



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.

Κάρλοβυ Βάρυ

Η λουτρόπολη του Karlovy Vary βρίσκεται καλά κρυμμένο στην κοιλάδα του ποταμού Terla στο δυτικό μέρος της Βοημίας με ύψος 360 ως 644 μ. Χτίστηκε το 1350 από τον Κάρολο IV, βασιλιά της Βοημίας και Αυτοκράτορας της Αγίας Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Αναμφισβήτητα πρόκειται για τα μεγαλύτερα και πιο γνωστά ιαματικά λουτρά στη Τσεχία (με διεθνές αεροδρόμιο) το Κάρλοβυ Βάρυ είναι δημοφιλές στους πελάτες από όλες τις γωνιές του κόσμου. Οι επιβλητικοί δρόμοι και η αρχιτεκτονική κατακλύζονται από ένα ρομαντικό τοπίο μέσα στα βουνά.



Με χιλιόμετρα δασικών μονοπατιών, η λουτρόπολη προσφέρει τη δυνατότητα για καταπληκτικούς περιπάτους με μαγευτική θέα της κοιλάδας. Επιπρόσθετα, το Karlovy Vary είναι

μία πόλη των φεστιβάλ και συνεδρίων καθώς και εκδηλώσεων διεθνούς σημασίας που μαγνητίζουν προσωπικότητες από όλο τον κόσμο. Ωστόσο, η πόλη έχει να προσφέρει πολλά περισσότερα στους επισκέπτες από την αίγλη της κοινωνικής ζωής. Είναι επίσης γνωστή για την παραδοσιακή παραγωγή κρυστάλλου με την επωνυμία Moser και πορσελάνης στο Dvory και Stara Role. Επιπλέον, για περίπου δύο αιώνες, το Κάρλοβυ Βάρυ φημιζόταν για την παραγωγή του λικέρ Karlovarska Becherovska, του μεταλλικού νερού Mattoni και της γκοφρέτας του Karlovy Vary. Δημοφιλή στους επισκέπτες είναι επίσης τα σουβενίρ από πέτρα α γκεϊσερ.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Δώδεκα θερμές και μία ψυχρή θεραπευτική πηγή, αέριο, τύρφη και βαλτώδες έδαφος αποτελούν τις φυσικές πηγές αυτής της πόλης για την αντιμετώπιση ασθενειών όπως ανωμαλίες του πεπτικού, κινητικού συστήματος και του μεταβολισμού (diabetes mellitus, ουρική αρθρίτιδα και παχυσαρκία) με την εφαρμογή σύγχρονων θεραπευτικών μεθόδων.

Ενεργή Αναψυχή

Ένα γήπεδο γκολφ (το παλαιότερο κλαμπ γκολφ στην χώρα), ένας χώρος με εξομοιωτή γκολφ, γήπεδα τένις, εσωτερικές και ανοικτές πισίνες, μπιλιάρδα, ιππασία, σκοποβολή, skateboard, καράτε, γήπεδο ποδοσφαίρου, και squash.

Πτήσεις πάνω από την πόλη, συναυλίες, δημοπρασίες και ένας Ιαπωνικός βραχώδης κήπος.

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

Θεματικά μουσεία (φύση, ιαματικές πηγές, πορσελάνη και κρύσταλλο), κινηματογράφοι, Θέατρο, πινακοθήκες και εκθεσιακοί χώροι, κλαμπ, καζίνο, κέντρα διασκέδασης.

Ετήσιες Πολιτιστικές Εκδηλώσεις

Το Διεθνές Φεστιβάλ Μουσικής Jazz (Μάιος)

Μουσικό Φεστιβάλ Μότσαρτ & Κάρλοβυ Βάρυ, Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου (Ιούλιος)

Ημέρες Μπετόβεν, Φεστιβάλ Αρχαίας Μουσικής (Αύγουστος)

TOURFILM, Το Διεθνές Φεστιβάλ παραδοσιακής Μουσικής, Διεθνής Έκθεση της Βιομηχανίας των Spa (Σεπτέμβριο)

