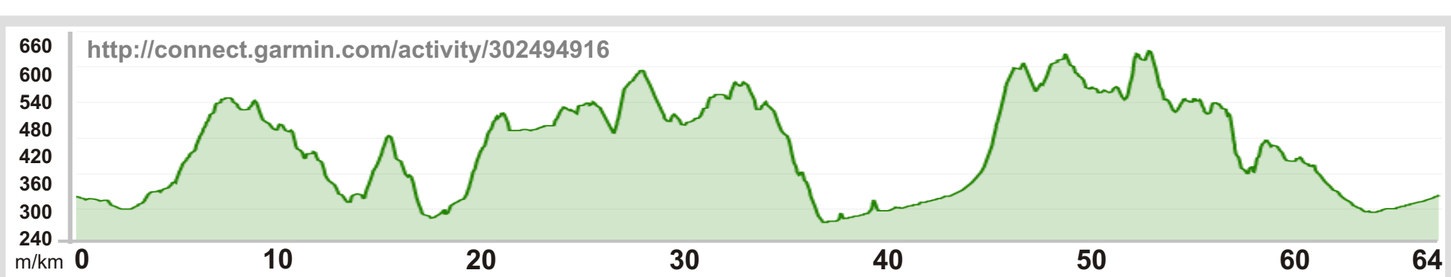
ŠKODA

MARATÓN MARIKOVSKOU DOLINOU 2014

UDIČA | PROSNÉ | HATNÉ | DOLNÁ MARIKOVÁ | KLIEŠTINA | NIMNICA | POVAŽSKÁ BYSTRICA | PÚCHOV



HLAVNÍ PARTNERI:

viac ako / štandard

ŠPORT 3

NUTREND

ŠKODA BIKE OPEN TOUR 2014

REKLAMNÍ PARTNERI:

PARTNERI ZABEZPEČENIA:

PARTNERI BIKER VALAŠSKO-POVAŽSKEJ SÉRIE:

PARTNERI SLOVAK XCM SÉRIE:

MEDIÁLNI PARTNERI:

PARTNERI PITNÉHO REŽIMU:

OBCE A MESTÁ:

Pre tých čo si to chcú vyskúšať (štvrťmaratón)

Dĺžka: 20 km
Prevýšenie:310 m

Je určená rekreačným bikerom a bikerkám, ktorí si chcú vyskúšať atmosféru maratónu no netrúfajú si na dlhšiu trať.

Popis trate: Slávnostný štart pri škole v Dolnej Marikovej, následne jazda po asfaltovej ceste smer Hatné, kde sa odbočí smer Klieština s doprovodom policajného vozidla. Ostrý letmý štart v Hatnom za mostom. Nasleduje prvé stúpanie do obce Klieština, najskôr asfalt a ďalej lúka. Ten, kto nemá natrénované a chce si maratón užiť netreba sa unáhliť a ísť s rozumom. Vychádzate na hrebeň a odbočíte vľavo na hrebeňom značenú modrú značku, po 1,5 km za skokom a veľkou kalužou prichádzate na rázcestie, prechádzate priamo do stúpania. Modrá značka sa odpája doprava. Po 100 m odbočíte doľava na 300 m single track, napájate sa na hrebeňovú zemitú cestu a začínate zjazdovať 1km až na lúku, z ktorej sú opäť nádherné výhľady na okolitú krajinu. Pokračujete priamo cez ňu a mierne sa stáčate doľava popod les. Cestou vchádzate do lesa na križovatke odbočíte v pravo. Po 200m vychádzate na lúčku a zjazdujete nadol. Pred koncom lúčky doporučujeme pribrzdiť. Vchádzate do lesa a po 10m sa prudko stáčate doľava na náš ďalší nádherný singláč, ktorý sa kľukatí najskôr machom a potom ihličím pod storočnými smrekmi. Takto traverzujete 400m, cestou križujete zjazdársku trať, tak sa nedajte zlákať. Vychádzate na lúku a popri kanáli k vodnej elektrárni prichádzate do obce Udiča, tu pri veľkom topoli na ľavej strane odbočíte doľava, pomedzi polia a následne popri kanáli k elektrárni, kde z vody na Vás v nemom úžase kukajú rôzne druhy rýb. Mostíkom ponad kanál do 60 m stúpania do lesa a následne do 200 m zjazdu na lúku, kde po pravej strane máte možnosť vidieť diviačiu oboru. Diviaky už dorástli a majú mladé, radšej ich moc neprovokujte. Inak by mohli prejsť cez ohradu, čím by vám však možno vylepšili časový priemer. Ďalej pokračujete proti prúdu rieky Marikovka, popri železnom moste stále rovno 600m, cez cestu sa prelieva potôčik. Prejdete cezeň a stúpate 60m, odbočíte vpravo nadol po 100m vchádzate do obce Hatné. Krížom cez asfaltovú cestu a už ste na poslednom singláčiku popri rieke. Vychádzate na futbalové ihrisko a smerujete jemne vpravo, tu vychádzate na cestu križujete ju a pokračujete štrkovou cestou popod Hatňanskú skalu, na ktorej je aj zopár zaistených lezeckých ciest. Popri vodárni vchádzate do obce Mariková do cieľa, kde Vás radi privítame.

