

turistický sprievodca

NÍZKE TATRY

DAJAMA



9 788081 361098

odporúčaná cena 11,95 €

+ turistická mapa



turistický sprievodca

NÍZKE TATRY

Ján Lacika

Zostavil: Daniel Kollár

Nízke Tatry

3. doplnené vydanie, 2020

Editor: Daniel Kollár

Pešie turistické trasy: Ján Lacika

Prírodné pomery: Ján Lacika

Turistické zaujímavosti: Kliment Ondrejka

Lektor trás: Tomáš Trstenský

Zodpovedný redaktor: Daniel Kollár

Technický redaktor: Tibor Kollár

Jazyková úprava: Jana Hyžová a Tibor Kollár

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

Výškové profily: Ján Lacika a Marianna Lázničková

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

Obálka: Daniela Kollárová

Dizajn a typografia: Marianna Lázničková

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

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

© RNDr. Daniel Kollár – DAJAMA

Karľoveské rameno 4B, 841 04 Bratislava-Karľova Ves

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

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

ISBN 978-80-8136-109-8

Milí čitatelia,

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

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

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

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

Daniel Kollár

Obsah

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

System sprievodcu

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

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

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

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

Náročnosť

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

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

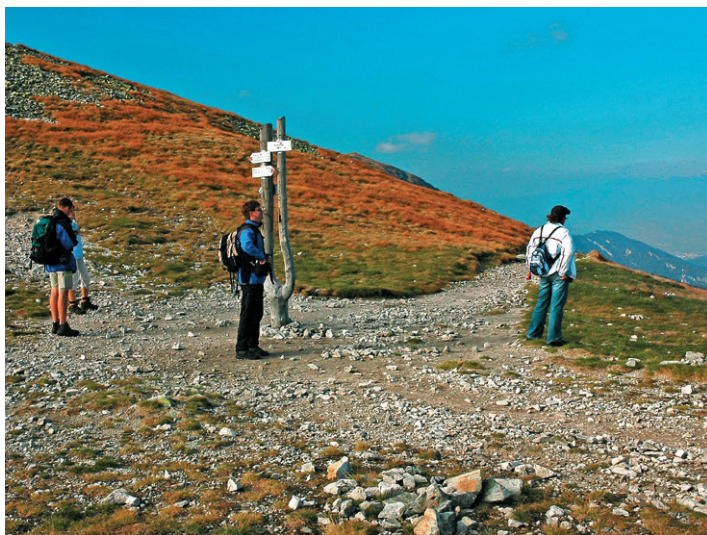
Nenáročné trasy sú v záhlaví označené **zelenou farbou** a predstavujú pešie výlety, ktoré sú vhodné pre menej zdatných turistov, rodiny s menšími deťmi a starších ľudí. Ide o maximálne poldenné výlety s nevelkým prevýšením a dĺžkou prechádzajúce po dobre upravených cestách alebo chodníkoch.

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

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

Turistický výstroj

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



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

Desať základných zásad bezpečného pobytu v horách

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

Desať základných pokynov pri pohybe po turistických chodníkoch

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

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

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

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

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

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

Mapy

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

Elektronická príprava trasy

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

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

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



Trangočka (1129)	2,1 km	305 m	10 m	0:55	foto	kumulatívne	
1	K Jaskyní mlynských netopierov (1420)	1,3 km	320 m	10 m	1:00	foto	0:55, 2,1 km
Ch. gen. M. R. Štefánika (1730)	3,4 km	625 m	20 m	1:55	foto	3,4 km	
zhrnuté etapy: 3,4 km, hore 625m, dole 20m, 1:55							
Ch. gen. M. R. Štefánika (1730)	1,2 km	50 m	20 m	0:20	foto	kumulatívne	
1	Rázč. na Krúpovo s. (1760)	1,1 km	150 m	0 m	0:20	foto	0:20, 1,2 km
2	Krúpovo s. (1910)	0,9 km	0 m	130 m	0:20	foto	0:50, 2,3 km
Demánovské s. (1780)	3,2 km	200 m	45 m	1:10	foto	1:10, 3,2 km	
zhrnuté etapy: 3,2 km, hore 200m, dole 45m, 1:10							
Demánovské s. (1780)	2,6 km	200 m	45 m	0:55	foto	kumulatívne	
Chopok, rázč. (1995)	2,6 km	200 m	45 m	0:55	foto	0:55, 2,6 km	



