TURISTICKÝ SPRIEVODCA PO DEDINE NIŽNÁ

PRZEWODNIK TURYSTYCZNY PO WSI NIŻNA

TOURIST GUIDE TO THE NIŽNÁ VILLAGE

POUŽITÁ LITERATÚRA / WYKORZYSTANA LITERATURA / BIBLIOGRAPHY:
- Peter Huba, Nižná slovom aj obrazom, Neografia a.s. Martin 1994
- Peter Huba, Nižná 600, Tlačiareň VRÁBEL Dolný Kubín 1995
- Zemianska Dedina 650. výročie, 2005

OSLOVENÍ ODBORNÍCI NA SVOJU OBLASŤ/ EKSPERCI W DANEJ DZIEDZINIE/ FIELD EXPERTS:
Mgr. Marek Reguly, Mgr. Barbora Lofajová Danielová, Andrej Brčák, Miloš Kuboš

ÚPRAVA SLOVENSKÝCH TEXTOV / KOREKTA TEKSTÓW SŁOWACKICH / EDITING OF SLOVAK TEXTS:
Ing. Zuzana Floreková, Mgr. Monika Slobodová

PREKLAD DO POĽSKÉHO A ANGLICKÉHO JAZYKA / TŁUMACZENIE NA JĘZYK POLSKI I ANGIELSKI / POLISH AND ENGLISH TRANSLATION:
Joanna Aleksandra Wicik

AUTORI FOTOGRAFIÍ / AUTORZY ZDJĘĆ / PHOTOGRAPHERS:
Miloš Žák, Miloš Kuboš, Lukáš Kucej, Ing. František Mišík, Mgr. Jaroslav Suchánek, archív *MY ORAVA SME*, archív *Nižnianskych ozvien*, archív *www.visitorava.sk*

GRAFICKÁ ÚPRAVA / OPRACOWANIE GRAFICZNE / GRAPHIC DESIGN:
BY STORY – Terézia Drozdová

VYDALO / WYDAWCA / PUBLISHED BY:
Mesto Mszana Dolna

ISBN 978-83-963135-3-9

Vydanie I / Wydanie I / 1st Edition, Mszana Dolna 2022

TLAČ / DRUK / PRINT:
Zakład Poligraficzny „Sindruk“, ul. Firmowa 12, 45-594 Opole

Výhradnú zodpovednosť za obsah tejto publikácie nesú jej autori a nedá sa stotožniť s oficiálnym stanoviskom Európskej únie a Euroregiónu „Tatry”.

Wyłączną odpowiedzialność za zawartość niniejszej publikacji ponoszą jej autorzy i nie może być ona utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Unii Europejskiej oraz Euroregionu „Tatry”.

The parties solely responsible for the contents of this publication are its authors and it is not to be identified with an official position of the European Union.

Obsah / Spis treści / Table of contents

	strana / strona / page
Obec Nižná / Wieś Niżna / Nižná Village	**6 – 19**
História obce Nižná / Historia wsi Niżna / The History of the Nižná village	6 – 7
Nižná v súčasnosti / Niżna dzisiaj / Present day Nižná	8 – 11
Kultúrny dom a obecný úrad / Dom kultury i Urząd Gminy / Cultural Centre and Municipal Office	12 – 15
Ulica Nová Doba / Ulica Nová Doba / Nová Doba Street	16 – 17
Železnica / Kolej / The Railway	18
Areál bývalého podniku Tesla Orava / Dawne tereny zakładów Tesla Orava / Former area of the Tesla Orava factory	19
Kostol sv. Gála / Kościół pw. św.Gawła / The St. Gall Church	**20 – 25**
Sakrálne pamiatky / Zabytki sakralne / Religious artefacts	24 – 25
Zemianska Dedina / Zemianska Dedina / Zemianska Dedina	**26 – 31**
Kaplnka sv. Anny / Kaplica św. Anny / St. Anne Chapel	28 – 29
Kostol sv. Joachima a Anny / Kościół pw. św. Joachima i św. Anny / SS Joachim and Anne Church	30 – 31
Františkova huta / Františkova huta / Františkova huta	**32 – 33**
Vrch Ostražica – symbol Nižnej / Góra Ostražica – symbol Niżnej / Ostražica Peak – the symbol of Nižná	**34 – 41**
Nižná a jej okolie / Niżna i okolice / Nižná and its surroundings	38 – 41
Cyklotrasy / Trasy rowerowe / Biking trails	**40 – 45**
Športové aktivity / Atrakcje sportowe / Sports	**46 – 47**
Oravský región / Region Orawa / Orava region	**48 – 49**

MIESTNE ČASTI / DZIELNICE / LOCAL PARTS

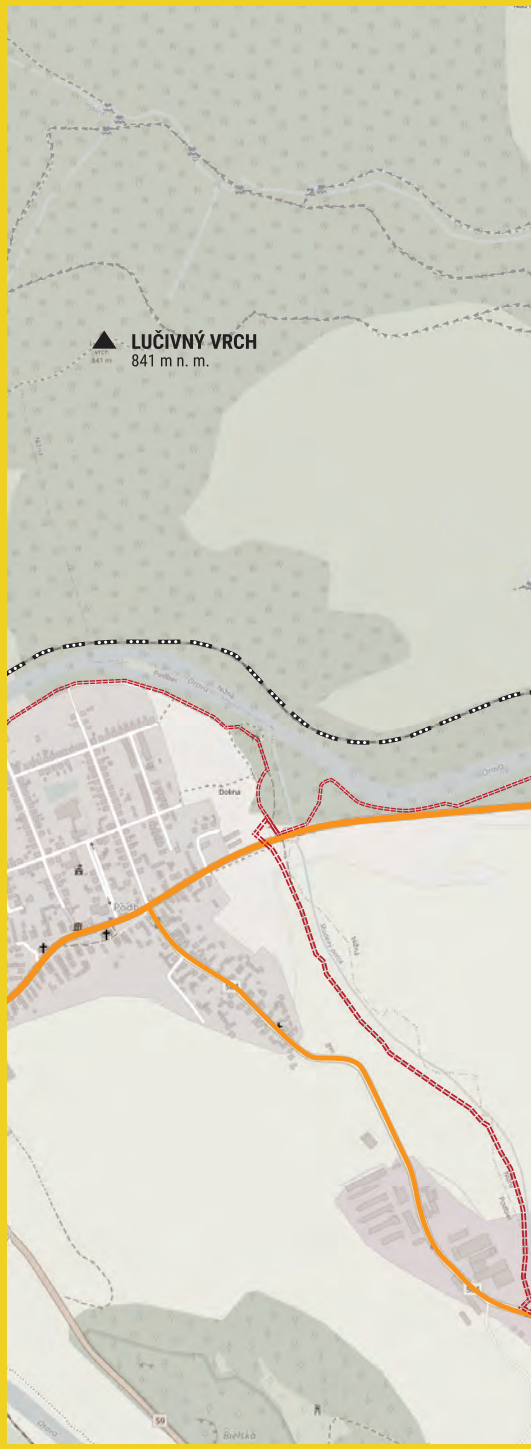
- Dedina
- Kolónia
- Malá Orava
- Vintiška
- Zemianska Dedina

