvívá orgány i kůži, posílí imunitu a zbaví se stresu. Pro zlepšení funkce dýchacích cest se velmi hodí **parní sauna**. Vysoká vlhkost vzduchu zkombinovaná například s vůní eukalyptu pomáhá uvolnit dýchací cesty a společně s peelingovou solí omladí pokožku. Ven vyjdete jako znovuzrození.

V poslední době jsou velice moderní i **infrasauny**. Tento zvláštní typ saun je doporučován hlavně po náročné fyzické aktivitě pro regeneraci svalů a kloubů, které jsou prohřívány díky infračervenému záření, a je – narozdíl od těch dříve zmíněných – vhodný i pro osoby s onemocněním srdce. Ochlazení rozpáleného těla po návštěvě sauny je důležitou součástí saunových rituálů. Nejpřirozenější prostřední pro uvolnění a relaxaci lidského těla je bezpochyby voda. **Plavání** je jedním ze sportů nejvíce šetrných vůči pohybovému aparátu. Na rozdíl od jiných aktivit nepřetěžuje jen některé svalové skupiny na úkor jiných. Naopak, při plavání dochází ke protažení a posílení všech svalů. Pravidelnost přispívá ke zvětšení vitální kapacity plic, což oceníte i při turistice. Ve vodě se vydovádíte i vaše ratolesti. Bazény si můžete vybrat různé, klasický vnitřní bazén s plaveckou částí a protiproudem, s vodním hřištěm, venkovní vyhřívaný bazén s výhledem na okolí nebo bazén naplněný slanou vodou.



NÁŠ TIP NA TEN PRAVÝ ODPOČINEK

Chcete si odpočinout a načerpat energii?
Je wellness a relax právě teď pro vás to pravé?



Bylinné lázněčky
v Komorní Lhotce



Zámeček
Petrovice



Miura
SPA



Vodní svět!!!
(Čapkárna)



Hotel
Belaria Resort



Penzion
Jurášek



Hotel
Cvilín



Hotel Vitality
- wellness & spa



Wellness
Kopřivná



Hotel
Bauer



...a mnoho dalších
naleznete zde →



Která jsou vaše nejoblíbenější místa v kraji?

Na jaké vaše oblíbené místo v Moravskoslezském kraji byste pozvali kamarády nebo rodinu zdaleka? Tuto otázku jsme položili fanouškům našeho facebookového profilu „Severní Morava a Slezsko“.

V průběhu letních prázdnin jsme vyhlásili soutěž „Pozvi kámoše do kraje“ a čekali na fotky vašich top míst v kraji. Sešly se nám stovky fotek a příběhů. Děkujeme! Podívejte se na vítězné obrázky a načerpejte inspiraci od ostatních při vašem dalším putování po kraji!



„Prašivá“
Karin Jarošová



„Česko je fakt krásná země, na horu si vylezem. Těšíme se z Pradědu, luxusního výhledu.“
Jana Zlámalová



„Výhled z Trúby.“
Tereza Bicknell



„Sochařský park pod Babí horou v Těrlicku je magickým místem, kde člověk načerpá energii... Kdo sem jednou zavítá, musí se vrátit opakovaně zpět.“
Pavla Dudysová



Vítězné fotky si prohlédnete na www.mamesvetovokraj.cz



„Miluju Velký Javorník. Je kouzelný za každého počasí. Nabízí jeden z nejkrásnějších výhledů do okolí.“
Miriam Kuběnová



„Učarovala mě vesnička Hřčava a Trojmezí... Nádherné místo na konci světa.“
Jana Jandová



„Příbor.“
Kristýna Kolářiková



„Slezské Beskydy a Zvonička svatého Isidora v Hrádku.“
Jana Josieková

„Mojí srdcovkou zůstává Hradec nad Moravicí.“
Lenka Sniegoňová

MÁME SVĚTOVÝ KRAJ

Nestihli jste se zapojit do letní soutěže? Nevadí! Máme pro vás další **soutěž o dva celodenní skipassy** v lyžařském areálu Ski Aréna Karlov v Jeseníkách.

Napište nám, které místo v Moravskoslezském kraji má v zimě **nejkrásnější atmosféru a proč**.

Své odpovědi pošlete na soutez@mstourism.cz, a to do 31. ledna 2021. Vítěze vyhlásíme 8. 2. 2021. Kreativita vítána.

