

Szlovák Paradicsom, Szepesség

2014. július 02. 18:40

A **Szlovák Paradicsom** (Slovensky Raj) egész Szlovákia egyik legnépszerűbb kirándulós helye. Az utóbbi időkben **Káposztafalvi-karsztnak** is hívott középhegység jellegű terület páratlan célpont elsősorban a **kalandos túrázást** kedvelő bakancsos turisták számára. A magyar határtól légvonalban 50-60 km-re fekvő viszonylag kis alapterületű **nemzeti park** elsősorban fantasztikus, vadregényes szurdokaival, a **Hernád** áttörésével és szinte érintetlen erdőrezervátumával áll minden túrázó bakancslistájának élén.

A szűk, meredek, vízeséssel tarkított rendkívül látványos **szurdokvölgyek** bejárása igényel némi túrázási tapasztalatot, de átlagos kondícióval is könnyedén végig járható szinte az összes kanyon. Egyedül a tériszonyban szenvedőknek nem ajánlható tiszta szívvel, mivel a szurdokok bejárását megkönnyítendő, hosszú vaslétrák, lánccal biztosított útszakaszok, doronglétrák, fapallók, a sziklafalba rögzített fémtálcák segítségével tudjuk, szigorúan csak felfelé egy irányban, végig járni a szurdokokat.

Akinek a Dunakanyarban található **Rám-szakadék** bejárása jó móka, itt tényleg a Paradicsomban érezheti magát. A szintkülönbségek nagyok, de nem vesziesen fárasztóak. A lényeg, mindig figyeljünk hova lépünk, a biztosított szakaszok félelmetesnek tűnnek, de ha figyelmesen közlekedünk, egyáltalán nem veszélyesek. Nagyon fontos, hogy megfelelő, lehetőség szerint impregnált bakancsban túrázzunk, hiszen óhatatlanul is vizesek lehetünk a patakok kövein lépdelve.

A **Nemzeti Park** területén 8 egyirányú szurdokvölgy járható be, ebből 2 (**Kláštorská**, **Zejmarská**) rövidnek számít, egy óra alatt végig tudunk menni rajtuk, 2 közepesnek (**Velky** és **Maly Kysel**) másfél órás szintidővel, 4 pedig komolyabb erőpróbát igényel (**Suchá Belá**, **Piecky**, **Velky Sokol**, **Sokolia**).

A legnépszerűbb túra a **Hernád látványos áttörése**, amely csak a 70-es évektől lett mindenki számára bejárható. Itt szintkülönbség nem nagyon van, az útvonal kétirányú, és helyenként nagy mélységek fölött kell egyensúlyoznunk a sziklafalba vert fémtálcákon.

A Szlovák Paradicsom ikonikus pontja a 150 m magas sziklafal szélén lévő **Tamásfalvi kilátó**, ahonnan minden biztosítás, korlát nélkül tekinthetünk be a Szlovák Paradicsom sűrű szurdokaiba.

A legtöbb túrát a két megközelítési pont valamelyikén tudjuk kezdeni, bár vegyük figyelembe, hogy mind **Podlesok**, mind pedig **Ďingov** tömegközlekedéssel igen nehézkesen közelíthető meg. Az autósoknak nagy fizetős parkoló áll rendelkezésre.

A Szlovák Paradicsom déli részén találjuk a páratlan természeti jelenséget, a népszerű **dotsinai jégbarlangot**.

A környék túramentes pihenőnapokra is számtalan lehetőséget tartogat, a karsztvidék a történelmi **Szepesség** része. A hajdanán szászok által benépesített terület rendkívül gazdag gótikus és reneszánsz emlékekben. A nagymúltú szász városok közül **Lőcse** és **Késmárk** a legszebb, a két legnagyobb város **Poprád** és **Igló** van viszont legközelebb a Szlovák Paradicsomhoz.

Várakban, kastélyokban, műemlék templomokban rendkívül gazdag a **Szepesség**, az UNESCO Világörökség részeként is számon tartott **szepesi vár**, **Szepeskáptalan** és a **zsigrai templom** csak a jéghegy csúcsa, szinte minden településen találunk gótikus vagy reneszánsz emlékeket.

<http://kirandulastippek.hu/news/article/szlovak-paradicsom-szepesseg>