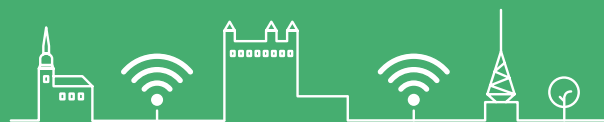


Pripojte sa na bezplatnú  
wifi VisitBratislava



#### EŠTE VIAC ZÁŽITKOV

- Neobmedzené cestovanie verejnou dopravou
- Voľný vstup do vybraných múzeí a galérií
- Bezplatná prehliadka mesta a ďalšie zľavy do výšky 50%

Follow us

- Facebook: Visit Bratislava
- Instagram: @visitbratislava
- YouTube: Visit Bratislava

**Fotografie:** Action Park Čunovo, Jairo Outdoor, Kart aréna, K2, Joga v meste, Black & White golf resort, Farbám neujeď, MS Agency, M. Velček, P. Raždík  
**Mapa:** MAPA Slovakia Editor s.r.o.



Realizované s finančnou podporou Ministerstva dopravy a výstavby Slovenskej republiky.

**Bratislavská organizácia cestovného ruchu**  
Primaciálne nám. 1  
P. O. BOX 349  
810 00 Bratislava  
btb@visitbratislava.com  
www.visitbratislava.com



Online predaj Bratislava CARD

**Turistické informačné centrum**  
Klobučnícka 2  
SK-811 01 Bratislava  
Tel.: +421 2 16 186  
Tel.: +421 2 59356651  
touristinfo@visitbratislava.com



## Golf & wellness

Pre tých návštevníkov, ktorí chcú počas pobytu v Bratislave spomaliť a relaxovať, je tu ponuka golfu a wellness.

### Tipy

Vyskúšajte golfové ihriská a rezorty v blízkosti Bratislavy:

- ▶ **Black&White Golf Resort** Bernolákovo  
18+ jamkový resort (golf.sk)
- ▶ **Golf Club WELTEN** Báč  
18 jamkové ihrisko (welten.sk)
- ▶ **Golfový klub Borša** Hrubá Borša  
18 jamkové ihrisko (golfborsa.sk)
- ▶ **Penati Golf Resort** Šajdkové Humence  
18 jamkové ihrisko (penatigolfresort.sk)

### Tipy

Relaxujte v týchto wellness centrách:

- ▶ **ZION SPA** (zionspa.sk)
- ▶ **Hotel Albrecht Spa&relax centrum** (hotelalbrecht.sk)
- ▶ **Golem Club** (golemclub.sk)
- ▶ **X-BIONIC Sphere** Šamorín (x-bionicsphere.com)
- ▶ **Ponteo wellness** (ponteo.sk)

### Lezecké dobrodružstvo



#### UMELÉ STENY

lezecké centrum Vertigo a lezecká stena K2 – najväčšia na Slovensku (lezeckecentrum.sk)

#### PRÍRODNÉ STENY

platňa nad elektrickým tunelom pod hradom (vysoká 20 m) a mekka domácich lezcov skalné bralo Pajštún pri obci Borinka (výška 30 m)



## Adrenalín

Zmerajte si svoje sily na Divokej vode, leťte s vetrom o preteky, otestujte svoju rýchlosť, obratnosť a pevné nervy.



### Tipy

- ▶ **Kart One Arena** (kartonearena.sk)
- ▶ **Motokáry MAX 60** (motokary.sk)
- ▶ **Curling** (icearena.sk)
- ▶ **Lanoland Koliba** (lanoland.sk)
- ▶ **Lezecký park Tazánia** v Devínskej Novej Vsi (tazania.sk)
- ▶ **Wakelake na Zlatých pieskoch** – wakeboardový vlek, flyboard, beach volleyball, standUp Paddle Board (wakelake.sk)
- ▶ **Kyvadlový zoskok** z mosta Lafranconi z výšky 25 metrov (jairo.sk)
- ▶ **Rafting** v Areáli Divokej voda v Čunove (divokavoda.sk)
- ▶ **Zorbing, štvorkolky, lukostrelba** v Action Park Čunovo (actionpark.sk)
- ▶ **Action Sport Academy** (hangair.sk)
- ▶ **Speedball, klasický či laserový paintball** (spaceworld.sk)
- ▶ **Prechádzka v oblakoch** po okennej rímse okolo vyhliadkovej veže UFO vo výške 85 metrov UFO Skywalk (skywalk.sk)

BRATISLAVA

SK

# Šport & relax

- Zelené zóny pre relax
- Tipy pre aktívnych návštevníkov
- Adrenalín v meste a jeho okolí