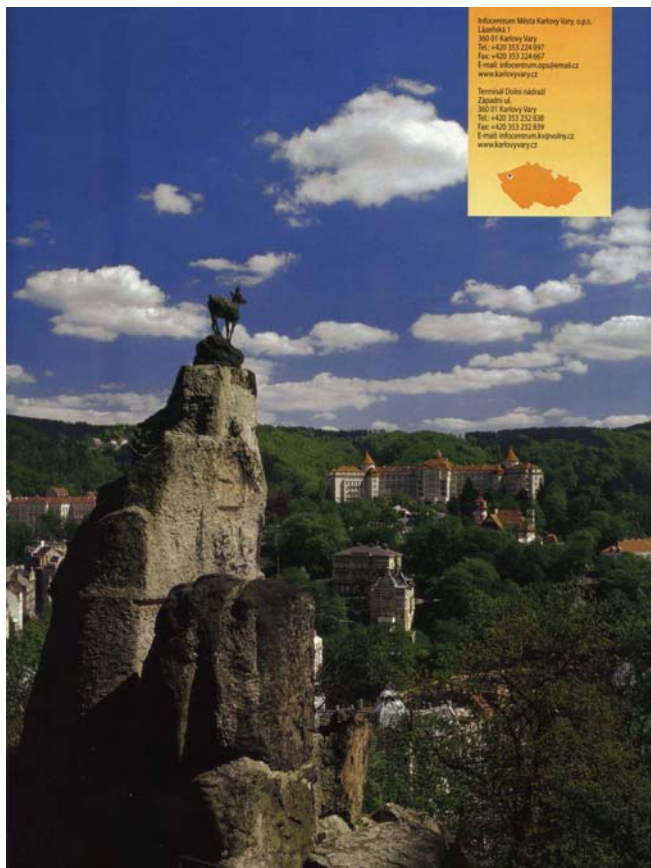
Φθινόπωρο Dvorak (Σεπτέμβριο)

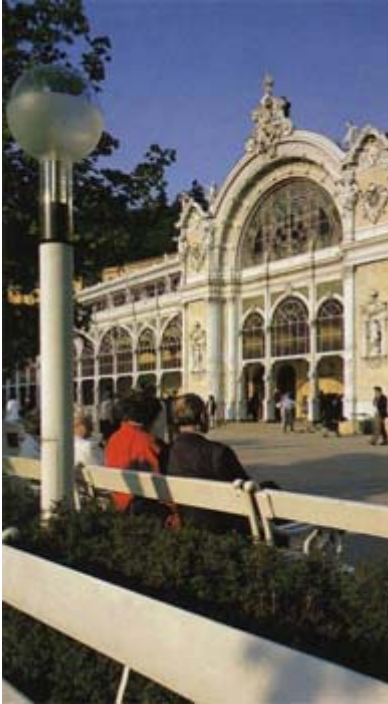
Ο Διεθνής Μουσικός διαγωνισμός Τραγουδιού του Antonin Dvorak (Νοέμβριος)

Εκδρομές στη γύρω περιοχή

Becov nad Teplou – μία μικρή πόλη με Γοτθικό κάστρο και παλάτι Μπαρόκ

Loket – μία αστική προστατευόμενη περιοχή κοντά στον ποταμό Ohře και θέα στο Γοτθικό κάστρο των Premyslid του 12^{ου} αιώνα (ένα μουσείο με μία εξαιρετική συλλογή πορσελάνης).





Mariánske Lazne

Η Mariánske Lazne βρίσκεται σε μία πανέμορφη κοιλάδα στη Δυτική Βοημία σε ύψος 567 ως 626μ. Μία δασική ζώνη 20 περίπου χιλιομέτρων διασχίζει τις ιαματικές πηγές γεμάτη μονοπάτια. Η πόλη είναι γνωστή ανά τον κόσμο για τα spa της όχι μόνο για τις επιτυχημένες μεθόδους αντιμετώπισης των προβλημάτων υγείας αλλά και για το γραφικό και μαγευτικό τοπίο. Η Mariánske Lazne έχει προικιστεί με φυσικό πλούτο και μία ανεξάντλητη ποσότητα μεταλλικών θησαυρών. Σχεδόν εκατό πηγές με ψυχρό σιδηρούχο νερό με διάφορες χημικές συνθέσεις ανακαλύφθηκαν σ' αυτή την περιοχή. Η πρώτη, μάλιστα, χρονολογείται τον 16^ο αιώνα. Θησαυρός και κυρίαρχο χαρακτηριστικό της πόλης είναι τα Νεοκλασικά κτίρια με τους εξαιρετικούς στύλους του 1889. Μία επίσκεψη το «Σύγχρονο Κελαηδιστό Συντριβάνι», όπου οι ενδιαφέρουσες μουσικές εκδηλώσεις εναλλάσσονται με τα φώτα, αποτελεί μία αξέχαστη εμπειρία.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Οι τοπικές ιαματικές πηγές, η τύρφη και το αέριο σε συνδυασμό με την υψηλής ποιότητας περιποίηση συμβάλλουν στην αντιμετώπιση ασθενειών του ήπατος, του ουρικού και αναπνευστικού συστήματος, ανωμαλίες στην κίνηση και στον μεταβολισμό καθώς και γυναικολογικά.

