



Karlovy Vary



Mariánské Lázně



Františkovy Lázně



Poděbrady

**1 Karlovy Vary** • Η λουτρόπολη του Karlovy Vary βρίσκεται καλά κρυμμένη στην κοιλάδα του ποταμού Tepla στο δυτικό μέρος της Βοημίας. Χτίστηκε το 1350 από τον Κάρολο IV, Βασιλιά της Βοημίας και Αυτοκράτορα της Αγίας Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας. Αναμφισβήτητα πρόκειται για τα μεγαλύτερα και πιο γνωστά ιαματικά λουτρά στη Τσεχία. Το Κάρολβυ Βάρυ είναι δημοφιλές σε όλες τις γωνιές του κόσμου. Οι επιβλητικοί δρόμοι και η αρχιτεκτονική ξεπροβάλλουν σ' ένα ρομαντικό τοπίο μέσα στα βουνά. Με χιλιόμετρα δασικών μονοπατιών, η λουτρόπολη προσφέρει τη δυνατότητα για καταπληκτικούς περπάτους με μαγευτική θέα της κοιλάδας. Επιπρόσθετα, το Karlovy Vary είναι μία πόλη 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 αίσλη της κοινωνικής ζωής. Είναι, επίσης, γνωστή για την παραδοσιακή παραγωγή κρυστάλλου με την επωνυμία Moser και πορσελάνης στο Dvory και Stara Role.

**2 Mariánske Lázně** • Η Mariánske Lázně βρίσκεται σε μία πανέμορφη κοιλάδα στη Δυτική Βοημία. 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 Lázně έχει προικιστεί με φυσικό πλούτο και μία ανεξάντηλη 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<sup>ο</sup> αιώνα. Θησαυρός και κυρίαρχο χαρακτηριστικό της πόλης είναι τα Νεοκλασικά κτίρια με τους εξαιρετικούς στίλους του 1889.

**3 Františkovy Lázně** • Το Františkovy Lázně χτίστηκε το 1793 και βρίσκεται στο δυτικό άκρο της Τσεχίας. Η μικρή και φιλική λουτρόπολη, που διατηρεί την ατμόσφαιρα των αρχών του 20<sup>ου</sup> αιώνα, είναι από τις πιο γραφικές ιαματικές πηγές της χώρας εξαιτίας της Νεοκλασικής αρχιτεκτονικής των κτιρίων των spas, που φτάνουν στους πρόποδες των 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 περπάτους υπό τον ήχο κλασικής μουσικής. Όλα αυτά τα χαρακτηριστικά προστίθενται στις θεραπευτικές ιδιότητες των υδάτων με αποτέλεσμα την πλήρη ικανοποίηση και ευχαρίστηση των επισκεπτών.

**4 Poděbrady** • Η αρχαία πόλη του Poděbrady βρίσκεται στην εύφορη πεδιάδα του Polabí 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 αβαθείς τμήμα του ποταμού Labe. Τον 15<sup>ο</sup> αιώνα, ο βασιλιάς Γεώργιος του Poděbrady εξασφάλισε ειδικά προνόμια για την πόλη και τον 17<sup>ο</sup> 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 άρχισαν 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 κάποιιο λόγοι, γιατί τα spas προτιμούνται από άτομα με καρδιακές παθήσεις. Οι εγκαταστάσεις περιηγηρίζονται από πάρκα, δάση κατά μήκος της όχθης του ποταμού Έλβα (Labe).

