



Cykloregión Liptov



Legenda / Legend

- 1 2 3 4 Bod záujmu, singletrail / bike park, nabíjacia / Point of interest, singletrail / bike park, charging
- 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000

0 5 km

34+ e-bike nabíjaciek charging points

850+ km značených cyklotrás marked cycle trails

1988 km² rozloha regiónu area of the region

1573 m najvyšší bod na cyklotrasách the highest point on the cycle trails

- TOP letné atrakcie / TOP Summer attractions**
 - Aquasport Tatralandia
 - Vodný park Bešeňová
 - AQUA-VITAL park Kúpele Lúčky
 - Termálne kúpele Liptovský Ján
 - Vodná nádrž Liptovská Mera
 - Vodná nádrž Hrabovo
 - Horská bobová dráha Ziarce
 - Lanovka na Čepčok – Jasná
 - Lanovky Malinú Brdo
- Jaskyne / Caves**
 - Demänovská ľadová jaskyňa
 - Demänovská jaskyňa slobody
 - Stanišovská jaskyňa
 - Pamiatková zóna Hybe
 - Chránená prírodná územnosť v Bukovine
- Hradý, kaštiele a archeológia / Castles, Manor houses and Archaeology**
 - Hrad Likava
 - Kaštieľ v Liptovskom Hrádku
 - Liptovský hrad
 - Kaštieľ v Liptovskom Jáne
 - Kaštieľ Vranovo – Jánošíkovo väzenie
 - Archeologický nálezisko
- Kostoly / Churches**
 - Ludrová / Kostol všetkých svätých
 - Liptovské Slánce / Kostol sv. Šimona a Júdu
 - Partizánska Lipča / Kostol Sedembolestnej panny Márie
 - Svätý Kríž / Drevený arkádový kostol
 - Oľovienka / Kostol sv. Petra z Alkantary
 - Liptovský Mikuláš / Kostol sv. Mikuláša
 - Martinček / Kostol sv. Martina
 - Smrečany / Kostol obetovania pána
 - Trstené / Kostol všetkých svätých
 - Liptovské Matiasovce / Kostol sv. Ladislava
- Vodopády a pramene / Waterfalls and Natural springs**
 - Lúčanský vodopád
 - Brankovský vodopád
 - Meandry Lúčňanky
 - Skálna (Jánošíkova) pást Lisková
 - Sútok Čierneho a Bieleného Váhu
 - Via Ferrata Dve veže
- Ludové zvyky a architektúra / Folk traditions and architecture**
 - Vilhošice - UNESCO pamiatka
 - Múzeum Liptovskej dediny Príbylina
 - Amfiteáter Východná
 - Chránená prírodná územnosť v Bukovine
- Technické pamiatky / Technical sights**
 - Historická vodná elektrárňa Luchboňa
 - Prírodný mŕt Liptovská Mera
 - Vodná nádrž Čierny Váh
 - Liptovská Maša - expozícia baníctva a hutníctva
 - Pravácka železnica - expozícia
 - Tajch Rakovca
 - Vodné mlyny Oblazy - Kvačianska dolina
- Rozhladňa a vyhladky / Lookout towers and points**
 - Vyhľadávka veža Pavčina Lehota
 - Vyhľadávka veža Vavrišovo
 - Vyhľadávka veža Demänovská dolina
 - Vyhľadávka Háj-Nicová
 - Svatolianska rozhľadňa Liptovský Ján
 - Vyhľadávka Kobyliny Kvačianska dolina
 - Vyhľadávka Maty Rožňák Kvačianska dolina
 - Vyhľadávka Skalica Liptovský Hrádok
 - Rozhladňa Krajčov vrch Nižná Boca
 - Vyhľadávka veža Krutá voda
 - Rozhladňa Veľké Borové
 - Rozhladňa na vrchu Šušava
- Bike parky a traily / Bike parks and trails**
 - Bike Park Malinú Brdo
 - Rozprávkové enduro a Hrabovský trail
 - Cyklotrail park Ružomberok
 - Singletraily Háj-Nicová
 - Singletraily nad Závažnou Porubou
 - Pumptrack a BMX park Liptovský Mikuláš
 - Hradská Hora trails
- Vitajte cyklisti / Cyclists welcome**

Takto označené miesta s turistickými zariadeniami sú prispôbené potrebám cyklistov a spĺňajú certifikáciu 'Vitajte cyklisti'.

Viac na www.vitajtecyclisti.sk.