Ενεργή αναψυχή

Γήπεδο γκολφ (το δεύτερο παλαιότερο στην Ευρώπη· κατασκευάστηκε από τον Βασιλιά Εδουάρδο VII της Αγγλίας το 1905), μίνι γκολφ, γήπεδο τένις, πισίνα, σάουνα, solarium, κέντρο γυμναστικής, σχολή ιππασίας, yachting, ψάρεμα, κυνήγι, σκι, ποδηλασία.

Ένας μουσείο φυσικής ιστορίας και γεωγραφίας, το Μνημείο του Fryderyk Chopin, θέατρο, βιβλιοθήκη, μέγαρο μουσικής, πινακοθήκες, κινηματογράφοι, αίθουσες χορού, καζίνο, πτήσεις πάνω από την πόλη.



Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Συναυλία κατά το άνοιγμα της περιόδου των spa (Μάιος)

Τουρνουά γκολφ (από Μάιος έως Οκτώβριος)

Φεστιβάλ Σοπέν (φεστιβάλ με μουσική δωματίου και συμφωνική καθώς και πιάνο) (Αύγουστος)

Εκδρομές στη γύρω περιοχή

Kladzka – μία γραφική προστατευόμενη περιοχή

Jesenice – η μεγαλύτερη προστατευόμενη υδάτινη περιοχή στη Δυτική Βοημία με κρουαζιέρες.

Lazne Kynzvalt – μία μικρή λουτρόπολη με ένα παλάτι που φιλοξενεί ολοκληρωμένες συλλογές με κέρματα, μετάλλια, όπλα και πορσελάνη.

Μοναστήρι Tepla – Ένα μοναστήρι με πλούσια βιβλιοθήκη

Cheb – μία πόλη στρατηγικής σημασίας στο παρελθόν. Φημίζεται για το κάστρο Ρωμανικού ρυθμού και τα σπίτια Γοτθικού, Αναγεννησιακού και Μπαρόκ ρυθμού.

Frantiskovy Lazne



Το Frantiskovy Lazne χτίστηκε το 1793 και βρίσκεται στο δυτικό άκρο της Τσεχίας. Η μικρή και φιλική λουτρόπολη, που διατηρεί την ατμόσφαιρα των αρχών του 20^{ου} αιώνα, είναι από τις πιο γραφικές ιαματικές πηγές της χώρας εξαιτίας της Νεοκλασικής αρχιτεκτονικής των κτιρίων των spas, που βρίσκονται στους πρόποδες λόφων. Ο καθαρός αέρας και το φυσικό περιβάλλον θα σας οδηγήσουν στην χαλάρωση και την απόλυτη ηρεμία. Τα πλούσια και καλοδιατηρημένα πάρκα μαγεύουν τους επισκέπτες, που μπορούν να κάνουν περιπάτους υπό τον ήχο κλασσικής μουσικής. Όλα αυτά τα χαρακτηριστικά προστίθενται στις θεραπευτικές ιδιότητες των υδάτων με αποτέλεσμα την πλήρη ικανοποίηση και

ευχαρίστηση των επισκεπτών.

Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Οι είκοσι τρεις ιαματικές πηγές με αλκαλικό νερό και τύρφη με θείο και σίδηρο και τα αέρια χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση καρδιαγγειακών παθήσεων συμπεριλαμβανομένων καταστάσεων όπως καρδιακή προσβολή, ανωμαλίες του κινητικού συστήματος, γυναικολογικές παθήσεις και στειρότητα.



Ενεργή αναψυχή

Κέντρα γυμναστικής, solarium, μίνι γκολφ, γήπεδα τένις, ποδηλασία, φάρμα, θέατρο, κινηματογράφος, βιβλιοθήκη, μουσείο.

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Μεγάλος χορός (Ιανουάριος, Φεβρουάριος)
Μαραθώνιος Αεροβικής (Μάρτιος, Απρίλιος)
Έναρξη της περιόδου των spa (Μάιος)
Μουσικό καλοκαίρι (Ιούλιος ως Σεπτέμβριο)
Το Frantiskovy Lazne της Λογοτεχνίας (Σεπτέμβριος)
Συναυλίες (Μάιος ως Σεπτέμβριο)

Εκδρομές στη γύρω περιοχή

Η προστατευόμενη περιοχή SOOS.

Komorni Hurka – το μικρότερο ηφαιστειο στη Τσεχία.

Amerika – το πάρκο με πηγές, λίμνη (με βάρκες προς ενοικίαση) και ζωολογικό κήπο.

Zirovice – η φάρμα των πεταλούδων, ένα θερμοκήπιο με τροπικές πεταλούδες, μία εκπληκτική συλλογή.

Seeberg (Ostroh) – Ένα Μεσαιωνικού κάστρο Ρωμανικού ρυθμού που μετατράπηκε σε οικία με έπιπλα του 19^{ου} αιώνα.