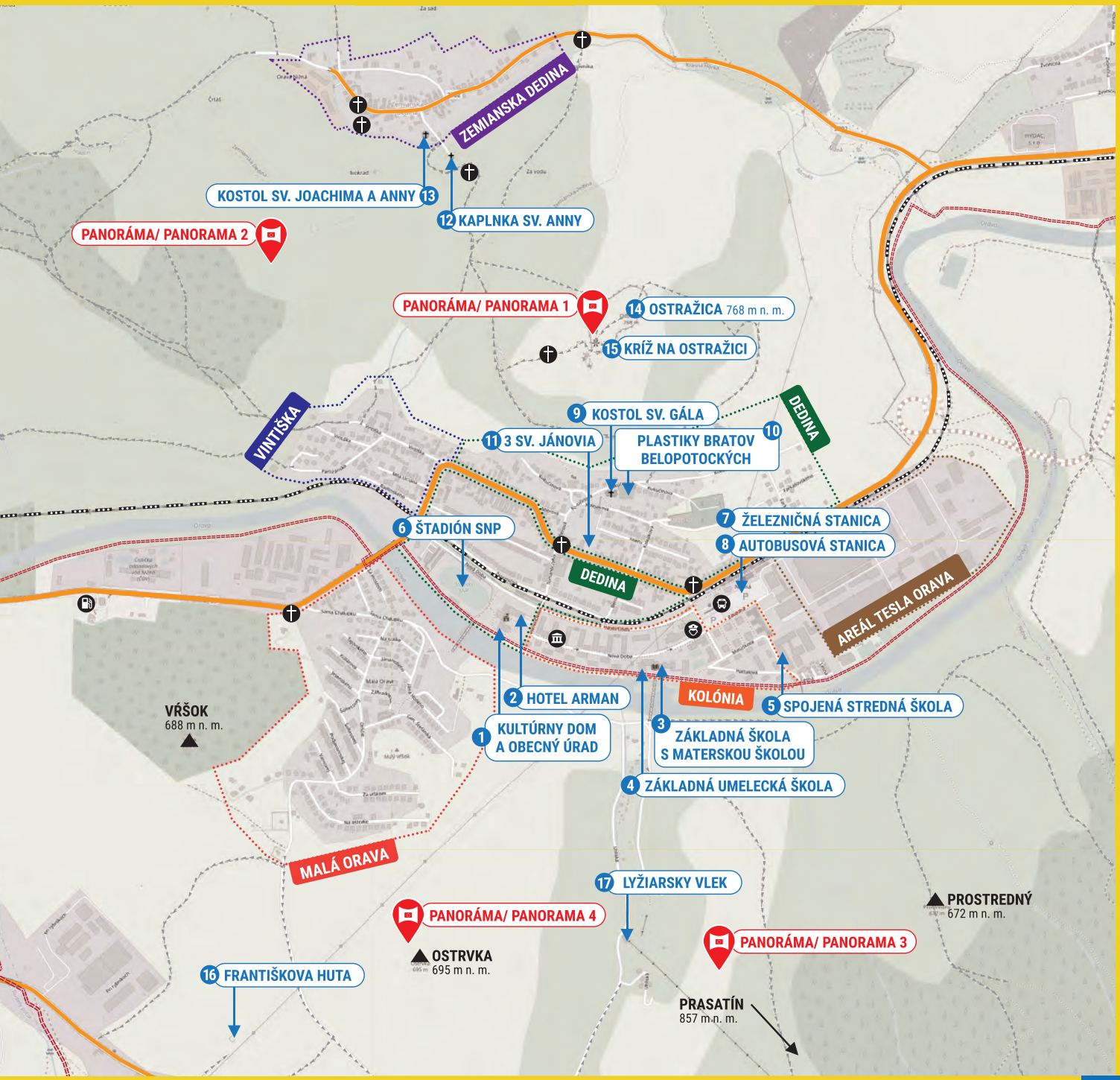
- Areál Tesla Orava / Tereny Tesla Orava / Area of the Tesla Orava factory
- Železnica / Kolej / Railroad
- Hlavná cesta / Droga główna / Main road
- Cyklotrasa / Ścieżka rowerowa / Bike path
- Poľná cesta / Droga polna / Dirt road

1 - Dom Kultury i Urząd Gminy / Cultural Centre and Municipal Office
2 - Hotel Arman***+
3 - Szkoła Podstawowa z Przedszkolem / Primary School with Kindergarten
4 - Podstawowa Szkoła Artystyczna / Primary School of Arts
5 - Zespół Szkół Średnich / Secondary School Complex
6 - Stadion SNP / SNP Stadium
7 - Stacja kolejowa / Railway station
8 - Dworzec autobusowy / Bus station
9 - Kościół św. Gawła / St. Gall Church
10 - Kamienne figury braci Belopotockich / Stone statues of the Belopotocký brothers
11 - Kamienne figury trzech świętych Janów / Stone statues of the three Saint Johns
12 - Kaplica św. Anny / St. Anne Chapel
13 - Kościół pw. św. Joachima i św. Anny /SS Joachim and Anne Church
14 - Góra Ostražica / Ostražica Peak
15 - Krzyż na Ostražicy / Cross on the Ostražica Peak
16 - Františkova Huta
17 - Wyciąg narciarski / Ski lift

Izba tradičného ľudového bývania / Izba Pamięci Tradycyjnych Wnętrz Ludowych / Memorial Room of Traditional Folk Housing

Sakrálne pamiatky /Zabytki sakralne / Religious monuments




ZEMIANSKA DEDINA
KOSTOL SV. JOACHIMA A ANNY 13
12 KAPLNKA SV. ANNY
PANORÁMA/ PANORAMA 2
PANORÁMA/ PANORAMA 1
14 OSTRAŽICA 768 m n. m.
15 KRÍŽ NA OSTRAŽICI
VINTIŠKA
9 KOSTOL SV. GÁLA
DEDINA
10
11 3 SV. JÁNOVIA
PLASTIKY BRATOV BELOPOTOCKÝCH
7 ŽELEZNIČNÁ STANICA
8 AUTOBUSOVÁ STANICA
6 ŠTADIÓN SNP
DEDINA
AREÁL TESLA ORAVA
KOLÓNIA
5 SPOJENÁ STREDNÁ ŠKOLA
2 HOTEL ARMAN
1 KULTÚRNY DOM A OBECNÝ ÚRAD
3 ZÁKLADNÁ ŠKOLA S MATERSKOU ŠKOLOU
4 ZÁKLADNÁ UMELECKÁ ŠKOLA
VŠŠOK
688 m n. m.
MALÁ ORAVA
17 LYŽIARSKY VLEK
PROSTREDNÝ
672 m n. m.
PANORÁMA/ PANORAMA 4
PANORÁMA/ PANORAMA 3
OSTRVKA
695 m n. m.
16 FRANTIŠKOVA HUTA
PRASATÍN
857 m n. m.

História obce Nižná

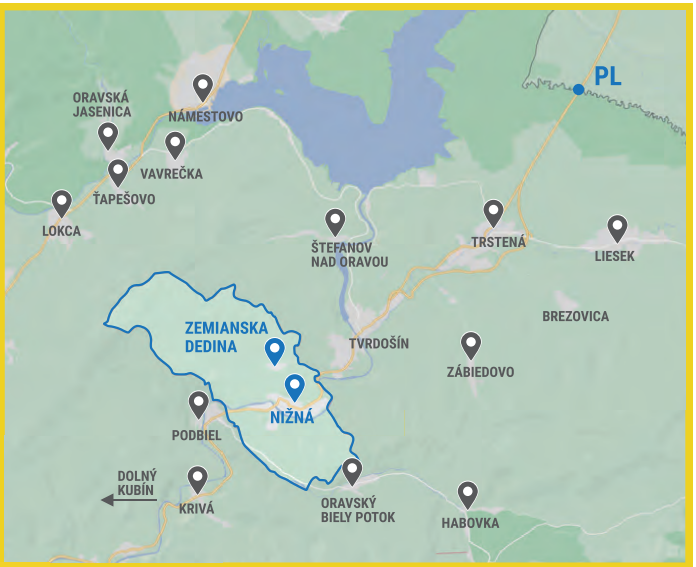
Prvé stopy, ktoré v Nižnej zanechal človek, pochádzajú z praveku a viažu sa k pokladu bronzových šperkov z Nižnej (oblasť ***Lazy)*** a hradisku z doby železnej na ***Ostražici***. Vrch s týmto názvom je dominantou obce a je zobrazený aj v obecnom erbe.

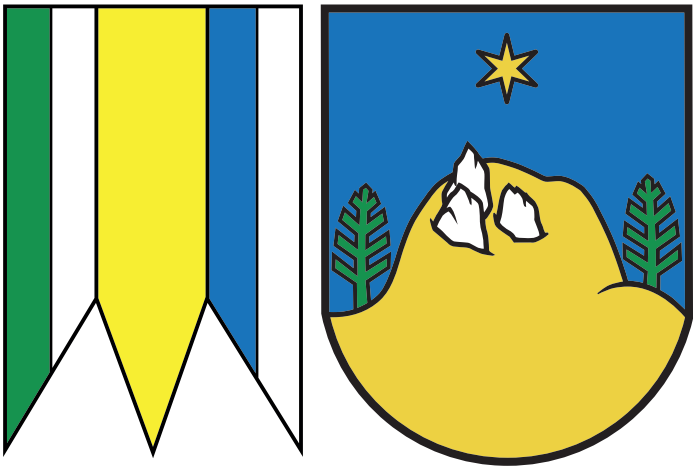
Priestor, na ktorom sa osada ešte len rozprestierala, bol súčasťou chotára „Tvrdošín". Postupne došlo k osamostatneniu. Prvá písomná zmienka o obci Nižná je až z roku 1395. Obyvatelia sa zaoberali väčšinou lovom zveri, poľnohospodárstvom, pestovaním ľanu a pltníctvom. V roku 1619 sa v Nižnej spomína hrnčiarska dielňa, ktorá zásobovala aj kuchyňu uhorského palatína Juraja Thurzu.

Najväčší rozmach obce bol v 18. storočí. Nachádzala sa tu papiereň, pivovar, valchy na súkno a tri mlyny.