The places and tourist facilities marked with this symbol are adapted to the needs of cyclists and meet the 'Cyclists Welcome' certification. More at www.vitajtecyclisti.sk.
- Cykloregión Liptov poháňa / Liptov Cycling Region is powered by**
- Nabíjacie stanice* / Charging stations***
 - Liptovský Mikuláš - centrum
 - Liptovský Hrádok - Miestsky úrad
 - Lúčky - Aqua Vital Park
 - Liptovská Osada - Gotha
 - Bešeňová - Vodný park
 - Bobrovník - Marina Liptov
 - Malatiny - Hotel Sojka
 - Rent Your Adventure - Ružomberok
 - Hotel Malina
 - Bobrovník - Horský hotel Mnich
 - Liptovský Ján - Strachanovská banica
 - Smrečany - Dom Fraňa Kráľa
 - Ružomberok - Sport Mix
 - Demänovská Dolina - Bystrina Resort
 - Jasna - Hotel Topaľa
 - Ružomberok - Hrabovo, Motajka Grill & Bar
 - Magurka - Chata Magurka
 - Kráľova Lehota - Penzión Larion
 - Jamník - Rakovca dolina, Horský hotel Jakádem
 - Smrečnica - Hotel Granit
 - Príbylina - Múzeum Liptovskej dediny
 - Podbanské - Rezort pri jazere
- Nabíjacie body* / Charging points***
 - Liptovský Mikuláš - Pivovar a reštaurácia Liptovar
 - Demänovská - eBIKEpoint / SKI NINIAJ
 - Maša - Chata pod Nárstím
 - Vážec - centrum/Thovskovo
 - Liptovská Slávnica - Požiarňa zbrojnica
 - Demänovská Dolina - Tri Studničky
 - Demänovská Dolina - Lúčky
 - Nižná Boca - Stará Zvonica
 - Donovaly - Huský Sniežok Bar
 - Veľká Fatra - Horský hotel Kráľova studňa
- Požičovne e-bikov / E-bike rentals**
 - JOYRIDE - Liptovský Mikuláš
 - INTERSPORT - Miestsky úrad
 - SMILE CENTER - Demänovská
 - SKI NINIAJ - Liptovský Ján
 - SKI NINIAJ - Demänovská
 - SKI NINIAJ - Liptovský Trnovec
 - Rent Your Adventure - Ružomberok
 - SPORT MIX - Ružomberok
 - Malinú Brdo - Hrabovo
 - GOTHA - Liptovská Osada
 - Bicyklom po Slovensku - Podbanské
 - Bicyklom po Slovensku - Okolienka
 - Horský hotel Mnich - Bobrovník
 - Stará Zvonica - Nižná Boca
- Zoznam cykloturistických trás / Marked cycle routes**
 - 006 / Oravská cyklomagistála / 119 km
 - 007 / Podtatranská cyklomagistála (Kvačany - Žarska dolina - Podbanské) / 35,3 km
 - 033 / Donovská cyklomagistála (Ružomberok - Donovaly) / 31,2 km
 - 035 / Liptovská cyklomagistála / 70,4 km
 - 040 / Liptov - Horehrone - Gemer (jednosmerka) / 6,4 km
 - 042 / Vrchárska cyklomagistála / 121 km
 - 0407 / Ilanov - Kvačany - Bukovina / 28,7 km
 - 0418 / Ružomberok - Smrečnica - Podbanské - Hrabovka Veľkej Fatry / 23,7 km
 - 0419 / Ružomberok - Podspis / 22,5 km
 - 0431 / Podbanské - Liptovská Kokava - Chata pod Nárstím / 11,8 km
 - 0432 / Vlahy - Lubeľa - Kráľova Lehota - Stará Boca - Porúbka / 15,6 km
 - 0435 / Vlahy - Galovany - Laszko / 13,7 km
 - 0436 / Príbylina - Rakovca dolina - Podtureň / 17,2 km
 - 0438 / Liptovský Hrádok - Hradská hora - Dovoľov / 8,6 km
 - 0439 / Liptovský Ondrej - Smrečany - Trstené / 10,8 km
 - 0440 / Liptovská Osada - sedlo Veľký Štúrec - Cyklopoint - Čútovská dolina
 - 0441 / Podbanské - Kópřová dolina / 7,8 km
 - 0442 / Turík - Cierny Váh (hor. mŕt) - Svätý Kríž / 23,2 km
 - 0443 / Vavrišovo - Príbylina / 6,8 km
 - 0444 / Luchboňa - Ružomberok / 30,5 km
 - 0445 / Tajch - Magurka / 4,2 km
 - 0447 / Donovaly - Hradská hora - Bobrovník - Hrabovo - Benkovo / 4,3 km
 - 0448 / Jamník - Liptovský Ondrej - Trnovecká dolina / 11,8 km
 - 0449 / Hybe - Čierny Váh / 16,6 km
 - 0450 / Vlahy - Horehrone - Gemer (jednosmerka) / 6,4 km
 - 0451 / Liptovský Peter - Podtureň / 2,5 km
 - 0452 / Liptovská Kokava - Dovoľov / 5 km
 - 0453 / Nižná Boca - Vyná Boca - Čertovica / 5,9 km
 - 0454 / Malinú Brdo - Brezová - Benkovo / 4,3 km
 - 0455 / Jamník - Liptovský Ondrej - Trnovecká dolina / 11,8 km
 - 0456 / Závažná Poruba - zelený okruh / 3,7 km
 - 0457 / Liptovský Mikuláš - Smrečany - Žarska dolina / 7 km
 - 0458 / Vlahy - Horehrone - Gemer (jednosmerka) / 6,4 km
 - 0459 / Liptovský Peter - Podtureň / 2,5 km
 - 0460 / Liptovský Hrádok - ČVČ - Čertovica / 7,8 km
 - 0461 / Ružomberok - Smrečnica - Podbanské - Hrabovka Veľkej Fatry / 23,7 km
 - 0462 / Závažná Poruba - zelený okruh / 3,7 km
 - 0463 / Liptovský Mikuláš - Smrečany - Žarska dolina / 7 km
 - 0464 / Trstené - Bobrovník - Jalovec - Chata pod Nárstím / 11,8 km
 - 0465 / Vlahy - Lubeľa - Kráľova Lehota - Stará Boca - Porúbka / 15,6 km
 - 0466 / Vlahy - Galovany - Laszko / 13,7 km
 - 0467 / Príbylina - Rakovca dolina - Podtureň / 17,2 km
 - 0468 / Turík - Cierny Váh (hor. mŕt) - Svätý Kríž / 23,2 km
 - 0469 / Vavrišovo - Príbylina / 6,8 km
 - 0470 / Luchboňa - Ružomberok / 30,5 km
 - 0471 / Tajch - Magurka / 4,2 km
 - 0472 / Donovaly - Hradská hora - Bobrovník - Hrabovo - Benkovo / 4,3 km
 - 0473 / Jamník - Liptovský Ondrej - Trnovecká dolina / 11,8 km
 - 0474 / Hybe - Čierny Váh / 16,6 km
 - 0475 / Vlahy - Horehrone - Gemer (jednosmerka) / 6,4 km
 - 0476 / Liptovský Peter - Podtureň / 2,5 km
 - 0477 / Liptovská Kokava - Dovoľov / 5 km
 - 0478 / Nižná Boca - Vyná Boca - Čertovica / 5,9 km
 - 0479 / Malinú Brdo - Brezová - Benkovo / 4,3 km
 - 0480 / Turík - Cierny Váh (hor. mŕt) - Svätý Kríž / 23,2 km
 - 0481 / Vavrišovo - Príbylina / 6,8 km
 - 0482 / Luchboňa - Ružomberok / 30,5 km
 - 0483 / Východná - Vážec / 5,9 km
 - 0484 / Nad Železným - Chata Magurka / 3,3 km
 - 0485 / Liptovský Hrádok - Dovoľov - Liptovská Kokava / 5 km
 - 0486 / Spojka Donovská CM - trasa B444 / 1,9 km
 - 0487 / Závažná Poruba - žltý okruh / 2,7 km
 - 0488 / Odbočka Svätý Kríž / 320 m
 - 0489 / Ružomberok Kalvária - Čútovská dolina - Sedlo pod Vtáčnikom / 12,1 km
 - 0490 / Spojka pod Petranovou / 2,9 km
 - 0491 / Liptovský Ondrej - Kónská - Žarska dolina / 7 km
 - 0492 / Vetrná Poruba - Žarska dolina / 2,9 km
 - 0493 / Pamätník na Háj / 870 m
 - 0494 / Svätý Kríž - Čierny Váh (hor. nádrž) / 7,7 km
 - 0495 / Liptovská Teplá - Vodná nádrž Bešeňová / 4,9 km
 - 0496 / Čertovica - sedlo pod Lenivou / 1,6 km
 - 0497 / Partizánska Lipča - Malatiny - Liptovská cyklomagistála / 5,1 km
 - 0498 / Zaplavené obce Liptovskej Mary / 14,1 km
 - 0499 / Cyklochodník po brehu rieky Váh Liptovská Ondrova - Lipt. Mikuláš, Okolienka / 6,6 km

