

## NŪJOŠANAS MARŠRUTI AUSTRIJĀ, GAŠTEINAS IELEJĀ (pasakainā Zalcburgas zeme vasarā)

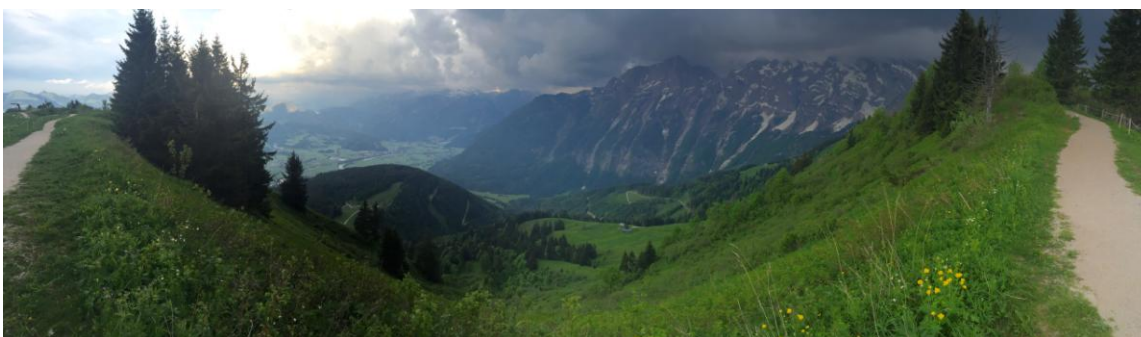
Šo unikālo braucienu organizē **sertificēti Latvijas Tautas sporta asociācijas nūjošanas treneri un instruktori** aktīvās atpūtas cienītājiem ar dažādu prasmju līmeni – ar un bez priekšzināšanām nūjošanā (*sauvakävely/ nordic walking/ скандинавская ходьба*), paredzot iespēju braukt līdzī arī citiem ģimenes locekļiem, draugiem un kolēģiem.



Tā ir iespēja veselīgi un aktīvi pavadīt neaizmirstamas vasaras brīvdienas Austrijas Alpos, iemācīties viegli, droši un tehniski pareizi nūjot vai arī pilnveidot savas jau esošās iemaņas šajā tik populārajā aktīvās (sportiskās) atpūtas veidā. Šī ir labākā iespēja izrauties no ikdienas tiem, kuri ilgojas pēc beznosacījumu atpūtas, baudot gan neapraķstāmos kalnu ceļus, takas, ezerus un ūdenskritumus, gan neparasto kalnu pilsētas reljefu ar “*Belle Époque*” stila mājām, harmoniski iekļaujoties neatkārtojamajā Gašteinas ielejas dabas ainavā.



Bez tam, tā būs fantastiska iespēja iegūt jaunus draugus, domubiedrus un vēl līdz šim nebijušus iespaidus, ņemot vērā, ka Austrijas Alpi ir daļa no **Alpu kalnu sistēmas**, un to augstākā klanu grēda ir *Tauern*, kurā vairāk nekā 300 virsotnes slejas augstāk par 3000 metriem virs jūras līmeņa! Vasarā (bezsniega sezonā) Alpi ir brīnišķīgs apvidus, kuru iespējams apskatīt un sajūst – ejot kājām vai braucot ar divriteni, bet ziemā šeit ir lieliskākie apstākļi slēpošanai – distanču un kalnu nobraucienu trases.