Cheb – μία πόλη στρατηγικής σημασίας στο παρελθόν. Φημίζεται για το κάστρο Ρωμανικού ρυθμού και τα σπίτια Γοτθικού, Αναγεννησιακού και Μπαρόκ ρυθμού.

Novy Drahov – τεχνίτες κεραμικών, μέρος συναυλιών τζαζ και άλλων πολιτιστικών εκδηλώσεων.

Τεχνητή λίμνη Skalka – μπάνιο

Φράγμα Jesenice - μπάνιο, surfing

Jachymov

Λουτρόπουλη στη δυτική Βοημία, που βρίσκεται στην δασική κοιλάδα στους πρόποδες των Ορέων Krusne σε ύψος 650 ως 720μ. Η μικρή λουτρόπολη είναι υπερήφανη για την μακρά και ένδοξη ιστορία της. Αρχικά, υπήρξε μία περιοχή που ανθούσε εξαιτίας της εξόρυξης αργύρου· με ειδικό καθεστώς μεταχείρισης από τον 16^ο αιώνα η πόλη είχε το δικό της νόμισμα, thaler, απ' όπου πήρε το όνομα του το Αμερικάνικο δολάριο. Οι ρίζες των spa στην περιοχή είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την επιστημονική ανακάλυψη των βραβευμένων με Νόμπελ Pierre και Marie Curie, που κατάφεραν να απομονώσουν το ραδόνιο και το πολώνιο, τα πρώτα ραδιενεργά στοιχεία από τον ουρανίτη του Jachymov. Η ανακάλυψή τους οδήγησε στην έρευνα των βιολογικών και θεραπευτικών ιδιοτήτων της ραδιενέργειας στον ανθρώπινο οργανισμό και τις πιθανότητες χρήσης του για θεραπευτικούς σκοπούς. Η ανακάλυψη των πλούσιων σε ραδόνιο πηγών στα μέχρι πρότινος αργυρωρυχεία το 1906 έδωσε ώθηση στην δημιουργία spa ραδονίου, τα πρώτα παγκοσμίως.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Οι πηγές ραδονίου συμβάλλουν στην αντιμετώπιση όλων των ειδών φλεγμονωδών και εκφυλιστικών παθήσεων του κινητικού συστήματος, μετατραυματικές και μετεγχειρητικές καταστάσεις, ασθένειες του περιφερικού νευρικού συστήματος και ανωμαλίες του μεταβολισμού. Τα spa προσφέρουν επίσης γηριατρικές υπηρεσίες προς τους ηλικιωμένους επισκέπτες.

Ενεργή αναψυχή

Γήπεδα τένις, αθλητικά κέντρα, μονοπάτια για τρέξιμο, σκι και ποδηλασία. Τελεφερίκ για το Klínovec (1.244μ.), η υψηλότερη κορυφή των Ορέων Krusne. Καφετέρια στο δάσος, αίθουσες χορού, ο Οίκος του Πολιτισμού (εκθέσεις, διαλέξεις, θεατρικές παραστάσεις) κινηματογράφος και εκθεσιακός χώρος.



Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Η έναρξη λειτουργίας των spa και του Πολιτιστικού καλοκαιριού στο Jachymov (φεστιβάλ μουσικής, θεάτρου και άλλα καλλιτεχνικά δρώμενα) – Ιούνιος

Μουσικό Φθινόπωρο στο Jachymov – Οκτώβριος

Πλούσιο πρόγραμμα πολιτιστικών εκδηλώσεων και εκδρομών, ανοιξιάτικοι εορτασμοί παραδοσιακής μουσικής

Εκδρομές

Boží Dar – Μικρή πόλη στο μεγαλύτερο υψόμετρο (1.028μ.) στην χώρα, ένα σημαντικό κέντρο για χειμερινό αθλητισμό.

Nejdek – Μικρή πόλη με πύργο, την εκκλησία του Αγ.Μαρτίνου (1756 μ.Χ.) με εξαιρετικά γνήσια ξύλινα έπιπλα και διακόσμηση και Μουσείο αφιερωμένο στην ιστορία και γεωγραφία της περιοχής του Karlovy Vary.

Pernink – Μικρή πόλη με ορυχεία εκτός λειτουργίας πια. Κέντρο αναψυχής και σκι με σιδηροδρομικό σταθμό στο μεγαλύτερο υψόμετρο στη Τσεχία και εκκλησία αφιερωμένη στην Αγ.Τριάδα.

Horní Blatná – Σπηλιές πάγου στο Vici Jarny.

Ostrov nad Ohří – Πύργος του 16^{ου} αιώνα με εξαιρετικό κήπο, καλοκαιρινή οικία με μόνιμη πινακοθήκη.

Klášterec nad Ohří – Πύργος ψευδο-Γοτθικού ρυθμού, αξιόλογες συλλογές Τσέχικης πορσελάνης.

Terlice – Μία αξιοζήλευτη παράδοση στις ιαματικές πηγές

Το Lazne Terlice v Cechach είναι το παλαιότερο αλλά συγχρόνως το πιο σύγχρονο spa και μεταξύ των παλαιότερων σε ολόκληρη την Ευρώπη. Το spa βρίσκεται στη Βόρεια Βοημία ανάμεσα στην οροσειρά Krusne και στους πρόποδες των Υψίπεδων της Κεντρικής Βοημίας σε ένα ύψος 220μ., περίπου 90 χλμ. από την Πράγα με κατεύθυνση προς Δρέσδη. Υπάρχουν ενδείξεις ότι οι θεραπευτικές θερμικές πηγές υπάρχουν εκεί από το 762μ.Χ., δηλαδή όταν οι Κέλτες εγκαταστάθηκαν στα εδάφη του σύγχρονου Τσέχικου κράτους, ενώ η χρήση των τοπικών πηγών καταγράφεται τον 12^ο αιώνα. Οι εγκαταστάσεις των ιαματικών λουτρών βρίσκονται στο κέντρο της πόλης ανάμεσα σε πάρκα και κήπους. Η πολυποίκιλη πολιτιστική και κοινωνική ζωή της πόλης μαζί με τα spa συμβάλλουν στην αποκατάσταση της υγείας και της ψυχικής ισορροπίας των επισκεπτών.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Το ιαματικό νερό με ανθρακικά, νιτρικά και φθοριούχα άλατα υδρογόνου και υψηλή περιεκτικότητα σε ανιχνεύσιμα στοιχεία και πολύτιμα μέταλλα σε θερμοκρασία 39°C χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση ασθενειών στις κινήσεις και το κυκλοφορικό σύστημα, ανωμαλίες του νευρικού συστήματος όπως καταστάσεις μετά από αποπληκτικό έμφραγμα και ανωμαλίες της μυελοεγκεφαλίτιδας. Οι κύριες μέθοδοι αντιμετώπισης είναι τα θερμικά λουτρά και κινησιοθεραπεία σε ζεστά ιαματικά λουτρά.

Ενεργή Αναψυχή

Γήπεδο ποδοσφαίρου, Πισίνα με θερμό νερό για αποκατάσταση, αθλητικά κέντρα, γήπεδα τένις και γκολφ με εξομοιωτή του αθλήματος, εσωτερική και ανοιχτή πισίνα, γήπεδο squash, σχολή ιππασίας στο Svincice, αεροδρόμιο ελαφρών αεροσκαφών στο Nona Ves και μονοπάτια ποδηλασίας.

Το Θέατρο Krusnohorske, ένα πολιτιστικό κέντρο, παρατηρητήριο και πλανητάριο, ένα περιφερειακό μουσείο για την ιστορία και τη γεωγραφία της περιφέρειας του Terlice, κινηματογράφοι, καζίνο και καφετέριες.

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Έναρξη της περιόδου των spa – Μάιος

Το Συμπόσιο των Κεραμικών (μία έκθεση και χώρος πωλήσεων κεραμικών και πορσελάνης) – Ιούνιος

Το Φεστιβάλ Τσεχο-Σαξονικής Μουσικής (μέρος των πολιτιστικών εκδηλώσεων της Ευρωπεριοχής του Labe) – Ιούνιος και Ιούλιος

Εκδρομές

Duchov – ένα παλάτι, όπου ο γνωστός τυχοδιώκτης, φιλόσοφος και συγγραφέας Giovanni Giacomo Casanova πέρασε τα τελευταία χρόνια της ζωής του. Οι κήποι του παλατιού φιλοτεχνήθηκαν από τον Matthias Bernard Braun.

Osek – ένα μοναστήρι των Σιστερσιανών με μία αξιόλογη πέτρινη στήλη Ρομανικού ρυθμού, ένα εθνικό μνημείο που προστατεύεται από την UNESCO· μία Μπαρόκ εκκλησία αφιερωμένη τους Αγ.Πέτρο και Παύλο και ένα κοιμητήριο, όπου κείται ο Πρίγκιπας Josef της Σαξονίας.

Krpka – Μία πόλη με γραφικά παλιά σπίτια και μία Μπαρόκ Εκκλησία της Ανάληψης· ένα μουσείο με μία εξαιρετική συλλογή με αντικείμενα από χαλκό και αντιμόνιο· ένα μονοπάτι που οδηγεί σε παλιά ορυχεία· τελεφερίκ που οδηγεί στην κορυφή Komari vizka.

Janske Lazne – Μία μη-παραδοσιακή πύλη για τα Όρη Krkonose

Το Janske Lazne, μία μη-παραδοσιακή πύλη για τα Όρη Krkonose, την υψηλότερη οροσειρά της Τσεχίας, βρίσκεται στους πρόποδες του Cerna hora σε ένα ύψος 670μ. Σε κάθε εποχή του χρόνου, οι επισκέπτες του Janske Lazne μπορούν να θαυμάσουν την πανέμορφη φύση και τα περίεργα χαρακτηριστικά του Εθνικού Πάρκου του Krkonose. Οι θεραπευτικές πηγές αναφέρθηκαν πρώτη φορά στις αρχές του 15^{ου} αιώνα. Από τότε, οι πηγές χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση πολλών ασθενειών. Το 1935 εγκαινιάστηκε στην περιοχή ένα σανατόριο παιδών για την θεραπεία πολιομυελίτιδα στα πρότυπα των Warm Springs στις Η.Π.Α., το πρώτο ινστιτούτο του είδους του στην Ευρώπη. Τμήμα των ιαματικών πηγών του Janske Lazne είναι το Zeleznice, που εστιάζει στις κινητικές ανωμαλίες που προκαλούνται από το νευρικό σύστημα και τα εγκαύματα.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Ένα εύρος μεθόδων αποκατάστασης σε συνδυασμό με το θερμό ιαματικό νερό εφαρμόζεται για την αντιμετώπιση δισιάτων ανωμαλιών του νευρικού συστήματος και των κινήσεων, ιδιαίτερα σε καταστάσεις μετά από πολιομυελίτιδα και εγκαύματα. Οι διακοπές στο καθαρά ορεινό περιβάλλον έχουν ευεργετικά αποτελέσματα για την αντιμετώπιση ασθενειών των αναπνευστικών οργάνων.



Ενεργή αναψυχή

Μίνι γκολφ, πίστες για σκι, ενοικίαση αθλητικού εξοπλισμού, τελεφερίκ για την Cerna hora (αρχή για τις εκδρομές στην κορυφογραμμή Krkonose).

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Έναρξη της περιόδου των sra με συναυλίες την Κυριακή – Μάιος
Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Βετεράνων στην Ορειβασία – Αύγουστος

Εκδρομές

Dvur Kralove nad Labem – σαφάρι σε Αφρικάνικη πανίδα, προγράμματα διάσωσης ειδών προς εξαφάνιση.

Hostinne – ένα μουσείο κλασικής τέχνης.

Kuks – ένα αξιόλογο σύμπλεγμα Μπαρόκ αρχιτεκτονικής και γλυπτικής, που κατασκευάστηκε για τον Κόμη Frantisek Antonin Sporck (παλάτι, ιαματικές πηγές, θέατρο και εκκλησία). Οι επισκέπτες μπορούν να θαυμάσουν τα αγάλματα του Matthias Bernard Braun.

Το Εθνικό Πάρκο των Krkonose – Μία προστατευόμενη περιοχή με πολλά κέντρα αναψυχής και σκι.



Podebrady – Η γοητεία της περιοχής Polabi

Η αρχαία πόλη του Podebrady βρίσκεται στην εύφορη πεδιάδα του Polabi σε απόσταση 50χλμ. από την Πράγα και αναφέρθηκε πρώτη στα ιστορικά κείμενα το 1224 ως οικισμός και αργότερα ως κάστρο που κτίστηκε σε εμπορικό δρόμο στο αβαθές τμήματα του ποταμού Labe. Τον 15^ο αιώνα, ο βασιλιάς Γεώργιος του Podebrady εξασφάλισε ειδικά προνόμια για την πόλη και τον 17^ο αιώνα κατασκευάστηκαν οι πρώτες εγκαταστάσεις ιαματικών λουτρών κοντά στην πηγή με το θεραπευτικό νερό με στοιχεία σιδήρου. Η σύγχρονη ιστορία της πόλης και η τοπική βιομηχανία



των ιαματικών πηγών αρχίνισαν κατά τα χρόνια της Art Nouveau, όταν ανακαλύφθηκαν οι πλούσιες ιαματικές πηγές σε διοξείδιο του άνθρακα, μαγνήσιο και ασβέστιο. Το θεραπευτικό ιαματικό νερό, τα υψίπεδα και το χαμηλό υψόμετρο (185μ.) είναι κάποιοι λόγοι, γιατί τα spas προτιμούνται από άτομα με καρδιακές παθήσεις. Οι εγκαταστάσεις περιτριγυρίζονται από πάρκα, δάση κατά μήκος της όχθης του ποταμού Labe. Η φύση και η πόλη, γνωστή από την κατασκευή κρυστάλλου, ηρεμούν τους επισκέπτες τους. Το ήσυχο και ρομαντικό περιβάλλον είναι ιδανικό καταφύγιο όχι μόνο για τους επισκέπτες των spa αλλά και των ενδιαφερόμενων για πεζοπορία και αθλητισμό. Επίσης, το Podebrady είναι το ιδανικό μέρος για την διεξαγωγή συνεδρίων με μικρό αριθμό ατόμων.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Το ιαματικό νερό με υψηλή περιεκτικότητα σε διοξείδιο του άνθρακα εφαρμόζεται για την αντιμετώπιση καρδιαγγειακών παθήσεων, διαβήτη και των επιπλοκών του και κινητικών ανωμαλιών.