Zodpovedne dediajte trasy / Share the trails responsibly



Nahláďte nám podnet / Report a problem

Porušenie značenie, odpodvadno, e-bike stojan alebo iný problém na trase? Dajte nám vedieť!



Stiahnite si našu aplikáciu / Download our app



Liptov TREBA ZAŽIŤ

Cykloregión Liptov



Cykloturistická mapa Cycling map

Mierka / Scale 1:100 000



Vita vás Liptov, cykloregión s rozsiahlou sieťou viac ako 850 km značených cykloturistických trás a najmodernejšou e-bike infraštruktúrou na Slovensku. Čakajú na vás ľahké trasy spojené s poznávaním kultúrnych hodnôt Liptova, ale aj trasy stredne náročné a náročné pre cyklistov s lepšíou fyzickou kondíciou. Pri ich absolvovaní budete za vynaloženú námahu odmenení neopakovateľnými výhľadmi na horské scenérie Liptova. Užite si nádherné výhľady na vodu a hory zo sedla bicykla a spoznajte Liptov na dvoch kolesách. Tešíme sa na vašu návštevu.

Welcome to Liptov, a cycling region with a large network of more than 850 kilometres of marked cycle trails and the most modern and extensive e-bike infrastructure in Slovakia. The network features easy bike trails that highlight the cultural sights of Liptov as well as intermediate and advanced bike trails suitable for fit, experienced cyclists, whose effort will be rewarded by wonderful views of dazzling mountain scenery of Liptov. Enjoy wonderful views of the Liptov basin from the saddle of a bicycle. We are looking forward to your visit.