Pre tých čo si to užívajú (polmaratón)

Dĺžka: 40 km
Prevýšenie:920 m

Je určená rekreačným bikerom, bikerkám a veteránom, ako aj menej skúseným cyklistom, ktorí jazdia na bicykli aspoň raz za týždeň. Doporučujeme najmä prvé stúpanie ísť voľným tempom tak, aby ste si mohli následne užiť krásne výhľady a nádherné single tracky.

Popis trate: Slávnostný štart pri škole v Dolnej Marikovej, následne jazda po asfaltovej ceste smer Hatné, kde sa odbočí smer Klieština s doprovodom policajného vozidla. Ostrý letmý štart v Hatnom za mostom. Nasleduje prvé stúpanie do obce Klieština, najskôr asfalt a ďalej lúka. Ten kto nemá natrénované a chce si maratón užiť, netreba sa unáhliť a ísť s rozumom. Vychádzate na hrebeň a odbočíte vľavo na hrebeňom značenú modrú značku, po 1,5 km za skokom a veľkou kalužou prichádzate na rázcestie, idete stále po modrej značke odbočíte vpravo. Traverzom 500m neskôr poza Upohlavskú skalu. Pozor, kamenistý zjazd občas vynáša, neskôr poľnou zemitou cestou cez lúku, kde možno stretnete stádo oviec. Po 1,5 km začína prejazd hrebeňom, z ktorého sú naozaj nádherné výhľady na okolitú krajinu. Prechádza sa lúkou v časti Zábavy, na ľavej strane cesty sa nachádza kríž medzi dvoma lipami, 15 m za krížom odbočíte vľavo do diery v lese a už ste na začiatku prvého single tracku s názvom **Upohlavský**, ktorý si môžete pozrieť na našom webe. Prechádzate popod skalnatý hrebeň Holíš, z ktorého Vás pozorujú muflóny. Po 500 m prichádzate k studničke, kde sa môžete občerstviť pramenistou vodou. O ďalší 1 km sa napojíte na cestičku so žltou značkou a zozjazdujete smer kúpele Nimnica. Po 150 m pozor, nasleduje ostrá pravá zákruta, ďalej už len krásny lesný zjazd. Zo žltej značky odbočíte vpravo na asfaltový povrch ponad kúpele Nimnica, po 400 m odbočíte vpravo do tretieho stúpania tvoreného štrkovou a zemitou cestou, na vrchole stúpania odbočíte vľavo do zjazdu, po 250 m pozor, nasleduje ostrá pravá zákruta, ďalej stále lesom, vychádzate na lúku v časti Žľabie, tu po lúke odbočíte vľavo. Prechádzate okolo prvých domov v obci Nimnica, cesta sa pripája na asfaltovú cestu a tu odbočíte prudko doprava. Začína tiahle stúpanie po 1 km prechádzate okolo salaša, kde sa môžete občerstviť pivom alebo pochúťkami z ovčieho mlieka. Povrch prechádza do štrkovej cesty, po 1 km odbočíte vpravo smer horný salaš, po 1 km odbočíte vľavo a stúpate, prechádzate okolo polorozpadnutého domu, vpravo po 50 metroch na ľavej strane stará kamenná studňa s pramenitou čistou vodou. Vychádzate na lúku odkiaľ sú opäť nádherné výhľady, následne prechádzate okolo remízok z briez. Na konci lúky odbočíte vpravo a pripájate sa na hrebeňovú žltú turistickú značku po 200m odbočíte vľavo a už ste v rozprávkovom dvojmetrovom papradí, kde začína druhý 3,5 km single track **Púchovský** o ktorý sa starajú Bikeri z Púchova. Ďakujeme Lesomajiteľom za umožnenie prejazdu. Vychádzate na zemitú cestu na hrebeni, odbočíte vpravo na hrebeňovú žltú značku, po 500 m odbočíte doľava popod elektrické vedenie ponad posedenie pri prameni, stále rovno 500m. Prichádzate na čistinku a križovatku ciest. Prechádzate rovno do stúpania. Na vrchu stúpania odbočíte vpravo 200m po hrebeni a do zjazdu. Začínate zjazdovať najskôr lesom a po 300 m vychádzate na najdlhší úsek lúk, odkiaľ sa môžete kochať výhľadmi. Na konci zjazdu nad Hoštinou odbočíte doprava, cez sad smer Klieština. Po ďalších lúčnych „hupoch" prichádzate nad Klieštinu, kde je ďalšia nápojová občerstvovacia stanica, odbočíte doprava na hrebeňom značenú modrú značku, po 1,5 km za skokom a veľkou kalužou prichádzate na rázcestie, prechádzate priamo do stúpania. Modrá značka sa odpája doprava. Po 100 m odbočíte doľava, na 300 m single track, napájate sa na hrebeňovú zemitú cestu a začínate zjazdovať 1km. Až na lúku, z ktorej sú opäť nádherné výhľady na okolitú krajinu. Pokračujete priamo cez ňu a mierne sa stáčate doľava popod les .Cestou vchádzate do lesa, na križovatke odbočíte vpravo. Po 200 m vychádzate na lúčku a zjazdujete nadol. Pred koncom lúčky doporučujeme pribrzdiť.Vchádzate do lesa a po 10m sa prudko stáčate doľava, na náš ďalší nádherný **Udičský** singláč, ktorý sa kľukatí najskôr mechom a potom ihličím pod storočnými smrekmi takto traverzujete 400m, cestou križujete zjazdársku trať tak sa nedajte zlákať. Vychádzate na lúku a popri kanáli k vodnej elektrárni prichádzate do obce Udiča, tu pri veľkom topoli na ľavej strane odbočíte doľava, pomedzi polia a následne popri kanáli k elektrárni, kde z vody na Vás v nemom úžase kukajú rôzne druhy rýb. Mostíkom ponad kanál do 60 m stúpania do lesa a následne do 200 m zjazdu na lúku, kde po pravej strane máte možnosť vidieť diviačiu oboru. Diviaky už dorástli a majú mladé, radšej ich moc neprovokujte.Inak by mohli prejsť cez ohradu, čím by vám však možno vylepšili časový priemer. Ďalej pokračujete proti prúdu rieky Marikovka popri železnom moste stále rovno 600m, cez cestu sa prelieva potôčik. Prejdete cezeň a stúpate 60m, odbočíte vpravo nadol po 100m vchádzate do obce Hatné. Krížom cez asfaltovú cestu a už ste na poslednom singláčiku popri rieke. Vychádzate na futbalové ihrisko a smerujete jemne vpravo, tu vychádzate na cestu križujete ju a pokračujete štrkovou cestou popod Hatňanskú skalu, na ktorej je aj zopár zaistených lezeckých ciest. Popri vodárni vchádzate do obce Mariková do cieľa, kde Vás radi privítame.