Po stopách světových míst severní Moravy a Slezska

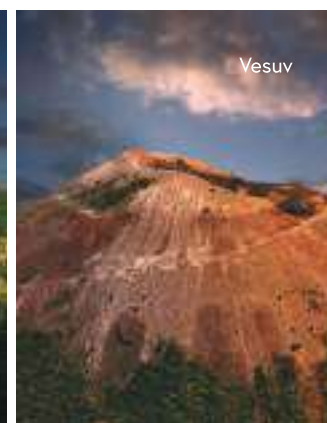
Víte, čemu se říká „ostravský Vesuv“ a „moravský Mirabell“? Už jste slyšeli o zámecké zahradě, ve které byste v 18. století potkali trpaslíky? A co takhle jít svému štěstí naproti a objevit místa, kde se dějí zázraky jako v Lurdách?

Na severu Moravy máme místa, která skvěle obstojí v konkurenci turistických atraktivit po celém světě. U nás objevíte zákoutí, která nejenže se s trochou nadsázky podobají těm světovým, ale ještě skrývají řadu neobjevených a inspirativních příběhů. S některými našimi „světovkami“ vás nyní seznámíme.

Ostrava po italsku

Víte, že nejkrásnější výhledy na Ostravu vás čekají z vrcholku doutnající sopky? Tato „sopka“ se jmenuje Ema a ve skutečnosti se jedná o haldu. Umělý kopec jen kousek od ostravské zoo vznikl hromaděním nepotřebné hlušiny z okolních dolů. Chtělo to „jen“ pár milionů tun vytěženého materiálu a „ostravský Vesuv“, jak haldě místní přezdívají, byl na světě!

Nic se však nemění na tom, že halda uvnitř pracuje, stejně tak jako italský Vesuv. Je neuvěřitelné, že teplota uvnitř Emy dosahuje **1500 °C!** Důkazem vám budou doutnající obláčky plynů. Procházka k vrcholu Emy je skvělým zážitkem, o kterém budete svým kamarádům a rodině ještě dlouho povídat.



Malý moravský Mirabell

Zámku Kunín rakouští turisté přezdívají „malý moravský Mirabell“. Šlechtické sídlo pochází z dílny věhlasného architekta **Johanna Lucase von Hildebrandta**, který své stopy zanechal i na arcibiskupském sídle Mirabell v Salzburgu.

Kromě podoby vás však na kunínském zámku čeká neobyčejný životní příběh **hraběnky Marie Walburgy**. Nejznámější a mezi lidmi nejoblíbenější obyvatelka zámku zde založila pokrokový vzdělávací institut, ve kterém vedle sebe studovaly děti všech sociálních vrstev, děti šlechticů i měšťanů, děvčata, chlapci, Němci, Češi. Věděli jste, že se zde dostalo vzdělání i **Františku Palackému**, Otcí národa a rodákovi z nedalekých Hodslavic?



Okouzlující místo zázraků

Krásná příroda kolem řeky Odry zve k romantickým vycházkám. Najdete zde bezpočet klidných zákoutí pro rozjímání. Jedno z nich však vyčnívá. Je jím poutní místo **Panna Maria ve skále**.

Místo nedaleko Spálova láká poutníky již od 17. století, kdy se zde Panna Marie údajně poprvé zjevila. Místo je lidmi označováno jako „**moravské Lurdy**“, a to nejen kvůli tradovaným zázrakům, ale také díky léčivé vodě, která zde vyvěrá.

Věděli jste, že již 21 let na zámeckém komínu hnízdí kunínský čapí pár? Místní jim dokonce dali jména. Viktor a Markéta!



Beskydy volají

Z Pusteven, oblíbeného místa výletníků, vede hřebenová trasa na posvátnou horu Radhošť. Pokud se však vydáte opačným směrem, narazíte na „**chodník v oblacích**“ - Stezku Valaška. Zdejší výhledy na okolí patří k těm nejhezčím. Představte si však, že tady mají i **himálajský chodník**! Visutý most z ručně svázaných lan s pestrobarevnými modlitebními praporky připomíná právě mosty v dalekém Himálaji.



Další světová místa naleznete na

www.mamesvetovykraj.cz



Stezka Valaška je otevřená celoročně. Své kouzlo má tak i v zimě, výhledy za jasného počasí na zasněžené Beskydy vás dostanou.

**MÁME
SVĚTOVÝ
KRAJ**

Uhádnete světová místa známých osobností?