Viac informácií o regióne More information about the region

- www.visitliptov.sk www.cyklorejion.sk

Sledujte nás na Follow us on

- CykloLiptov visitliptov VisitLiptov

Yvadavateľ / Publisher: Region Liptov – Oblastná organizácia cestovného ruchu, Súčtová 1989/41, 031 42 Liptovský Mikuláš, Slovensko

Spracovanie / Design: Data Roads Consulting, s.r.o. & Sudetyne

4. vydanie – ján 2024 4th edition – Spring 2024

Realizované s finančnou podporou Ministerstva dopravy Slovenskej republiky. Implemented with the financial support of the Ministry of Transport of the Slovak Republic.

112

Dôležité telefónne čísla Important telephone numbers

- Zjednotené tísňové telefónne číslo: 112
Hasičská služba: 150
Záchranná služba: 155
Policia: 158
Letecká záchranná služba: 18 155
Horská záchranná služba: 18 300

- Unified emergency telephone number: 112
Fire service: 150
Rescue service: 155
Police: 158
Air rescue service: 18 155
Mountain rescue service: 18 300

Turistické informačné centrá Tourist information centers

Liptovský Mikuláš
Národná miera
031 011 Liptovský Mikuláš
+421 915 957 008
+21 948 625 669
info@mikulas.sk
www.mikulas.travel

Jasná – Biela Páň
Demänovská dolina 72
031 011 Demänovská dolina
+421 907 88 66 44
info@jasna.sk
www.jasna.sk

Lúčky
Lúčky 141, 034 82 Lúčky
+21 910 122 407
info@centrumlucky@gmail.com
www.obec-lucky.sk

Rezervácia ubytovania Accommodation reservation

Ubytovanie na Liptove si môžete rezervovať na webovej stránke. You can book accommodation in Liptov at the website.

www.visitliptov.sk/booking

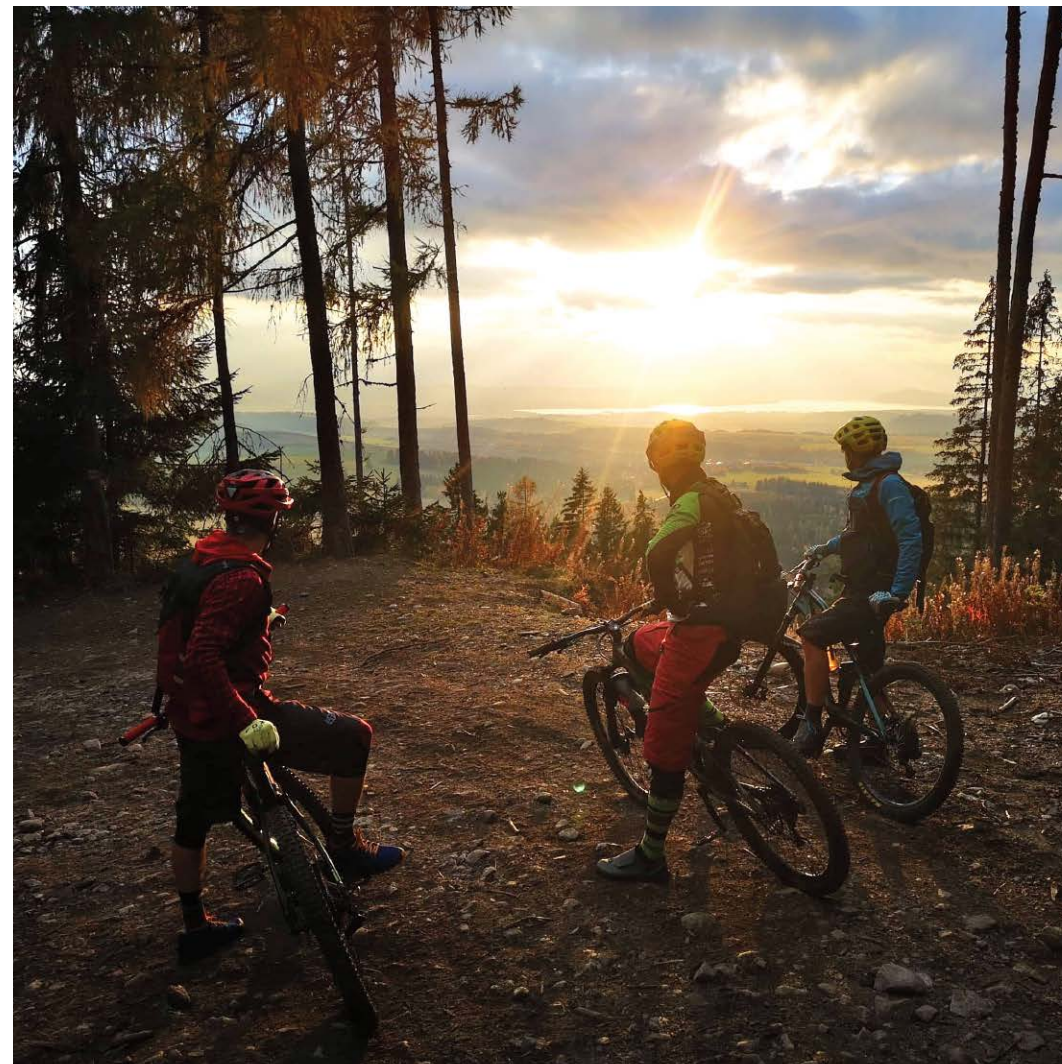
1 Horská cyklistika Mountain biking

Liptovská kotlina je obklopená nádhernými pohoriami, a to zo všetkých strán. Je to hlavný dôvod, prečo je Cykloregión Liptov vyhľadávanou destináciou medzi vyznávacmi horskej cyklistiky. Členité terény, mierne, ale aj brutálne stupenia, izolotina či asfalt – Liptov je ako stvorený pre horskú cyklistiku.