**Plānotais brauciena laiks: 2016.gada 14.-21.augusts**

<b>Svētdiena, 14.08.2016.</b>	Rīga- Brno	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transfērs no Rīgas</li> <li>• Iekārtošanās un nakšņošana viesnīcā 3* Hotel Vista (Brno)</li> </ul>	Autobuss
<b>Pirmdiena 15.08.2016.</b>	Brno- Badgašteina	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transfērs no Čehijas (pēc brokastīm)</li> <li>• Ierašanās un iekārtošanās kūrorta viesnīcā 3* Alpenhotel Simader (Badgašteina)</li> </ul>	Brokastis, autobuss
<b>Otrdiena, Trešdiena, Ceturtdiena, Piektdiena, 16.-19.08.</b>	Gašteinas ieleja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikdienas nūjošanas nodarbības (2-5st.)</li> <li>• Visdažādākā veida iespējamā atpūta, t.sk. aprakstā minēto apskates objektu apmeklējumi, atbilstoši Salzburgerland Card dotajām iespējām</li> </ul>	Nakšņošana viesnīcā, brokastis
<b>Sestdiena, 20.08.2016.</b>	Badgašteina -Brno	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transfērs no kūrorta viesnīcas (pēc brokastīm) caur Zalcburgu</li> <li>• Iekārtošanās un nakšņošana viesnīcā 3* Hotel Vista (Brno)</li> </ul>	Brokastis, autobuss
<b>Svētdiena 21.08.2016.</b>	Brno-Rīga	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mājupceļš uz Rīgu (pēc brokastīm viesnīcā)</li> </ul>	Brokastis, autobuss

**Brauciena dalībnieku izmitināšana tiek plānota gleznaino Augstā Tauerna kalnu ieskaucā klasiskā Alpu stilā ieturētā viesnīcā 3\*Alpenhotel Simader ([www.hotelsimader.at](http://www.hotelsimader.at)), kas atrodas klusā vietā, 500 metru attālumā no Badgašteinas centra, termālā SPA Felsenherme, gaisa vagoniņa Stubnerkogel un dzelzceļa stacijas.**

Kūrortpilsētas *Badgastein* termālo minerālūdeņu baseini ir bagāti ar radonu, un to dziedinošās īpašības pazina jau senie ķelti un romieši, bet šodien tos apmeklē arī karaļnamu pārstāvji, politiķi un mākslinieki, kā arī citi atpūtnieki. Minēto termu, tāpat kā vēl daudzu citu (zemāk aprakstītu) **ievērojamu objektu apskati, t.sk. kalnu pacēlāja izmantošanu, mums nodrošinās Salzburgerland karte**, kuras izmaksas ir iekļautas brauciena cenā.





Šīs omulīgās viesnīcas pietiekami plašie vien- un divvietīgie numuri (ģimemēm ir papildgultas iespēja) ir aprīkoti ar balkonu, kabeļtelevīziju un vannas istabu. Koplietošanas telpās bez maksas ir pieejams bezvadu interneta pieslēgums. Viesnīca piedāvā garšīgas brokastis plašajā, mājīgajā restorānā un pēc aktīvi pavadītas dienas – arī saunu. Bet, pats galvenais, šajā Alpu viesnīcā mūs sagaidīs atsaucīgs, latviešu valodā runājošs personāls!



Brauciena dalībnieku un visu viņu **personīgo mantu (bagāžas, inventāra) nogādāšana līdz kūrorta viesnīcai** ir plānota ar grupas transportlīdzekli (8-vietīgu busiņu), kuru ceļojuma laikā būs iespēja izmantot arī nokļūšanai līdz tuvējām apdzīvotajām (apskates) vietām – *Dorfgastein* (10km), *St.Johann im Pongau* (25km), *Zell am See* (48km), *Krimml* (53km), *Salzburg* (90km) u.c.

**Brauciena cena: 450 euro/personai** (šī cena var mainīties, atkarībā no dalībnieku skaita).

#### **Brauciena cenā ietilpst:**

- Vieta autobusā – transfērs turp-atpakaļ (ieskaitot bagāžas pārvadāšanu un degvielu, ceļa nodokļus)
- Dzīvošana Badgašteinas kūrorta 3\* viesnīcā (5 naktis, ar brokastīm)
- Nakšņošana turp-atpakaļ ceļā 3\* viesnīcā Čehijā (2 naktis, ar brokastīm)
- Ikdienas 2-5 stundu praktiskās nodarbības nūjošanā un dažādas sarežģītības pakāpes kalnu pārgājieni grupās, profesionālu instruktoru vadībā
- Atbilstoša nūjošanas inventāra (nūjas) izmantošana praktiskajās nodarbībās un kalnu pārgājienos visā brauciena laikā
- Dažādu brīvdabas, kultūras un atpūtas objektu apmeklējumi no sportiskajām aktivitātēm brīvajā laikā (pēc grupas dalībnieku savstarpējas vienošanās, dienas otrajā daļā)

#### **Brauciena cenā neietilpst:**

- Pusdienas u.c.uzkodas (arī kafija, dzērieni) dienas laikā un vakariņas
- Grupas transfēra izmantošana un ar to saistītās degvielas izmaksas Zalcburgas kartē minēto objektu apmeklējumiem (ārpus nūjošanas nodarbību plānam)
- Dalībnieku apdrošināšana
- Citas personīgas dabas ar ceļošanu saistītas izmaksas

#### **Mūsu ieteikumi:**

- Nevajadzētu aizmirst ceļojumam nepieciešamos personību apliecinājošos dokumentus – pase (ar derīguma termiņu vismaz 3 mēn. pēc atgriešanās datuma)/ ID karte!