Pre náročných závodníkov (maratón) s nádychom histórie

Dĺžka: 64 km
Prevýšenie: 1 520 m

Je určená bikerom, bikerkám, ako aj skúseným cyklistom, ktorí jazdia na bicykli aspoň dva krát za týždeň. Doporučujeme najmä prvé stúpanie ísť voľným tempom tak, aby ste si mohli následne užiť krásne výhľady a nádherné single tracky.

Popis trate: Slávnostný štart pri škole v Dolnej Marikovej.

Osídlenie územia dnešnej obce spadá už do obdobia paleolitu (staršia doba kamenná), čo dokladajú nálezy z tohto obdobia v lokalite Hatné na vyvýšenine Hrádok. Ďalšie nálezy potvrdzujú aj osídlenia v neolite (mladšia doba kamenná), odkryté bolo aj sídlisko lužickej kultúry (roky 400-1300 p.n.l.). S osídlením Marikovskej doliny sme sa doteraz stretli iba na základe zachovaného archeologického materiálu. Neznamená to však, že tu bolo predtým úplne pusté, neosídlené územie.Archeologické nálezy (často iba náhodné a nesústavné) a ďalšie dôkladné štúdium prameňov presvedčivo dokazujú, že takýto názor je neopodstatnený.Prvá zachovaná písomná zmienka dokazuje, že kľúčovým prameňom pre históriu Marikovskej doliny je listina vydaná Karolovi Róbertovi 12. Júla 1321, ktorou daroval majstrovi Ondrejovi, synovi Kilianovmu, za verné služby. Ako dve lehoty (KethLehatha) sa označujú dve vtedy samostatné sídliská, ktoré ležali v chotári dnešnej Marikovej.Vstup do Marikovej vytvára skalnatá brána. Mohutnú červenú skalu, na ktorej sa nachádzali spomínané hatnianske hrádky, tu tok rieky pretína a tvorí dve bradlové terasy, akoby strážcov dediny.O vzniku názvu Mariková hovorí viac pekných povestí, ktoré sa zachovali v ústnom podaní. Jedna z nich hovorí, že ďaleko od preľudnenej oblasti vychádzalo a zapadalo slnko nad rozhnevanými a rozvadenými susednými rodmi. Skoro sa to nedalo vydržať a preto sa rodový staršina Marek rozhodol, že nájde pre svoj rod výhodnejšie miesto. Po dlhom hľadaní sa dostal až k miestu dnešnej Hatnianskej skaly a sem potom priviedol svojich ľudí, ktorí sa začali usadzovať proti prúdu rieky. Prestali pre nich spory a nastal pokojný život. Z vďaky a na pamiatku svojho vodcu Marka, nazvali vraj dedinu Mariková. Nevie sa presne, kedy dostala svoj dnešný názov, ale už roku 1438 sa stretávame s názvom Marykova Lehota. Nesporne je to podľa osoby, pravdepodobne dedičného richtára, ktorý spojí obidve lehoty do jedného celku.Začiatkom 15. st. sa do Marikovej začala valašská kolonizácia. Pri svojom príchode sa usadzovali v horských oblastiach. Vedeli hospodársky využiť aj tú časť pôdy, ktorá dovtedy neprinášala úžitok (horské lúky a rúbaniská). Venovali sa chovu dobytka a oviec. Valachom udeľovali osobitné výhody. Oslobodzovali ich od platenia dní, cla a mýta. Výhody boli dočasné na 12, 15 až 20 rokov. Koncom 17. st. sa pomaly menil charakter valašskej kolonizácie. Vznikali klčoviská-kopanice a valasi postupne prešli na usadlý spôsob života. V roku 1828 žilo v Marikovej v 539 domoch 2317 obyvateľov, ktorí sa živili najmä poľnohospodárstvom a spracovaním dreva z miestnych lesov. Obec Mariková bola najväčšou obcou v Rakúsko-Uhorskej monarchii a i ďalej v nasledujúcich štátoch až do roku 1954, kedy sa Mariková rozdelila na dve samosprávne obce, na Dolnú Marikovú a Hornú Marikovú, na báze cirkevného členenia.Archeologické nálezisko Široká sa nachádza asi 1,5 km severozápadne od obce Dolná Mariková na skalnom výbežku vysokom asi 12-15 m. Tvorí severné ukončenie hrebeňa kopca Michalová (601 m.n.m.) asi 250m nad údolím riečky Marikovka na jej pravom brehu. Na skalnom výbežku bolo Hradisko, kde boli objavené črepy z doby rímskej aj z doby púchovskej kultúry, z obdobia slovanského a i stredoveku. Je veľká pravdepodobnosť, že v blízkom okolí sú ďalšie archeologické náleziská.