V roku 1947 sa v Nižnej začala stavať textilná továreň, ktorá sa po siedmich rokoch pretransformovala na elektrotechnickú výrobu – štátny podnik ***Tesla Orava***. Bol najväčším výrobcom TV prijímačov na Slovensku a zamestnával približne 7000 ľudí. Bolo zriadené aj ***Stredné odborné učilište elektrotechnické (SOUE Nižná)***, bola postavená ***Základná škola Nižná*** a začala sa tiež výstavba sídliska. Hlavne nárast pracovných miest bol jedným z hlavných dôvodov k osídleniu tejto lokality.

SK: *Historická panoráma Nižnej.* ***PL:*** *Historyczna panorama Nižnej.*





SK: *Obecný erb a vlajka obce Nižná.* ***PL:*** *Herb i flaga gminy Nižna.*
EN: *The coat of arms and flag of Nižná.*

EN: *The historical panorama of Nižná.*

Historia wsi Niżna

Pierwsze ślady pozostawione w Niżnej przez człowieka pochodzą z czasów prehistorycznych i są związane ze znaleziskiem archeologicznym, tzw. skarbem biżuterii z brązu z Niżnej – ***Lazy*** oraz z grodziskiem z epoki żelaznej na ***Ostražicy***. Szczyt o tej nazwie góruje nad wsią i został umieszczony w jej herbie.

Miejsce, w którym osada zaczęła powstawać, należało do Twardoszyna. Z czasem wieś usamodzielniła się. Pierwsza pisemna wzmianka o Niżnej pojawia się dopiero w 1395 r. Mieszkańcy zajmowali się przeważnie myślistwem, rolnictwem, uprawą lnu i flisactwem. W 1619 r. w Niżnej wspominany jest warsztat garncarski, który zaopatrywał nawet kuchnię palatyna węgierskiego Jerzego Thurzo.

Największy rozkwit wieś przeżywała w XVIII wieku. Działały tu papiernia, browar, tkalnia sukna i trzy młyny.

W 1947 roku w Niżnej rozpoczęto budowę zakładów tekstylnych, które po siedmiu latach przeorientowały swój profil na produkcję elektrotechniczną jako przedsiębiorstwo państwowe ***Tesla Orava***. Był to największy producent odbiorników telewizyjnych na Słowacji zatrudniający około 7000 osób. Założono tu ***średnią szkołę zawodową elektrotechniczną***, wybudowano ***szkołę podstawową*** i rozpoczęto budowę osiedla. Wzrost liczby miejsc pracy był jednym z głównych powodów, dla których ludzie przeprowadzali się w to miejsce.

The History of the Nižná village

The first traces of humans left in Nižná come from prehistoric times. They are connected to the archaeological artefacts found in Nižná – the ***Laza*** treasures of bronze jewellery; as well as a hill fort from the Iron Age on ***Ostražica***. A hill by the same name towers over the area and is pictured in the village's coat of arms.

The place on which the settlement began to form used to belong to Tvrdošín. Over time, the village became independent. The first written mention of Nižná appears in 1395. The inhabitants mostly spent their time on game hunting, agriculture, flax growing and rafting. In 1619, a pottery workshop is mentioned as being located in Nižná. It supplied the kitchen of the Hungarian palatine GyörgyThurzó.

The biggest growth of the village took place in the 18th century. At this time, there was a paper mill, a beer brewery, a weaving mill, as well as three gristmills.

In 1947, the construction of a textile mill began in Nižná, but after 7 years it was turned into an electrotechnical production facility – ***Tesla Orava***, a state-owned company. It was the biggest producer of TV receivers in Slovakia and used to employ around 7000 people. ***A secondary vocational school in electrotechnics*** was established here, ***a primary school*** was built and the construction of a housing estate began. The increase in job opportunities was the main reason for people to move here.

Nižná v súčasnosti

V súčasnosti sa obec delí na miestne časti – ***„dedina"***, ***„kolónia"***, ***Malá Orava*** a ***Vintiška***. K Nižnej patrí aj obec ***Zemianska Dedina***, ktorá má rovnaké poštové smerovacie číslo a jej administratívne záležitosti patria pod ***Obecný úrad Nižná***.

Nižná má viac ako 4000 obyvateľov. Poskytujú sa tu služby rôzneho zamerania, a to vrátane zdravotníckej starostlivosti. Občania sú z väčšej časti rímskokatolíckeho vierovyznania. Nižná leží v nadmorskej výške 573 m n. m. (stred obce) s rozlohou 27,78 km² a preteká cez ňu rieka ***Orava***.

V obci sa nachádza pamätná izba tradičného ľudového bývania, niekoľko reštauračných zariadení, trojhviezdičkový hotel ***Arman***, ako aj možnosť ubytovania sa v súkromí. Na šport a oddych slúžia viaceré zariadenia. V Nižnej možno nájsť futbalový štadión, telocvične, posilňovne, lyžiarsky vlek, tenisové kurty, ako aj saunu a solárium. Vzdelanie zabezpečujú dve materské školy, základná škola, základná umelecká škola a stredná škola. Pôsobia tu folklórne súbory, rôzne tanečné a spevácke zložky. Najznámejšie z nich sú folklórny súbor ***Oravan*** a tanečná skupina ***Harlekýn***.

Voľnočasové aktivity zabezpečujú – ***Červený kríž***, ***Komunitné centrum ZOE*** a ***Materské centrum Dupajda***, ***Telovýchovná jednota Nižná***, dobrovoľný hasičský zbor a ***Jednota dôchodcov Slovenska***. Zo športu je tu populárny futbal, florbal, cyklistika či turistika.

Pre kultúrne a občianske podujatia slúži kultúrny dom, multifunkčná sála ***Rotunda*** a kino ***Ostražica***. Areál pri obecnom úrade a štadión sa využívajú na väčšie obecné akcie. Medzi najznámejšie patria: ***Stavanie obecného mája***, ***Nižniansky kotlík*** či ***Pltnícky deň***, ktorý má v obci už svoju tradíciu. Počas roka sa na týchto miestach organizujú tiež rôzne športové, zábavné a hudobné akcie, ako aj trhy ľudovo-umeleckej tvorby obyvateľov a širokého okolia.

Niżna dzisiaj

Obecnie Niżna dzieli się na kilka części – ***wieś***, ***kolonia***, ***Malá Orava*** i ***Vintiška***. Administracyjnie do Niżnej należy także wieś ***Zemianska Dedina***, która ma taki sam kod pocztowy, sprawy urzędowe także załatwia się w ***Urzędzie Gminy Niżna***.

Niżna liczy ponad 4000 mieszkańców, świadczona jest tu szeroka paleta usług wraz z opieką zdrowotną. Mieszkańcy w większości są wyznania rzymskokatolickiego. Niżna leży na wysokości 573 m n.p.m. (środek gminy) i zajmuje powierzchnię 27,78 km², płynie przez nią rzeka ***Orawa***.

W gminie znajduje się ***Izba Pamięci Tradycyjnych Wnętrz Ludowych***. Jest tu kilka restauracji, trzygwiazdkowy hotel ***Arman***, działają także kwatery prywatne. Jest wiele obiektów sportowych i rekreacyjnych. W Niżnej znajdują się również stadion, sale gimnastyczne, siłownie, wyciąg narciarski, korty tenisowe oraz sauna i solaria. Edukację zapewniają dwa przedszkola, szkoła podstawowa, podstawowa szkoła artystyczna i zespół szkół średnich. Działają tu zespoły folklorystyczne oraz różne grupy pieśni i tańca. Najbardziej znane wśród nich są zespół folklorystyczny ***Oravan*** oraz zespół tańca ***Harlekýn***.

Różne możliwości spędzenia czasu wolnego oferują ***Czerwony Krzyż***, ***świetlica środowiskowa ZOE***, ***centrum macierzyństwa Dupajda***, ***Towarzystwo Wychowania Fizycznego***, ***Ochotnicza Straż Pożarna*** i ***Słowackie Towarzystwo Emerytów***. Jeśli chodzi o sporty, popularna jest piłka nożna, unihokej, kolarstwo czy turystyka.

Wydarzenia kulturalne i społeczne organizowane są w ***Domu Kultury***, ***Rotundzie*** oraz w kinie ***Ostražica***. Teren przy urzędzie gminy i stadionie wykorzystywany jest w przypadku większych wydarzeń organizowanych przez gminę. Do najważniejszych z nich należą: ***Stawianie Gminnego Moja***, ***Niżniański Kociołek*** oraz ***Dzień Flisaka***, który ma już w gminie swoją tradycję. W tych miejscach organizowane są przez cały rok także różne wydarzenia sportowe, rozrywkowe, muzyczne i kulturalne oraz targi twórczości ludowo-artystycznej mieszkańców wsi i okolicy.