- Vēlama EVAK ceļojumu apdrošināšanas karte (saņemama personīgi, bezmaksas). Skatīt: <http://www.vmnvd.gov.lv/lv/nvd-pakalpojumi/456-evak-karte>
- Viens no galvenajiem nosacījumiem regulārām un ilglaicīgām ārpustelpu nodarbībām – ērti un apstākļiem piemēroti apavi!
- Klimatiskie apstākļi kalnos mēdz būt visai mainīgi (arī vasaras mēnešos), bet aktīvās nodarbības tiek plānotas katru dienu, tāpēc ir jāpadomā par maiņas (t.sk. silto), kā arī vēja un lietus aizsargājošo apģērbu. Tāpat – par galvassegām, plānajiem (nūjošanas) cimdiem, saulesbrillēm un saules (UV)/ vēja aizsargkrēmiem sejas ādai

### Īss apkārtnes raksturojums:

**Austrija** ir viena no mūsdienīgākajām, drošākajām un vislabāk pārvaldītajām valstīm Eiropā. Tomēr, apbrīnojot elpu aizraujošas ainavas vai nesteidzīgi pastaigājoties pa nevainojami sakopto pilsētu un ciematu ielām, var likties, ka laiks šeit ir apstājies un esam nonākuši pagātnē, sen pagājušos Habsburgu impērijas laikos. Austrieši ļoti lepojas ar savām tradīcijām. Iespējams, ka Austrija ir vienīgā vieta Eiropā, kur tautastērps, ko dēvē par *Tracht*, tiek atzīts par svinīgiem brīžiem piemērotu apģērbu, tos valkā visur - pat elegantā ballē vai Vīnes operā.

Mūsu izvēlētais Alpu kalnu reģions piedāvā ļoti plašas iespējas brīvā laika pavadīšanai un atpūtai no ikdienas stresa: tepat ir veseli pieci golfa laukumi, lauka teniss, laivu braucieni, kanoe, vindsērfings, kalnu un dabas pārgājieni, zirgu izjādes, braucieni uz aizām un ūdenskritumiem kalnos, un vēl daudz, daudz vairāk!



Otrpus Alpu kalnu grēdai – Tirole, bet tepat tuvākajā apkārtnē ir ļoti daudz nozīmīgu aktīvās apūtas, kā arī mierpilnas apskates vietu. Zalcburgas zemē ir daudzi ceļotājus inetresējoši rajoni, un pirmām kārtām jau pati šīs federālās zemes galvaspilsēta – **Zalcburga** (apm. 150tkst. iedzīvotāju), kas atrodas Zalchahas upes krastos, ar tās interesantākajiem objektiem: skaistākajām baznīcām, arhibīskapa rezidenci un Mocarta dzimto māju. Te ir apskatāma Mirabellas pils (ar tās neaprakstāmi skaitajiem dārziem), Mocarta konservatorija un Kapucīniešu kalns, bijušā Hoenzalcburgas cietokšņa varenā būve, no kura mūru terasēm paveres brīnišķīgas ainavas pār pilsētu, Zalchahas upi, kā arī varenajiem Alpu kalniem.

Burvīgajai pilsētiņai **Zell am See** (107km no *Salzburg*), kas atrodas Celles ezera rietumu krastā, ir sena vēsture, un šodien tā ar piedāvātajām lieliskās atpūtas iespējām, pilnīgi noteikti ir ievēribas un apmeklējuma vērts ceļojuma galamērķis visās gada sezonās, iekļaujot sevī kādu no Celles ezera regulāro pasažieru kuģīšu satiksmes maršrutiem. Apkārt ezeram – piekrastes promenāde 10km garumā aktīvām pastaigām, dodot iespēju siltās un saulainās vasaras dienās izbaudīt ezera mājīgo pludmaļu *Strandbader Zell am See, Thumersbach und Schuttdorf* piedāvāto atpūtu.