Poloha

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

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

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



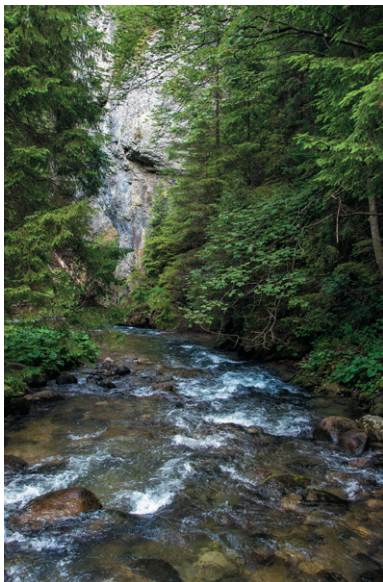
zasahuje východný cíp Hornádskej kotliny. Kráľovohoľská časť pohoria tu „odovzdáva“ horný úsek rieky Hornád úzkej a hlbokej Vikartovskej brázde. Iba na západe a na východe majú Nízke Tatry horských susedov. Západná hranica vedie širokou dolinou Revúcej, ktorá ich oddeľuje od Veľkej Fatry. Ďalej na juhozápade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

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

Prírodné pomery

Podložie a povrch

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





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

Baníctvo v Nízkych Tatrách

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

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

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



vrchoch, Krížska dolina, Bocianska dolina a Magurka v Liptove. Najviac baní v horehronskej časti Nizkych Tatier bolo v okolí Vajskovej. Aj keď haviari už z nízkotatranských baní odišli, stopy po ich práci sa zachovali na mnohých miestach. Príkladom sú obrovské haldy hlušiny v Španej Doline, kopy neodnesenej rudy na východnom svahu Ďumbiera, či vstupy do štôlní v okolí Magurky a Korytnice. Turistom dnes slúži mnoho bývalých baníckych ciest, po ktorých sa vyťažená ruda zväzala do úpravní rúd, hámrov a hút v Dúbrave, Liptovskom Hrádku, vo Vajskovej, v Hronci či Podbrezovej.

Zníženiny susediace s Nizkými Tatrami majú odlišnú geologickú stavbu. Podtatranskú kotlinu vyplňajú starotretohorňé sedimenty. Sú pozostatkom uložení mora, ktoré kedysi pokrývalo veľkú časť dnešného Slovenska vrátane Nizkych Tatier. V Horehronskom podolí sa na ne nakladajú aj mladotretohorňé jazerné a riečne uloženy.

Nízke Tatry predstavujú mohutnú, ťažko prístupnú horskú priečku medzi horným Považím a Horehroním. Táto vysoká bariéra sa vytvorila vyklenutím rozsiahlej klenby, ktorá sa rozlámala do sústavy tektonických krýh obmedzených sústavou zlomov. Zdvíhanie pohoria sa začalo v treťohorách. Počas štvrtohôr narastanie jeho výšky nad relatívne poklesávajúcimi susednými zníženinami alebo nižšími pohoriami pokračovalo. V tom istom období centrálnu časť pohoria premodelovala činnosť ľadovcov.

Tektonické pohyby vyzdvihli Nízke Tatry do nadmorských výšok, na základe ktorých sú po Tatrách druhým najvyšším horstvom Slovenska a Západných Karpát. Najvyšším vrchom celého pohoria je Ďumbier (2043 m). Okrem neho prevyšujú výšku 2000 m ďalšie tri nízkotatranské vrcholy. Ak do zoznamu najvyšších vrchov nezarátame niekoľko na turistických mapách nepomenovaných nevýrazných vyvýšenín, majú Nízke Tatry 27 vrchov vyšších ako 1700 m a 18 vrchov vyšších ako 1800 m. Desiatka vrchov dosahuje výšku nad 1900 m.



Z **geomorfologického hľadiska** Nizke Tatry predstavujú samostatný celok patriaci do Fatransko-tatranskej oblasti Vnútorých Západných Karpát. Členia sa na dva podcelky a rad nižších geomorfologických jednotiek. Oba podcelky dostali názov podľa svojich najvyšších vrcholov. Na západe ide o Ďumbierske Tatry a na východe o Kráľovohoľské Tatry. Hranica medzi nimi vedie dolinou Štiavničky do sedla Čertovica a ďalej Bocianskou a Malužinskou dolinou.