Tipnete si, která jsou oblíbená zákoutí osobností spjatých s krajem? Vyzpovídali jsme dvacítku patriotů a požádali je o představení jejich nejvíce oblíbená místa v Moravskoslezském kraji. Co na to naše sympatická pětičlenná skupina ve složení Richard Krajčo, Monika Žídková, Zdeněk Chlopčík, Ewa Farna a Iva Kubanková?

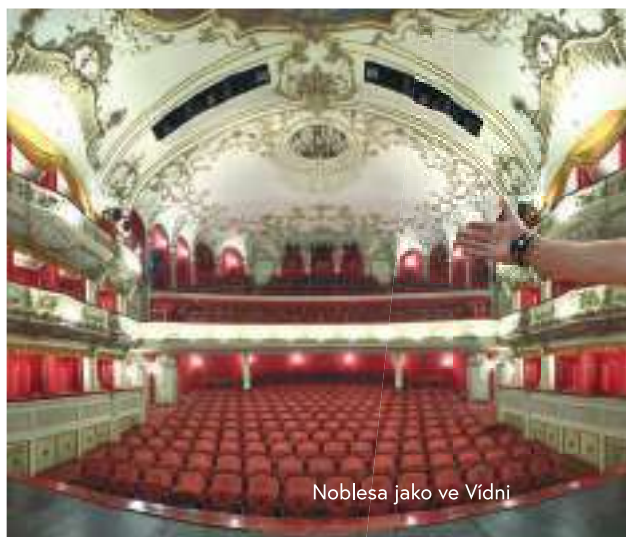
Tyto a další známé osobnosti odhalily svá oblíbená místa v rámci výzvy, která se v létě šířila sociálními sítěmi pod hashtagem #vyzvaMSK.

Všechny jejich videopozvánky zhlédněte na www.mamesvetovokraj.cz/vyzvamsk.



Monika Žídková, starostka

„Víte, co se u nás říká? Když jablíčko tak rajske, když děvuchu tak z prajské. Ráda bych vás pozvala na to nejkrásnější místo z celé prajské, do Kravaň! Zvu vás na romantické procházky zámeckým parkem, na zámek a největším lákadlem bude určitě freska v zámecké kapli.“



Richard Krajčo, zpěvák

„Když navštívíte Ostravu, máte pocit, že jste objeli celý svět. V jednu chvíli jste třeba v Paříži u Eiffelovky ... nebo na Champs-Élysées! Noblesu si tady užijete stejně jako ve Vídni. A naši porubskou architekturu by nám mohl i Petrohrad závidět! A když závěrem zdoláte náš ostravský Vesuv, budete mít celý svět jako na dlani.“





Ewa Farna, zpěvačka

„Těšín je místem, kde se pojí Polsko a Česko. A možná i díky tomu je Moravskoslezský kraj tak jedinečný. Prolíná se tady polská a česká kultura. Do Těšína ráda jezdím za rodinou, za přírodou i za lidmi.“

**Zdeněk Chlopčík
taneční mistr**

„Nejkrásnějším místem na světě jsou pro mě Beskydy. Mému srdci nejbližší jsou Malenovice, překrásná vesnička pod Lysou horou. Přijed'te k nám na výlet. Bude se vám tady líbit!“

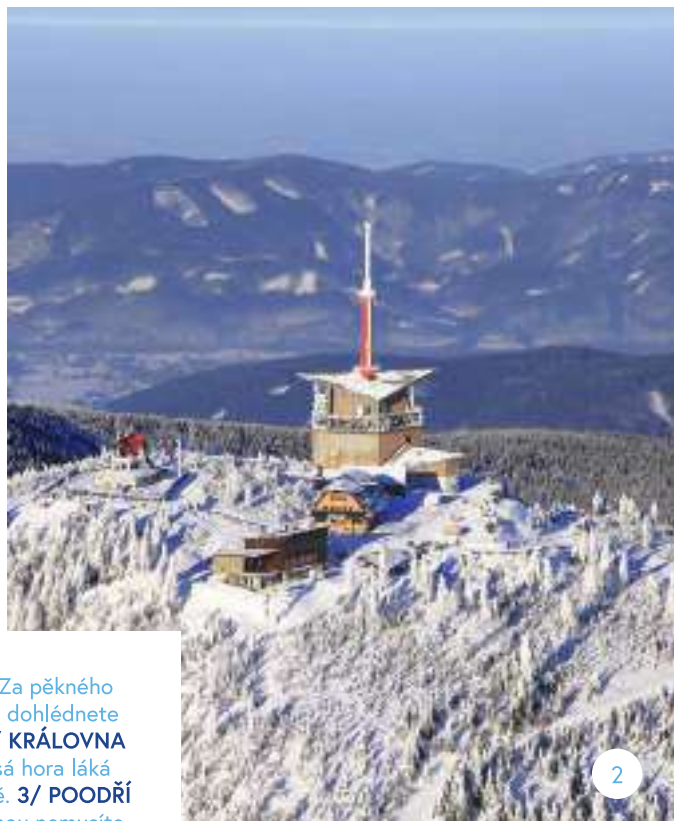


Iva Kubanková, moderátorka

„Ráda chodím po horách. A Beskydy jsou od Ostravy co by kamenem dohodil! Vlákem pohodově do Frenštátu a pak hurá na Velký Javorník. Z vrcholu rozhledny v nadmořské výšce 944 metrů uvidíte Jeseníky, Slovensko i paraglidisty.“



1



2

1/ PRADĚD Za pěkného počasí odtud dohlédnete na Sněžku. **2/ KRÁLOVNA BESKYD** Lysá hora láká turisty i v zimě. **3/ POODŘÍ** Za pravou zimou nemusíte až na hory. I zmrzlá krajina u rybníků je kouzelná. **4/ CESTA K MLÝNU** Nejmenší zděný větrný mlýn u nás, Balerův mlýn, najdete u Spálova.



3



4



5/ **PUSTEVNY** Místo pojmenované po poustevnících. 6/ **RÁNO NA OVČÁRNĚ** Pohled od magických Petrových kamenů. 7/ **POHÁDKOVÝ ZÁMEK** Prozkoumejte okolí zámku v Hradci nad Moravicí. 8/ **ZIMNÍ HŘEBENOVKA** z Kozince na Kamenitý slibuje pěkné scenérie. 9/ **JESENÍKY** Divoké hory pod sněhovou příkrývkou. 10/ **VELKÝ JAVORNÍK** Vrchol Beskyd s rozhlednou.





zimní
ŠTRAMBERK
je kouzelný

Procházka **ZASNĚŽENÝMI** ulicemi Štramberka, malebného městečka v podhůří Beskyd, je jako dělaná pro ty, kteří hledají **INSPIRACI**, klid a romantickou atmosféru. Zavítejte do míst, kde se psala historie. Ochutnejte **ŠTRAMBERSKÉ UŠI**, pochoutku z medu, kterou peče jen pár vyvolených pekařů. Uvolněte se v **PIVNÍCH LÁZNÍCH** a kochejte se výstavou **ŠTRAMBERKEM ZA BETLÉMY** v oknech štramberských chalup.

JESENÍKY

hory, které miluješ

NEJDELŠÍ SJEZDOVKA NA MORAVĚ - ski areál Kouty
NEJVÝŠE POLOŽENÁ SJEZDOVKA V ČR - Praděd - Ovčárna
NEJMODERNĚJŠÍ LANOVÁ DRÁHA V ČR - SKI Kraličák
300 KM UDRŽOVANÝCH BĚŽECKÝCH TRATÍ



Kalendář akcí



MSTOURISM



VÝSTAVA 50 LET PIVOVARU RADEGAST V NOŠOVICÍCH

08. 09. 2020–31. 12. 2021
Národní zemědělské muzeum, Ostrava



ŠTRAMBERKEM ZA BETLÉMY

01. 12. 2020–02. 02. 2021
Štramberk



NOVOROČNÍ VÝSTUP NA PRADĚD

01. 01. 2021
Karlova Studánka



NOVOROČNÍ VÝSTUP NA HALDU EMA

01. 01. 2021
Ostrava



BUFF SKIALP VERTICAL

15. 01. 2021
Krásná, Zlatník



ATOMIC TESTOVACÍ DEN

06. 02. 2021–07. 02. 2021
Ski Bílá



TESTOVAČKA LYŽÍ

16.–17. 01. 2021
23.–24. 01. 2021
30.–31. 01. 2021
06.–07. 03. 2021
Ski Park Gruň



KILPI SKIALP MARATON

06. 02. 2021
Krásná, Zlatník



VEŘEJNÉ ZÁVODY S MORAVSKO- SLEZSKÝM KRAJEM V OBŘÍM SLALOMU, MASOPUSTNÍ HODY A BÍLANSKÁ VALAŠKA

20. 02. 2021
Ski Bílá



POOLCROSS A SNOW VOLEJBALLOVÝ TURNAJ SMÍŠENÝCH TROJIC

20. 03. 2021
Ski Bílá



DALŠÍ AKCE NALEZNETE ZDE:

