



Prístupová trasa: ŽILINA – SEDLO LUTIŠKA NAD LUTIŠAMI

Dĺžka: 51,2 km

Prevýšenie: + 810 m

Náročnosť: stredne náročná

ŽILINA – VARÍN – KOŇHORA – STRÁŽA – BELÁ – KUBÍKOVÁ – SEDLO LUTIŠKA – SEDLO POD ZLIEŇOM – SEDLO POD MAGUROU – SEDLO ŽIARCE – LÚKY NAD KOTRČINOU LÚČKOU – ZÁSTRANIE – DUBEŇ – ŽILINA

Charakteristika: jedna z najkrajších trás na východ od Žiliny. Prístupová trasa zo Žiliny nad Lutiše vedie príjemným prostredím okolo Žilinskej priehrady. Ďalej údolím Varínky cez obce Stráža a Belá. Zo sedla Lutiška je značená bledomodrými cykloznačkami a vedie neustále v teréne typickou malebnou kysuckou krajinou s krásnymi výhľadmi, najmä na Krivánsku Malú Fatru a Ľadonhoru, až do Žiliny - Budatína.

Prístupová trasa: ŽILINA – SEDLO LUTIŠKA NAD LUTIŠAMI

Dĺžka: 24,2 km Prevýšenie: + 340 m

Popis trasy:

Východiskom je **Žilina-Celulóžka**, rázcestie k Vodnému dielu Žilina. (Prístup zo stredu mesta okolo Hypertesca: 2,5 km). Z rázcestia odbočíme pod priehradný múr a tu sa rozhodneme pre jednu z možných ciest okolo priehrady:

- vpravo hore, po pravostrannej asfaltke vodného diela k lavičke do Mojša (355) 4,4 km. Cez lavičku ponad priehradu na rázcestie nad obcou Mojš.
- po štátnej ceste cez priehradný múr a hneď za ním odbočíme vpravo hore k priehrade. Postupujeme po ľavom nábreží vodného diela po kvalitnej asfaltke, s výhľadom na Krivánsku Malú Fatru, až pod lavičku ponad priehradu pri obci Mojš. Tu sa spájajú obidve variantné trasy.

Od lavičky postupujeme ďalej okolo priehrady po ľavostrannej asfaltke. Na jej konci odbočíme vpravo na horšiu cestu, ktorou sa dostaneme popod železnicu na štátnu cestu z Nezbudskej Lúčky. Po nej okolo kostola do centra **Varína**, k stĺpiku s turist. orientáciou na námestí Sv. Floriána (362) 8,75 km. Vpravo hore Varínom na rázcestie so štátnou cestou Žilina-Terchová pri Krasňanoch (376) 10,25 km. (Odtiaľto možnosť menej náročného variantu.)

Križom cez cestu smerom do osady Koňhora. Prejdeme cez osadu na konečnú zastávku SAD (385) 11,60 km. Nasleduje orientačne náročnejší úsek. Za koneč. SAD naďalej v priamom smere 400m po užšej asfaltke. Cesta sa potom stáča doľava a stúpa popod chatky ďalších 200 m na nenápadnú odbočku vpravo (od konečnej SAD spolu 600 m). Odbočíme vpravo po betónovom mostíku na chodník, stúpajúci okolo plotu k chatkám. Po chodníku 200 m a na začiatku lesa (pri poslednej chatke) vľavo na spočiatku výrazne stúpajúci lesný chodník. Nasleduje technicky náročný prejazd úbočím Želehost'a do výšky 445 m.n.m. Odtiaľ krátkym zjazdom k prvému domu v obci **Stráža** (400) 13,4 km. Hore Strážou okolo kostola k mostíku na konci obce (405) 14,75 km. Vpravo cez mostík a krátkou spojkou na štátnu cestu do Terchovej. Po štátnej ceste cez Belú na rázcestie do Lutiš (450) 19,05 km. Vľavo cez most a hneď vpravo po štátnej ceste v krásnom lesnatom prostredí do obce **Kubíková**, k obchodu a pohostinstvu na jej konci (530) 22,5 km. Odtiaľ výrazným stúpaním (+140 m) do **sedla Lutiška** nad Lutišami, križ, turist. orientácia (671) 24,2 km, kde definitívne opúšťame asfaltový povrch.

VARIANT: orientačne aj technicky jednoduchší prechod z VARÍNA do STRÁŽE, ale musíme prejsť po pomerne frekventovanej štátnej ceste spolu 0,8 km: Z Varína podľa základnej trasy na rázcestie s hlavnou cestou do Terchovej pri Krasňanoch (376) 10,25 km. Vpravo po štátnej ceste 300 m smerom do Krasňan. Hneď za mostom ponad Varínku odbočíme vľavo na poľnú cestu. Na blízkom rázcestí odbočíme vľavo pomedzi ploty k rieke Varínke. Proti jej toku po poľnej ceste, vedúcej cez prírodnú rezerváciu Krasniansky luh. Z polí do hustého lesíka (podľa oražových značiek) na rázcestie (385) 12,4 km. Vpravo von z lesa a okrajom poľa na blízku štátnu cestu (397) 13 km. Po nej 500m na rázcestie, kde pri zastávke SAD odbočíme vľavo do obce

Stráža. Hore Strážou okolo nového kostola a ihriska na konečnú SAD. Vpravo po mostíku ponad Varínku a krátkou spojkou na štátnu cestu do Belej (415) 14,6 km.

Terénna časť: SEDLO LUTIŠKA NAD LUTIŠAMI – ŽILINA, BUDATÍN

Dĺžka: 27 km **Prevýšenie:** + 470 m

Značenie: bledomodré plastové cykloznačky s emblémom Jánošíka

Popis trasy:

Zo sedla **Lutiška** (671 m.n.m.) stúpame zeleno značeným hrebeňom po poľnej ceste do 708 m.n.m. (dobré výhľady). Krátkym zjazdom zostúpime do plytkého lúčnatého sedla (695 m.n.m.). Z neho výrazným stúpaním k stožiaru (723) 1,35 km. Nasleduje úsek v lese: zjazd – rovinka – zjazd (690) a mierne stúpanie po pravom okraji lesa. Pred vchodom do lesa (694) 2,35 km odbočíme zo Z značky vpravo dolu (70 m) a vľavo obchádzkovou trasou v lese sa zakrátko dostaneme späť na Z znač. hrebeň (702) 2,75 km. V ďalšom priebehu až po sedlo pod Zlieňom postupujeme otvoreným lúčnatým hrebeňom s výbornými výhľadmi na Krivánsku Malú Fatru, Kysucké vrchy a Lutiše. Po Z hrebeni pohodlne stúpame do 730 m.n.m., zostúpime pod kríž a zvoničku (vpravo na kopčeku) (712) 4,45 km. Ďalej po Z značke ešte 300 m a pred lesom odbočíme vľavo po lúke (asi 40cm) a hneď vpravo na lesnú cestu. Po nej traverzujeme Zlieň a v závere strmým výstupom sa dostanete na **sedlo pod Zlieňom** (742) 5,75 km.

Poznámka : do sedla pod Zlieňom sa môže jednoducho dostať po Z značenej ceste.

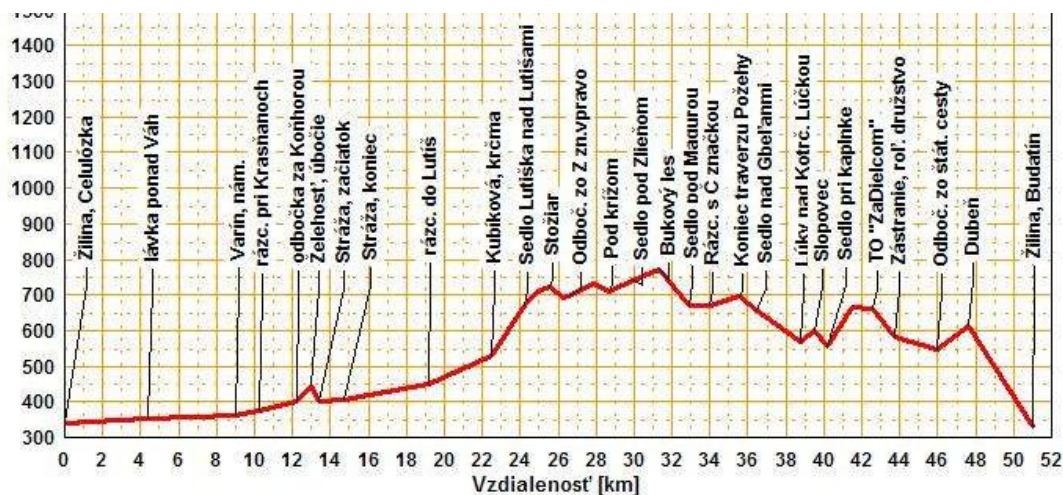
V nasledujúcom traverze Magury sa zaobídeme bez turistických značiek, viesť nás budú len bledomodré cykloznačky. Po krátkom zjazde postupujeme po lesnej ceste severným úbočím Magury na rázcestie. Z neho ostro vľavo hore a zakrátko z cesty vpravo na lesný chodník. Ním vytrvalo stúpame až na najvyšší bod traverzu (773) 7,15 km na začiatku bukového lesa. Zjazdom cez bukový, neskôr zmiešaný les na lúku s dobrými výhľadmi, najmä na Ľadonhoru z jednej a Krivánsku Fatru z druhej strany. Zjazd zakončíme v **sedle pod Magurou**, pri TIM (668) 8,7 km.

Po lúkach miernym stúpaním na úbočie Jalovca (685). Vľavo klesaním do lesa, na križovatku s Č značkou, v smere ktorej (s malými odbočeniami) budeme postupovať až do Žiliny. Po Č značenej lesnej ceste traverzujeme **Požehu** (do 692 m.n.m.), v miernom klesaní vychádzame von z lesa a krátkym výstupom prideme na lúčnatý chrbát - koniec traverzu Požehy (698) 11,35 km. Vpravo zjazd po lúke do lesíka a vľavo, horným okrajom lúčnatej kotliny, k turist. orientácii v sedle **Žiarce** nad Gbelanmi (656) 12,25 km (možnosť odbočiť po asfalt. ceste do Gbelian – Mojša – a okolo priehrady do Žiliny).

Vpravo po Č znač. ceste 1 km – odbočiť z Č vpravo dolu cez lúku do lesa – po lesnej ceste opätovné spojenie s Č značkou – výjazd na lúky nad **Kotrčinou Lúčkou** (567) 14,55 km (možnosť zostúpiť rovno dolu do obce). Vpravo, spolu s Č značkou, cez Slopovec (603) do sedla medzi Kotrčinou Lúčkou a Horným Vadičovom, v blízkosti kaplnky (555) 15,95 km. Stále po Č značke, dlhším stúpaním do lesa a ním takmer bez výškových rozdielov nad Zástranie, k TIM „Za Dielcom“ (663) 18,75 km. Nasleduje zjazd k roľníckemu družstvu v **Zástraní** (584) 19,55 km. Ďalším zjazdom do stredu obce, za ňou po štátnej ceste až na miesto, kde cesta vychádza z lesa. Tu odbočiť vľavo na Č znač. chodník a po ňom dlhším stúpaním na **Dubeň** (613) 23,45 km. Po krátkom zjazde a stúpaní (do 593 m.n.m.) záverečným zjazdom s výhľadom na Tepličku n.V. a najmä na Žilinu z takmer vtáčej perspektívy, v závere veľmi strmo (možnosť odbočiť vpravo miernejším zjazdom popod vodojem), do **Žiliny-Budatína** (330) 27 km.

VARIANT: ĽAHŠIA ZÁVEREČNÁ ČASŤ TRASY

- a) V sedle **Žiarce** nad Gbelanmi (656) 12,25 km odbočíme vľavo na poľnú asfaltku. Ňou krátko stúpame a 4,5km zjazdom zostúpime do Gbelian. Po nefrekventovanej štátnej ceste do Mojša a okolo vodnej nádrže Žilina do Žiliny-Celulózky.
- b) Po výjazde na lúky nad **Kotrčinou Lúčkou** (567) 14,55 km zostúpime po poľnej ceste rovno dolu do obce. Z nej po nefrekventovanej štátnej ceste do Nededze. Vpravo po starej ceste cez Tepličku nad Váhom do Žiliny-Budatína. Alebo z Nededze do blízkych Gbelian a okolo vodnej nádrže Žilina do Žiliny-Celulózky.



JÁNOŠÍKOVÝM KRAJOM : Žilina – Lutiše – Žilina (tabuľkové spracovanie)

CELÁ TRASA : (prístupová trasa + cyklotrasa Jánošíkovým krajom):