Ďumbierske Tatry sú vyššou a členitejšou časťou Nizkých Tatier. Hlavný hrebeň je situovaný do stredu pohoria. Smeruje od západu na východ okrem najzápadnejšej časti, ktorá sa veľkým oblúkom ohýna smerom na juh. Tento oblúkovitý hrebeň, ktorý je osou horskej skupiny **Prašivá**, pokrývajú rozľahlé hole a kosodrevina. Vysoko prevyšuje svoje okolie, a preto poskytuje ďaleké výhľady. Okrem Sedla pod Skalkou (1476 m) hrebeň neklesá pod 1500 m a ani pod hornú hranicu lesa. Kulmináčnym bodom hlavného hrebeňa je Veľká Chochuľa (1753 m). V jedinej výraznejšej rászoche vybiehajúcej na horehronskú stranu sú dva vrcholy prevyšujúce 1500 m. Na severozápade Ďumbierskych Tatier sa rozprestiera skupina **Salatíny**. Tvoria ju pomerne komplikovaná sústava hrebeňov a dolín. Najmohutnejšia je Ludrovská a Lupčianska dolina. Dominantným krajinným prvkom je vrch Salatín (1630 m), ktorý dal tejto časti pohoria meno. Bralnatý Salatín a susedná Lupčianska Magura sú od hlavného nízkotatranského hrebeňa oddelené pásom zníženého reliéfu,

ktorý sa vytvoril na menej odolných druhohorných horninách. Plytka kotlina sa vytvorila v okolí Magurky, väčšiu depresiu však možno nájsť ďalej na západ, kde sa rozprestiera **Lúžňanská kotlina**.

K najväčším prírodným bohatstvám Nizkých Tatier patri kras, ktorý sa rozmanito a bohato rozvinul najmä v **Demänovských vrchoch**. Geologická stavba pohoria predurčuje veľký rozsah a typovú rozmanitosť tohto príťažlivého prírodného fenoménu. Väčšina **krasových oblastí** sa vyskytuje v severnej časti horského masívu, kde sa viaže na široké pásmo druhohorných sedimentačných hornín, ako sú vápence a dolomity. Jednotlivé krasové oblasti ľudia pomenovali podľa blízkej obce, doliny alebo vrchu. Nachádza sa tu: demänovský, malužinský, mošnický, lupčiansky, ludrovský, bystrianský, Ľumbiersky, starohorský, važecký, hybský, liptovskotepliciansky, šumiacký kras a kras Jánskej doliny. Nízkotatranský kras možno charakterizovať ako dolinový typ krasu s lepšie rozvinutými podzemnými krasovými formami. V útrobách vápencovo-dolomitových masívov sa skrývajú stovky jaskýň prevažne riečneho typu. Jaskyňové chodby sa zväčša vytvorili riečnou eróziou podzemných tokov. Učebnicové príklady riečnych jaskýň sa nachádzajú v demänovskom krase, kde len v Demänovskej doline jaskyniari objavili vyše 170 jaskýň. Potok Demänovka, ktorý pramení v ľadovcovom kotle pod Ďumbierom, sa na riečno-ľadovcovej plošine Lúčky čiastočne stráca v podzemí. Jeho voda sa cez ponory dostáva do chodieb spletitého systému jaskýň v Demänovskej doline. Za vyšších vodných stavov časť vody odteká povrchovým riečiskom do nižších ponorov. Najnižší z nich je Objavný ponor, ktorým v roku 1921 vliezol objaviteľ A. Král s pomocníkmi do podzemia a objavil **Demänovskú jaskyňu slobody**. Jaskyňa je súčasťou obrovského podzemného krasového systému geneticky spätého s Demänovkou, do ktorého okrem nej patrí Pustá jaskyňa, Údolná jaskyňa, Jaskyňa pod Útesom, Jaskyňa trosiek, jaskyňa Vyvieranie, Demänovská jaskyňa mieru, Pavúcia jaskyňa a Demänovská ľadová jaskyňa. Voda Demänovky a jej prítokov sa na viacerých miestach vracia späť do koryta na dne Demänovskej doliny, ktoré je prevažnú časť roka na dlhom





úseku úplne suché. Najmohutnejšia je vyvieracka v ústí doliny Vyvieranie, ktorá sa nachádza vedľa umelého vchodu do verejnosti zatiaľ neprístupnej Demänovskej jaskyne mieru.

