



Η παράδοση των spa στη Βοημία αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της Ευρωπαϊκής πολιτιστικής κληρονομιάς. Θρύλοι, κείμενα και αναρίθμητες ανακαλύψεις αναφέρονται στον σεβασμό που έχαιραν οι υπόγειες πηγές καθώς και στην προστασία τους για να περάσουν άθικτες στις επόμενες γενιές. Ωστόσο, την ίδια στιγμή οι κρυμμένοι θησαυροί έγιναν αντικείμενο εκμετάλλευσης για τη βελτίωση της υγείας και την ανανέωση της ψυχής και του σώματος.

Η θεραπεία, που παρέχεται από τα spa της Τσεχίας, βασίζεται αποκλειστικά στην εκμετάλλευση των φυσικών πηγών υψηλής ποιότητας εξαιτίας της γεωλογικής σύνθεσης του εδάφους της. Η εφαρμογή των σύγχρονων ιατρικών μεθόδων αποκατάστασης με συνδυασμό με την παραδοσιακή χρήση των ιαματικών νερών, των θεραπευτικών αερίων καθιστούν την χώρα μία υπερδύναμη στα spa.

Σήμερα, τα spa στη Τσεχία εστιάζουν το ενδιαφέρον τους μόνο στους ασθενείς. Τους παρέχουν αναψυχή και ανακούφιση από το καθημερινό άγχος, μία ευκαιρία να αναζωογονηθούν άμεσα και να βελτιώσουν την υγεία τους.

Luhacovice – Ένα spa κρυμμένο στο πράσινο

Η πόλη της Luhacovice βρίσκεται στην προστατευόμενη περιοχή των Bile Karpaty στο νοτιοανατολικό τμήμα της Μοραβίας κουνιασμένη σε γραφική καταπράσινη κοιλάδα, της οποίας οι δασώδεις πλαγιές υψώνονται στα 600μ. Τα τοπικά spa έχουν μακρά παράδοση τριών αιώνων. Η Luhacovice άνθισε στις αρχές του 20^{ου} αιώνα σε συνδυασμό με την ανάπτυξη της λουτροθεραπείας στην Τσεχία και σταδιακά αναδείχθηκε σε δημοφιλές spa για τους επισκέπτες συμπεριλαμβανομένου του συνθέτη Leos Janacek. Η φυσική ομορφιά με τα αξιόλογα κτίρια των spa του αρχιτέκτονα Dusan Jurkovic, του οποίου οι αρχιτεκτονικές του εμπνεύσεις επηρεάστηκαν από την ασυνήθιστη αρχιτεκτονική της περιοχής Wallachia. Η Luhacovice συγκαταλέγεται στα σημαντικότερα spa παγκοσμίως.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις



Το spa ενδείκνυται σε ασθενείς με αναπνευστικά προβλήματα και παθήσεις του πεπτικού συστήματος, ανωμαλίες μεταβολισμού (διαβήτης, παχυσαρκία) και κινητικά προβλήματα. Μπορείτε να επισκεφθείτε την πόλη για αποκατάσταση της υγείας και χαλάρωση.

Δεκατέσσερα είδη ιαματικών νερών με στοιχεία ανθρακούχου υδρογόνου, νατρίου και χλωρίου (το πιο γνωστό spa είναι το Vincentka) και η ιαματική πηγή με στοιχεία θείου χρησιμοποιούνται στην αντιμετώπιση παθήσεων. Η χημική σύνθεση των νερών είναι νάτριο, ασβέστιο, μαγνήσιο, χλώριο, σίδηρο, ανθρακικό οξύ, βρώμιο, ιώδιο και άλλα σημαντικά στοιχεία.

Ενεργή Αναψυχή

Σάουνα, solarium, αθλητικά κέντρα, γήπεδα τένις, μίνι γκολφ, κορίνες, ψάρεμα στο φράγμα, ενοικίαση αθλητικού εξοπλισμού

Κινηματογράφος, θέατρο (Μάρτιο ως Οκτώβριο), αίθουσες χορού με ζωντανή μουσική, disco · πτήσεις πάνω απ' την πόλη.

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Εορταστική έναρξη της περιόδου των spas – την δεύτερη Κυριακή του Μαΐου, Το Φεστιβάλ Μουσικής του Janacek και Luhačovice – Ιούλιος

Φεστιβάλ Μικρών Εταιριών Πειραματικού Θεάτρου – Αύγουστος

Διεθνές Φεστιβάλ Παιδικών Συγκροτημάτων Παραδοσιακής Μουσικής – Σεπτέμβριος

Εκδρομές

Buchlov – από τα παλαιότερα κάστρα της Τσεχίας με μεσαιωνικό φρούριο και εξαιρετικές συλλογές επιστημονικού ενδιαφέροντος.