Lihtenšteinas aiza **Liechtensteinklamm** pavisam netālu no *St.Johann* pilsētiņas (68km no *Salzburg*) ir ne tikai viena no skaistākajām, bet arī – dziļākajām brīvdabas ūdens gravām Alpu kalnos. To pavisam noteikti ir vērts apskatīt gan ģimenēm, gan ceļotāju grupām jebkuros laika apstākļos, izmantojot mūsdienīgus un drošu tiltu un kalnu ceļu sistēmu.

Krimles ūdenskritums **Krimmler Wasserfalle** (Krimlā, 5km no *Zell am See*) atrodas *Hoche Tauern* nacinālajā parkā, uz robežas starp Zalcburgas zemi un Tiroli. To veido *Krimlerahle*, kas iztek no tāda paša nosaukma ledāja aptveni 3000m augstumā. Šo ūdenskritumu veido trīs kāpnes un tā kopējais augstums ir 380m, kas pelnīti ir atzīts par augstāko Eiropas kontinentā! Ziemā tas sastingst ledū un dāvā patiesi neaizmirstamu pārdzīvojumu.

Badgašteina (106km no *Salzburg* un 48km no *Zell am See*) ir viena no populārākajām Austrijas termālo ūdeņu kūrortu pilsētām – ar pavisam īpašu šarmu gadsimtu garumā. Mums tiks dota iespēja apmeklēt un baudīt atpūtu **Felsenterme un Alpentherme Gastein**. Relaksēšanās un sevis atjaunošana dzidrajā kalnu gaisā tādā augstumā, kur migla vairs neuzkāpj – 1000 metrus virs jūras līmeņa, kombinācijā ar pasakaino Alpu klimatu un Gašteinas termālo ūdeņu ārstējošo iedarbību, spēj dod neticamus rezultātus!

Mūsu gadījumā, izmantojot *Salzburgerland Card* dotās iespējas, bez jebkādas papildus maksas paceļoties ar **Stubnerkogelbahn kalnu pacelāju**, varēsim iziet 140m garo vanšu tiltu *Hangebrucke* ar caurskatāmu grīdu, iegūt vienreizējas fotogrāfijas uz “*Glocknerblick*” panorāmas skatu platformas un vēl daudz ko citu: ūdenskrātuves aizsprosti un dambji, ko no visām pusēm ieskauj Augstā Tauerna kalnu grēdas klinšainās kaļķakmens smailes, rada unikālu dabas vidi ar neskaitāmām pastaigu takām un gleznainām skatu vietām!



#### **Noderīga papildus informācija:**

<http://www.salzburg.gv.at/htm>

[www.skigastein.com](http://www.skigastein.com)

**Pieteikšanās ceļojumam: (+371) 27717372 Māris Romanovskis (+371) 29412801 Gaļina Gorbatenkova,**

- Jūsu vieta ceļojumam tiks rezervēta pēc avansa iemaksas izdarīšanas **250 euro** apmērā **līdz 15.07.2016.g.**
- Atlikusī summa **200 euro** – ierodoties klātienē un nododot savu ceļojumam nepieciešamo bagāžu busiņā.
- Atsakoties no ceļojuma Jūs zaudējat visu iemaksāto summu, taču pastāv iespēja to pāradresēt citai personai.

**Māris Romanovskis** ([+371 27717372](tel:+37127717372))

*Latvijas Sporta federāciju padomes LSFP sporta speciālista certif.nr.920 (treneris kalnu slēpošanā) & certif.nr.1042 (treneris nūjošanā);*

*Latvijas Slēpošanas un snovborda instruktoru asociācijas LSSIA kalnu slēpošanas instruktora certif.nr.045;*

*National Russian League of Instructors & Member of International Ski Instructors Association NRLI Cert.nr.2207;*

*Schilehrer-Anwärter beim Tiroler Schischul & Schilehrerverband;*

*International Nordic Walking Association INWA & Latvijas Tautas sporta asociācijas LTSA nūjošanas instruktors (IK nr.A00016).*

**Uz tikšanos!** 😊