Napĺňanie jaskyniarskych snov

Demänovský kras na severe Nízkych Tatier bol svedkom naplnenia mnohých malých i veľkých jaskyniarskych snov. Jeden z najväčších sa stal skutočnosťou 2. januára 1987. To, čo sa v ten zimný deň vo večerných hodinách podarilo jaskyniarom, možno s určitou dávkou fantázie prirovnáť k úspešnému spojeniu francúzskej a britskej časti Eurotunela pod Lamanšským prielivom. Skupina 58 jaskyniarov z Ružomberka, Handlovej, Rožňavy, Terchovej, Banskej Bystrice, Liptovského Trnovca, zo Žiliny a z Demänovskej doliny konečne našla prirodzené spojenie medzi Demänovskou jaskyňou slobody a Demänovskou jaskyňou mieru. Dlhé očakávaným prepojením dvoch najväčších jaskýň cez zatopený tunel dosiahla celková dĺžka jaskyňového systému 21,5 km, čo ho zaradilo na prvé miesto na Slovensku. Jaskyniari ani po tomto veľkom objave nezaháľali a preskúmali ďalšie stovky metrov chodieb. Dnes má systém deviatich geneticky prepojených Demänovských jaskýň dĺžku viac ako 35 km.

Potok Demänovka v súčasnosti preteká cez najnižšie chodby najnižšieho mohutného systému jaskýň v Demänovskej doline. V minulosti tiekol vyššie, na začiatku štvrtohôr až o vyše 100 m nad dnešným podzemným korytom. Keď sa počas štvrtohôr Nízke Tatry tektonicky zdvíhali,

Demänovka sa čoraz hlbšie zarezávala do vápencovej skaly. Zahlbovanie koryta tejto podzemnej riečky bolo etapovité, preto možno v systéme jaskynových chodieb rozlíšiť deväť poschodí s celkovým výškovým rozdielom 174 m. Demänovská jaskyňa slobody má jedinečnú kvapľovú výzdobu, ktorá ju radí medzi najkrajšie jaskyne v Európe. Celková dĺžka jej chodieb je vyše 8 126 m. Návštevníci jaskyne majú k dispozícii dve prehliadkové trasy, dlhšia meria 2 150 m, kratšia 1 150 m. V Demänovskej jaskyni slobody sa nachádza množstvo rozšírených priestorov – sieni a dômov s prekrásnou sintrovou výzdobou. Najväčší je Veľký dóm s rozmermi 75 m, 45 m a 65 m. Okrem úsekov podzemného riečiska Demänovky môžu návštevníci jaskyne na prehliadkových trasách vidieť aj jaskyňové jazierka. Veľké jazero dosahuje obdivuhodnú dĺžku 52 m, hlboké je 7 m. V Demänovskej jaskyni slobody je po celý rok pomerne stála teplota 6,1 až 7,0 °C. Vysoká relatívna vlhkosť vzduchu (94 až 99 %) je vhodná na speleoterapeutické využitie. Úspešne sa tu liečia choroby dýchacích ciest a alergie. V dolnej časti Demänovskej doliny sa nachádza ďalšia verejnosti prístupná jaskyňa – **Demänovská ľadová jaskyňa**. Jaskyňa, ktorá bola známa už v stredoveku, je po Dobšinskej ľadovej jaskyni v Slovenskom raji druhá najväčšia svojho druhu na Slovensku. Jej ľadová výplň vznikla pravdepodobne pred 400 až 500 rokmi. Demänovská ľadová jaskyňa je známa nálezmi kostí medveďa jaskynného, ktoré ľudia v 18. storočí považovali sa dračie pozostatky. V jaskyni žije sedem druhov netopierov. Z 1975 m jaskyňových chodieb zaradili 650 m do prehliadkovej trasy. Na východnej strane Demänovskej doliny sa vo výške 150 m nad úrovňou potoka Demänovka nachádza ďalšia pozoruhodná jaskyňa – jaskyňa **Okno**. V minulosti bola turisticky sprístupnená atraktívnym výstupom časťou Tunelovej jaskyne. Návštevníkom ponúkala jedinečný výhľad do bizarnej bralnatej doliny. Paralelne s Demänovskou dolinou vedie ďalej na východ Jánska dolina, ktorá je tiež veľmi bohatá na krasové javy. V romanticknej bralnatej doline je množstvo jaskýň, ponorov, vyvieraciek a škrapov. V dolnej časti doliny sa nachádza **Stanišovská jaskyňa** (sprístupnená od roku 2010), ktorá patrí k najstarším známym jaskyniam v Nízkych Tatrách. Jánska dolina sa môže pýšiť aj najhlbšou jaskyňou na Slovensku. Na svahu Krakovej hole (1 761 m) leží vchod do jaskyne **Starý hrad** hlboký 495 m (súčasť Hipmanových jaskýň). Zaujímavá je aj **Veľká ľadová priepasť** na protiláhlom Ohništi (1 533 m), ktorá má spodnú časť upchatú mohutným kuželom ľadu.