Ενεργή Αναψυχή

Τένις, γκολφ, μίνι γκολφ, κολύμβηση, surfing, yachting, ψάρεμα, βόλεϊ, σκοποβολή, ιππασία, squash, bowling, πεζοπορία, ποδηλασία, εκδρομές στην προστατευόμενη περιοχή του «Παραδείσου της Βοημίας», ειδικές εκδρομές με αθλητικές δραστηριότητες, η διάρκεια των οποίων καθορίζεται από τον πελάτη, προγράμματα ομορφιάς, κέντρα αθλητισμού με ειδικά προγράμματα, ημερήσιες κρουαζιέρες στον ποταμό Labe από το Podebrady στο Melnik. Σαββατοκύριακα Γυναίκας, εβδομάδες όχι μόνο για γυναίκες, γονείς και παιδιά, πινακοθήκη σύγχρονης τέχνης, μεσαιωνικό κάστρο, μουσείο.

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

Έναρξη της περιόδου των spa, οι Ημέρες Ποίησης του Podebrady – Μάιος

Οι Διεθνείς Ιπποδρομίες, Podebrady, Πόλη Υγείας (η παρουσίαση και πώληση υγιεινών προϊόντων διατροφής), το Κύπελλο Meyra (αγώνες δρόμου, το Τρίαθλο της Τσεχίας, Αγώνες Terry Fox), οι εορταστικές εκδηλώσεις του Βασιλιά Γεωργίου – Ιούνιος

Η Κρυστάλλινη Καρδιά (Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου και Τηλεόρασης) – Σεπτέμβριος

Prix Bohemia Radio (Διεθνές Φεστιβάλ Ραδιοφωνικών Εκπομπών) – Σεπτέμβριος, Οκτώβριος

Εκδρομές

Πράγα – η πρωτεύουσα της Τσεχίας και πολιτιστικό και διοικητικό κέντρο της χώρας

Chlumec u Nechanic – ένας ρομαντικός πύργος σε Γοτθικό ρυθμό Αγγλίας με πολύτιμες συλλογές και βιβλιοθήκη. Το ενδιαφέρον των επισκεπτών προσελκύει ένα Αγγλικό πάρκο με προστατευόμενη περιοχή κυνηγιού

Kladruba – γνωστό ιπποτροφείο, όπου εκτρέφονται Ισπανικά και Ιταλικά (Νάπολι) άλογα, φημισμένα ως «τα λευκά άλογα του Kladruba»

Kutna Hora – πόλη που ανήκει στον Κατάλογο της Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO

Zehusice – Μπαρόκ πύργος με προστατευόμενη περιοχή για κυνήγι με σπάνια είδη δέντρων και κοπάδι μοναδικών λευκών ελαφιών, ένα από τα τελευταία στον κόσμο

Στα περίχωρα του Podebrady υπάρχουν δεκατέσσερις προστατευόμενες περιοχές με σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας.

Sychrov – ρομαντικός πύργος με αξιόλογη πινακοθήκη με προσωπογραφίες των βασιλέων της Γαλλίας και μελών του Οίκου Rohan

Mnichove Hradiste – πύργος Μπαρόκ ρυθμού με εξαιρετικά διακοσμημένο εσωτερικό και ολοκληρωμένη συλλογή βιβλίων στην βιβλιοθήκη του πύργου Wallstein, της οποίας διευθυντής υπήρξε για μία περίοδο ο Giovanni Giacomo Casanova.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της Ένωσης Ιαματικών Λουτρών (Spas) στην Τσεχία

www.spas.cz

Trebon – Το Κόσμημα της Νότιας Βοημίας

Η αρχαία πόλη του Trebon βρίσκεται στην κυματοειδή τοποθεσία της Νότιας Βοημίας σε υψόμετρο 450μ. Το πανέμορφο τοπίο κατακλυσμένο από πυκνό δασός και γραφικές λίμνες κέρδισε τον χαρακτηρισμό «η πόλη των



λιμνών» για το Trebon και 'το τοπίο με τους καθρέπτες' για την κοιλάδα του και βρίσκεται υπό την προστασία της UNESCO. Για αιώνες, οι κάτοικοι της περιοχής διαμόρφωναν και καλλιεργούσαν τη γη με βόδια. Το υπερβολικό υγρό τοπίο έδωσε ώθηση στην παραδοσιακή, ευρεία ιχθυοτροφία, ιδιαίτερα στον γνωστό «κυπρίνο του Trebon» και στην ανάπτυξη των spa. Το Trebon απ' την αρχή της ύπαρξης του,

κάπου στον 12^ο αιώνα, ήταν πάντοτε αστική περιοχή. Το spa, ο πύργος της Αναγέννησης, τα πάρκα και η μεγάλη έκταση της λίμνης Svet (Κόσμος) διαμορφώνουν ένα μοναδικό τοπίο με ένα ιδιαίτερο τοπικό χρώμα. Μία παραμονή στο spa του Trebon είναι επωφελής και αναζωογονητική όχι μόνο για τους ασθενείς αλλά και για εκείνους που θέλουν να χαλαρώσουν, ζήσουν αξιόλογες πολιτιστικές εκδηλώσεις και να αποκομίσουν ευχάριστες εμπειρίες.



Φυσικές θεραπευτικές πηγές, Ενδείξεις

Η υψηλής ποιότητας λάσπη, φυσική λάσπη και σύγχρονες θεραπευτικές μέθοδοι εφαρμόζονται για την αντιμετώπιση και αποκατάσταση από κινητικά προβλήματα

Ενεργή Αναψυχή

Πισίνες, γυμναστήρια, αθλητικά κέντρα, solarium, γήπεδα τένις, σχολή ιππασίας, ψάρεμα, θαλάσσια αθλήματα, εκπαιδευτικές εκδρομές και ποδηλασία· νοικοκίαση ειδικού αθλητικού εξοπλισμού, ορεινή ποδηλασία και βάρκες Κρουαζιέρες στον ποταμό Svet και στην λίμνη Hejtmán (Chlum u Trebone).

Ετήσιες πολιτιστικές εκδηλώσεις

«Γύρω από το Trebon» (εκδήλωση παραδοσιακής μουσικής) – τελευταία Σαββατοκύριακο Ιουνίου

«Πίσω στο Trebon» (τελευταίο Σαββατοκύριακο Αυγούστου)

Το Καλοκαίρι Πολιτισμού του Trebon (μουσική, ταινίες και οπτικές τέχνες) – Ιούνιος ως Σεπτέμβριος

Κονσέρτα κλασσικής μουσικής – Ιούνιος ως Σεπτέμβριος



Εκδρομές

Cesky Krumlov – η πιο σημαντική πόλη στη νότια Βοημία, που βρίσκεται στον Κατάλογο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO. Στην πόλη υπάρχουν πάνω από 300 κτίρια Γοθικού, Αναγεννησιακού και Μπαρόκ ρυθμού, ένα θέατρο-πύργος Μπαρόκ ρυθμού, μία μοναδική κατασκευή του είδους του σ' όλο τον κόσμο καθώς και μία αναστρεφόμενη αίθουσα στον κήπους του πύργου· όλα διατηρούνται σε άριστη κατάσταση. Πολλούς επισκέπτες προσελκύουν το Διεθνές Κέντρο του Egon Schiele και μουσικές εκδηλώσεις

Jindrichuv Hrade – πόλη με συγκρότημα με πύργο και κάστρο Αναγεννησιακού ρυθμού, όπου λαμβάνουν χώρα κονσέρτα κλασσικής μουσικής. Η πόλη καυχιέται για την μηχανική σκηνή παραδοσιακών εκδηλώσεων, που είναι η μεγαλύτερη στην Τσεχία.

Hlubocka nad Vltavou – ένας πύργος με στυλ Windsor Νεο-Γοθικού ρυθμού με εξαιρετικά πολύτιμες καλλιτεχνικές και ιστορικές συλλογές. Υπάρχει επίσης πάρκο, καταφύγιο θηραμάτων, πτηνοτροφείο φασιανών και ένα μουσείο κυνηγιού και ιχθυοτροφίας


Cervena Lhota – μοναδικός πύργος που βρίσκεται σ' έναν βράχο στο μέσο μιας λίμνης. Στους καλοκαιρινούς μήνες, ο πύργος φιλοξενεί παιδικές θεατρικές παραστάσεις.

Το παρθένο δάσος του Boubin – μονοπάτι για εκπαιδευτικούς στόχους με είδη πεύκης και ελάτης ηλικίας 400 ετών

Εθνικός Δρυμός της Sumava – ένα σύμπλεγμα απίστευτης ομορφιάς με πληθώρα χαρακτηριστικών ειδών χλωρίδας και πανίδας. Είναι πολύ δημοφιλές μέρος για τουρίστες.

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

CZECH REPUBLIC
1 : 1 100 000



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