The Liptov basin is surrounded by beautiful mountains from all sides, which is the main reason why the Liptov cycling region is becoming more and more popular with mountain bike enthusiasts. Jagged terrains, slight but also brutal climbs, a variety of surfaces including gravel and asphalt – it seems Liptov was made for mountain biking.

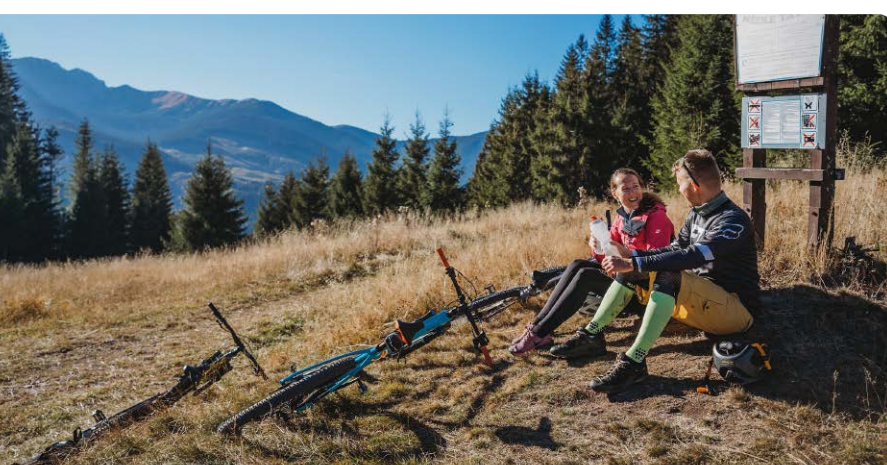


Pozri video Watch video



Tip: Ružomberok – Smrekovica – Podsúchň

Cykloturistická trasa s nádhernými výhľadmi a scenériami prechádza národným parkom Veľká Fatra a patrí k najkrásnejším MTB trasám na Slovensku. A cycling trail with picturesque views and scenery passes through the Veľká Fatra national park and belongs to the most beautiful MTB trails in Slovakia.



Tip: Liptovský Ján – Svidovské sedlo

Trasa vedúca Jánkou dolinou so stupinami až na Svidovské sedlo, ktorej prvá asfaltová časť je vhodná aj na menej náročné cyklovýlety pre rodičov s deťmi a cestnú bicykli. The route leading through Jánkou valley with an ascent to Svidovské sedlo, its first asphalt part is also suitable for less demanding cycling trips for families with children and road bikes.



Tip: Zaplavené obce Liptovskej Mary Flooded villages of Liptovská Mara

Tematická trasa z Bešeňovej do Bobrovnika ponúka okrem športového výhľadu a krásnych výhľadov aj zaujímavé informácie o vodnom diale, ktoré zásadne ovplyvnilo životy tisícov ľudí a navždy zmenilo tvár a výtvar celého regiónu. The thematic route from Bešeňová to Bobrovnik offers not only sports activities and beautiful views but also interesting information about a water project that significantly influenced the lives of thousands of people and forever changed the face and development of the entire region.



Tematická trasa z Bešeňovej do Bobrovnika ponúka okrem športového výhľadu a krásnych výhľadov aj zaujímavé informácie o vodnom diale, ktoré zásadne ovplyvnilo životy tisícov ľudí a navždy zmenilo tvár a výtvar celého regiónu. The thematic route from Bešeňová to Bobrovnik offers not only sports activities and beautiful views but also interesting information about a water project that significantly influenced the lives of thousands of people and forever changed the face and development of the entire region.



3 Cestná cyklistika Road cycling

Náročné stupenia alebo dlhé roviny s kvalitným asfaltovým povrchom na bicykli? Na Liptove ľahký problém! Prekročaj sám seba, vyčuchaj si zakúšanú odmenu v podobe nezameniteľného výhľadu, nasávaj scenériu a uži si deň na svojom cestnom bicykli. Cykloregión Liptov ponúka možnosti pre každého športovca – od pohodových výšvihov až po tie najnáročnejšie trasy.

Challenging climbs or long plains with a quality asphalt surface on a bicycle? Overcome yourself, experience the spectacular views, soak up the scenery and enjoy a day on your road bike. The Liptov cycling region offers possibilities for every athlete – from relaxed rides to the most demanding routes.