BRATISLAVA  
TOURIST BOARD

www.visitbratislava.com



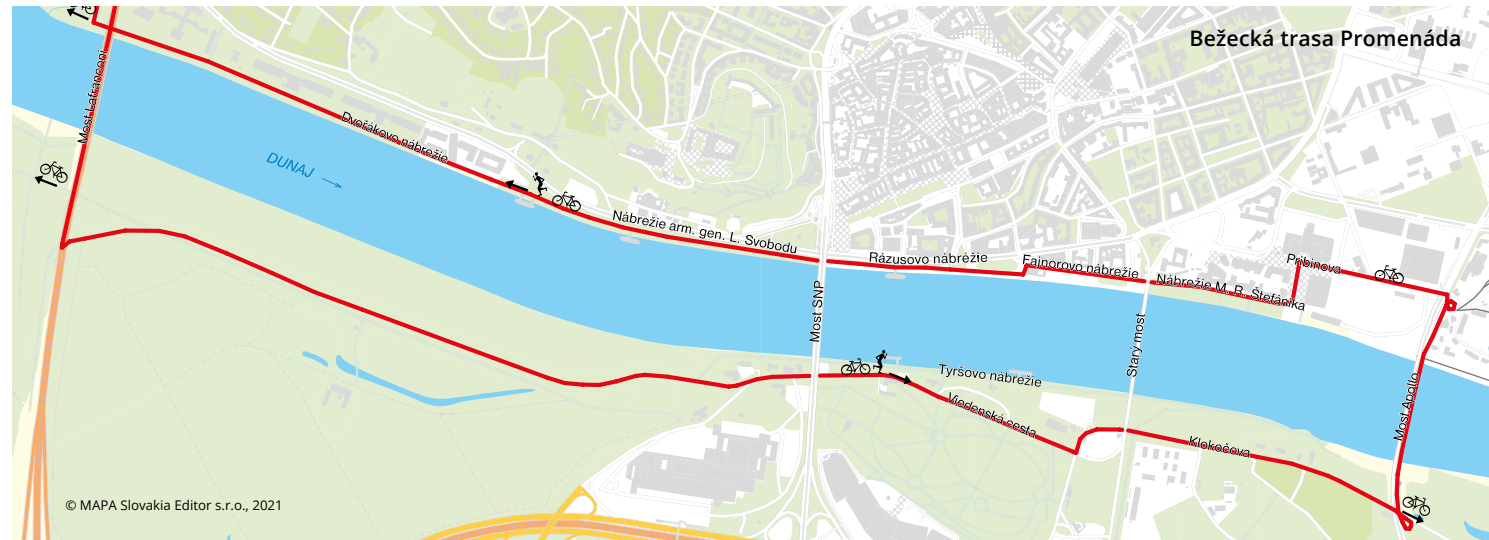


## Vodné športy

Bratislava leží na rieke Dunaj, mesto však obklopuje aj niekoľko nádherných prírodných jazier, napríklad Zlaté piesky, Rusovce, Malý a Veľký Draždiak. Jedinečný aktívny zážitok ponúka Areál vodných športov v Čunove.

- ▶ **Areál vodných športov Čunovo** svojim vybavením spĺňa najvyššie kritériá kvality. Konali sa tu Majstrovstvá Európy i sveta vo vodnom slalome. Sú tu aj tréningové možnosti pre špičkových vodných slalomárov a raftérov, ale aj pre amatérskych športovcov a adrenalínových nadšencov (divokavoda.sk).
- ▶ **Dunaj a jeho mŕtve ramená** lákajú kajakárov, ktorí obľubujú skôr tiché vody a radi by pádlovali na Malom Dunaji. Kajaky si je možné vypožičať v Karloveskej zátoke. Pre milovníkov objavovania nových miest odporúčame celodňový výlet na kanoe, odkiaľ môžete vychutnávať nedotknutú prírodu Malého Dunaja (splavuj.sk).
- ▶ **Rýchločlny, skútre a vodné lyže** je možné odskúšať priamo na Dunaji alebo na jazere Zlaté piesky. Po športovom výkone si môže každý návštevník oddýchnuť opäť na vode počas vyhladkových alebo party plavieb po Dunaji (boats4u.sk, speedboats.sk, wakelake.sk).
- ▶ **Hydrospeed, wakeboarding** čiže splav na divokej vode na doske alebo jazda na doske za motorovým člnom zdvihne adrenalín všetkým návštevníkom. Ponúka ich Areál vodných športov Čunovo. (divokavoda.sk).
- ▶ Blízko centra, na petržalskej strane Dunaja, každoročne oživa **mestská pláž**. Dá sa tu kedykoľvek zahrať volejbal a od júna do augusta je pripravený bohatý tréningový program pre aktívnych návštevníkov pláže.
- ▶ **Posedenie na pláži v Starom Meste pri Dunaji** pod slnečníkmi s dobrým jedlom a nápojmi. Ideálne riešenie pre letné dni a podvečerné stretnutia. (plazstare mesto.sk).

Zoznam kúpalísk v Bratislave a okolí nájdete na [www.visitbratislava.com](http://www.visitbratislava.com)



## Príroda v meste

Bratislava je zelené mesto a zo žiadneho jej konca to nemáte ďaleko do parku či lesa, kde sa dá zdravo relaxovať.



### 🧘 Joga v parku

Sad Janka Kráľa na petržalskej strane Dunaja je najstarším verejným parkom v strednej Európe. V tomto obľúbenom bratislavskom Hyde Parku stretnete okrem aktívnych bežcov aj športových nadšencov jogy, strečingu, či cvičiteľov bojových umení.



V súčasnosti 22 hektárový park, **Horský park**, bol zriadený už koncom 19. storočia a dodnes sa môže pyšiť pôvodnou flórou a faunou. Možno si tu dobre zabehať, trénovať rýchlu chôdzu alebo zacvičiť (horaren.sk).

Oázou oddychu pre domácich i zahraničných hostí je lokalita **Železnej studničky** a s ňou susediaca tzv. **Partizánska lúka**. Nájdete tu lákavé cyklistické a bežecké trate, mini futbalové ihrisko a ihriská s tvrdým povrchom pre basketbal či volejbal. Pod televíznou vežou Kamzík je dobrodružná letná bobová dráha pre malých i veľkých návštevníkov (bobodraha.sk).

Zo **sedáčkovej lanovky** k dominante Bratislavy, Televíznej veži Kamzík, ktorá je v lokalite Koliba, je nádherný výhľad na mesto. Z výšky sa návštevník pokochá aj nádherným výhľadom na jeden z najstarších lesov v pohorí Malých Karpát. Z centra mesta sa k lanovke dostanete za menej ako polhodinu. Lanovka zvezie Vás i Váš bicykel (lanovky.sk).

## Beh v meste

Z času na čas je dôležité urobiť niečo dobré pre svoje telo a behanie je ideálnou alternatívou pre precvičenie celého tela. Bratislava ponúka veľa možností bežeckých trás a podujatí.



### Najznámejšie bežecké podujatia

- ▶ **Národný beh Devín Bratislava:** najstaršie bežecké podujatie už od roku 1947 v dĺžke 11625 m (devin-bratislava.eu)
- ▶ **ČSOB maratón** (42,195 km), **Telekom Night Run**, **History Run** – okruh historickým centrom mesta – cca 6 km (bratislavamarathon.com)
- ▶ **Farbám neujdeš** (farbamneujudes.sk)
- ▶ **Wings for life** (wingsforlifeworldrun.com)
- ▶ **Running tours** (gorunning-toursbratislava.com)

**Bežecká trasa Promenáda** (viď mapa): Stredne náročná trať pre rekreačných aj profesionálnych bežcov v celkovej dĺžke 10 000 metrov. Trať je prevažne rovinatá s minimálnym prevýšením 15 metrov pri výbehoch na lávku Mosta Lafranconi a lávku Mosta Apollo. Dominantou mestskej časti trate je scenéria historického centra mesta a Bratislavského hradu. Petržalská časť vedie cez Pečniansky les a popri Sade Janka Kráľa - najstaršom verejnom parku v strednej Európe. Zmeny smeru trate sú označené informačnými šípkami a vzdialenosť označujú obojstranné kilometrovníky.

### 🏃 Iné bežecké trasy v meste

Pre rekreačných bežcov odporúčame trasy v historickom parku **Sad Janka Kráľa**, v **Horskom parku**, v rekreačnom areále **Železná studnička** alebo okruhy okolo jazier **Malý a Veľký Draždiak**, **Štrkovecké jazero**, **Devínske jazero** a **Kuchajda**.



## Cyklistika

Bratislava ponúka vďaka svojej polohe množstvo atraktívnych cyklotrás aj s prepojením na Eurovelo 6 a 13.



Výborné horské cyklistické trate sú k dispozícii fanúšikom horskej cyklistiky (MTB) na značených trasách okolo Bieleho kríža a televízneho vysielača Kamzík. Lesné cesty tam ponúkajú menej náročnú, ale aj adrenalínovú cykloturistiku pre profesionálov. Viac info: (bikeparkkoliba.sk, mtbiker.sk)

- ▶ **Bikesharing:** Bratislava, tak ako ostatné európske veľkomestá, ponúka službu bikesharing. Žlté bicykle nájdete na 73 dokovacích stanicích, vrátane Starého Mesta. (slovnaftbajk.sk). Nabíjacie stanice pre elektrobicykle: (ebajkconnect.sk)
- ▶ **Južný (pravý) breh Dunaja (Hrádza)** smerom na vodnú priehradu v Čunove je najobľúbenejšou trasou cyklistov, bežcov a korčuliarov. Cestou sa možno zastaviť v Múzeu moderného umenia Danubiana Meulenstein Art Museum (približne 15 kilometrov od centra, danubiana.sk). Odtiaľ trasa pokračuje až k mestu Štúrovo.
- ▶ **Bikepark Koliba** – v lokalite Železnej studničky je pre milovníkov horských bicyklov a rýchlosti celoročne k dispozícii downhillová zjazdová trať s prekážkami Rohatka (dĺžka 1920 m) a jej kratší variant Driver 8 (1300 m).

### Po trase vínnej cesty

🚲 Odporúčame **cyklovýlet po hrebeni Malých Karpát**. Oblasť je taktiež vyhľadávaným vinohradníckym regiónom (bratislavaregion.travel). Spríjemnite si výlet ochutnávkou lokálnych vín (mvc.sk).