Kromeriz – προστατευόμενη πόλη που βρίσκεται στον Κατάλογο Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO. Ο Μπαρόκ πύργος με τους πανέμορφους ανθισμένους κήπους και η πινακοθήκη, καθώς και η Εκκλησία Γοθικού και Μπαρόκ ρυθμού προσελκύουν πολλούς επισκέπτες. Ακόμα ένα σημείο αναφοράς είναι τα κελάρια κρασιού του αρχιεπισκόπου

Lesna – μικρός γραφικός πύργος του 19^{ου} αιώνα με σκαλιστή ξύλινη διακόσμηση. Υπάρχει εξαιρετικό πάρκο Αγγλικής αρχιτεκτονικής με σπάνια είδη δένδρων και ζωολογικό κήπο

Velehrad – το πιο σημαντικό μέρος προσκυνήματος στην Μοραβία

Vizovice – Μπαρόκ πύργος με αξιόλογες συλλογές πορσελάνης, οπλισμού και καλλιτεχνικών επίπλων ενώ οι ανεκτίμητης αξίας πίνακες παλιών Ολλανδών κορυφαίων ζωγράφων φιλοξενούνται στην πινακοθήκη του πύργου. Κάθε Αύγουστο διοργανώνεται η γιορτή για την συλλογή των καρπών.

Jesenik – Ένας πρωτοπόρος στη σύγχρονη λουτροθεραπεία



Η πόλη του Jesenik βρίσκεται στη βορειότερη πλευρά της Μοραβίας και τα ερείπια ενός ιδιαίτερου πύργου δεσπόζουν στην περιοχή. Το 1822 κτίστηκε ένα υδροθεραπευτήριο, οι πρώτες εγκαταστάσεις του είδους του παγκοσμίως, σε μία ορεινή περιοχή 620μ. Η κατασκευή του οριοθέτησε την αρχή της σύγχρονης λουτροθεραπείας. Σημαντικό πρόσωπο σ' αυτή την καινοτομία ήταν ο τοπικός θεραπευτής, Vincenz Priessnitz. Στον εορτασμό της 200^{ης} επετείου από την γέννησή του, το όνομα του θεραπευτή μπήκε στο Ημερολόγιο των Παγκόσμιων Επετείων της UNESCO. Το Jesenik βρίσκεται σε παρθένα δασώδη περιοχή με μικροκλιματικές ιαματικές πηγές, που, ωστόσο, προσφέρουν στους επισκέπτες μία σειρά δραστηριοτήτων για θερινά και χειμερινά αθλήματα.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Το μικροκλιματικό υδροθεραπευτήριο ενδείκνυται για την αντιμετώπιση ασθενειών των άνω και κάτω αναπνευστικών οργάνων, κυκλοφορικού συστήματος, θυρεοειδισμού, πνευματικών ανωμαλιών και γυναικολογικών και δερματολογικών παθήσεων. Οι ξένοι επισκέπτες του spa αναζητούν θεραπεία για κινητικές ασθένειες.



Ενεργή αναψυχή

Γήπεδα τένις, μίνι γκολφ, squash, bowling, εσωτερική πισίνα, σάουνα, ενοικίαση αθλητικού εξοπλισμού· πεζοπορία και ποδηλασία, προγράμματος περιποίησης, skating και σκι τον χειμώνα

Κινηματογράφος, θέατρο και μουσείο με συλλογές ορυκτολογικού ενδιαφέροντος από την ιστορία της περιοχής.

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Εορταστική έναρξη των spa και της τουριστικής περιόδου – Μάιος

Το Nougget του Jesenik (Φεστιβάλ παραδοσιακής μουσικής και country) – Ιούνιος

Ημέρα Μπύρας και Καλού Χιούμορ(Εκδήλωση Παραδοσιακής Μουσικής) – Αύγουστος

Μουσικό Φεστιβάλ του Karl Ditters του Dittersdorf (Κονσέρτα Κλασσικής Μουσικής) – Οκτώβριος

Καλοκαιρινά Κονσέρτα στα πάρκα

Διεθνής Διαγωνισμός Πιάνου του Franz Schubert – Απρίλιος

Εκδρομές

Javornik – ο πύργος του Jasny vrch, μία κατασκευή Γοθικού ρυθμού με τροποποιήσεις Μπαρόκ, με εσωτερικό Biedermaier και μία οβάλ αίθουσα κονσέρτων Μπαρόκ ρυθμού

Ceska Ves – Μουσείο Παλιών Αυτοκινήτων και Μοτοσικλετών

Lipova lazne – Σπήλαιο Na romezi

Supikovice – Σπήλαιο Na Spicaku

Hradec – Nova Ves – Πτήσεις για αθλητισμό και παρατήρηση

Zlaty Chlum – παρατηρητήριο, τρία χλμ. από το Jesenik


Rejviz – προστατευμένη περιοχή με μικρές βρυώδεις λίμνες

Praded – η υψηλότερη κορυφή της οροσειράς Jesenik, όπου βρίσκεται εστιατόριο με ατελείωτη θέα και κέντρο χειμερινών αθλημάτων

Zlate hory – τόπος προσκυνήματος προς την Παρθένα Μαρία της Βοηθήτρια, μία εκκλησία Μπαρόκ ρυθμού, η γενέτειρα της μητέρας του συνθέτη Franz Schubert.



CZECH REPUBLIC
1 : 1 100 000



Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της Ένωσης Ιαματικών Λουτρών (Spas) στην Τσεχία www.spas.cz