**5 Jachymov** • Λουτρόπολη στη δυτική Βοημία, που βρίσκεται στην δασική κοιλάδα στους πρόποδες των Ορέων Krušné 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<sup>ο</sup> αιώνα η πόλη είχε το δικό της νόμισμα, thaler, απ' όπου πήρε το όνομά 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 κατέφεραν να απομονώσουν το ραδόνιο και το πολόνιο, τα πρώτα ραδιενεργά στοιχεία από τον ουρανική του Jachymov. Η ανακάλυψή τους οδήγησε στην έρευνα των βιολογικών και θεραπευτικών ιδιοτήτων της ραδιενέργειας στον ανθρωπίνιο οργανισμό και τις πιθανότερες χρήσεις του για θεραπευτικούς σκοπούς. Η ανακάλυψη των πλούσιων σε ραδόνιο πηγών στα μέχρι πρότινος αργυρωφωρέα το 1906 έδωσε ώθηση στην δημιουργία spa ραδονίου, τα πρώτα παγκοσμίως.

**6 Teplice** • Το Lázně Teplice 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 Krušné και στους πρόποδες των υψιπέδων 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<sup>ο</sup> 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. Τμήμα της Lázně Teplice βρίσκεται στην λουτρόπολη Dubí σε κοντινή απόσταση, που εξειδικεύεται στην αντιμετώπιση κινητικών προβλημάτων καθώς και πνευματικών ανωμαλιών και παθήσεων του νευρικού συστήματος.

**7 Janske Lazne** • Το Janske Lazne, μία μη-παραδοσιακή πύλη για τα Όρη Κρkonose, την υψηλότερη οροσειρά της Τσεχίας, βρίσκεται στους πρόποδες του Cema 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 Κρkonose. Οι θεραπευτικές πηγές αναφέρθηκαν πρώτη φορά στις αρχές του 15<sup>ου</sup> αιώνα. Από τότε, οι πηγές χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση πολλών ασθενειών. Το 1935 εγκαταστάθηκε στην περιοχή ένα ανατορικό παίδων για την θεραπεία πολιομειλίτιδας στα πρότυπα των Warm Springs στις Η.Π.Α., το πρώτο νοσοκομείο του είδους του στην Ευρώπη.

**8 Luhacovice** • Η πόλη της Luhacovice βρίσκεται στην προστατευόμενη περιοχή των Bílé Karpaty στο νοτιοανατολικό τμήμα της Μοραβίας κουρνιασμένη σε μία γραφική καταπράσινη κοιλάδα, της οποίας δασώδεις πλαγιές υψώνονται στα 600μ. Τα τοπικά spa έχουν μακρά παράδοση τριών αιώνων. Η Luhacovice άνησε στις αρχές του 20<sup>ου</sup> 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, ημερών τον επισκέπτη. Η Luhacovice συγκαταλέγεται στα σημαντικότερα spa παγκοσμίως.

**9 Jeseník** • Η πόλη του Jeseník βρίσκεται στην 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<sup>ης</sup> ετετιέου από τη γέννησή του, το όνομα του θεραπευτή μπήκε στο Ημερολόγιο των Παγκοσμίων Επιστηλών της UNESCO. Το Jeseník βρίσκεται σε παρθένα δασώδη περιοχή με μικροκλιματικές ιαματικές πηγές, που, ωστόσο, προσφέρουν στους επισκέπτες μία σειρά δραστηριοτήτων για θερινά και χειμερινά αθλήματα.

**10 Trebon** • Η αρχαία πόλη του Trebon βρίσκεται στην κυματοειδή τοποθεσία της Νότιας Βοημίας σε υψόμετρο 450μ. Το πανέμορφο τοπίο κατακλυσμένο από πυκνό δάσος 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 διαμόρφωσαν και καλλιεργούσαν τη γη με βόδια. Το υπερβολικά υγρό τοπίο έδωσε ώθηση στην παραδοσιακή, ευρεία ιχθυοτροφεία ιδιαίτερα στον γνωστό «κυπρίνο του Trebon» και στην ανάπτυξη των spa. Το Trebon απ' την αρχή της ύπαρξής του, κάπου στον 12<sup>ο</sup> 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, να ζήσουν αξιόλογες πολιτιστικές εκδηλώσεις και να αποκομίσουν ευχάριστες εμπειρίες.



Jachymov



Trebon



Luhacovice