Pozri video Watch video



2 E-bike cyklistika E-biking

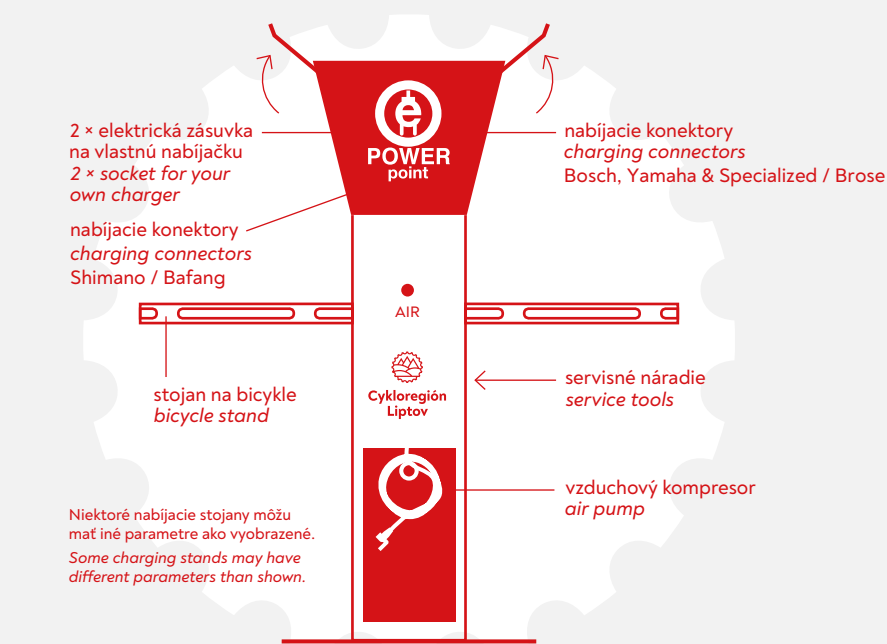
Elektrický pohon nie je v kurze len pri automobiloch. Coraz populárnejší sa stáva aj v cyklistike a my sa tomu tešíme. Elektrická nádrž cyklistiku doobstarajúcejou sa aj tých menej zdatných dovezie e-bike až tam, kam by sa na klasickom bicykli nedostal. Liptov preto buduje širokú sieť verejných nabíjajúcich staníc, spolupracuje s poskytovateľmi elektrobicyklov a v tomto segmente sa radí medzi špičku na Slovensku.

Electric drive is popular not only when it comes to cars. E-bikes have been growing in popularity and we are happy for it! They make biking more accessible and enable also less fit bikers to get to places they wouldn't reach riding a regular bike. Liptov is building a large network of public charging stations, it cooperates with e-bike rentalists and belongs to the top in this segment in Slovakia.



Pozri video Watch video

Najširšia sieť verejných nabíjajúcich staníc pre e-biky The widest network of public charging stations for e-bikes



Tip: Vlkolínec – Pribylina

Najdlhšia náučná cykloturistická trasa na Slovensku, prebájajúca celý Liptov s najväčšími kultúrnymi pamiatkami. The longest educational cycling route in Slovakia, connecting the whole Liptov with the largest cultural monuments.

Požičovne e-bikov E-bike rentals

JOYRIDE

- 1. mája 1945, Liptovský Mikuláš
+421 443 240 702
info@joyride.sk
www.joyride.sk

RENT YOUR SPORTS VEHICLE eBIKE

- Holičovo 15, Ružomberok
+421 903 398 877
rentyouradventure@gmail.com
www.rvra.sk

INTERSPORT

- Kamenité pole 4556/10, Liptovský Mikuláš
+421 443 420 701
intersport.lm@player.sk
www.intersport.sk

ŠPORT MIX

- Panská 5242, Ružomberok
+421 903 330 006
sport-mix@sport-mix.eu
www.sport-mix.eu

SMILE CENTER

- Demänovská 584, Liptovský Mikuláš
+421 915 072 010
info@smile-smile.sk
www.bike-smile.sk

MALINÉ BORO Malinové Boro

- Hrabovská cesta 1679/31, Ružomberok
+421 918 640 640
skpark@skpark.sk
www.bikepark.sk

SKISERVIS

- Hotel Dúmbier, Liptovský Ján
Demänovská cesta 546/6A, Demänovka
Penzion Ravčina, Liptovský Trnovec
+421 905 357 133
skiservis@skiservis.sk
www.skiservis.sk

GOTTHAL

- Liptovská Oaďa 756
+421 948 721 212
recepta@gotthal.sk
www.gotthal.sk

JASNA

- Rental Biela páň, Jasná, Demänovská dolina
+421 911 389 476
info@jasna.sk
www.jasna.sk

BIKOLMOS

- Bobrovec 909, 032 21 Bobrovec
+421 903 596 611
recepta@hotelmimich.sk
www.hotelmimich.sk

Cyklopoint RUIZOMBEROK BIKE

- Čermošná ulica, Čučkova dolina, Ružomberok
+421 948 109 103
info@ruuzomberok.bike
www.ruuzomberok.bike

RECEPCIA

- Stará Zvonica, Nožná Boca 651, Malužina
+421 902 490 980
recepta@podstarozvoniciou.sk
www.starazvonica.sk



Tip: Kráľova Lehota – Svarin – Vodná nádrž Čierny Váh (horná)

Obľúbená trasa pre cyklistov vyznávajúcejšie tie najťažšie stupenia. Na jej konci budete mať okrem športového zážitku zo zvláštna členitej asfaltovej cesty aj izotou úžasných výhľadov na Liptov a Vysoké Tatry. A popular route for cyclists who enjoy the most difficult climbs. In addition to the sports experience of overcoming a rugged asphalt road, you will also have the certainty of amazing views of Liptov and the High Tatras.