Present day Nižná

The municipality is currently divided into several parts – ***the village***, ***the colony***, ***Malá Orava*** and ***Vintiška***. The ***Zemianska Dedina*** Municipality is also a part of Nižná – it has the same postal code and its administrative affairs can be settled in the ***Nižná Municipality Office***.

Nižná is inhabited by over 4000 people and provides various services, including medical care. The citizens are mostly Roman Catholics. Nižná is located 573 m above mean sea level (centre of the municipality), has an area of 27.78 km², and the ***Orava*** river flows through it.

You can find a ***memorial room of traditional folk housing*** in the municipality. Several restaurants are located here, as well as the 3-star Hotel ***Arman*** and private guesthouses. There are several facilities for sports and relaxation. Nižná also houses a stadium, fitness rooms, gyms, a ski lift, tennis courts, as well as a sauna and some solariums. Education is ensured by two kindergartens, a primary school, a primary art school and a secondary school complex. There are folk ensembles, and various dance and singing groups. The most well-known of these are the Oravan Folk Ensemble and the ***Harlekýn*** dance group.

Leisure time activities are provided by: ***the Red Cross***, ***the ZOE Community Centre*** and ***Dupajda Children's Centre***, ***the Physical Education Group***, the Voluntary Fire Brigade, as well as the ***Slovak Pensioners' Union***. The most popular sports here are football, floorball, cycling and tourism.

The Cultural Centre, ***Rotunda*** and ***Ostražica*** Cinema are used for cultural and civic events. For bigger, municipal functions, the area near the municipal office and the stadium provide the necessary location. These occasions include the ***Erection of the municipal Maypole***, ***the Nižná Cauldron*** or ***Rafter's Day***, which have become a tradition in the community. During the year, various sports, entertainment, music and cultural events, as well as a local folk art market are held here.

SK: *Plavba plte po rieke Orava počas Pltníckeho dňa.* ***PL:*** *Spływ tratwami po rzece Orawa w Dzień Flisaka.*
EN: *Rafting on the Orava river during Rafter's Day.*

SK: *Oravské Vianoce – vystúpenie v kinosále.*

SK: *Folklórny súbor Oravan Senior.* ***PL:*** *Zespół folklorystyczny Oravan Senior.*
EN: *Oravan Senior Folk Ensemble.*

SK: *Súťaž vo varení guláša.* ***PL:*** *Konkurs gotowania gulaszu.*
EN: *Goulash cooking competition.*

PL: *Orawskie Boże Narodzenie – występy w sali kinowej.*
EN: *Orava Christmas – performance in the cinema.*

SK: *Stavanie obecného mája.* ***PL:*** *Stawianie gminnego moja.*
EN: *The erection of the municipal maypole.*

SK: *Príprava koncertu na Františkovej hute.* ***PL:*** *Przygotowania do koncertu w hucie Františkova huta.*
EN: *Preparation for a concert at Františkova huta.*

Kultúrny dom a obecný úrad

Budova, ktorá dnes slúži ako kultúrny dom s obecným úradom, bola slávnostne uvedená do prevádzky v roku 1977. Pozostáva z bloku A – hotel ***Radar*** (dnes hotel ***Arman***+***) a z bloku B – spoločenský dom, kde sa nachádza kinosála, kruhová estrádna sála (***Rotunda***), menšia sála (***Bistro***) a rôzne priestory na kultúrnu či klubovú činnosť. V priestoroch na poschodí majú svoje kancelárie zamestnanci a starosta obce. Všetky administratívne záležitosti a kultúrne využitie nájdu občania v jednej budove.

Pre obecné spoločensko-kultúrne a športové akcie slúži okrem týchto vnútorných priestorov aj okolie kultúrneho domu či futbalový štadión.

Dom Kultury i Urząd Gminy

Budynek, który służy dziś jako Dom Kultury z Urzędem Gminy, został uroczyście otwarty w 1977 r. Składa się z bloku A – hotel ***Radar*** (dziś hotel ***Arman***+***) i z bloku B – domu kultury, w którym znajduje się sala kinowa, okrągła sala estradowa (***Rotunda***), mniejsza sala (***Bistro***) oraz szereg pomieszczeń przeznaczonych na działalność kulturalną i klubową. W pomieszczeniach na piętrze swoje biura mają pracownicy i wójt gminy. Zaplecze administracyjne i kulturalne znajduje się więc w jednym budynku.

Wydarzenia społeczno-kulturalne i sportowe organizowane są w gminie nie tylko we wnętrzach tegoż budynku, ale także przed nim oraz na stadionie.

Cultural Centre and Municipal Office

The building that now houses the Cultural Centre and Municipal Office was ceremonially opened in 1977. It consists of block A – Hotel ***Radar*** (presently Hotel ***Arman***+***), and block B – the community house, where you can find a cinema hall, a circular stage hall (***Rotunda***), a smaller hall (***Bistro***) and various other facilities for cultural or group activities. The upper floor is where the offices of the employees and the municipality head are located. Thus, both the administrative and cultural affairs are handled in one building.

Other social, cultural or sports events that are organised in the municipality, are held not only in the interiors of this building, but also outside of it and at the stadium.

SK: *Kultúrny dom s obecným úradom.* ***PL:*** *Dom Kultury z Urzędem Gminy.*

SK: *Kinosála, ktorá slúži na divadelné predstavenia, rôzne kultúrne vystúpenia alebo na premietanie filmov. Kapacita: 350 miest.*

PL: *Sala kinowa, która służy na przedstawienia teatralne, rozmaite wydarzenia kulturalne i do pokazów filmów. Liczba miejsc: 350.*

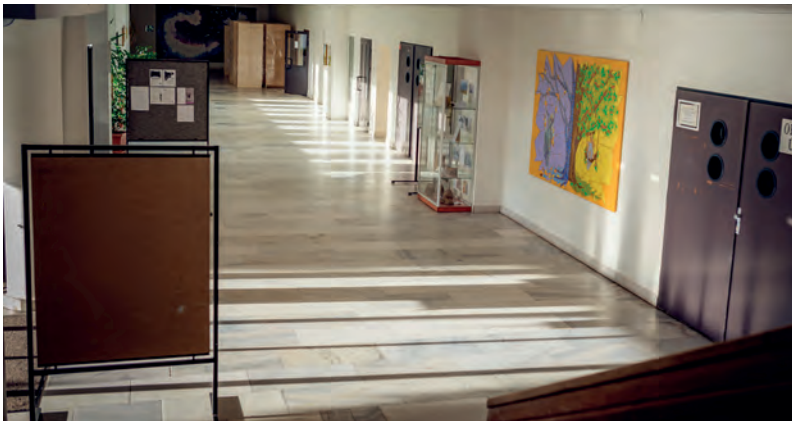
EN: *The cinema hall, which is used for theatre productions, various cultural performances and film showings. Number of seats: 350.*

EN: *Cultural Centre and Municipal Office.*

SK: *Kruhová sála Rotunda sa využíva na obecné akcie či spoločenské udalosti, ako svadby a plesy.*

PL: *Okrągła sala, Rotunda, wykorzystywana jest podczas wydarzeń gminnych i społecznych jak śluby czy bale.*

EN: *The circular stage hall, Rotunda, is used for municipal and social events, like weddings or balls.*



SK: *Interiér vestibulu.* ***PL:*** *Wnętrze holu.* ***EN:*** *The interior of the lobby.*

SK: *Malá sála – Bistro.* ***PL:*** *Mała sala – Bistro.* ***EN:*** *The smaller hall – Bistro.*

SK: *Park v okolí. V pozadí je kruhová sála Rotunda.* ***PL:*** *Park w sąsiedztwie. W tle okrągła sala Rotunda.*
EN: *The neighbouring park with the circular stage hall Rotunda in the background.*

SK: *Hotel Arman***+. Poskytuje ubytovanie, reštauráciu, kaviareň a wellness.*

SK: *Drevené súsošie v parku.* ***PL:*** *Grupa drewnianych rzeźb w parku.*
EN: *A group of wooden statues in the park.*

SK: *Pamätník osloboditeľom počas druhej svetovej vojny.*
PL: *Pomnik wyzwolicieli z czasów drugiej wojny światowej.*
EN: *Monument to the Liberators from the Second World War.*

PL: *Hotel Arman***+. Oferuje noclegi, restaurację, kawiarnię i welness.*
EN: *HotelArman***+. Accommodations, restaurant, café and spa available.*

SK: *Výhľad z hotelovej kaviarne.* ***PL:*** *Widok z kawiarni hotelowej.*
EN: *A view from the hotel café.*

SK: *Kaviareň hotela Arman***+.* ***PL:*** *Kawiarnia hotelu Arman***+.*
EN: *The Hotel Arman***+ café.*

SK: *Wellness v hoteli Arman***+.* ***PL:*** *Wellness w hotelu Arman***+.*
EN: *Hotel Arman***+ spa.*

Ulica Nová Doba

O ulici ***Nová Doba*** sa dá povedať, že je to tzv. „obchodná ulica". Tvorí pomyselné centrum Nižnej. Oficiálne sa táto časť obce nazýva „kolónia". Ide o ulicu, ktorá sa budovala prevažne v 60. rokoch minulého storočia, keď obyvateľstva pribúdalo v dôsledku vybudovania fabriky ***Tesla Orava***.

Cesta je jednosmerná. Začína sa pri ***Dome kultúry Nižná*** a na jej konci je autobusové i vlakové nástupište a zdravotné stredisko. Ulica ponúka rôzne obchody, pohostinstvá, služby či políciu. Nachádza sa tu ***Základná škola s materskou školou Nižná*** a ***Základná umelecká škola Nižná***. Zároveň však spája aj najväčšie sídlisko v obci.

Ulica Nová Doba

O ulicy ***Nová Doba*** można powiedzieć, że jest ulicą handlową. Stanowi centrum Niżnej. Oficjalnie ta część wsi nazywa się kolonią. Jest to ulica, którą budowano przeważnie w latach 60. ubiegłego wieku, kiedy rosła liczba mieszkańców dzięki wybudowaniu fabryki ***Tesla Orava***.

Ulica ta jest jednokierunkowa. Zaczyna się przy ***Domu Kultury***, a na jej końcu znajduje się stacja autobusowa i kolejowa oraz ośrodek zdrowia. Przy ulicy znajdują się różne sklepy, kawiarnie, zakłady usługowe i policja. Jest tu także ***Szkoła Podstawowa z Przedszkolem*** oraz ***Podstawowa Szkoła Artystyczna.*** Jest to także ulica łącząca największe osiedle w miejscowości.

Nová Doba Street

You can say that ***Nová Doba*** Street is a shopping street. It is the centre of Nižná. Officially, this part of the municipality is called the colony.This street was built mostly in the 1960's, when the number of citizens was growing due to the opening of the ***Tesla Orava*** factory.

This is a one-way street. It starts at the ***Cultural Centre***, and at its end you will find a bus and railway station, as well as a medical centre. Various shops, restaurants, service providers and the police station are located here, as well as a ***Primary School with Kindergarten*** and a ***Primary School of Arts***. It also connects to the biggest housing estate in the village.

SK: *Ulica Nová Doba.* ***PL:*** *Ulica Nová Doba.* ***EN:*** *Nová Doba Street.*

SK: *Obchodné centrum.* ***PL:*** *Centrum handlowe.* ***EN:*** *The mall.*

SK: *Ukážka tradičného ľudového interiéru, ktorú nájdete na tejto ulici.*
PL: *Wystawa prezentująca tradycyjne wnętrze ludowe, znajdująca się przy tej ulicy.*
EN: *An example of the traditional folk interiors that you can see on the street.*

SK: *Základná škola s materskou školou.* ***PL:*** *Szkoła Podstawowa z Przedszkolem.* ***EN:*** *Primary School with Kindergarten.*

SK: *Športový areál základnej školy.* ***PL:*** *Tereny sportowe przy szkole podstawowej.* ***EN:*** *Sports area of the Primary School.*

Železnica

Celou obcou Nižná sa tiahne železničná dráha (podobne ako rieka ***Orava***). Železničná trať na Orave bola vybudovaná na prelome 19. a 20. storočia. Trať viedla od Kraľovian cez Oravský Podzámok, Nižnú, Suchú Horu, Čierny Dunajec až do Nového Targu. Počas druhej svetovej vojny však bola premávka s hraničným prechodom prerušená a neskôr bola zrušená aj trasa Trstená – Suchá Hora.

Dnes je možné sa previezť po obojsmernej trase Trstená – Kraľovany. Dopravný osobný vlak, ktorý cez trasu prechádza, sa volá ***„Oravka"***. Keďže jeho cesta vedie okolo skalných brál a rôznych, často úzkych terénov, vlak nepatrí medzi najrýchlejšie spoje. Avšak práve preto je výlet vlakom dobrým nápadom, ako sa pokochať krásou Oravy, počas ktorého môžete navštíviť napríklad ***Oravský hrad***.

Kolej

Przez całą gminę Niżna wzdłuż rzeki ***Orawa*** biegnie linia kolejowa. Wybudowano ją na Orawie na przełomie XIX i XX wieku. Linia prowadziła od Królewian przez Orawskie Podzamcze, Niżną, Suchą Górę, Czarny Dunajec aż do Nowego Targu. W czasie drugiej wojny światowej ruch w kierunku przejścia granicznego został wstrzymany, później zlikwidowano także odcinek Trzciana – Sucha Góra.

Dziś można skorzystać z przejazdu w obie strony na trasie Trzciana – Królewiany. Kursujący tu pociąg osobowy nosi nazwę ***Oravka***. Jako że jego trasa objeżdża wysokie skały i prowadzi przez różne, często wąskie odcinki, kolej nie oferuje najszybszego połączenia. Ale właśnie dlatego wycieczka pociągiem jest dobrym pomysłem, jeśli chcemy podziwiać piękno Orawy czy na przykład zwiedzić ***Zamek Orawski.***

The Railway

The railway runs through the Nižná municipality along the ***Orava*** river. The line was built in the Orava region at the turn of the 19th and 20th centuries. It led from Kraľovany through Oravský Podzámok, Nižná, Suchá Hora, Czarny Dunajec right to Nowy Targ. During the Second World War, part of the line that led in the direction of the border was closed; later the Trstená – Suchá Hora route was closed as well.

At present, there is an available route from Trstená to Kraľovany and back. The passenger train that makes the journey here is called ***Oravka***. As the route leads around high rocks and various, often narrow stretches, this train is not the fastest. However, a trip on this railway is a great idea for this reason alone – you can admire the beautiful Orava region and even visit the ***Orava Castle***.

SK: *Železničná stanica v Nižnej.*
PL: *Stacja kolejowa w Nižnej.*
EN: *The railway station in Nižná.*

SK: *Autobusové nástupište v Nižnej.*
PL: *Przystanek autobusowy.*
EN: *Bus stop.*

SK: *Pohľad na priemyselný areál podniku Tesla Orava.*
PL: *Widok na tereny przemysłowe Tesli.*
EN: *A view of the Tesla industrial zone.*

SK: *Spojená škola Nižná.*
PL: *Zespół Szkół Średnich.*
EN: *The Secondary School Complex.*

Areál bývalého podniku Tesla Orava

Areál bývalého podniku ***Tesla Orava*** v súčasnosti tvorí priemyselná časť Nižnej, kde sa nachádzajú rôzne výrobné podniky a služby.

Areál bol vybudovaný v 40. rokoch minulého storočia ako ***Ľanárske závody Orava*** a vyrábali sa tu ľanové či poloľanové výrobky (1949 až 1956). Od roku 1957 do roku 2000 tu pôsobil podnik ***Tesla Orava***. Bol jedným z najmodernejších a najväčších gigantov na výrobu televízorov nielen v Československu, ale i v strednej Európe. V ***Tesle Orava*** sa vyrobilo spolu cca 12 miliónov televízorov. V roku 1992 bol podnik pretransformovaný na akciovú spoločnosť ***OTF, a.s. (Oravská televízna fabrika).*** S vývojom priemyslu v tomto období sa rozrástla aj obec. Vybudovala sa ***Stredná odborná škola technická*** a ***Stredná umelecká škola*** (dnes ***Spojená škola Nižná***), ako aj plaváreň, ktorá však už neexistuje.

Dawne tereny zakładów Tesla Orava

Jest to przemysłowa część Niżnej, w której dziś swoją siedzibę mają różne zakłady usługowe i produkcyjne.

Tereny te utworzono w latach 40. ubiegłego wieku. Początkowo były to zakłady ***przetwórstwa lnu Orawa***, produkowano tu wyroby lniane lub zawierające len (w latach 1949 – 1956). W latach 1957 – 2000 działało tu przedsiębiorstwo ***Tesla Orava***. Było to jedno z najnowocześniejszych i największych przedsiębiorstw produkcji telewizorów nie tylko w Czechosłowacji, ale także w Europie Środkowej. W ***Tesli Orava*** wyprodukowano łącznie niemal 12 milionów telewizorów. W 1992 r. przedsiębiorstwo przekształcono w spółkę akcyjną ***OTF (Orawska Fabryka Telewizorów)***. Wraz z rozwojem przemysłu w tym okresie rozrosła się też sama wieś. Wybudowano ***Średnią Techniczną Szkołę Zawodową*** oraz ***Średnią Szkołę Artystyczną*** (obecnie ***Zespół Szkół Niżna***) oraz pływalnię, która dziś jednak już nie istnieje.

Former area of the Tesla Orava factory

This is the industrial part of Nižná – today it is the place where many service providers and production plants can be found.

The area was built in the 1940's as ***the "Orava" flax processing plant***. From 1949 to 1956, products from or containing flax were made here. In 1957, the ***Tesla Orava*** company took over the zone and operated here until the year 2000. It was the biggest and most modernised producer of TV receivers not only in Czechoslovakia, but in Central Europe as well. In total, almost 12 million television sets were produced in ***Tesla Orava***. In 1992, the company was transformed into a joint-stock company ***OTF (Orava Television Factory)***. Helped by the industrial development, the village also grew. ***The Secondary Vocational Technical School*** and ***the Secondary School of Arts*** (now the ***Secondary School Complex Nižná)*** were built; even a swimming pool, which, unfortunately, no longer exists.

Kostol sv. Gála

Kostol sv. Gála je rímskokatolícky farský kostol, ktorý patrí medzi významné sakrálne stavby v oblasti. Bol postavený ako evanjelický kostol na gotických základoch pôvodného dreveného chrámu na začiatku 17. storočia. Veža kostola bola pristavená v roku 1615.

Juraj Thurzo, ako pán ***Oravského hradu*** i farností, zriadil v roku 1602 v Nižnej evanjelickú faru. Pod túto faru patrili obce: Zuberec, Habovka, Oravský Biely Potok, Podbiel, Nižná a Zemianska Dedina. V priebehu nasledujúcich rokov bola farnosť striedavo katolícka alebo evanjelická.

Kostol mal pôvodne 5 zvonov. Najstaršie dva z nich boli odliate v Banskej Bystrici v rokoch 1628 a 1629. Šiesty, najmenší zvon, bol umiestený v malej vežičke nad presbytériom. V období prvej svetovej vojny sa podarilo zachrániť pred rekviráciou iba dva – veľký zvon ***Gál*** a ten najmenší, ktorý sa už nepoužíva. Po vojne v roku 1922 si dali farníci vyhotoviť dva nové zvony – zvon ***Mária*** a zvon ***Jozef***. V roku 2013 k nim pribudol aj zvon ***Štefan*** a slúži ako tzv. „umieračik" (svojím zvonením oznamuje odchod veriaceho farníka na večnosť).

Do prvej polovice 19. storočia prešiel chrám niekoľkými prestavbami a úpravami. V kostole je renesančná kamenná krstiteľnica a drevený klasicistický oltár, ktoré patria do zoznamu kultúrnych pamiatok Slovenska. K týmto pamiatkam patria aj kamenné plastiky troch sv. Jánov vo farskej záhrade.

Do histórie farnosti sa výrazne podpísal aj rok 1911, keď bol na vežu kostola opäť upevnený kríž a jej strecha bola pokrytá medeným plechom. V roku 1910 bol do kostola umiestnený organ.

Kostol je zasvätený sv. Gálovi, pustovníkovi a misionárovi narodenému v Írsku v polovici 6. storočia.

Nižná sa môže pochváliť svojím rodákom Mons. ThDr. ICLic. Jánom Kubošom, PhD., ktorý bol v roku 2020 vymenovaný za pomocného biskupa. Po 100 rokoch ide o druhého biskupa pochádzajúceho z oravského regiónu.

Kościół pw. św.Gawła

Kościół rzymskokatolicki pw. św. Gawła należy do ważniejszych obiektów sakralnych w regionie. Został wzniesiony na początku XVII w. jako kościół ewangelicki na gotyckich fundamentach starszej drewnianej świątyni. Wieża kościoła została dobudowana w 1615 r.

W 1602 r. Jerzy Thurzo jako władca ***Zamku Orawskiego***, a więc także parafii, utworzył w Niżnej parafię ewangelicką. Należały do niej wsie Zuberzec, Habówka, Orawski Biały Potok, Podbiel, Niżna i Zemianska Dedina. W następnych latach parafia była na przemian katolicka lub ewangelicka.

Kościół miał pierwotnie 5 dzwonów. Najstarsze dwa z nich zostały odlane w Bańskiej Bystrzycy w latach 1628 i 1629. Szósty, najmniejszy, dzwon, czyli sygnaturka, został umieszczony w małej wieżyczce nad prezbiterium. W czasie pierwszej wojny światowej udało się uratować przed zarekwirowaniem tylko dwa dzwony – duży, ***Gaweł*** i ten najmniejszy, który już nie jest używany. Po wojnie, w 1922 r. parafianie zlecili odlanie dwóch nowych dzwonów, nazwano je ***Maria*** i ***Józef***. W 2013 r. dołączył do nich także dzwon ***Stefan***, którego głos oznajmia śmierć któregoś z parafian i jego odejście do wieczności.

Do pierwszej połowy XIX w. świątynia była kilkakrotnie przebudowana i zmieniana. W kościele znajduje się renesansowa kamienna chrzcielnica i drewniany klasycystyczny ołtarz, które znalazły się na Liście Zabytków Kultury Słowacji. Do tych zabytków należą także kamienne figury trzech świętychJanów znajdujące się w ogrodzie parafialnym.

W historii probostwa zapisał się rok 1911, kiedy to na kościelnej wieży ponownie zamontowano krzyż, a dach pokryto blachą miedzianą. W 1910 roku w kościele umieszczono organy.

Kościół jest poświęcony świętemu Gawłowi – pustelnikowi i misjonarzowi urodzonemu w Irlandii, w połowie VI wieku.

Niżna może się pochwalić pochodzącym stąd Mons.ThDr. ICLic. Jánem Kubošem, PhD, który w 2020 r. został powołany do funkcji biskupa pomocniczego. Po 100 latach jest to drugi biskup pochodzący z Orawy.

The St. Gall Church

The ***St. Gall Roman Catholic Church*** is one of the most well-known sacral buildings in the region. It was built at the beginning of the 17th century as an evangelical church on the Gothic foundations of an old wooden temple.The tower was added in 1615.

In 1602, an evangelical parish was founded in Nižná by György Thurzó, the owner of the ***Orava Castle*** – and thus the parish as well. Several villages belonged to this parish: Zuberec, Habovka, Oravský Biely Potok, Podbiel, Nižná and Zemianska Dedina. In the next years the parish was alternately catholic and evangelical.

Originally, there were 5 bells in this church. The oldest two were made in Banská Bystrica in 1628 and 1629. The sixth one, the smallest, was put in a small tower above the presbytery, the ridge turret. During the First World War, only two bells were saved from being confiscated – a big bell named ***Gall*** and the smallest one, which is not used anymore. After the war, in 1922, the community had two new bells made – named ***Mary*** and ***Joseph***. In 2013, another bell, ***Stephen***, joined them. ***Stephen*** is used to announce a church-goer's death.

Up until the first half of the 19th century, the temple was rebuilt and renovated several times. There is a Renaissance stone baptismal font and a wooden altar from the Classicism period in the church – both are on the List of Cultural Heritage Monuments of Slovakia. The stone statues of the three Saint Johns in the parish garden are on this list as well.

The year 1911 is an important year in the history of the parish, as it was then, that a cross was mounted on the church tower and the roof was covered with copper platinage. In 1910, an organ was installed in the church.

The church is under the patronage of St. Gall, an Irish hermit and missionary from the second half of the 6th century.

Mons ThDJCD Ján Kuboš, PhD, appointed as a coadjutor bishop in 2020, was born in Nižná. He is the second bishop in a hundred years to come from the Orava region.

SK: *Atmosféra Kostola sv. Gála počas predvianočných omší (rorátov).* ***PL:*** *Atmosfera kościoła pw. św. Gawła w czasie mszy adwentowych (rorat).* ***EN:*** *Advent Masses in the St. Gall Church.*

SK: *Interiér Kostola sv. Gála.*
PL: *Wnętrze kościoła pw. św. Gawła.*

SK: *Hlavný drevený oltár.* ***PL:*** *Drewniany ołtarz główny.*
EN: *The wooden main altar.*

SK: *Bočný oltár.* ***PL:*** *Ołtarz boczny.* ***EN:*** *The side altar.*

EN: *The interior of the St. Gall Church.*

SK: *Budova farského úradu a areál farskej záhrady.* ***PL:*** *Budynek parafii i ogród parafialny.*
EN: *The parish house and the parish garden.*

SK: *Organ, ktorý má viac než 100 rokov.* ***PL:*** *Organy liczące ponad 100 lat.*
EN: *The more than 100 years old organ.*

SK: *Kamenná krstiteľnica.* ***PL:*** *Kamienna chrzcielnica.*
EN: *The stone baptismal font.*

SK: *Kamenné súsošie troch sv. Jánov vo farskej záhrade.*
PL: *Kamienne figury trzech świętych Janów w ogrodzie parafialnym.*
EN: *The stone statues of the three Saint Johns in the parish garden.*

SK: *Pohľad na starý cintorín v areáli Kostola sv. Gála.*
PL: *Widok starego cmentarza na terenie kościoła św. Gawła.*
EN: *The view of the old cemetery on the grounds of the St. Gall Church.*

SK: *Božia muka, pomník pri hlavnej ceste pri vlakovom priecestí z 18. storočia. Dielo neznámych nižnianskych kamenárov.*

PL: *Męka Pańska, rzeźba przy drodze głównej przy przejeździe kolejowym, XVIII w. Dzieło nieznanych kamieniarzy z Niżnej.*

EN: *The Passion of Jesus, an 18th century monument on the main road near the level crossing. Made by unknown stonemasons from Nižná.*

SK: *Kamenný kríž na hlavnej ceste (výjazd smerom na Podbiel). Pochádza z 19. storočia. V minulosti sa pri ňom ľudia modlievali každú májovú nedeľu.*

PL: *Kamienny krzyż przy głównej drodze – wyjazd w kierunku na Podbiel. Pochodzi z XIX wieku. W przeszłości przy nim ludzie modlili się w każdą niedzielę majową.*

EN: *A 19th century stone cross on the main road in the direction of Podbiel. In the past, people used to gather here for prayers every Sunday of May.*

SK: *Kamenné plastiky Belopotockých kamenárov na starom cintoríne.*
PL: *Kamienne figury kamieniarze Belopotockich na starym cmentarzu.*
EN: *The stone statues of the Belopotocký stonemasons at the old cemetery.*

SK: *Pamätník miesta odpočinku farára Michala Chemla spolu s pamätnou tabuľou jedného z nedávnych farárov Nižnej – Jána Farkašovského.*
PL: *Pomnik w miejscu spoczynku proboszcza Michala Chemla, wraz z tablicą pamiątkową poświęconą jednemu z niedawnych proboszczów w Niżnej – Jánowi Farkašovskiemu.*
EN: *The tombstone of parish priest Michal Cheml and a memorial board to one of the recent priests of Nižná, Ján Farkašovský.*

SK: *Immaculata – Nepoškvrnené počatie na hlavnej ceste blízko domu služieb. Ide o dielo z 18. storočia od neznámych autorov.*

PL: *Immaculata – Niepokalane Poczęcie przy głównej drodze niedaleko zakładu usługowego. Dzieło nieznanych autorów, pochodzące z XVIII wieku.*

EN: *The Immaculate Conception on the main road near the service facility. An 18th century work of unknown artists.*

SK: *Budova bývalej fary z 18. storočia.*
PL: *Budynek dawnego probostwa z XVIII wieku.*
EN: *The previous parish house building from the 18th century.*

Zemianska Dedina

K obci Nižná patrí miestna časť Zemianska Dedina.

Jej vznik je nerozlučne spojený so staršími dejinami Tvrdošína. Časť jeho chotára daroval Ľudovít I. listinou z 12. novembra 1355 Dominikovi a Dionýzovi z Revišného. Išlo o 6 popluží pozemku pri potokoch ***Hldočín*** a ***Javorovô***. Zároveň ich pozdvihol do spoločnosti a zboru kráľovských zemanov s vojenskou povinnosťou.

Pôvodne to teda bola obec, kde žili len čisto zemianske rody: Dedinský, Žuffa, Kupčo, Kanderla a Burian.

Zemianska Dedina sa nachádza v nadmorskej výške 620 m n. m. na severozápadnom úpätí vrchu ***Ostražica***. Žije tam okolo 260 obyvateľov.

V obci sa nachádza protipožiarna stanica, knižnica, kultúrny dom, cintorín, dva kostoly a niekoľko historických objektov.

Obyvatelia Zemianskej Dediny majú kladný vzťah k histórii a zachovávajú si svoje tradície, čo zobrazujú aj v obecnom erbe.

Zemianska Dedina

Zemianska Dedina jest częścią wsi Niżna.

Jej powstanie jest nierozłącznie związane ze starszą historią Twardoszyna. Część terenów tej miejscowości Ludwik Węgierski przekazał 12 listopada 1355 r. Dominikowi i Dionizemu z Revišnego. Było to 6 łanów gruntów nad rzeką ***Hldočín*** i ***Javorovô***. Jednocześnie podniósł ich status społeczny włączając do warstwy ziemian obarczonych obowiązkiem wojskowym.

Początkowo była to więc wieś zamieszkiwana tylko przez ziemiańskie rody – Dedinský, Žuffa, Kupčo, Kanderla i Burian.

Zemianska Dedina leży na wysokości 620 m n.p.m. u północno-zachodnich podnóży szczytu ***Ostražica***. Zamieszkuje ją około 260 mieszkańców.

We wsi znajduje się remiza strażacka, biblioteka, dom kultury, cmentarz, dwa kościoły oraz kilka obiektów historycznych.

Mieszkańcy Zemianskiej Dediny mają pozytywny stosunek do historii, pielęgnują swoje tradycje, co także podkreślono w herbie wsi.

Zemianska Dedina

Zemianska Dedina is a part of the Nižná municipality.

Its origins and the history of Tvrdošín are inseparably intertwined. Louis I of Hungary, with a decree from 12 November, 1355, granted some land in this area to Dominik and Dionýz from Revišné. It was 6 pieces of land by the ***Hldočín*** and ***Javorovô*** rivers. The King raised their social status, as they were now landowners and had military obligations.

This was a village, where only landed gentry lived – such families as Dedinský, Žuffa, Kupčo, Kanderla and Burian.

Zemianska Dedina is located at 620 m MSL on the north-western slopes of ***Ostražica*** mountain. It has around 260 inhabitants.

There is a fire station, a library, a cultural centre, a cemetery, two churches and several historical monuments in the village.

The inhabitants of Zemianska Dedina are proud of their history and preserve their heritage, which is also apparent in their coat of arms.

SK: *Panoráma Zemianskej Dediny.* ***PL:*** *Panorama Zemianskiej Dediny.* ***EN:*** *The panorama of Zemianska Dedina.*

SK: *Erb Zemianskej Dediny.*
PL: *Herb Zemianskiej Dediny.*
EN: *The coat of arms of Zemianska Dedina.*

Kaplnka sv. Anny

Kaplnka (kostolík) ***sv. Anny*** stojí na vyvýšenom mieste za potokom ***Hldočín***. Ide o najstaršiu existujúcu stavbu, podľa ktorej sa dá predpokladať, ako vyzeral pôvodný vzhľad ***Zemianskej Dediny***. Táto sakrálna budova nestála na okraji obce tak ako je tomu dnes. Skôr mohla byť jej srdcom. Hoci sa jeho existencia zmieňuje v kronike až v roku 1802, kostolík má viac ako 300 rokov.

V priebehu rokov prešiel niekoľkými úpravami. Pôvodne jednoloďová stavba bola v druhej polovici 20. storočia rozšírená o menšie bočné lode. Veža je jednoduchá s polkruhovými otvormi a na fasáde členená rímsami. Zakončená je zvoncovitou strechou s dvojramenným krížom.

Inventár kaplnky tvorí oltár Božského Srdca Ježišovho s badateľnými vplyvmi klasicizmu. Je stĺpovej architektúry. Medzi stĺpmi je umiestnená socha Božského Srdca Ježišovho a v spodnej časti sa nachádza jednoduchý bohostánok.

Kaplica św. Anny

Kaplica (kościółek) św. Anny stoi na wywyższeniu za potokiem ***Hldočín***. Jest to najstarszy zachowany obiekt, na jego podstawie można przypuszczać, jak pierwotnie wyglądała ***Zemianska Dedina***. Budynek ten nie stał na końcu wsi, jak to jest dzisiaj. Kaplica była raczej jej sercem. Mimo że o istnieniu kościółka jest wzmianka w kronikach dopiero w 1802 r., ma on ponad 300 lat.

Przez lata był kilkakrotnie przebudowywany. Pierwotna jednonawowa konstrukcja została w drugiej połowie XX wieku rozbudowana o mniejsze nawy boczne. Wieża jest prosta, posiada półokrągłe otwory, fasada została podzielona gzymsami. Wieżę wieńczy dzwoniasta kopuła z krzyżem dwuramiennym.

Wewnątrz kaplicy znajduje się ołtarz Najświętszego Serca Pana Jezusa, w którym możemy obserwować wpływy klasycyzmu. Posiada kolumny, między którymi znajduje się rzeźba przedstawiająca Najświętsze Serce Pana Jezusa, w dolnej części znajduje się proste tabernakulum.

SK: *Oltár Božského Srdca Ježišovho.*
PL: *Ołtarz Najświętszego Serca Pana Jezusa.*
EN: *The Most Sacred Heart of Jesus altar.*

SK: *Obraz sv. Anny.* ***PL:*** *Obraz św. Anny.* ***EN:*** *Painting of St. Anna.*

St. Anne Chapel

The St. Anne Chapel is located on a hill on the other side of the *Hldočín* stream. It is the longest existing building here, so it can tell us how *Zemianska Dedina* originally looked. This temple was not built at the outskirts of the village – it was probably located at its centre. Its existence was mentioned in the annals from 1802, but the chapel is more than 300 years old.

It was renovated several times. It used to have only one nave, but in the middle of the 20th century two smaller side-aisles were added. The tower is simple, with semi-circular openings and ledges on the façade. It is crowned with a bell-like roof and a two-barred cross.

The Most Sacred Heart of Jesus altar with visible classicistic influences is housed inside the chapel. It is adorned with columns, between which a Sacred Heart sculpture stands. A simple tabernacle is placed beneath it.

SK: *Kríž pôvodného evanjelického cintorína.*
PL: *Krzyż z dawnego cmentarza ewangelickiego.*
EN: *A cross from the old Evangelic graveyard.*

SK: *Kríž na poľnej ceste smerom na Nižnú.*
PL: *Krzyż przy polnej drodze w kierunku na Nižną.*
EN: *A cross by the dirt road to Nižná.*

SK: *Pamätník Božského Srdca Ježišovho v centre obce.*
PL: *Kapliczka Najświętszego Serca Pana Jezusa w centrum miejscowości.*
EN: *A wayside shrine of the Most Sacred Heart of Jesus in the centre of the village.*

Kostol sv. Joachima a Anny

Obyvatelia Zemianskej Dediny už dlhší čas vnímali, že ***Kaplnka sv. Anny*** je priestorovo nedostačujúca pre ich potreby. Výstavba nového kostola bola preto čoraz vyššou prioritou.

Jeho základný kameň posvätil pápež Ján Pavol II. pri návšteve Slovenska na ***Mariánskej hore*** v Levoči v roku 1995.

Výstavba nového kostola sa začala slávnostným požehnaním dňa 10.09.2000 a kolaudácia bola 11.11.2003. Projekt stavby vypracoval architekt Jozef Hýravý. Zasvätený bol 22.11.2003 sv. Joachimovi a Anne slávnostnou bohoslužbou, ktorú viedol Mons. Andrej Imrich.

Tejto slávnosti sa zúčastnili mnohí duchovní otcovia, bývalí kapláni farnosti, ako aj farníci a ich príbuzní. Za jeho vybudovanie patrí vďaka iniciatíve a pracovitosti občanov, rôznym zbierkam a financiám z rozpočtu obce Nižná.

Kostol sv. Joachima a Anny má kapacitu 230 – 260 miest. Interiér je svetelný, minimalistický a vzdušný. Nadchne nejedného milovníka modernej architektúry.

SK: *Interiér kostola.* ***PL:*** *Wnętrze kościoła.* ***EN:*** *Interior of the church.*

Kościół pw. św. Joachima i św. Anny

Mieszkańcy Zemianskiej Dediny już od dłuższego czasu widzieli, że ***kaplica św. Anny*** jest niewystarczająca na ich potrzeby. Budowa nowego kościoła była coraz większym priorytetem.

Kamień węgielny pod jego budowę poświęcił papież Jan Paweł II podczas wizyty na Słowacji na ***Górze Mariackiej*** w Lewoczy w 1995 roku.

Budowa nowego kościoła rozpoczęła się uroczystym błogosławieństwem dnia 10.09.2000 r., a oddanie do użytku miało miejsce 11.11.2003 r. Projekt budynku opracował architekt Jozef Hýravý. Kościół został poświęcony 22.11.2003 r. świętemu Joachimowi i świętej Annie w trakcie uroczystego nabożeństwa prowadzonego przez Mons. Andreja Imricha.

W uroczystościach wzięli udział liczni duchowni, byli kapłani oraz wierni i ich krewni. Wzniesienie kościoła zawdzięczamy inicjatywie i pracowitości mieszkańców, różnym kolektom i środkom finansowym z budżetu gminy Niżna.

Kościół pw. św. Joachima i św. Anny mieści 230 – 260 wiernych. Wnętrze jest jasne, utrzymane w stylu minimalistycznym i przestronne. Może zainspirować niejednego miłośnika nowoczesnej architektury.

SK: *Chórus kostola.* ***PL:*** *Chór kościoła.*
EN: *Choir of the church.*

SK: *Kaplnka na pravej strane kostola.*
PL: *Kaplica z prawej strony kościoła.*
EN: *A chapel on the right-hand side of the church.*

SS Joachim and Anne Church

The inhabitants of the Zemianska Dedina village realised that the *St. Anne Chapel* was too small for their needs. The construction of a new church seemed to become a priority.

Pope John Paul II placed the cornerstone during his visit to *Mariánska hora* in Levoča in 1995.

The construction begun with a ceremonial blessing on 10 September, 2000, and on 11 November, 2003, the church was ready. The building was designed by architect Jozef Hýravý.

It was consecrated on 22 November, 2003, to SS Joachim and Anne during a ceremonial service by Mons Andrej Imrich.

The mass was attended by many clerics, previous parish priests, as well as local churchgoers and their families. The construction would not have been possible without the initiative and diligence of the inhabitants, as well as the many fundraisers and the Nižná municipal budget.

The church can be attended by 230–260 people. The interior is bright, minimalist and spacious. It could be admired by any contemporary architecture enthusiast.

Františkova huta

Františkova huta bola pôvodne železiareň postavená v katastri obce Nižná. Jej ruiny tu stoja dodnes a sú vyhlásené za národnú kultúrnu pamiatku.

Železiarstvo ako podnikanie tu fungovalo v 18. storočí na základe intenzívneho vyhľadávania rudy na Orave, avšak prvé zmienky nájdeme už v 17. storočí.

Začiatkom 19. storočia Oravské panstvo vlastnilo bane v Oraviciach, v Chyžnom, v Zuberci, na Choči a v Likavke pri Ružomberku. Po skúškach rudy dostalo panstvo v roku 1819 povolenie od substitučného banského súdu v Malužinej na vybudovanie železiarne pri Podbieli. Okrem miesta, kde stojí dnes, bola aj druhá alternatíva – povyše Podbiela, kde mal stáť pivovar.

Na jej výstavbu podpísali podnikatelia Jozef Dávid Lux, Liebman Polatchek a Wiliam Herz dohodu s Oravským panstvom. Podnikatelia získali bezplatne pozemok, drevo na stavbu a mnoho iných výhod. Pri stavbe pomáhal anglický technik Newbuild. Železiareň pomenovali ***Františkova huta***. Dodávateľmi rudy boli bane v Juráňovej doline či v okolí Zuberca, Habovky a Malatinej. V roku 1831 dostalo Oravské panstvo povolenie aj na ťažbu železnej rudy v Chocholovskej holi pri Čiernom Dunajci.

Za rozpad ***Františkovej huty*** môžu viaceré faktory: neefektívna preprava rudy, zlé cesty a vzdialenosť baní. Okrem toho sa spoločnosť, ktorá železiareň stavala, v roku 1840 rozpadla pre nezhody. Podnik napriek tomu pracoval ďalej, no postupne upadal. Úlohu zohralo aj zrušenie poddanstva, nekvalitná ruda, zastaralé zariadenie, a tiež hospodárska kríza v rokoch 1851 – 1861. Z toho dôvodu v roku 1862 železiareň zanikla.

Dnes tu návštevník môže nájsť zrúcaninu stavby – obvodné múry a zostatok budovy, v ktorej boli mechy na vháňanie vzduchu do pece. V zemi zostali len základy budovy hámra.

V súčasnosti je ***Františkova huta*** majetkom obce Podbiel, ale stále patrí do katastra obce Nižná. Obe obce sa o udržanie tejto technickej pamiatky starajú.

Františkova huta

Františkova huta to huta żelaza wybudowana na terenach należących do gminy Niżna. Jej ruiny stoją tu do dziś i zostały uznane za zabytek kultury narodowej.

Hutnictwo jako rodzaj działalności gospodarczej funkcjonowało tu w XVIII wieku dzięki intensywnym poszukiwaniom rud żelaza na Orawie. Pierwsze wzmianki pochodzą jednak już z XVII wieku.

Na początku XIX wieku do Zamku Orawskiego należały kopalnie w Orawicach, Chyżnem, Zubercu, na Choczu, a także w Likavce niedaleko Rużomberka. