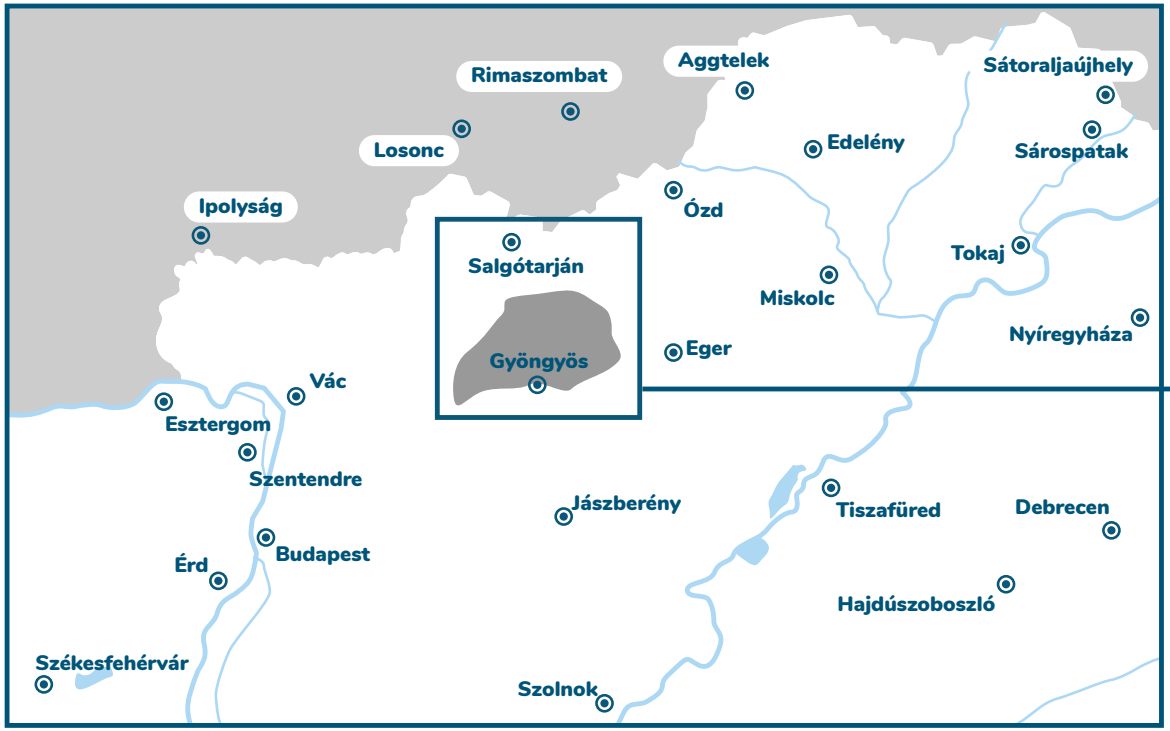
Aktív Magyarország

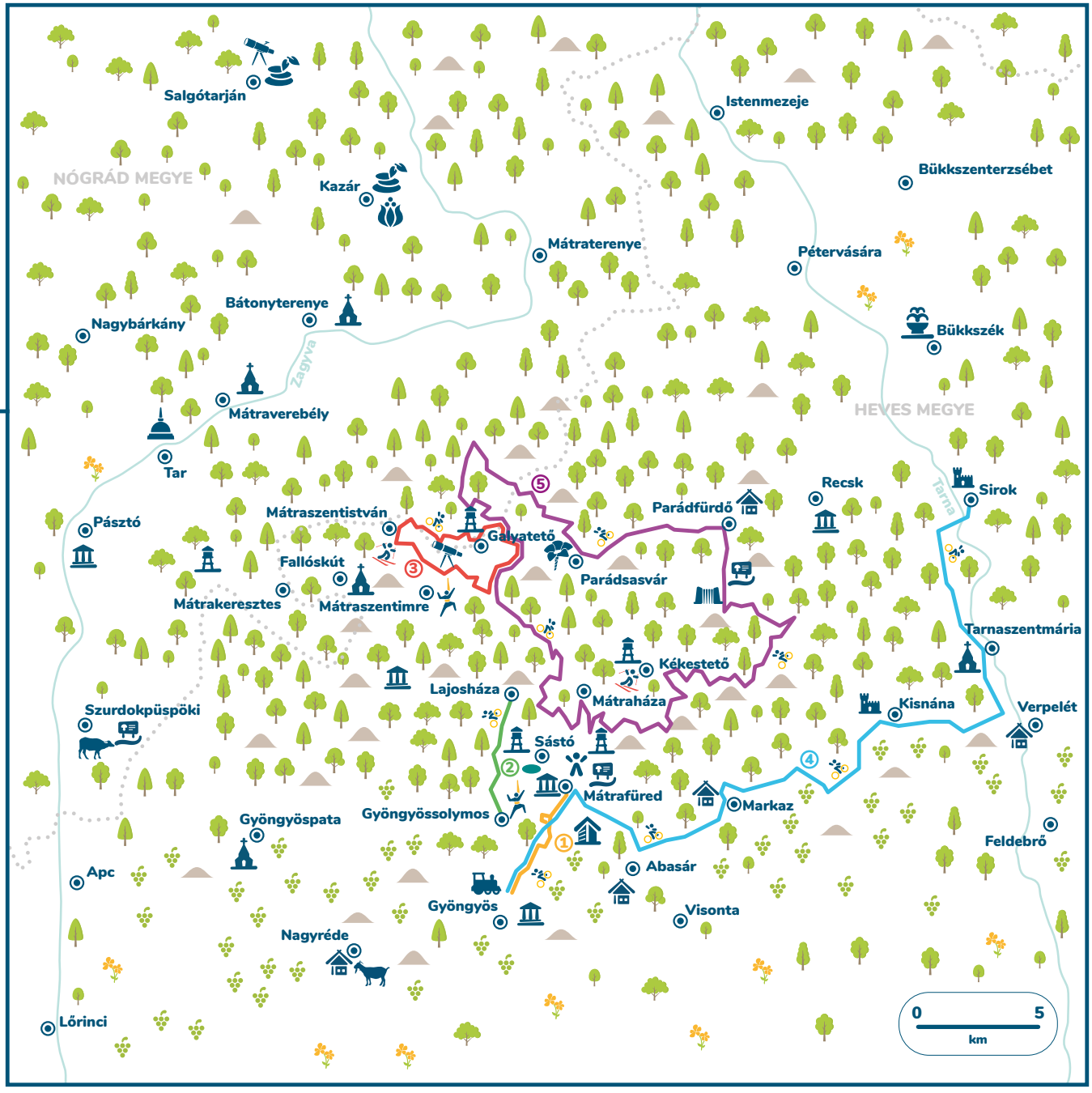
AKTÍVAN A MÁTRÁBAN

Magasan a legjobb minden évszakban!

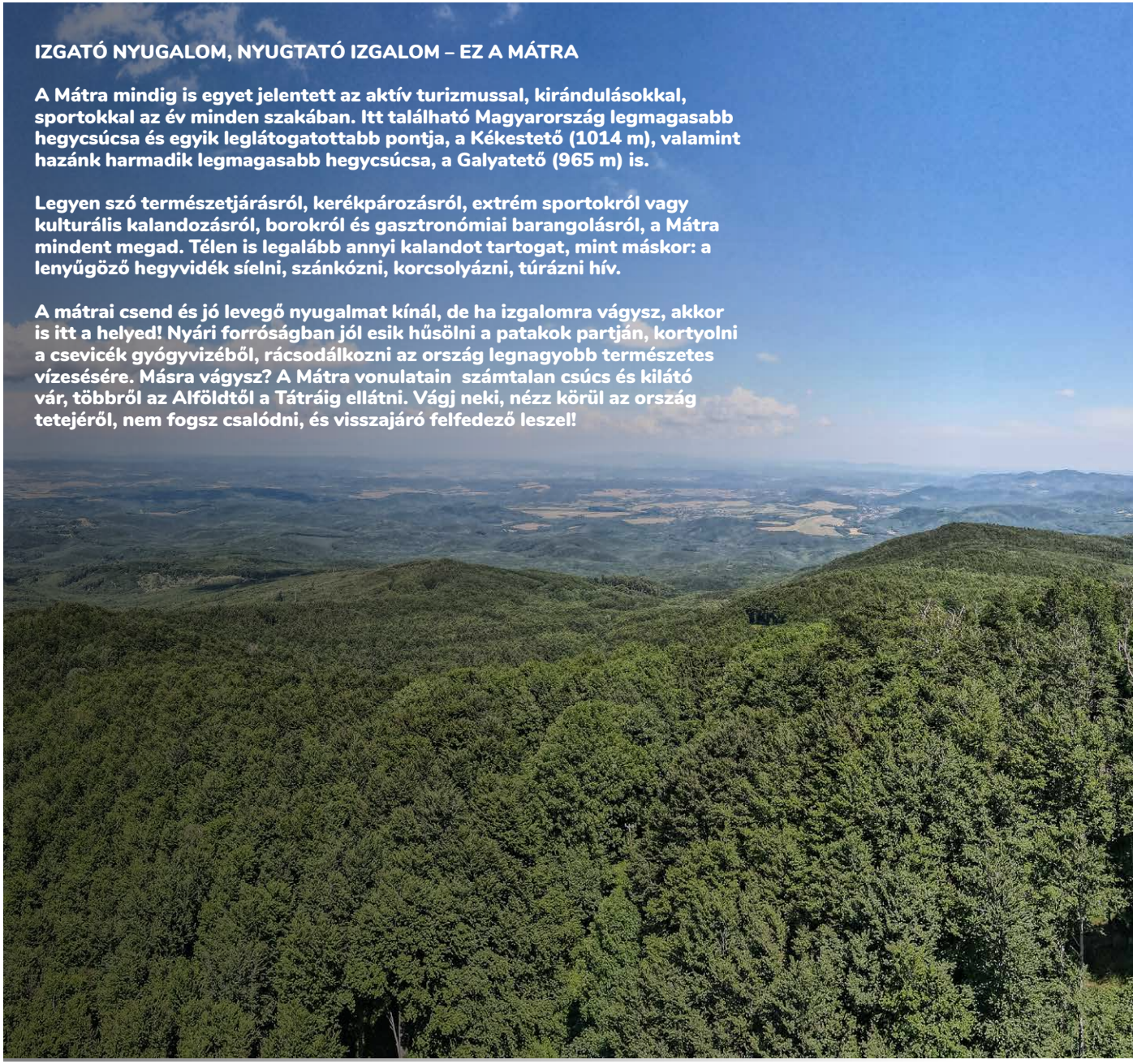
Aktívan a Mátrában



Vár		Látogatóközpont		Múzeum	
Vízesés		Bivalyrezervátum		Katolikus templom	
Kilátó		Kecskefarm		Kisvasút	
Tanösvény		Üvegmanufaktúra		Népművészet	
Természeti érték		Tájház		Csillagvizsgáló	
Sztúpa		Gyógyfürdő		Via ferrata	
Sípálya		Kerékpártúrák			


Salgótarján
NÓGRÁD MEGYE
Kazár
Istenmezeje
Bükkszenterzsébet
Mátraterenye
Pétervására
Bátonyterenye
Nagybárkány
Bükkszék
Zagyva
Mátraverebély
HEVES MEGYE
Tar
Recsk
Sirok
Tarna
Mátraszentistván
Parádfürdő
Pásztó
Galyatető
Fallóskút
Parádsasvár
Mátrakeresztes
Mátraszentimre
Tarnaszentmária
Kékestető
Lajosháza
Mátraháza
Kisnána
Verpelét
Szurdokpüspöki
Sástó
Markaz
Mátrafüred
Gyöngyöspata
Gyöngyössolymos
Feldebrő
Apc
Abasár
Gyöngyös
Visonta
Nagyréde
Lőrinci
0
5
km

BEMUTATKOZIK A MÁTRA VIDÉK



IZGATÓ NYUGALOM, NYUGTATÓ IZGALOM – EZ A MÁTRA

A Mátra mindig is egyet jelentett az aktív turizmussal, kirándulásokkal, sportokkal az év minden szakában. Itt található Magyarország legmagasabb hegycsúcsa és egyik leglátogatottabb pontja, a Kékestető (1014 m), valamint hazánk harmadik legmagasabb hegycsúcsa, a Galyatető (965 m) is.

Legyen szó természetjárásról, kerékpározásról, extrém sportokról vagy kulturális kalandozásról, borokról és gasztronómiai barangolásról, a Mátra mindent megad. Télen is legalább annyi kalandot tartogat, mint máskor: a lenyűgöző hegyvidék síelni, szánkózni, korcsolyázni, túrázni hív.

A mátrai csend és jó levegő nyugalmat kínál, de ha izgalomra vágysz, akkor is itt a helyed! Nyári forróságban jól esik hűsölni a patakok partján, kortyolni a csevicék gyógyvizéből, rácsodálkozni az ország legnagyobb természetes vízesésére. Másra vágysz? A Mátra vonulatain számtalan csúcs és kilátó vár, többről az Alföldtől a Tátráig ellátni. Vágj neki, nézz körül az ország tetejéről, nem fogsz csalódni, és visszajáró felfedező leszel!

GALYATETŐ

ELMERÜLVE AZ ÉLŐ TERMÉSZETBEN

Az ország teteje, változatos felszínformák és nagy szintkülönbségek, vulkanikus földtörténeti emlékek, egyedi élővilág, tavak, patakok, források és vízesések. Csak pár ok, amiért minden természetkedvelőnek érdemes felkeresnie a Mátrát. A terület 1985-ben védettséget kapott a (Bükki Nemzeti Park Igazgatóság) Mátrai Tájvédelmi Körzet megalapításával. Itt van hazánk egyetlen őserdeje, és itt található a Csörgő-lyuk, hazánk leghosszabb (370 m), nem karsztosodó kőzetben kialakult barlangja.

Túrák, kirándulások során olyan védett fajokkal találkozhatsz, mint a nagy hőscincér vagy a pompás rózsabogár. 898 méteren, a Sas-kő ormánál él a ritka és veszélyeztetett havasi rózsa, a méregölő sisakvirág és az erdei holdviola. A Mátra különleges madárvédelmi területén mintegy 150 madárfaj él, fészkel és táplálkozik, köztük az uhu, a közép fakopáncs és az erdei pacsirta.

A terület forrásokban, patakokban is gazdag, mintegy 360 forrást ismerünk. A vulkáni utóműködésnek köszönhetően a hegységben sok kén-hidrogénes, szén-dioxidos forrás, ún. csevice tör fel a felszínre. Ilyenek a parádfürdői Szent István-forrás (Ilona-völgy), a parádóhutai Klarissza-forrás, a Mátraderecske és Parádsasvár térségében lévő források. A Mátra megismerését érdemes Gyöngyösön a Mátra Múzeumban kezdeni, ahol egy ötvenezer éves mammutcsontvázat is megcsodálhatsz.

A természet mindig nyitva áll, de néhány dologra figyelj, hogy a természetjárás igazán örömteli legyen. A fokozottan védett területeken ne térj le a turistaösvényről! Ha bringázol az erdőben, a kerékpáros jelzéseket kövesd, az egyéb üzemi utak használatát az erdészettől, illetve a természetvédelmi hatóságtól kérd.

HARKÁLY HÁZ – CINCÉR TANÖSVÉNY

Kopogtass be a Bükki Nemzeti Park Igazgatóság ökoturisztikai látogatóközpontjába Mátrafüreden! A Harkály Ház interaktív kiállítása végigkalauzol a Mátra élővilágán, bemutatja a védett fajokat, de még virtuális repülést is tehetsz a hegység felett. Az éjszakai erdő termében megismerkedhetsz számos éjjel aktív állat hangjával.
A háztól indul a Mátrafüredet Sástóval összekötő, 3,5 kilométeres Cincér tanösvény, ahol megismerheted az erdők egészséges működését.
A Bükki Nemzeti Park Igazgatóság munkatársai rendszeresen szerveznek előre meghirdetett túrákat, melyeken nemcsak felejthetetlen élményekkel, de sok-sok ismerettel is gazdagodhatsz.

ELMERÜLVE AZ ÉLŐ TERMÉSZETBEN

ILONA-VÖLGYI TANÖSVÉNY

Könnyű erdei sétával közelíthetjük meg az ország legmagasabban fekvő természetes vízesését. Az Ilona-patak mentén kialakított kilenc állomásos tanösvény Parádfürdőről indul, és 6,5 kilométeren át mutatja be a Mátra keleti részét. Ha útközben felfrissülnél, a Szent István csevicekútnál friss víz és kedves pihenőhely is vár. Idáig autóval is behajthatsz, majd a gesztenyefákkal övezett úton és a patak menti bükkösben folytatódik a túra. Ha bátor vagy, a vízesés tetejére is felmászhatsz – fantasztikus élmény!

SÁR-HEGYI MANDULA TANÖSVÉNY

A gyöngyösi Sár-hegy 1975 óta áll természetvédelmi oltalom alatt. Az ide vezető 3-4 órás túra során számtalan ritkasággal találkozhatsz, mint a sápadt lednek, cseh tyúktaréj, de kiemelkedő a törpemandula-állomány is. A Mátrafüredről Gyöngyösre érkező 7 kilométeres, 14 állomásos Mandula tanösvény érinti a Szent Anna-tavat, ahol a Mátra ikonikus épülete, a Szent Anna-kápolna is áll. Teraszáról meseszép körpanoráma nyílik a Kékesre, a Bükk, a Mátraalja és az Alföld irányába. Ahogy a Cincér tanösvény, úgy a Mandula tanösvény is a mátrafüredi Harkály Ház látogató- és oktatóközpont udvaráról indul.

A MÁTRA KILÁTÓI

TV-TORONY KILÁTÓ 1014 m

Az „ország teteje” fölé még 180 méterrel magasodik a TV-torony. Alsóbb szintjén egy fedett és egy nyitott kilátóterasz található, ahonnan körpanoráma tárul eléd, tiszta időben még a Tátra vonulatait is megpillanthatod észak felé. Ez a táj minden évszakban más szépségét mutatja.

GALYA-KILÁTÓ 955 m

Galya-tető egyik csúcsán, Péter hegyesén áll a felújított, több építészeti díjat nyert kilátó, ahonnan nemcsak a változatos panorámát csodálhatod meg, de itt is aludhatsz. A kilátóban hangulatos, széltől és esőtől védett bivakszállások találhatók, amelyek az épület felső három emeletén biztosítanak éjszakai menedéket vadregényes környezetben. A kilátás pazar, tiszta időben a Magas-Tátráig is ellátni. Ha megéheztél, vár a Galya Bisztró!

GORTVA-JÓJÁRT-KILÁTÓ 764 m

A Mátra egyik legújabb kilátója a Nyikom csúcsán található. A 22 méteres, kőkilátó tetején éjjel színváltó, világító keresztet láthatsz. A torony ingyenes menedékhelyként szolgál éjszakára. Összesen 5 szint közül választhatsz, melyből több emeleten is találsz kanapét, heverőt. A torony jól felszerelt, mindent megtalálsz, ami az éjszakázáshoz szükséges.

HANÁK KOLOS-KILÁTÓ 590 m

A Hanák Kolos-kilátó már a múlt század elején is látogatható volt. Nevét a mátrai turizmus atyjaként ismert gyöngyösi ügyvédről kapta. A mostani az időközben elpusztult eredeti kilátó rekonstrukciója, amelyből dél felé a Sár-hegy és Gyöngyös tárul eléd.

SÁSTÓ-KILÁTÓ 507 m

Az 53 méter magas kilátó eredetileg fúrótoronynak készült, kis átalakítás után 1973-ban került Sástóra. Ne sajnáld a fáradtságot a feljutásra, mert teraszairól gyönyörű kilátás tárul eléd. A kilátó teraszain madárfelismerést segítő rajzok, tapintható faragott madarak, feliratos tájképek és távcső könnyíti a látnivalók beazonosítását.

KOZMÁRY-KILÁTÓ 370 m

A Mátra egyik jelképe, a Kozmáry-kilátó 1900-ban épült. Nevét Kozmáry Jánosról kapta, akinek irányítása alatt nagyot fejlődött Mátrafüred. A kilátópont egyszerűen, könnyen megközelíthető, tetejéről álomszép panoráma tárul eléd Gyöngyös és a Mátra gerincének irányába.

TOP5
HELY, AMI ELVARÁZSOL

Az ország legmagasabb pontja kihagyhatatlan a mátrai bakancslistádról! Gyönyörű panorámájával és friss, magaslati levegőjével, a TV-torony kilátóval, sípályájával a túrázók kedvelt célpontja, a legendás Országos Kéktúra útvonal része. Kékestető 1963 óta hivatalosan is klimatikus gyógyhely.

1. KÉKESTETŐ

Csodáld meg Magyarország legmagasabb természetes vízesését! A 10 méter magas vízesés, amely hóolvadás vagy nagyobb csapadék után a leglátványosabb, ideális kirándulási célpont felnőtteknek és gyerekeknek egyaránt, egyben az Ilona-patak mentén kialakított tanösvény végállomása is.

2. ILONA-VÖLGYI VÍZESÉS

Fotó: Gulyás Attila, MTSZ

A kisvasút közel száz éve kanyarog a Mátra vadregényes tájain. Gyöngyösről indulva két vonal közül választhatsz: a rövidebb szárny vonata a környék fő turistaútjainak kiindulópontjában fekvő Mátrafüredre zötyög, nyitott kocsijaiban kerékpár is szállítható. A hosszabb, Szalajka-házhoz vezető szárny igazán vadregényes 50 perces utazást kínál, végállomásáról indulva pedig kiváló erdei túracélpontokat találsz.

3. MÁTRAVASÚT

A Bükk és a Mátra határán, a Tarna patak mellett áll a Siroki vár, az ország egyetlen barlangvára. Innen nemcsak elképesztő panoráma tárul eléd a hegyvonulatokra, de még a török hódoltságot bemutató kiállítást is megnézheted. A várat a szomszédságában lévő, helyi legendákkal övezett Barát és Apáca sziklákról és a Törökasztalról is megcsodálhatod.

4. SIROKI VÁR

Látogass el az ország legrégebbi, ma is működő templomába! A tarnaszentmáriai templom a X-XI. század fordulóján épülhetett, szorosan köthető az Aba nemzetséghez. Nincs állandó nyitvatartása, ám ha felhívod a templomajtón lévő telefonszámok egyikét, a barátságos helybéliek kinyitják a templomot, ha arra jársz!

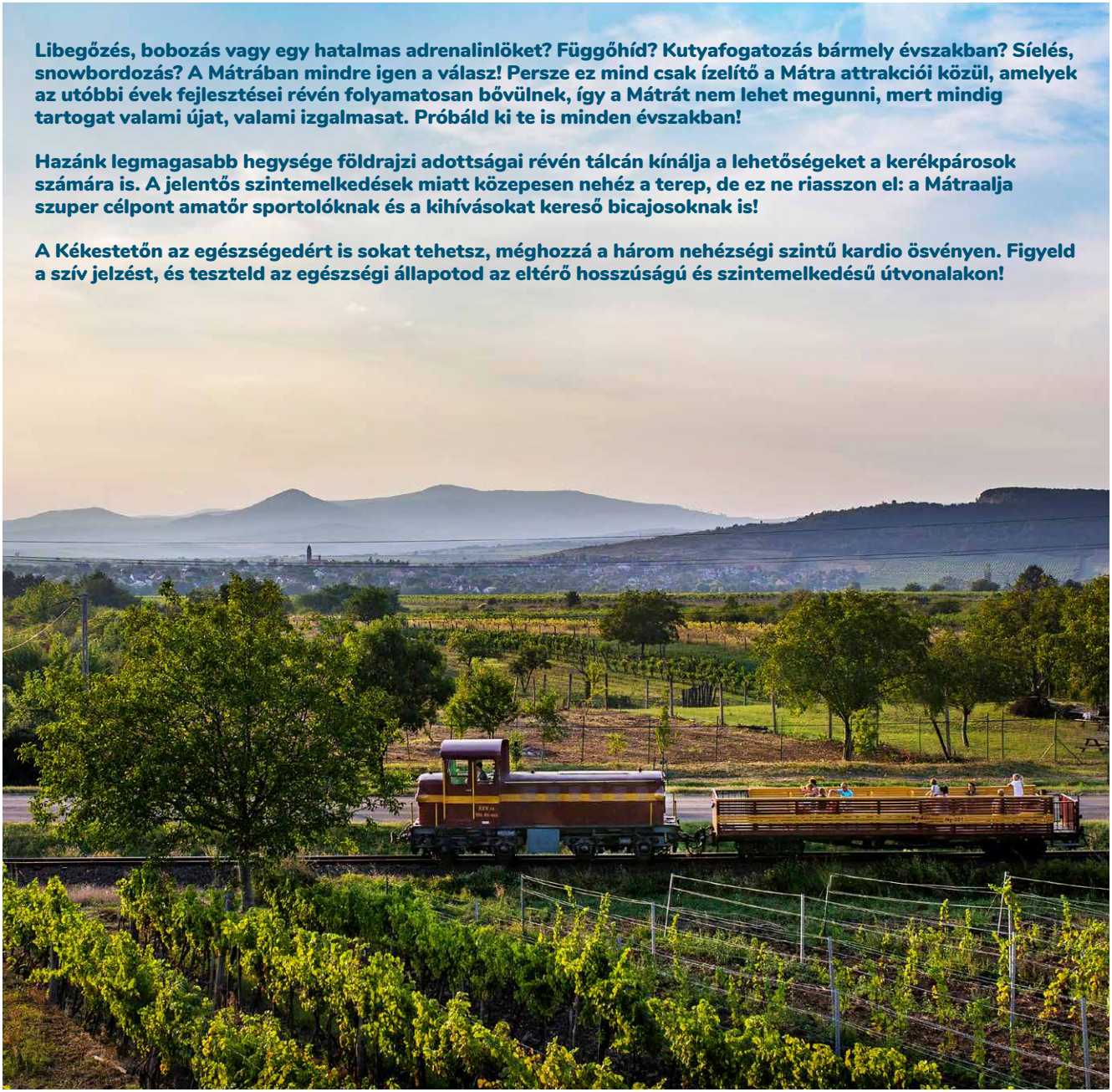
5. TARNASZENTMÁRIA TEMPLOMA

AKTÍVAN A MÁTRA VIDÉKÉN

Libegőzés, bobozás vagy egy hatalmas adrenalinlöket? Függőhíd? Kutyafogatozás bármely évszakban? Síelés, snowbordozás? A Mátrában mindre igen a válasz! Persze ez mind csak ízelítő a Mátra attrakciói közül, amelyek az utóbbi évek fejlesztései révén folyamatosan bővülnek, így a Mátrát nem lehet megunni, mert mindig tartogat valami újat, valami izgalmasat. Próbáld ki te is minden évszakban!

Hazánk legmagasabb hegysége földrajzi adottságai révén tálcán kínálja a lehetőségeket a kerékpárosok számára is. A jelentős szintemelkedések miatt közepesen nehéz a terep, de ez ne riasszon el: a Mátraalja szuper célpont amatőr sportolóknak és a kihívásokat kereső bicajosoknak is!

A Kékestetőn az egészségedért is sokat tehetsz, méghozzá a három nehézségi szintű kardio ösvényen. Figyeld a szív jelzést, és teszteld az egészségi állapotod az eltérő hosszúságú és szintemelkedésű útvonalakon!



Fotó: Gulyás Attila, MTSZ

KERÉKPÁRTÚRÁK

Kerékpárúton Gyöngyös és Mátrafüred között bringázhatsz, de ennél sokkal többet kínál a Mátra: 140 kilométernyi, turistajelzésekkel ellátott, pihenőkkel tarkított kerékpáros túraútvonal várja a hegyikerékpározás szerelmeseit. Ezek között van kifejezetten családoknak, hobbi bringásoknak ajánlott útvonal, de a profi hegyi bringásoknak is rejt új kihívásokat és edzési lehetőséget a hegység.

GYALOGTÚRÁK

Az nem újdonság, hogy az Országos Kéktúra áthalad a Mátrán is, de azt talán kevesen tudják, hogy több mint 600 kilométernyi túraútvonal szövi be a hegységet. Váraktól a kilátókig, a ritka természeti kincseket bemutató tanösvényektől az erdőrezervátumig, a különleges forrásoktól a szakrális helyekig több tucatnyi érdekesség vár. Akár amatőr vagy, akár rutinos természetjáró, a Mátra biztosan ámulatba ejt! Gyere, barangold be, és csodáld meg!

TÉLI SPORTOK

Ha a téli sportok szerelmese vagy, a Mátra két síterepen is vár: hazánk legmagasabb pontján, a Kékestetőn és a mátraszentistváni Síparkban. Ha inkább a sífutást kedveled, Galyatetőn a helyed, ha pedig leesik a hó, a Mátra több pontján akár szánkózhatsz vagy korcsolyázhatsz is.

Fotó: Sípark Mátraszentistván

GYALOGTÚRA-AJÁNLÓ

KISVASÚTTÓL-KISVASÚTIG: GYALOGTÚRA A HEGYEKBE KISVONATOZÁSSAL MEGSPÉKELVE

Túraútvonal: Szalajkaház – Lajosháza – Ilona-kút – Cserkő-bánya – Haluskás – Mátrafüred

Túratípus: vonaltúra

Táv: 10 km (gyalogos szakasz)

Szintemelkedés: 200 m

Időigény: 3 óra

Túra besorolása: közepes

A Mátravasút kocsijai Gyöngyösről indulva több mint száz éve pöfögnek a Mátra erdeiben egy hosszabb és egy rövidebb útvonalon. A hosszabb, csaknem ötven perces utazás a Szalajkaház végállomásig tart, változatos erdőkön át vezet az út Lajosházára, ahol megpihenhetsz, hogy aztán újult erővel kapaszkodhass fel az Ilona-kút oldalába. Töltsd meg a kulacsod a forrás frissítő vízével, majd irány Mátrafüred, ahol számos felfedeznivaló vár rád. Ha pedig végképp elfáradtál, Mátrafüreden újra kisvonatra szállhatsz, és a rövidebb útvonalon kb. 20 perc múlva Gyöngyösön lehetsz.

LÁTNIVALÓK:

- Gyöngyössolymos: Szent Miklós püspök templom
- Mátrafüred: Palóc Néprajzi Magángyűjtemény és Babakiállítás
- Benevár romjai
- Muzsla-kilátó
- Hanák Kolos-kilátó
- Rákóczi-forrás
- Máriácska

Letölthető térképek és további információk: aktivmagyarorszag.hu

GYALOGTÚRA-AJÁNLÓ

MÁTRAHÁZAI KÖRTÚRA

Mátraházáról kellemes, lejtős erdei úton vezet az út Farkas-kútig, melynek frissítő vizével töltekezve a Béka tanösvény interaktív állomásain át jutsz el Sástóra, a Mátra ékszerdobozához. Csodáld meg a páratlan panorámát a kilátóból, csónakázz, etess kacsákat, majd túrázz el a Rákóczi-forrásig, ahol ismét friss vízzel töltheted meg a kulacsodat. Nem messze, a Máriácska kegyhelyen zarándokok köszönőtáblái mutatják, mennyien köszönhetik felépülésüket Máriácskának. Végül fordulj rá a Mátra első turistaútjára, hogy a hűs Kalló-völgy emelkedőit leküzdve visszatérhess Mátraházára.

Túratípus: körtúra
Táv: 8,5 km
Szintemelkedés: 306 m
Időigény: 3 óra
Túra besorolása: közepes

KÉKESI KÖRTÚRA

Végy egy nagy levegőt, és indulj el a kékestetői TV-torony mellől a szintemelkedőkben gazdag túrára, amelynek első állomása a nevében rémisztő Gabi-halála, mely valójában egy favágóról elnevezett kegyhely. Menj tovább a Pisztrángos-tóig, hogy aztán egy kellemesen hullámzó ösvényen eljuss a Vörösmarty fogadóhoz. Innen kövesd az Országos Kéktúra jelzését, amíg a főút alatti árnyas úton kanyarogva elérsz Mátraházát, ahol kifújhatod magad a Kékesre vezető kaptató előtt. Aztán irány az ország csúcsa, ahová hatalmas „banyafák" között vezet az út a Jávoros-forrás érintésével.

Túratípus: körtúra
Táv: 11,5 km
Szintemelkedés: 430 m
Időigény: 4 óra
Túra besorolása: közepes

ILONA-VÖLGYI KÖRTÚRA

Parádfürdőről dél felé indulj, hogy az egykori Rákóczi-fa torzója mellett beérj a hosszan elnyúló Ilona-völgybe. A keskeny, aszfaltos utat vadgesztenyékből és hársfákból álló fasor szegélyezi, amelyen elindulva hamarosan eléred a Szent István-csevicekutat, ahol kóstold meg a kellemes, szénsavas kútvizet. Innen előbb köves sétány, majd patakmenti ösvény vezet hazánk legmagasabb természetes vízeséséhez. Merülj el a különleges hangulatban, majd térj vissza a csevicekút fölötti rétig. Ha a hosszabb utat választod, vadregényes fenyvesen haladsz át, majd meredek lejtő vezet vissza Parádfürdőre.

Túratípus: körtúra
Táv: 13,1 km
Szintemelkedés: 360 m
Időigény: 4 óra
Túra besorolása: közepes

Letölthető térképek és további információk: aktivmagyarorszag.hu

ÁGASVÁRI KÖRTÚRA

Mátraszentistvánból a sípálya alsó részén át indulj el az egykori üvegmestereknek emléket állító Hutahelyhez, majd térj rá a patak mellett futó ösvényre. Innen az út a hegyoldalra kapaszkodik az Ágasvári turistaház hangulatos tisztásáig. Itt érdemes szusszanni egyet, mert meredek kaptató visz fel Ágasvár csúcsára. A csodás panoráma azonban kárpótol minden fáradtságért. Hullámzó ösvényünk a Szamár-kő mellett, a Mátra-bérc peremén kanyarog Mátraszentistvánig, útközben szép rálátással a szemközti sípályára és környékére.

Túratípus: körtúra
Táv: 9,3 km
Szintemelkedés: 309 m
Időigény: 4 óra
Túra besorolása: nehéz

MÁTRASZENTIMREI ZARÁNDOKTÚRA

Indulj el a mátraszentimrei focipálya mellől, és Bagolyirtás üdülőfaluján át menj fel az egykori Győr-hegyi sípályához. Innen a Merengő nevű, szép kilátással kecsegtető gerincúton haladsz majd egészen Fallóskútig. Csendes erdei környezetben található a jól kiépített kegyhely, amelynek története szerint 1947-ben egy helyi asszonynak megjelent a Szűzanya. Látomása hatására találták meg a fallóskúti forrást, vizének azóta is csodatévő erőt tulajdonítanak, ezért nap mint nap érkeznek ide zarándokok. Miután a forrást elhagytad, a Gedeon-patakon átkelve sétálhatsz vissza Mátraszentimrére.

Túratípus: körtúra
Táv: 7,4 km
Szintemelkedés: 200 m
Időigény: 3 óra
Túra besorolása: könnyű

SZURDOKPÜSPÖKI KÖRTÚRA

Szurdokpüspökiből hangulatos pincesorokon keresztül jutsz el a Diós-patak völgyébe. Itt jön a neheze: a legendás Mátrabérc teljesítménytúra útvonalán haladva, izzasztó emelkedővel hódíthatod meg a magasabb csúcsokat. A Horka-tetőről, a Kis-Koncsúrról és a Nagy-Koncsúrról is remek panoráma csábít szusszanásra, miközben egyre feljebb kapaszkodsz, egészen a Muzsla-tisztásig. Lefelé a Diós-patak völgyébe is meredeken ereszkedik az út, ahol a Diósi tanösvény ismertetőtábláit olvasgatva, a Delelő-kutat is érintve, majd a patakvölgyből kievickélve a már ismert úton jutsz vissza Szurdokpüspökibe.

Túratípus: körtúra
Táv: 13,5 km
Szintemelkedés: 580 m
Időigény: 6 óra
Túra besorolása: nehéz

KALANDOZÁS A KÖRNYÉKEN

SÁSTÓ – KILÁTÓ, TANÖSVÉNY, CSÓNAKÁZÁS

Magyarország legmagasabban fekvő tavánál számtalan lehetőség vár: az 53 m magas kilátó tetejéről a 2,5 hektáros nádas tóra, Gyöngyösre és a Mátra gerincére is kitűnő kilátás nyílik. Az 1,2 km hosszú, interaktív Béka tanösvény egészen Farkaskútig vezet bemutatva Sástó természeti környezetét, állat- és növényvilágát. Nyáron csónakázhatsz és kacsákat etethetsz, télen pedig korcsolyázhatsz is a tavon. A tó mellől indul a libegő, amely az Oxygen Adrenalin Parkba visz fel.

OXYGEN ADRENALIN PARK

Az ország legmagasabban fekvő kalandparkjában nemcsak az élményektől áll el a lélegzet, hanem a panorámától is. A 16 hektárnyi területen minden korosztály talál szórakozási lehetőséget. A legkisebbeket 4 szintes játszóházi labirintus és vízi világ várja, a nagyobbak a téli-nyári bobpályán, canopyn és a bánya felett átívelő függőhídon is próbára tehetik bátorságukat. És ha még nem volt elég a magasságból, pattanjatok fel az 500 méter hosszú libegőre, amely visszavisz Sástóra.

KERÉKPÁRTÚRA-AJÁNLÓ

① CSALÁDI KERÉKPÁRTÚRA A MÁTRA SZÍVÉBE

Túraútvonal: Gyöngyös – Farkasmály – Bába-kő – Mátrafüred – Gyöngyös

Túratípus: kerékpáros vonaltúra

Táv: 7,3 km

Szintemelkedés: 163 m

Időigény: 2 óra

Gyöngyösről Mátrafüredre védett kerékpárúton vagy kis forgalmú úton tudsz feltekerni. A kerékpárúttal párhuzamosan futó kisvasútból integető gyerekek hada még doppingolhat is, de ha visszafelé már kihagynád a tekerést, a nyitott kocsikra a bringádat is feldobhatod. Útközben megnézheted a farkasmályi borospincéket és a Bába-követ. Mátrafüreden kirándulóktól hemzsegő parkot, patakpartot, kilátót találsz, a palóc ételeket pedig megkóstolhatod a büfésoron. Indulj el, és fedezd fel te is!
A túra kezdő kerékpárosoknak és családoknak is ajánlott sok pihenési lehetőséggel, bringás szervizponttal.

LÁTNIVALÓK:

- Gyöngyös:
  Mátra Múzeum,
  Szent Bertalan-templom Kincstára és Torony kilátó,
  Ferences Műemlékkönyvtár
- Farkasmályi történelmi pincesor
- Bába-kő
- Mátrafüred:
  Harkály Ház,
  Palóc Néprajzi Magángyűjtemény és Babakiállítás,
  Kozmáry-kilátó
- Benevár romjai
- Pálos tanösvény

Letölthető térképek és további információk: aktivmagyarorszag.hu

Eger 48 km
Mátrafüred 2 km
24

KERÉKPÁRTÚRA-AJÁNLÓ

KISNÁNAI VÁR

② SOLYMOSI KŐGÖRGETŐ TÚRA

Ezt a túrát azoknak ajánljuk, akik ki szeretnék próbálni a hegyikerékpározást és nem csak az ereszkedéseket szeretik. A túra útvonala végig köves, erdei úton halad, ezért túra- vagy trekking kerékpárral javasolt végigtekerni. Bármilyen bringa nyergében is ülsz, a vadregényes mátrai élmény garantált, miközben a Gyöngyös-patak nyugtató csobogása kíséri utadat. A túra elhalad a geológiai ritkaság, a Csák-kő és az egykor dolgosabb napokat látott Őrlőmű mellett is. A lajosházai pihenőhelyen gyűjts erőt a visszafelé útra!

- **Túraútvonal:** Gyöngyössolymos – Lajosháza – Gyöngyössolymos
- **Túratípus:** kerékpáros vonaltúra
- **Táv:** 10,2 km
- **Szintemelkedés:** 121 m
- **Időigény:** 3 óra
- **Túra besorolása:** könnyű

③ PANORÁMA KÖRTÚRA A FELSŐ-MÁTRÁBAN

A körtúra az alpesi hangulatot idéző mátraszentistváni Síparktól indul, és több pontján is gyönyörű kilátásban lesz részed, például Mátraalmásra is. Az út a Fekete-tó mellett is elhalad, ahol valóban egy éjfekete víztükröt pillanthatsz meg az égerfák között. A Rudolf-tanyánál kerékpáros pihenőt és erdei szállást találsz. Ez az Országos Kerékpáros körtúra része, melynek vonalát egészen a Szénégető pihenőig követheted. Közben néha jól esik kicsit megállni és csak csodálni a páratlan panorámát. Az út során többek között a Károly- és az Angic-forrásnál is megpihenhetsz, hogy a hegyből előtörő hűvös vízzel frissítsd fel magad az út hátralévő részéhez.

- **Túraútvonal:** Mátraszentistván – Mátraszentlászló – Rudolf-tanya – Szénégetők útja – Bőgős-rét – Mátraszentistván
- **Túratípus:** kerékpáros körtúra
- **Táv:** 19,4 km
- **Szintemelkedés:** 290 m
- **Időigény:** 3 óra
- **Túra besorolása:** közepes

④ MÁTRAI VÁRAK

Ezen az országúti túrán a környék számos várát is megnézheted. Oké, nem lóháton vágtatsz át a várárkon, de azért mégiscsak a kézzel fogható történelembe „gurulsz bele”. Az útvonal a Mátra déli lábánál halad, időnként ízelítőt ad a hegyekből, kaptatókból. Kis kitérővel megtekinthető a markazi várrom, de a patkolt tojás készítésbe is bepillanthatsz. Kihagyhatatlan a kisnánai vár, a késő középkori magyar nemesi rezidenciák egyik legszebb emléke, ahol kronoszkóppal repülhetsz vissza az időben! Hazánk egyetlen barlangvárát, a siroki várat pedig már messziről meglátod. Ide feltekerni igazi kihívás!

Túraútvonal: Gyöngyös – Abasár – Markaz – Domoszló – Kisnána – Verpelét – Sirok

Túratípus: kerékpáros vonaltúra

Táv: 40 km

Szintemelkedés: 323 m

Időigény: 4 óra

Túra besorolása: nehéz

⑤ PARÁDFÜRDŐI KALAND KÖRTÚRA

A Mátrában bringázni nem kis kihívás, ez a túra kalandvágyóknak és jó erőben lévő hegyi bringásoknak szól! Egy nap alatt is teljesíthető, de kényelmesebb tempóban kétnapos kirándulássá teheted. Parádfürdőről, az Ilona-völgy impozáns gesztenyefasorától indulva tekerheted körbe a Mátrát, ami jelentős szintemelkedésekkel és felejthetetlen panorámával vár. Elsuhansz majd hazánk legmagasabban fekvő tava, a Sástó mellett, de a Mátra egyik legcsendesebb településén, Mátraalmáson is átgurulsz. Parádasasváron az egykori Károlyi-kastély romantikus épülete és az üveggyártás emlékei csábítanak pihenőre.

Túraútvonal: Parádfürdő – Sándorrét – Rudolf-tanya – Mátraalmás – Szuha – Parádsasvár – Parádfürdő

Túratípus: kerékpáros körtúra

Táv: 67 km

Szintemelkedés: 1152 m

Időigény: 7–8 óra

Túra besorolása: nehéz

Letölthető térképek és további információk: aktivmagyarorszag.hu

TÉL A MÁTRÁBAN

Ködpárna alól kikandikáló napsütötte hegygerincek, szmogmentes, tiszta levegő és számos sportolási lehetőség – télen ezzel fogad a Mátra. Síelni több helyen is lehet a hegységben, már itthon is vannak hóbiztos sípályák, így akkor is élvezhetjük a lesiklást a Kékesen vagy a hegyi falvak ölelésében elterülő mátraszentistváni Síparkban, ha nem esik a hó. Síelés közben akár a Tátra és a Fátra vonulatait is megcsodálhatod. Ne siess haza akkor sem, ha sötétedik, mert mindkét síközpontban kivilágítják a pályákat.

Galyatetőn kipróbálhatod a testet-lelket feltöltő erdei sífutást is, de a programból a szánkózás sem maradhat ki: megfelelő hóvastagság esetén Mátraházán vagy a mátrafüredi szánkópályán találsz alkalmas terepet. A sípályákon tilos szánkózni!
Az Ilona-völgyi vízesés befagyva is egy csoda, de mesés a Sás-tó is, amelyen kellő jégvastagság esetén akár korcsolyázhatsz is!
Ha extrém élményekre vágysz, próbáld ki a snowsegway és snowquad túrákat, de a high-tech járgányok mellett különleges program Mátrafüreden a kutyafogattúra is.
Decemberben gyertyagyújtással, karácsonyfadíszítéssel, ajándékvásárral vár a gyöngyösi advent. Az ünnepek alatt Mikulás túrán és Szilveszteri éjszakai túrán, január végén a neves Téli Mátra Teljesítménytúrán és a februári Kiss Péter Emléktúrán is részt vehetsz.

SÍPARK MÁTRASZENTISTVÁN

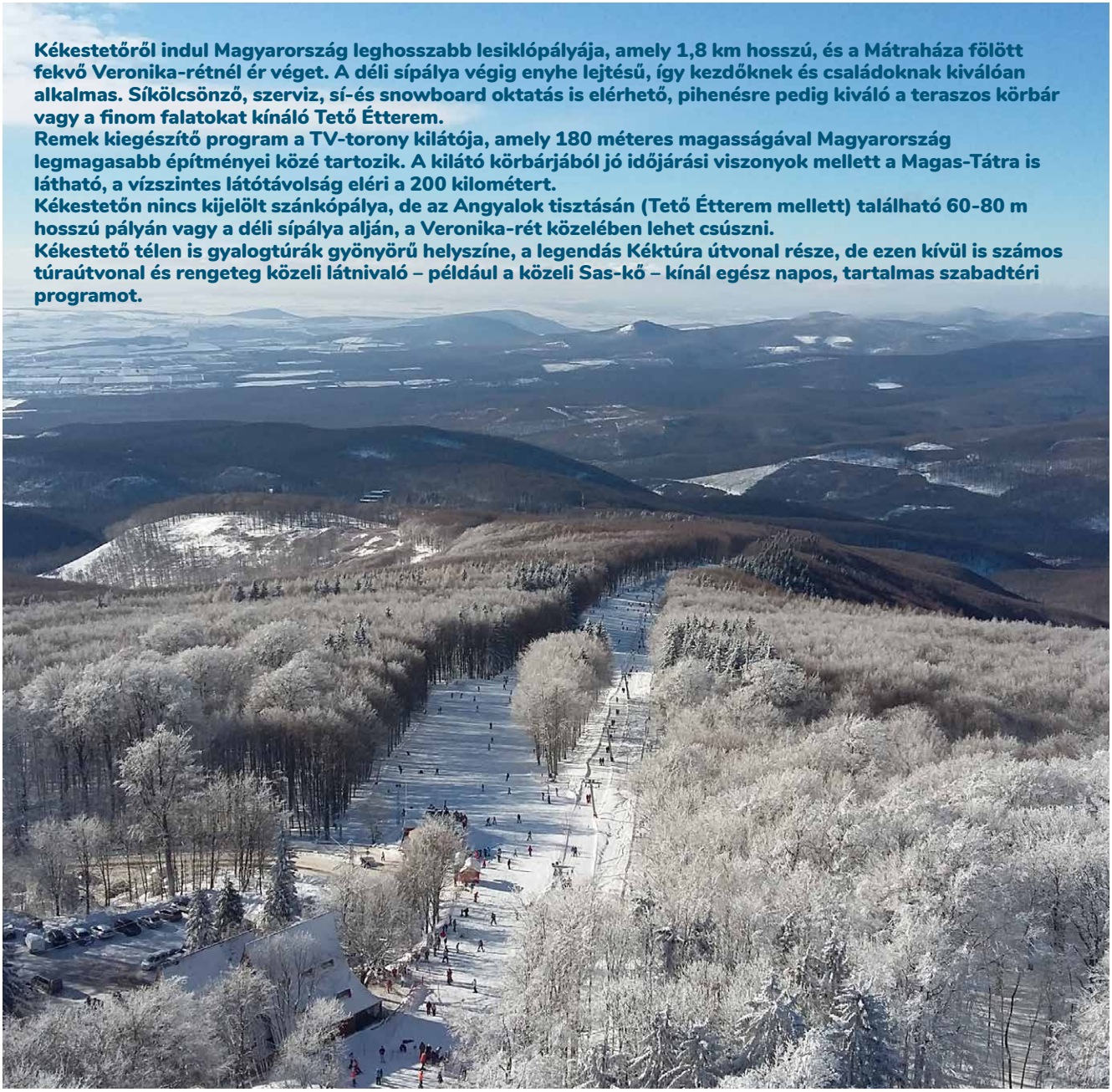
HÁROM FALU, EGY SÍZÓNA, TÍZ SÍPÁLYA A MÁTRA SZÍVÉBEN

Ha te is a téli sportok szerelmese vagy, ne hagyd ki a Mátrát: 10 változatos sípálya közül választhatsz, ahol a közel 4 km-es pályarendszeren ratrakok és hóágyúk dolgoznak a kiváló hóviszonyokért. A mátraszentistváni Sípark az ország legtöbb szolgáltatást nyújtó síterepévé vált, ahol kevés utazással, költségkímélő módon próbálhatod ki vagy fejlesztheted sí- és snowboardtudásodat! A nemzetközi FIS minősítésű fekete pálya tökéletes meredekségű a profiknak is, sí- és snowboardversenyek kedvenc helyszíne.
A 675 – 822 m magasságban fekvő pályarendszerről kiváló a kilátás, amit a négyszemélyes panorámaliftből is megcsodálhatsz. A hangulatos szibériai rönkfából épült hütte ínycsiklandozó ételeket, forró italokat kínál, teraszán élvezheted a téli napsütést.

Fotó: Sípark Mátraszentistván

KÉKESTETŐI SÍPÁLYÁK

Kékestetőről indul Magyarország leghosszabb lesiklópályája, amely 1,8 km hosszú, és a Mátraháza fölött fekvő Veronika-rétnél ér véget. A déli sípálya végig enyhe lejtésű, így kezdőknek és családoknak kiválóan alkalmas. Síkölcsönző, szerviz, sí-és snowboard oktatás is elérhető, pihenésre pedig kiváló a teraszos körbár vagy a finom falatokat kínáló Tető Étterem.
Remek kiegészítő program a TV-torony kilátója, amely 180 méteres magasságával Magyarország legmagasabb építményei közé tartozik. A kilátó körbárjából jó időjárási viszonyok mellett a Magas-Tátra is látható, a vízszintes látótávolság eléri a 200 kilométert.
Kékestetőn nincs kijelölt szánkópálya, de az Angyalok tisztásán (Tető Étterem mellett) található 60-80 m hosszú pályán vagy a déli sípálya alján, a Veronika-rét közelében lehet csúszni.
Kékestető télen is gyalogtúrák gyönyörű helyszíne, a legendás Kéktúra útvonal része, de ezen kívül is számos túraútvonal és rengeteg közeli látnivaló – például a közeli Sas-kő – kínál egész napos, tartalmas szabadtéri programot.



Fotó: kekesteto.hu

MÁTRAI BORVIDÉK

JÓ BORBAN AZ EGÉSZSÉG

A Mátra nemcsak a jó levegőjéről és az aktív kikapcsolódásról jut eszünkbe, hanem az ország legillatosabb, legszebb savú és remek ár-érték arányú borai miatt is. A borvidéket mára fiatalos lendület jellemzi: folyamatosan újulnak meg az ültetvényei, és színre lépett egy új szőlész-borász generáció is, akik új stílust építettek. Vulkanikus adottságai miatt gazdag illat- és zamatvilágú borok születnek itt, melyek a borvidék egyedi karakterét hordozzák – közülük is a legjobbak a Mátra Superior borok. Fedezd fel őket egy hangulatos dűlőtúrán, pincelátogatáson, vagy látogass el a kozárdi Vadvirág étterembe, ahol a helyi csúcsgasztronómia mellett megtalálod a Mátra legjobb borait. Ne hagyd ki a Sár-hegy tövében fekvő Farkasmályi pincesort se, ami Közép-Kelet-Európa legnagyobb kézzel készült pincerendszere! 300 éves pincék, romantikus présházak és gazdag történelem vár itt. Érezd jól magad, de kérünk, fogyassz felelősséggel!

LOSONCI PINCE

Az első generációs borászat 2014 óta végez biogazdálkodást, boraik Varsó, Los Angeles, Berlin és Párizs kiemelkedő éttermeiben, borbárjaiban is megtalálhatóak. A lehető legkevesebb beavatkozás mellett, szűrés és derítés nélkül született boraikban minden évben felfedezhetők a meszes-vulkanikus talaj adta csodálatos ízek. Különlegességnek számít a purcsin és a tihanyi kék, melyek a filoxérajárvány miatt majdnem teljesen eltűnt régi magyar szőlőfajták. Pincelátogatásra bejelentkezés után van lehetőség.

DOMINIUM PINCÉSZET

A Sár-hegy tövében ökológiai gazdálkodást folytató borászat és panzió gazdag programjai mellett a Farkasmályi pincesort is bejárhatod, de szüret idején még a munkálatokban is részt vehetsz. A kedvelt boraik között olyan magyar fajták szerepelnek, mint a turán, a zenit és feketeleányka, de olyan világfajtákkal is sikerrel kísérleteznek, mint a Syrah és a Tempranillo. A szőlőművelésben és a borkészítésben is elsődleges szempontjuk a természetesség. Előzetes bejelentkezés szükséges!

DUBICZ BORÁSZAT ÉS SZŐLŐBIRTOK

A Dubicz 115 éves múlttal és 114 hektár saját szőlőültetvénnyel rendelkező, kiemelten fehérborokkal foglalkozó pincészet. A Mátrai borvidék nagyszerű adottságait és a legmodernebb technológiát ötvözve, kiváló ár-érték arányú, friss, illatos, könnyed boraik mellett, magas beltartalmú fehérborokat, valamint hordóban erjesztett és érlelt testesebb borkülönlegességeket is kínálnak.

MOLNÁR ÉS FIAI PINCÉSZET

A pincészet egy családi vállalkozás, mely a Mátra lábánál, Abasár szívében helyezkedik el. Több generáció óta foglalkoznak szőlőtermesztéssel, borkészítéssel. Modern, innovatív technológia előnyeit használva készítik boraikat. Termékpalettájukban egyaránt megtalálhatóak a fehér, rosé és vörösborok, de pincészetük palackban érlelt pezsgővel is büszkélkedik. Zászlós boruk az Abasári Olaszrizling, mely minden évben kiváló eredményekkel öregbíti hírnevét. Előzetes bejelentkezés szükséges!

BOR.HU **Tervezd meg mátrai bortúrádat a bor.hu weboldal segítségével!**

EZT KÓSTOLD MEG, HA ERRE JÁRSZ!

A Mátra az ország egyik legszebb, legváltozatosabb vidéke: lankás dombok, magas hegyek, és az Alföld találkozási területe vadban, gombában, vadgyümölcsben, gabonában, zöldségfélékben is gazdag. Amilyen változatos a táj, olyan gazdagok az itt készült ételek is. Palócok, szlovákok jelentős számban éltek itt, hagyományos ételeik, szokásaik és népviseletük közvetlen kapcsolat a jelen és a múlt között.

Palócföld ételei egyszerűek, de kiadósak, fő szerepet játszik köztük a leves, a gyúrt és főtt tészta, a krumplis ételek. Egy fárasztó túra után biztosan új erőre kapsz a jellegzetes palóc fogásoktól!

PALÓCLEVES

Ami a zenében a népies műdal, az a gasztronómiában a palócleves – csak jobb. Bár az ételnek semmi köze a palócokhoz, de az újkori történelem során az elnevezése miatt mégiscsak a tájegységhez kötődött. Az eredetileg ürühúsból, burgonyával és zöldbabbal készült paprikás, tejfölös, kapros levest Gundel János készítette 1892-ben a „Nagy palóc", Mikszáth Kálmán tiszteletére. Ez a leves finom és laktató, ma pedig már számos étterem étlapján szerepel.

SZTRAPACSKA

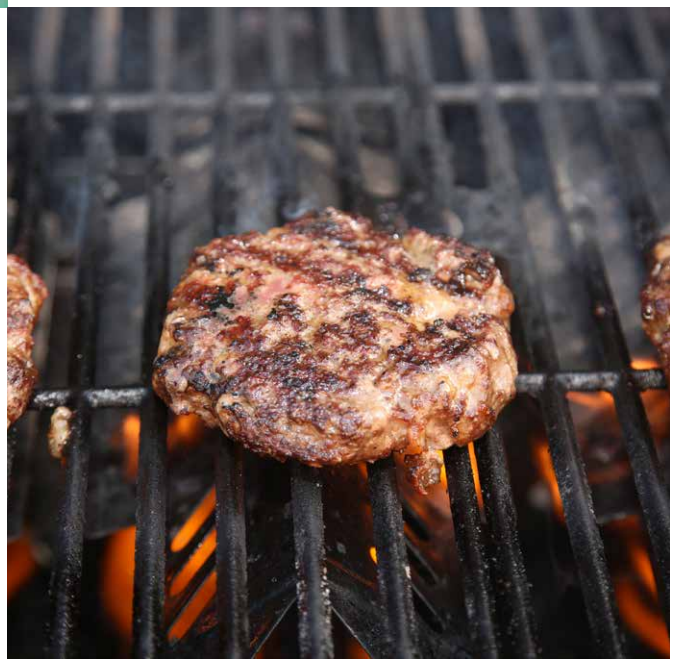
A palóc tájegység egyik jellegzetes étele a sztrapacska. Fő alapanyaga a burgonya, tésztája leginkább a nokedlihez hasonlít azzal a lényegi különbséggel, hogy reszelt nyers burgonyát is tartalmaz. A sztrapacskát juhtúróval, tehéntúróval és káposztával, sőt savanyított káposztával is készítik. Előre megpirított szalonna és lilahagyma koronázza meg ezt az isteni ételt! Önmagában is megállja a helyét, de köretként, pörköltek mellé is előszeretettel fogyasztják.

KÓSTOLD MEKK!

A Mátra déli lábánál, gyönyörű környezetben található a Nagyrédei Kecskefarm, legyél a vendége! Kicsiket és nagyokat is elvarázsol a táj, a kecskék, a kedves vendéglátók és persze a kecskesajtok íze. A mesterséges anyagoktól mentes sajtokat tufapincében érlelik. Előzetes bejelentkezés után nemcsak sajtokat, hanem a helyi vendégasztalról gidasültet, sőt kecskepaprikást is kóstolhatsz!

EGY JÓ BIVALYBURGERT?

Ismerd meg ezt a különleges értéket képviselő, kiváló húst adó állatot a Szurdokpüspöki határában fekvő bivalyrezervátumban, ahol kicsiktől a nagyokig mindenki feltöltődik. Gyalog vagy terepjáróval is bejárhatod a hegyvidéki gyógyfüves legelőket, és még magyar parlagi szamárral is találkozhatsz. Ha ínyenc vagy, a napod fénypontja lesz az olyan kézműves termékek kóstolója, mint a nemespenészes bivalyszalámi, bivaly grillkolbász vagy a bivalyburger. El ne felejts bejelentkezni!



HASZNOS ELÉRHETŐSÉGEK

Bükki Nemzeti Park Igazgatóság
3304 Eger, Sánc u. 6.
+36 36 411 581
titkarsag@bnpi.hu
www.bnpi.hu

Tourinform Gyöngyös
3200 Gyöngyös, Fő tér 10.
+36 37 311 155
gyongyos@tourinform.hu
www.gyongyos-matra.hu

4 Évszak – High-Tech Sportok Bázisa
3232 Mátrafüred, Parádi út 8.
+36 20 449 4444
info@4evszak.hu
www.4evszak.hu

BNP Igazgatóság, Harkály Ház
3232 Mátrafüred, Parádi út 6.
+36 30 327 0301
harkalyhaz@bnpi.hu
www.harkalyhaz.hu

Galyatető Turistacentrum
3234 Galyatető, Kodály Zoltán sétány
+36 37 506 011
foglalas@turistacentrum.hu
www.galyacentrum.hu

Palóc Néprajzi Magángyűjtemény és Kiállítás
3232 Mátrafüred, Pálosvörösmarti út 2.
+36 30 913 4987
info@palocbabak.hu
www.palocbabak.hu

Mátra Biker Sport Club
+36 20 777 7420
info@matrabiker.hu
www.matrabikersc.hu

Sástó Turisztikai Központ
3232 Sástó, Farkas út 1.
+36 70 933 3166
sasto@vgrt.hu

Mátra Múzeum
3200 Gyöngyös, Kossuth L. u. 40.
+36 37 505 530
matramuzeum@nhmus.hu
www.matramuzeum.hu

Szent Bertalan-templom Kincstára és Toronykilátó
3200 Gyöngyös, Szent Bertalan út 3.
+36 30 328 9134
gyongyoskincstar2@outlook.com
www.szentbertalankincstar.hu

Ferences Rendház és Műemlékkönyvtár
3200 Gyöngyös, Barátok tere 2.
+36 37 311 971
gyongyosi.konyvtar@ferencesek.hu
www.gyfk.hu

Nagyrédei Kecskefarm
3214 Nagyréde, Tarjáni u. 43.
+36 30 319 3160
cheeseland3214@gmail.com
www.nagyredeikecskefarm.hu

Üvegmanufaktúra
3242 Parádsasvár, Petőfi u. 21.
+36 70 621 4813
info@uvegmanufaktura.hu
www.uvegmanufaktura.hu

Mátrai Erdei Vasutak (Mátravasút)
3200 Gyöngyös, Dobó u. 1.
+36 37 312 447
matravasut.egererdo@gmail.com
www.egererdo.hu

Ásványok Háza
3211 Gyöngyösoroszi-Károlytáró
+36 70 930 3869
matracsillaga@gmail.com
www.matracsillaga.hu

Gyöngyösi Állatkert
3200 Gyöngyös, Damjanich u. 31.
+36 37 503 035
info@gyongyos-zoo.hu
www.gyongyos-zoo.hu

Losonci Pince
3035 Gyöngyöspata, Vári út 32.
+36 30 828 6804
balint@losonci.hu
www.losonci.hu

Dominium Pincészet
3200 Gyöngyös, Farkasmály
+36 30 570 3849
info@dominiumwine.com
www.dominiumwine.hu

Dubicz Borászat és Szőlőbirtok
3200 Gyöngyös, Koháry út 4.
+36 37 301 015
info@dubicz.hu
www.dubicz.hu

Molnár és Fiai Pincészet
3261 Abasár, Fő út 154.
+36 20 446 0027
molnaresfiai@gmail.com
www.molnaresfiai.hu

AKTÍVAN A MÁTRÁBAN – MAGASAN A LEGJOBB MINDEN ÉVSZAKBAN!

Kiadó: Aktív- és Ökoturisztikai Fejlesztési Központ Nonprofit Kft.
Nyomdai kivitelezés: CC Printing Kft.
Kiadás éve: 2022
Ingyenes kiadvány
A kiadvány termékmegjelenítést tartalmaz!

Aktív- és Ökoturisztikai FEJLESZTÉSI KÖZPONT

MAGYAR NEMZETI PARKOK

BÜKKI NEMZETI PARK

AKTIVMAGYARORSZAG.HU
Aktív Magyarország
aktiv.magyarorszag