Následne jazda po asfaltovej ceste smer Hatné, vchádzate do obce a pred Vami sa po oboch stranách rieky Marikovka nachádzajú v polohe Hrádok dve menšie opevnenia, ktoré dokumentujú jedno z najstarších osídlení v celej Marikovskej doline.

Hrádok na ľavej strane rieky je nielen zachovalejší, ale aj osídlenie je tu oveľa staršie. Pochádza už z 3. tisícročia p.n.l., keď sa tu usadil ľud bádenskej kultúry. Pokračovanie osídlenia v nasledujúcom období zatiaľ nie je doložené, ale až z neskorej doby bronzovej a začiatku staršej doby železnej. Vtedy bolo osídlené nielen vlastné bralo Hrádok, ale aj priestor vedľa neho, kde vzniklo sídlo ľudu lužickej kultúry.Na prelome letopočtov opevnili aj Hrádok na pravej strane rieky, ktorý je zatiaľ už natoľko zničený ťažbou kameňa, že z neho ostalo iba torzo. V tesnej blízkosti tohto opevnenia bolo aj sídlisko ľudu púchovskej kultúry, na ktorom sa našli zlomky nádob, kamenné oslíčky a kusy prepálenej mazanice z výmazu stien drevených obydlí.Pokračovanie osídlenia je potom na dobu skoro jedného tisícročia prerušené, pretože slovanské obyvateľstvo sa tu usadilo až v 9, st.n.l. Trvalo síce len krátko, ale keďže Slovania postupne osídlili celé územie severného Slovenska, bolo len otázkou času, kedy aj tu vznikne stredoveká dedina. Stredoveké nálezy (14.-15. st.) z Hrádku na pravej strane rieky hovoria, že tu bolo zrejme opevnenie miestneho zemepána.

Na križovatke odbočíte smer Klieština s doprovodom policajného vozidla. Ostrý letmý štart v Hatnom za mostom. Nasleduje prvé stúpanie do obce Klieština

Obec Klieština - Obec sa rozprestiera v Podjavorinskej vrchovine. Priemernú nadmorskú výšku má 430 m.Prvá písomná zmienka o obci pochádza z roku 1408. V minulosti bola zemianskou dedinou. Obyvateľstvo sa zaoberalo poľnohospodárstvom a z remesiel sa darilo košikárstvu a sitárstvu.Z územia obce zatiaľ nie sú žiadne priame archeologické nálezy.

Stále stúpate najskôr asfalt a ďalej lúka. Ten kto nemá natrénované a chce si maratón užiť, netreba sa unáhliť a ísť s rozumom. Vychádzate na hrebeň a odbočíte vľavo na hrebeňom značenú modrú značku, po 1,5 km za skokom a veľkou kalužou prichádzate na rázcestie, idete stále po modrej značke odbočíte vpravo. Traverzom 500m neskôr poza Upohlavskú skalu. Pozor, kamenistý zjazd občas vynáša, neskôr poľnou zemitou cestou cez lúku, kde možno stretnete stádo oviec. Po 1,5 km začína prejazd hrebeňom, Odkiaľ sa Vám naskytne výhľad na vodnú nádrž Priehrady mládeže.
Pozehnané Slovensko na mape Európy, pretínajú rozličnými smermi menšie i väčšie rieky, medzi ktorými prvé miesto má Váh. Najväčšiu pozornosť si zaslúži nie pre svoju veľkosť, ale skôr pre svoju užitočnosť a v minulosti škodlivosť. Váh plochou svojho povodia – 11 601,34 km2, zaberá štvrtinu územia Slovenska. Od prameňa po sútok s Dunajom m dĺžku 435,8 km. Od Žiliny po Sereď má spád cca 200 m.