DĹŽKA: 51,2 km

PREVÝŠENIE: + 810 m

NÁROČNOSŤ: stredne náročná

Prístupová trasa: ŽILINA – SEDLO LUTIŠKA NAD LUTIŠAMI

Dĺžka: 24,2 km

Prevýšenie: + 340 m

Km	Km celk.	N.v.	Miesto	Smer
0	0	340	ŽILINA – CELULÓŽKA, rázc. k vod. dielu Žilina	Po ceste po pravej strane priehrady k lavici pre peších do Mojša
4,4	4,4	355	Lavica ponad Váh, začiatok	Po lavici na druhú stranu a po ľavej strane priehrady do Varína
4,35	8,75	360	Varín, výjazd na cestu z Nezbud. Lúčky	Vľavo po štátnej ceste do centra Varína
0,25	9,00	362	VARÍN, nám. Sv. Floriána, stĺpik s turist. orientáciou	Vpravo hore Varínom na rázcestie so štátnou cestou pred Krasňanmi
1,25	10,25	376	Rázcestie pri Krasňanoch	Krížom cez štátnu cestu smerom do Koňhory na konečnú SAD za obcou
1,35	11,60	385	KOŇHORA, konečná SAD	Po užšej asfaltke rovno 400 m a vľavo hore popod chatky 200 m na nenápadnú odbočku z cesty vpravo
0,6	12,20	400	Vpravo po <u>betónovom</u> mostíku na chodník, vedúci okolo plotu k chatkám (M plast.značka)	Po chodníku 200 m a na začiatku lesa (pred poslednou chatkou), odbočiť vľavo na výrazne stúpajúci chodník v lese
0,7	12,90	445	Po chodníku pekný, technicky náročný prejazd úbočím Želehosťa na vrchol stúpania (445). Nasledujúcim strmým zjazdom k prvému domu v Stráži	
1,2	13,40	400	STRÁŽA, začiatok obce	Hore obcou okolo nového kostola k mostíku na konci obce
1,35	14,75	407	Mostík na konci obce, konečná SAD	Vpravo cez mostík a krátkou spojku na štátnu cestu
0,25	15,00	410	Výjazd na štátnu cestu	Vľavo po štát. ceste cez BELÚ na rázcestie do Lutiš
4,05	19,05	450	Rázcestie do Lutiš	Vľavo a hneď vpravo po štátnej ceste smerom do Kubíkovej a Lutiš
3,45	22,50	530	KUBÍKOVÁ, pohostinstvo	Výrazným stúpaním do sedla štátnej cesty Lutiška nad Lutišami
1,70	24,20	671	SEDLO LUTIŠKA, kríž, turistická orientácia	Vľavo začiatok terénnej časti cyklotrasy "Jánošíkovým krajom"

Cyklotrasa „JANOŠÍKOVÝM KRAJOM“ :SEDLO LUTIŠKA nad Lutišami – ŽILINA, Budatín

Dĺžka : 27 km

Prevýšenie : + 470 m

Km	Km celk.	N.v.	Miesto	Smer
0	0	671	s. LUTIŠKA, □, zač. cyklotrasy Ján. krajom	Po Z znač. hrebeni stúpanie (708) a zjazd do plytkého s.
1,00	1,00	695	Lúčnaté sedlo	Strmý výjazd k stožiaru, zatoč. vľavo do lesíka
0,35	1,35	723	Vrchol stúpania, stožiar	Po Z hrebeni striedavo: zjazd – rovinka – zjazd (690) a mierne stúpanie pred les
1,00	2,35	694	Odbočka zo Z zn. pred lesom vpravo	Vpravo dolu 70m a vľavo obchádzkovou trasou (400m) späť na Z hrebeň
0,40	2,75	702	Hrebeň so Z značkou	Po Z hrebeni stúpanie (730) a zjazd pod □ na kopčeku
1,70	4,45	712	Pod krížom na kopčeku	Ešte 300 m po Z zn. – odbočiť vľavo 40m a vpravo po poľnej ceste traverz Zlieňa na:
1,30	5,75	742	SEDLO POD ZLIEŇOM	Podľa M cykloznačiek traverz Magury. Po krátkom zjazde stúpanie na vrchol stúpania traverzu.
1,40	7,15	773	Vrchol stúp. traverzu na začiatku buk. lesa	Zjazd cez buk., nesk. zmieš. les a lúku do s. p.Magurou
1,55	8,70	668	SEDLO POD MAGUROU	Po lúkach na úbočie Jalovca (685) a klesaním na križovatku s Č značkou
1,10	9,80	670	Križovatka s Č značkou, začiatok traverzu POŽEHY	Po Č znač. ceste úbočím Požehy do (692) – klesaním von z lesa a stúpanie na :
1,55	11,35	698	lúčnatý chrbát, koniec traverzu Požehy	Vpravo zjazd po lúke do lesíka a vľavo po ďalšej lúke do sedla nad Gbeľanmi
0,90	12,25	656	Sedlo Žiarce nad GBELANMI, TIM, možnosť odbočiť do Gbeľian	Vpr.po Č ceste 1 km – odb.z Č cesty vpravo dolu cez lúku do lesa – po opät. spojení s Č zn. výjazd na lúky
2,30	14,55	567	Lúky nad KOTRČ.LÚČKOU, možnosť odboč. do obce	Vpravo cez Slopovec (603) do sedla medzi Kotrč. Lúčkou a Horným Vadičovom
1,40	15,95	555	Sedlo pri kaplnke nad Kotrčinou Lúčkou	Dlhším stúpaním do lesa a ním bez výšk. rozdielov nad Zástranie k TIM „Za Dielcom“
2,40	18,35	663	TIM "Za Dielcom"	Zjazd do Zástrania k roľníckemu družstvu
1,20	19,55	584	ZÁSTRANIE roľnicke družstvo	Zjazd cez stred obce a po štátnej ceste až na miesto, kde vychádza z lesa nad Zádubnie
2,25	21,80	548	Odb. z cesty za Zástraním na Č chodník	Vľavo po Č znač. chodníku stúpanie na Dubeň
1,65	23,45	613	DUBEŇ	Po zjazde krátke stúpanie (593) a záverečný zjazd
3,55	27,00	330	ŽILINA, BUDATÍN	