- Náročnosť / Difficulty: expert
Dĺžka / Length: 13,6 km
Stúpanie / Ascent: 509 m
Klesanie / Descent: 9 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 458 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 1070 m
Číslo trasy / Trail number: 032 / 458/10



Tip: Lúčky – Jastrabia dolina – Vrchvarta

Trasa od lokálnych kúpeľov zabáča vľavo po novom asfalte smerom na Turk, po pár km sa otkáča, spúšťa späť do doliny a pokračuje po čerenej mačke na sedlo Vrchvarta oddeľujúce Liptov od Oravy. The route from the local spa turns left on the new asphalt towards Turk, after a few km it turns, runs back into the valley and continues along the red sign to the Vrchvarta saddle separating Liptov from Orava.

- Náročnosť / Difficulty: sport
Dĺžka / Length: 12,6 km
Stúpanie / Ascent: 418 m
Klesanie / Descent: 409 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 446 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 944 m
Číslo trasy / Trail number: 042



Tip: Lubochnianska dolina (Lubochňa – Salatín – Vyšný Tajch – Močidlo)

Lubochnianska dolina vo Veľkej Fatre je svojou dĺžkou 25 km najdlhšia na Slovensku. Nachádza sa tu jediné fatranské pleso ako aj krásne sfarbený tajch s čistou vodou. Cielou dolinou sa ťahá asfaltová cesta, preto je pre bicyklov ako stvorená. The Lubochnianska Valley in the Veľká Fatra Mountains is the longest in Slovakia, with a length of 25 km. Here, you can find the only mountain lake in the Fatra range, as well as a reservoir with clean water. The entire valley is traversed by an asphalt road, making it perfect for cycling.

- Náročnosť / Difficulty: rekrea
Dĺžka / Length: 2 + 21,6 km (tam a späť)
Stúpanie / Ascent: 418 m
Klesanie / Descent: 418 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 446 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 963 m
Číslo trasy / Trail number: 042



Tip: Čučkova dolina

Obľúbená dolina medzi deťskými návštevníkmi. Okrem tradičného prostredia, zverotatki, či remesiel, dolinou vedie aj veľmi príjemná a náročná trasa. Zoberťe svoje deti na cyklistický výlet, ktorý vami okomentujú a kvôli jedinečnosti a iné aktivity, ktoré na vás čakajú v Čučkove. A popular valley among children's visitors. In addition to the traditional environment, animals or crafts, there is also a very pleasant and undemanding cycling route. Take your children on a trip, which you can also spice up with quality food or other activities that await you in Čučkove.

Nabíjajúci navštíviť obzovny areál pre deti Orava. Dobrá zastávka na Oravu entertainment area for children.



Tip: Vláčik Korýtka + Cyklokorytnička – Biely Potok – Podsúchň

Cyklovik vás odviezť z hlavnej železničnej stanice v Ružomberku do stanice Zapadárskoh, odkiaľ pokračujúce po cyklistickom chodníku s kvalitným asfaltovým povrchom. Nenáročná trasa vedie po telese bývalej železnice lokalizovanej v krásnom prostredí. Úsek, ktorý odporúčame pre najmenších detí v Podsúchej, no trasa pokračuje so spenením povrchu až do Korytnice. The bicycle train will take you from Ružomberok main railway station to Zapadárskoh, from where you will continue on the cycle path with a quality asphalt surface. The easy route leads along the body of the former railway located in a beautiful environment. The section that we recommend for the youngest ends in Podsúch, but the route continues along the paved surface to Korytnica.

- Náročnosť / Difficulty: rekrea
Dĺžka / Length: 8,8 + 9,9 km (tam a späť)
Stúpanie / Ascent: 220 m
Klesanie / Descent: 220 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 500 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 179 m
Číslo trasy / Trail number: 003



Tip: Tichá a Kôprová dolina

Dve doliny, nachádzajúce sa rozmedzí Zapadných a Vysokých Tatier sú vynikajúce pre rodinné výlety na bicykloch. Trasy sú asfaltové a majú len mierne stupenia, preto ich vľaduň aj mali cyklisti. Zažite úžasný deň s neopakovateľnými výhľadmi na Kriván v nádhernom tatarskom prostredí. The two valleys, located between the Western and High Tatras, are excellent for family bike trips. The routes are asphalt and have only a slight incline, so even small cyclists can handle them. Experience an amazing day with unrepeatable views of Kriván peak in the untouched Fatra nature.

- Náročnosť / Difficulty: rekrea
Dĺžka / Length: 7,8 + 7,8 km (tam a späť)
Stúpanie / Ascent: 362 m
Klesanie / Descent: 362 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 932 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 179 m
Číslo trasy / Trail number: 0367

Náročnosť / Difficulty: rekrea

- Dĺžka / Length: 12 + 12 km (tam a späť)
Stúpanie / Ascent: 362 m
Klesanie / Descent: 362 m
Min. nadm. výška / Min. altitude: 932 m
Max. nadm. výška / Max. altitude: 1295 m
Číslo trasy / Trail number: 0389

Zažite Liptov so zľavami Experience Liptov with discounts

S Liptov Region Card si užívate zážitky a relax so zľavami po celom Liptove až do výšky 50%. With the Liptov Region Card you can experience and relax with discounts all over Liptov up to 50%.



Kúpte si oficiálny cyklokredes z Liptova! Buy the official cycling jersey from Liptov!

Kúpu dresov Cykloregiónu Liptov prispievate na údržbu a obnovu našich cykloturistických trás. By purchasing the Liptov Cycling Region jerseys, you are contributing to the maintenance and renewal of our cycling trails.

www.visitliptov.sk/cyklokredesy-liptov



5 Bikeparky a trailly Bikeparks and trails

Hľadáte vzrušenie a adrenalín? Single trailly sú váš druhý domov? Liptov vám má čo ponúknuť. Rýchlosť, skoky a more adrenalínu sú dostupné na viacerých miestach regiónu. V liptovských bike parkoch nájdete upravované a značené trate všetkých typov a náročností. Tak načo čakať!

Are you looking for excitement and adrenaline? Are single track-type trails your favourite? Liptov has a lot to offer in this regard. Speed, jumps and a sea of adrenaline are available in several places in the region. In Liptov's bike parks you will find well-maintained and well-marked trails of all types and levels. So what are you waiting for?!



Pozri video Watch video



4 Rodinná cyklistika Family cycling

Deti sú na Liptove vítané! Aj tí najmenší cyklisti u nás objavujú atraktívne trasy rôznych náročností, a to všetko pri maximálnej bezpečnosti. Liptov nie len o bicyklovaní ale aj o zážitkoch a atrakciách, ktoré deti milujú. Naplánujte si výlet na bicykli a spojte ho s návštevou múzeja, jaskyne alebo inej atrakcie, kde vaše deti budú spoznávať svet. Objavte región na bicykli aj so svojimi ratolesťami a užite si aktívnu dovolenku na Liptove. Kids are welcome in Liptov! Even the youngest cyclists can explore attractive cycling routes of different levels of difficulty, with safety being the top priority. Liptov is not just about cycling. It is also about experiences and attractions, which is something kids love. So go ahead, plan your bike trip and do not forget to include the visit of a museum, a cave or any other attraction thanks to which your kids will get to know the world. Explore the region on a bike with your kids and enjoy an active holiday in Liptov.



Pozri video Watch video



Tip: Flowtrail Háj flow

Najnovší prírastok medzi liptovskými singletrailami bol vybudovaný v spolupráci so 6-násobným majstrom Slovenska a spoluzáujemcom tratie Adamom Rojčekom v lokalite Háj-Nicová priamo nad mestom Liptovský Mikuláš. The latest addition to the Liptov single trails was built in collaboration with the 6-time Slovak champion and co-author of the trail, Adam Rojček, in the Háj-Nicová area directly above the town of Liptovský Mikuláš.

www.instagram.com/singletraily_hajnicovo



Tip: Bikepark Malinó Brdo

S celkovou dĺžkou viac ako 20 km zjazdových tratí sa radí medzi najväčšie bikeparky na Slovensku. Zaujímavé si tu môžete na 11 tratiach s rozmanitým pohodlním vývozu k ich štartu v B-miestnej kabínkovej lanovke. With a total length of over 20 km of downhill trails, it ranks among the largest bike parks in Slovakia. You can ride on 11 trails here with the option of convenient transport to their starting points in an 8-seater cable car.

www.bikepark.sk



Tip: Singletrail Sidorov – Rozprávkové Enduro

Prírodný singletrail vás prevedie rozprávkovým lešom. Z Vilkolínových lúk a Or Krávej skály sa môžete Kochať výhľadmi na Nízke a Vysoké Tatry. Vychutnajte si to! The natural singletrail will take you through a fairytale forest. From meadows above Vilkolínec and from Krávo rock you can enjoy views of the Low and High Tatras. Enjoy it!

www.ruuzomberok.bike



Tip: Hradská hora Trails

Sympatický trailový bikepark v lokalite Hradská Hora pri Liptovskom Hradku, ktorý vybudoval a spravuje komunita lokálnych bikeroov. Trailly všetkých náročností sú delené podľa pravidiel Trailforku a ponúkajú pestro paletu, kde si zajaťi nájdu každý. A nice trail bikepark in the Hradská Hora locality near Liptovský Hradok, built and managed by a community of local bikers. Trails of all difficulty levels are divided according to the Trailforks rules and offer a varied palette where really everyone will find his ride.

www.fb.com/HradskaHoraTrails

Pravidelné cyklistické podujatia a výzvy Regular cycling events and challenges

- Ford Cykločlánek | 9.-10. 2. 2024 | www.bicyklokm.sk
Liptov Ride | 13. 4. 2024 | www.liptovride.sk
Cryklo Pohár – MTB Siera Liptova | 6.-8. 2024 | www.cryklo.sk
Cyklistický maratón Po stopách Martina Rázaša | 8./2024 | www.razus.sk
Ružomberké schody | 9./2024 | www.ruuzomberok.sk
Retro Tour Liptovský Mikuláš | 9./2024
Vrchárska koruna Liptovská | 4.-10./2024 | www.vk.sk
Cyklovýzva #CylkoLiptov2024 | 6.-9./2024 | www.visitliptov.sk