„Oj, Považie naše, by rajská dolina, kto ťa len raz videl, večne ťa spomína." J.M.Hurban

Vodná nádrž Nosice alebo Priehrada mládeže je vybudovaná na úseku, kde Váh tečie najužšou Vážskou dolinou a preteká najostrejšími zákrutami. Priehradný múr je dlhý 472m a vysoký 36m. Plocha nádrže zaberá 5,7km2, maximálna hĺbka je 18m a objem nádrže je 36 mil. m3.Postavená bola v rokoch 1949-1957. Je súčasťou Vážskej kaskády a slúži na vyrovnávanie prietokov Váhu, výrobu elektrickej energie, ochranu pred povodňami, oddych a rybárstvo. Elektráreň má nainštalované 3 kaplanove turbíny s prietokom 3x130m3 a výkonom 67,5 MW. Priemerne vyrobí 157,4 GWh elektrickej energie ročne.

Prechádza sa lúkou v časti Zábavy,vľavo pred vami sa vypína kopec Veľký Žiar s výškou 474 m.n.m. a na jeho juhovýchodnom úpätí bolo zistené osídlenie zo staršej doby rímskej.Vchádzate do časti Humnište,

Toto územie bolo intenzívne osídlené už od staršej doby železnej (haltštadskej), cez mladšiu dobu železnú (latén), až po začiatok doby rímskej. Na sídliskách sa nachádza nielen množstvo zlomkov bežnej keramiky lužickej a púchovskej kultúry, ale aj také nálezy, ktoré sú významným dôkazom spojenia týchto dvoch kultúr, respektíve, že ľud lužickej kultúry bol nositeľom aj nasledovnej kultúry púchovskej, ovplyvnenej keltskou kultúrou.

Na ľavej strane cesty sa nachádza kríž medzi dvoma lipami, 15 m za krížom odbočíte vľavo do diery v lese a už ste na začiatku prvého **Upohlavského** single tracku, ktorý si môžete pozrieť na našom webe. Prechádzate popod skalnatý hrebeň Holíš, z ktorého ste mali prekrásny výhľad do okolia, idete popod skalné bralo. Južné úpätie Javorníkov lemuje bradlové pásmo s vápencovými skaliskami, medzi ktoré patrí aj bralo Holíš s nadmorskou výškou 533 metrov.

Zaiste názov vznikol od slova holý, kopec málo zarastený vegetáciou alebo vôbec, holá skala.Holíš-bralo tvorí hranicu medzi dolným Považím a horným Považím. Z temena brala je prekrásny výhľad na priehradné jazero. Na temene Holíša bol v dobe rímskej drevený hrádok a v sedlách po jeho bokoch boli sídliská asi už od konca doby železnej. Šlo vlastne o trvalé stráženie premávky po vtedajšej trase považskej hradskej, ktorá vtedy išla cez sedlá a nie okolo Váhu. Cez sedlá prechádzala aj na úseku Nimnica – Udiča-Jasenica-Mikšová, bola to kratšia a bezpečnejšia trasa ako pri Váhu.Geologické podložie, nadmorská výška i klimatické podmienky ovplyvnili vegetáciu územia. Možno tu sledovať prelinanie horskej a alpínskej kveteny a teplomilnej panónskej flóry. Medzi najvzácnejšiu kvetenu patrí kavyľ pôvabný a poniklec slovenský.O predhistorických obyvateľoch v sedle Holíša sa uchovala povesť, že to boli takí veľkí obri, že im nohy siahali až do Váhu.

Uvedené bralo trvalo obývajú muflóny a jazveci. Po 500 m prichádzate k studničke, kde sa môžete občerstviť pramenistou vodou. O ďalší 1 km sa napojíte na cestičku so žltou značkou a zozjazdujete smer kúpele Nimnica. Po 150 m pozor, nasleduje ostrá pravá zákruta, ďalej už len krásny lesný zjazd. Zo žltej značky odbočíte vpravo, na asfaltový povrch, ponad kúpele Nimnica.