Najdlhšie jaskyne v Nízkych Tatrách	Dĺžka (v m)	Hĺbka (v m)
1. Systém Demänovských jaskýň (Demänovská dolina)	vyše 35 000	174
2. Jaskyňa mŕtvych netopierov (dolina Trangoška)	19 260	320
3. Jaskyňa Zlomisk (Jánska dolina)	10 471	147
4. Hipmanove jaskyne (Jánska dolina)	7 553	495
5. Záskočská jaskyňa (Jánska dolina)	5 034	284

V skupine **Ďumbier**, ktorá je najvyššia v celých Nízkych Tatrách, sa sústreďuje šesť najvyšších vrchov pohoria vrátane Ďumbiera (2043 m). Okrem jedného sú všetky sústredené na **hlavnom hrebeni**, ktorý vedie od Sedla pod Skalkou (1476 m) na západe po sedlo Čertovica (1238 m) na východe. Z hlavného hrebeňa vybiehajú na obe strany **rázsochy**, ktoré sa striedajú s mohutnými dolinami. Najvyššia je rázsocha Skalky (1980 m) vybiehajúca z Kotlísk (1936 m) smerom na juh. Dlhšie a bralnatéjšie sú severné rázsochy vstupujúce ďalej na severe do krasových Demänovských vrchov. Bizarnosťou a krásou vynikajú niektoré vrchy v severných rázsochách, napríklad Siná (1560 m), Krakova hoľa (1751 m) a Ohnište (1533 m) s pozoruhodnými skalnými galériami a so známym skalným oknom. Svahy hlavného hrebeňa majú v priečnom profile výrazne asymetrický tvar. Vypuklé, prevažne hôľne svahy miestami pokryté rozsiahlymi poliami sutín klesajú na južnú stranu, zatiaľ čo na severnej strane sa nachádzajú prevažne strmé bralnaté svahy rozčlenené do žlabov a rebier. Príčinou tohto úkazu je nerovnomerné **zaľadnenie** Nízkych Tatier v ľadových dobách starších štvrtohôr. Väčšmi zaľadnené boli severné doliny, ktoré si vo svojich pramenných častiach vymodelovali typické ľadovcové kary – kotly s plochým dnom a so strmými obvodovými svahmi. Južná strana pohoria mala menej ľadovcov, ktoré boli navyše menšie. Na celom území





Nízkych Tatier bolo v čase najväčšieho zaľadnenia 16 dolinových a karových ľadovcov. Najdlhší bol krížsky ľadovec s dĺžkou 6050 m. Ľadovec v doline Štiavnica bol kratší len o 350 m. Najväčší ľadovec na južnej strane pohoria sa nachádzal v Bystrej doline a meral 5 km.

Východnú časť Nízkych Tatier zaberá geomorfologický podcelok **Kráľovoholské Tatry**. Hlavný hrebeň tejto časti pohoria je posunutý bližšie k Hronu, čiže na južnú stranu. Preto sú južné rássochy a doliny kratšie ako severné. Západnú časť Kráľovoholských Tatier tvorí plošne rozsiahla skupina **Priehyba**. Má pomerne nízky hlavný hrebeň, ktorý je na dlhých úsekoch znížený pod hornú hranicu lesa. Iba v oblasti Homôľky (1659 m), Veľkej Vápenice (1691 m) a Andrejcovej (1519 m) vystupuje do pásma holí. Nachádza sa tu najnižšie miesto na celom nízkotatranskom hrebeni – sedlo Priehyba (1189 m). Cez toto sedlo nevedie verejne prístupná cesta, preto je jediným možným miestom prekonania pohoria autom o 40 m vyššie ležiace sedlo Čertovica (1238 m) na rozhraní medzi Ďumbierskymi a Kráľovoholskými Tatrami. Zo severných rássoch skupiny Priehyba vyniká výškou a mohutnosťou rássocha s rozložitým hôlnym vrchom Veľký bok (1727 m). Masívny vrch prevyšujúci vrcholy na hlavnom hrebeni mal v ľadových dobách na severnom úbočí malý karový ľadovec. Po hladkých svahoch Veľkého boku sa v zime často spúšťajú nebezpečné lavíny. V Ždiarskom sedle (1473 m) vstupuje hlavný hrebeň na územie horskej skupiny **Kráľova hoľa**. Najvýchodnejšia časť pohoria kulminuje vrchom Kráľova hoľa (1946 m) s televíznou vežou na vrchole. Tento vypuklý vrch monumentálnych tvarov je významnou krajinárskou dominantou tejto časti Slovenska. Kráľova hoľa, ktorá sa spomína v mnohých legendách