

טיול - יוגה וטבע בסלובקיה הירוקה

תאריכים: 5-12.9.2025

סלובקיה היא מדינה קטנה והררית הכוללת חלק מרכס הרי הקרפטים הנמתח כקשת רחבה ממזרח למערב. שיאם של הקרפטים הוא רכס הרי הטאטרה המרשים הממוקם בצפונה של המדינה, סמוך לגבול עם פולין. טבע פראי, מעיינות מרפא רבים, מספר עצום של מערות, אגמים קרחוניים, מפלים שוצפים ונקיקים עמוקים, מאפיינים הרים אלו.

בטיול זה נתרגש ממגוון נופיה, עברה, טירותיה ומבצריה, אנשיה ופניני התרבות המאפיינים את המדינה הנהדרת הזו. טיולנו זה בסתיו צופן לנו מראות צבעוניים. נדאג לשלב בו גוונים נוספים דרך תרגולי יוגה וטיולי הליכה.

בכל יום נפתח בתרגול יוגה מאזן.
נשוב לקראת ערב לסגירת מעגל התנועה והשקט הגוף והרוח.

תכנית הטיול:

5.9. יום שישי

טיסה ת"א-בודפשט - באנסקה שטיאבניצה Banska Stiavnica - יער קדום - דמנובסקה דולינה Demanovska Dolina הרי הטאטרה הנמוכים

בשעת בוקר מוקדמת נטוס לבודפשט, בירת הונגריה ונצפין לכיוון סלובקיה. בשעת צהריים, נסעד ליבנו בעיירה יפיפה, עיירת מכרות הזהב והכסף, באנסקה שטיאבניצה, הידועה כאתר מורשת עולמי. שם נעפיל לתצפית על האיזור והעיירה.

נצא לסיור טבע ביער קדום, בינות עצים עתיקים, מהם נספוג את עברם בן מאות השנים. נגיע בשעת אחר הצהריים למלוננו על גדות נחל, בעמק שובה לב, בהרי הטאטרה הנמוכים ונרגע במלוננו הקסום.

6.9 יום שבת

שמורת הטבע הרי הטאטרה הנמוכים Jasna יאסנה

יום המנוחה יוקדש להשקט הרוח ולהרחבת הלב בנופים הנהדרים. נצא לטיול הליכה באיזור יאסנה, תוך הנאה מפיקניק בשטח, נרחיב ידיעתנו בנופים, בגאולוגיה ובאקולוגיה ונשוב להנות במלוננו.





7.9 יום ראשון

Demanovska cave of Liberty מערת החירות דמנובסקה - Vlkolinec וולקולינץ Krajinka

נצא לטיול בעמק דמנובסקה, נבקר במערת החירות דמנובסקה ונתרשם מייחודה ומסיפוריה. מערת החירות דמנובסקה (Demanovska Cave of Liberty), הינה מערת נטיפים וזקיפים שקיבלה את שמה בימי מלחמת העולם השנייה בידי הפארטיזנים שהתחבאו בה ואחסנו בתוכה נשק. המערה ארוכה ומתהדרת בצורות נטיפים מדהימות ונהר תת קרקעי מרשים עובר בה. נחשבת לאחת המערות היפות באירופה. נמשיך לכפר העתיק, וולקולינץ, המציג את בתיו הייחודיים למרכז סלובקיה מהמאות האחרונות. הכפר הינו אתר מורשת עולמית של אונסק"ו.

נקבל את השבת בחוות צאן יפה, בה נסעד ונהנה ממבחר הגבינות המיוצרות בה ונשוב למלוננו.

8.9 יום שני

הרי הטאטרה הגבוהים (High Tatras) – שטרבסקה פלסו Strebske Pleso Solisko- Skok waterfalls- Tatranska Lomnica

נצא לטיול רגלי הררי באחד מהמסלולים היפים ביותר בשמורת רכס הרי הטאטרה הגבוהים. הרי הטאטרה הגבוהים high Tatras National park הינם הרכס הגבוה מבין הרי הקרפטים. הנוף מאופיין בפסגות משוננות, מושלגות בחורף, במפלים שוצפים, באגמים צלולים, בצמחיה אלפינית שופעת בת 1300 מ' מינים ובעלי חיים מגוונים החל מעיטי שמש ועד לדובים חומים. במהלך המסלול נחווה את חילופי העונות, המפלים ונתרגש מיופיו ועוצמתו של הטבע בסלובקיה. נוסיף עוד על גאולוגיה ונשמע סיפורי אלפיניסטים. נאפשר לעצמנו מרגוע בשיט באגם הקרחוני לאחר ארוחה מקומית בליווי מוסיקה צוענית. נמשיך למלוננו ההיסטורי המרשים, בטאטרנסקה לומניצה, אחת מעיירות הנופש בהרי הטאטרה הגבוהים.



9.9 יום שלישי

גן העדן הסלובקי Slovensky Raj



נוף קסום ואויר קריר וצלול יפתח את בוקרנו. נצא ליום רווי הרפתקאות בשמורת הטבע "גן העדן הסלובקי".

גן העדן הסלובקי (Slovak Paradise National Park) הוא אחד המקומות היפים ביותר שחובבי ההליכה והטבע באירופה מגיעים לטייל בו. שמורה יפיה, רוויה במפלים, עשירה בקניונים צבועים בירוק עד, בקרקע קארסטית ובמערות רבות.

נצעד במסלול קסום מלא עניין ואתגר, חוויה שלא תשאיר אותנו אדישים. בלב המסלול, נערוך פיקניק מפנק להשלמת ההנאה.

ערב במלוננו, ארוחת ערב וסדנא מיוחדת.

10.9 יום רביעי

Kezmarok קז'מארוק

Bachledka walking on top of the

trees- בצמרות עצים

שייט רפסודות על נהר הדונייץ -Donajec

Pienini National Park

מופע פולקלור



הבוקר נצא מזרחה,

נסייר בקז'מרוק, עיירת ימי הביניים מהמאה

ה-13, בה התפתחו גילדות אומנות ומלאכות

ובזכות כך שישגשה העיירה.

נמשיך לאטרקציה מלהיבה וייחודית, טיול בין

צמרות עצים בשמורה Spisska Magura .

נמשיך לכפר צ'רבני קלסטור Cervený Kláštor

(המנזר האדום) בשמורת הטבע פיאניני

(Pienini).

נסעד במסעדה מקומית אשר תארח לכבודנו

להקת פולקלור בשירה, ניגון על כלים מסורתיים

וריקודים ייחודיים ואותנטיים לשבטים

ה'גוראליים'.

נצא לשייט רפסודות עץ מסורתיות בערוץ הנהר היפיה, המהווה גבול טבעי בין סלובקיה לפולין בחבל ארץ זה. המסלול חוויתי במיוחד.

נשוב לכפר ברכיבת אופניים על גדת הנהר לצד היער, או באוטובוס, כל מטייל על פי בחירתו. חזרה למלוננו.

פתיחת בוקר אופטימית מרעננת ויום טרק מרהיב ביערות הרי הטאטרה הגבוהים. המסלול בחלקו המזרחי של הרכס, בינות הרים גבוהים ומוריקים עד מפגש עם אגם ציורי בלב ההרים. מימיו הצלולים וצבעו הירוק של האגם טומנים בחובם, סיפורים ואגדות. ארוחת ערב חגיגית ואירוע סיום מרגש.



בהודיה והוקרה לחוויתנו בהרים היפיניים, ניפרד מהרי הטאטרה ונצא לביקור באתרי שימור עולמיים מרתקים: לבוצ'ה, עיירה בת כאלף שנים שהכילה בחלוף הזמן עמים רבים שהשפיעו על מבניה הבלעדיים, החל משער העיר העתיק וכלה במזבח העץ הגותי הייחודי והגבוה באירופה. בנוסף, נבקר בטירת ספיש אשר כמו לקוחה מאגדות ימי הביניים.

טירת ספיש הינה אתר מורשת עולמי, הכובש, גם אחרי 800 שנים, את לבבות האנשים, ביופיו, בנוף השלוח סביבו, בחדרי חדריו הטומנים היסטוריה וקרבות אבירים. טירה מרתקת ועולה ביופייה העתיק על רבות מטירות אירופה.

נמשיך אל העיר קושיצה (Kosice), העיר השנייה בגודלה בסלובקיה - עיר שוקקת, תוססת, הטרוגנית, עשירה בתרבות מקומית והיסטוריה בת מאות שנים. נסעד ליבנו במסעדה מקומית, ברחובות העיר העתיקה. נצא לביקור בבית הכנסת השוכן ברובע הקהילה היהודית בקושיצה, אחד מבתי הכנסת שהיוו מרכזים רוחניים ותרבותיים לקהילה הענפה והמפותחת שהייתה בעיר עד למלחמת העולם השנייה.

נמשיך למרכז העיר העתיקה, נבקר בקתדרלת סנט אליזבת', יוצאת הדופן ביופייה, אשר ברחוב הראשי, כבתוך אגדת ימי הביניים. הקתדרלה, על 700 שנותיה, נחשבת לגדולה ביותר בסלובקיה, בעלת פיתוחים המאפיינים רק אותה, ואוצרת בעברה סיפורים ואגדות מסתוריים. נטפס במעלה מגדל הכנסיה, המאפשר תצפית יפיפה על העיר ו"נטעם" מעוד מקומות ייחודיים נוספים במרכז העיר הצבעוני.

אחר הצהריים נמשיך לכיוון שדה התעופה בבודפשט, לסיום טיולנו