V roku 1953 pri stavbe Priehrady mládeže, bolo objavené ložisko silno mineralizovanej vody, ktorá sa od 1. apríla 1959 zásluhou MUDr. Jozefa Vajdu, stala základom pre kúpeľnú liečbu. Od svojho vzniku boli pod správou niekoľkých slovenských kúpeľov. Najväčší rozvoj však zaznamenali až od roku 1993 po transformácii na akciovú spoločnosť.Budova „Jilemnický" slúžila v rokoch 1959-1969 ako dorastová liečebňa so zameraním na kardiovaskulárne choroby a celkové oslabenie zdravotného stavu.Od roku 1961 do roku 1967 bola v liečebni pobočka Výskumného ústavu humánnej bioklimatológie v Bratislave s cieľom skúmať účinok minerálnej vody a klímy. Výsledky dopadli veľmi dobre.Veľkým medzníkom rozvoja bolo vyhlásenie za kúpeľné miesto uznesením vlády SSR č.273/69.Liečebné pobyty sú zamerané na liečbu chorôb dýchacích a tráviacich ciest, gynekologických a onkologických chorôb, chorôb z povolania, chorôb pohybového a obehového ústrojenstva, chorôb porúch látkovej výmeny žliaz s vnútornou sekréciou a nervových chorôb. Okrem liečebných pobytov možno využívať relaxačné, víkendové a rekondičné pobyty, alebo pobyty pre seniorov, či ambulantnú liečbu. Blahodárne účinky minerálnej vody v kombinácii s priaznivými klimatickými podmienkami a príjemným prostredím, je možné využiť pri nasledujúcich liečebných procedúrach: pitná liečba minerálnou vodou, uhličité kúpele, vodoliečba, masáže podvodné, klasické, reflexné, liečebný telocvik skupinový a individuálny, elektroliečba, inhalácie, teploliečba, sauna, plávanie a cvičenie vo vode. Pre relax je tu i soľná jaskyňa a medicínske wellness centrum so saunami, vírivkou, Kneippovými kúpeľmi a tepidárium. Kúpele Nimnica majú bohaté možnosti pre vyplnenie voľného času priamo vo svojom areáli alebo v blízkom okolí. Okrem ponuky organizovaných výletov, exkurzií a vychádzok je tu možnosť individuálnej nenáročnej turistiky v okolitej prírode, bohatej na lesné cestičky, romantické zákutia, huby a úchvatné výhľady.

Po 400 m odbočíte vpravo do tretieho stúpania, tvoreného štrkovou a zemitou cestou, na vrchole stúpania odbočíte vľavo do zjazdu, po 250 m pozor, nasleduje ostrá pravá zákruta, ďalej stále lesom, vychádzate na lúku v časti Žľabie, tu po lúke odbočíte vľavo. Prechádzate okolo prvých domov v obci Nimnica, cesta sa pripája na asfaltovú cestu a tu odbočíte prudko doprava. Začína tiahle stúpanie po 1 km prechádzate okolo salaša, kde sa môžete občerstviť pivom alebo pochúťkami z ovčieho mlieka. Povrch prechádza do štrkovej cesty pod vami sa nachádza asi 1 ha chráneného územia – mokraď v oblasti Nimnického potoka. Ochrana sa vzťahuje na výskyt vzácnych druhov živočíchov, po 1 km odbočíte vľavo smer horný salaš, po 1 km odbočíte vľavo a stúpate, prechádzate okolo polorozpadnutého domu, vpravo po 50 metroch na ľavej strane stará kamenná studňa s pramenitou čistou vodou. Vychádzate na lúku odkiaľ sú opäť nádherné výhľady,prechádzate okolo remízok z briez. Na konci lúky odbočíte vpravo a pripájate sa na hrebeňovú žltú turistickú značku po 200m odbočíte vľavo a už ste v rozprávkovom dvojmetrovom papradí, kde začína druhý 1,5 km **Púchovský** single track. Ďakujeme Lesomajiteľom za umožnenie prejazdu. Vychádzate na zemitú cestu na hrebeni.Ak by ste išli hrebeňom priamo dôjdete po 800m až k Púchovskej skale.

Mesto Púchov patrí k najznámejším archeologickým náleziskám nielen na území Slovenska,ale aj celej strednej Európy.Jeho význam vstúpil do povedomia verejnosti až koncom minulého storočia,keď tu robil svoje amatérske výskumy barón Hoenning.Bol to dôstojník rakúskej armády,ktorý žil na dôchodku v odkúpenom dome na Moravskej ulici a na miestnom cintoríne je aj pochovaný. Žiaľ,väčšina nálezov putovala do múzeí vo Viedni a Budapešti,časť sa dostala do SNM v Martine a iba zvyšok je uložený v Považskom múzeu. Najznámejšou lokalitou v Púchove je Skalka,hlavný priestor výskumov baróna Hoenninga.Bohatá kolekcia archeologických pamiatok dokumentuje jej osídlenie v období od paleolitu,keď tu bolo sídlisko lovcov mamutov a sobov (našli sa tu kosti mamutov v hĺbke 6-7 m a 700 kusov sobích parohov),cez neolit(keramika a brúsené kamenné nástroje), mladšiu dobu bronzovú(nálezy lužickej kultúry).Keramika a bronzové predmety - ozdoby svedčia o tom,že tu v mladšej dobe bronzovej bolo významné centrum remesiel a obchodu.Najväčší rozvoj zaznamenala lokalita v období púchovskej kultúry, najmä v I.stor.pr.n.l. a potom v 1.-2.stor.n.l.Vtedy sa stala

PROSNÉ (Zlatý kôň)
Žel.oštep (PK - L)

DOLNÁ MARIKOVÁ (Široká)
Žel.kríž.kovanie konsk.ohlávky (VM)

HATNÉ (Pod Hrádkom).Praslen a polotovar (L)

PROSNÉ (Zlatý kôň).Súbor nálezov (PK)

obchodným strediskom pre celé severozápadné Slovensko a sústreďovalo sa tu veľké množstvo importov z rímskych provincií.Zánik osídlenia koncom 2.stor.n.l. spôsobili boje medzi Rimanmi a Germánmi počas vlády cisára Marca Aurélia za tzv.markomanských vojen.Niektoré nálezy datovateľné do 3.stor.však naznačujú,že toto významné stredisko mohlo bez väčšieho prerušenia fungovať aj v tomto období.Územie dnešného Púchova je doslova posiate významnými archeologickými náleziskami.Medzi najstaršie patrí kostrové pohrebisko unetickej kultúry zo staršej doby bronzovej,ktoré sa tu zistilo ešte v 30-tych rokoch.Patrí medzi najvýchodnejšie lokality tejto kultúry na Slovensku a spolu s podobným pohrebiskom nájdeným v Hloži sú to jediné dve lokality vôbec na území severozápadného Slovenska.Najväčšie popolnicové pohrebisko lužickej kultúry na severozápadnom Slovensku sa zistilo v priestore Pod Lachovcom: medzi cintorínom,ZŠ Komenského,ulicou Janka Kráľa a areálom nemocnice.Na ploche 5-6 ha sa tu nachádzali žiarové hroby,z ktorých sa preskúmala iba nepatrná časť.Ostatné boli zničené výstavbou súkromných domov,podnikových a štátnych bytoviek. Používanie tohto významného pamätníka sa dá určiť na 5-6 storočí, keď tu pochovávali svojich mŕtvych obyvatelia viacerých okolitých osád.Okrem bežných samostatných popolnicových hrobov tu boli aj veľkorodinné hrobky pod kamennými mohylami.V strede mohyly bol obyčajne jeden hrob a v jeho tesnej blízkosti niekoľko ďalších.Okrem množstva keramiky sa v hroboch nachádzali aj bronzové ozdoby,ale tiežvýrobky zo skla a jantáru.Pohrebisko patrilo obyvateľstvu bežných roľnícko-pastierskych osád a v rámci severného Slovenska ho radíme k najstarším.Tieto zároveň dokumentujú ,že lužická kultúra sa na severnom Slovensku priamo formovala,čiže neprišla sem až v štádiu plného rozvoja. Toto zistenie patrí k najzávažnejším výsledkom doterajšieho bádania.Pri výstavbe mäsokombinátu sa porušilo veľké sídlisko púchovskej kultúry,z ktorej sa podarilo zachytiť iba časť splanírovaných objektov a keramiku datovanú do I.stor.pr.n.l.Po Skalke je to druhé najvýznamnejšie nálezisko púchovskej kultúry na území vlastného mesta ,ktoré bolo,žiaľ,úplne zničené a nestačili sme tu urobiť ani len zisťovací výskum.K Púchovu boli postupne pričlenené tieto obce: Horné Kočkovce, Hoštiná,Hrabovka,Ihrište,Nosice,Vieska-Bezdedov.Aj z nich poznáme niekoľko dôležitých archeologických nálezísk,ktoré pomerne dobre dokumentujú najstaršie osídlenie dnešného veľkého Púchova.
Odbočíte vpravo na hrebeňovú žltú značku, po 500 m odbočíte doľava popod elektrické vedenie, ponad posedenie pri prameni stále 500m rovno . Prichádzate na čistinku a križovatku ciest. Prechádzate rovno do stúpania. Na vrchu stúpania odbočíte vpravo 200m po hrebeni a do zjazdu. Pred Vami na opačnej strane obce Oblasť Hoštiná bola osídlená už v dobe dávnejšej, o čom svedčia archeologické nálezy. Severne od obce, v polohe Podnitrovie, sa na miernom návrší, zovretom dvoma malými potôčikmi našlo na oráčinách niekoľko črepov z nádob, ktoré patria do mladšej doby bronzovej a dokumentujú tu jestvovanie sídliska lužickej kultúry. Ďalšou polohou sú Nivy, kde sa zistilo sídlisko púchovskej kultúry z prvého st. p.n.l. a potom z obdobia stredoveku (13. st.). Začínate zjazdovať najskôr lesom a po 300 m vychádzate na najdlhší úsek lúk, odkiaľ sa môžete kochať výhľadmi. Na konci zjazdu nad Hoštinou odbočíte doprava cez sad smer Klieština. Po ďalších lúčnych „hupoch" prichádzate nad Klieštinu, kde je ďalšia nápojová občerstvovacia stanica, odbočíte doprava na hrebeňom značenú modrú značku, po 1,5 km za skokom a veľkou kalužou prichádzate na rázcestie, prechádzate priamo do stúpania. Modrá značka sa odpája doprava. Po 300 m sa napájate sa na hrebeňovú zemitú cestu pod vrcholom Diel. Na vrchu Diel bolo sídlisko lužickej kultúry. Začínate zjazdovať 600m. Po ľavej strane spomedzi stromov je vidieť na prírodný amfiteáter Uhliská.
V šesťdesiatych rokoch (1966) bol realizovaný záchranný archeologický výskum. Priestor s nálezmi nebol veľký (10x11m), ale o to viac pamiatok sa tu podarilo zachrániť. Priamo v oráčine sa vyskytovalo veľké množstvo zlomkov z nádob, ale aj drobné predmety z bronzu, železa aj skla a našla sa aj malá minca zo zlata keltského pôvodu, ktorá váži len 0,13g. Pri podrobnom prieskume náleziska sa zistilo, že tu bolo obetisko ľudu púchovskej kultúry v 2.-1. st. p.n.l., kde sa uskutočňovalo obetovanie výrobkov, zvierat aj ľudí vtedajším pohanským božstvám. Na okraji náleziska sa zistila hlboká jama ľadvinového tvaru, vyplnená čiernou mastnou zeminou a drobnými nálezmi, do ktorej sa odlievala krv obetovaných zvierat a zrejme aj ľudských obetí. Spálené kostrové zvyšky sa pri analýze v Archeologickom ústave v Prahe podarilo identifikovať ako pozostatky 3-5 dospelých mužských jedincov vo veku 40-50 rokov. Tieto barbarské obrady priniesli na naše územie Kelti, ktorí spolu s domácim ľudom lužickej kultúry prispeli k sformovaniu sa púchovskej kultúry.Druhé podobné obetisko (pohanský chrám) sa na Slovensku našlo na hradisku púchovskej kultúry Havránok pri Liptovskej Mare, kde sa v hlbokých šachtách objavili kostry dievčat vo veku 18-20 rokov.Drobné predmety nájdené v Prosnom boli prakticky všetky deformované a polámané, pretože ich zámerne poškodzovali počas obradov a hádzali do obetných ohňov. Taktiež veľa črepov prešlo ohňom, pretože boli sekundárne prepálené. Celý priestor náleziska sa javil ako tmavý ľľak v svetlej ilovitej zemine, ktorý bol intenzívne premiešaný uhlíkmi a popolom.Obetnú jamu zrejme pravidelne čistili, preto sa tu našli pamiatky len z posledného obdobia jej používania. Obetisko slúžilo širšiemu regiónu do okruhu 20-30 km a obyvatelia osád z tohto územia sem chodili pravidelne obetovať počas dlhého obdobia. Obetisko v Prosnom je výnimočnou lokalitou púchovskej kultúry v rámci celého Slovenska a možno v budúcnosti sa podarí aj objav iných podobných nálezísk v ďalších regiónoch Slovenska.

Ďalej zjazdujete až na lúku, z ktorej sú opäť nádherné výhľady na okolitú krajinu a najvyšší vrchol Udiče Klapy, vypínajúce sa do výšky 654 m.n.m.

Klapy sú prírodnou rezerváciou, významná najmä z geologického a geomorfologického hľadiska. Ide o skalnatý vrch nad vodnou nádržou Priehrady mládeže, tvorený vápencami bradlového pásma, ktorý je rozdelený na Malé a Veľké Karpaty. Zaujímavý je pôvod názvu Klapy v miestnom nárečí Kľapé. Podobného pôvodu je aj latinský názov Calpe, Kalpe, ktorým bol v dobe rímskej označený prieplav Gibraltár. Historici usudzujú, že názov Klapy je aspoň dvetisícročný. Udiča patrí medzi najsilnejšie osídlené územia okresu Považská Bystrica. V samotnej Veľkej Udiči sa už dávnejšie nachádzali praveké výrobky – jaspisové a pazúrikové nástroje pravdepodobne z neolitu, keramika lužickej a púchovskej kultúry, ale aj zlomky slovanských nádob. Na vrchu Klapy boli objavené črepy z doby sťahovania národov a črepy mladohradištné.Najdôležitejšou lokalitou v chotári Veľká Udiča je sídlisko v polohe Mikulské pole, ktoré sa nachádza medzi polohami Klapy a Hradište. Množstvo nálezov, najmä keramiky, datuje osídlenie od mladšej doby bronzovej až po koniec staršej doby železnej. Okrem črepov lužickej kultúry sa tu našli aj kamenné oslíčky a tiež forma na odlievanie bronzových špiráliek, vyrobené z pieskovcového kameňa.Ďalšie sídliská lužickej kultúry sa zistili aj v polohe Podvažie, kút na návrší pod severozápadným výbežkom Klapy. Nálezy púchovskej kultúry sa zistili ešte aj v polohe Lipovica, na severnom svahu Klapy, kde boli aj železné predmety ako klinec, kovanie na nôž, na nivke pod dnešnou školou.Veľká Udiča bola osídlená i v dobe laténskej (400 r. p.n.l.). Vtedy prišli na severné Slovensko Kelti a pravdepodobne ovládli domáce obyvateľstvo.Klapy patria medzi najbohatšie náleziská ponikleca slovenského v okolí, najmä na južnej strane. Darí sa tu aj vzácnej rastline „Kavyľ pôvabný", ktorá je náročná na vápencový poklad a teplo.Za veľkými Klapmi stojí osamelá skala zvaná Cigánka. Tento skalný výčnelok totiž pripomína ženu s dieťaťom v rukách. Povesť hovorí o cigánke, ktorá tu za trest skamenela.

Pokračujete priamo cez lúku a mierne sa stáčate doľava popod les .Cestou vchádzate do lesa, na križovatke odbočíte v pravo . Po 200 m vychádzate na lúčku a zjazdujete nadol . Pred koncom lúčky doporučujeme pribrzdiť .Vchádzate do lesa a po 10m sa prudko stáčate doľava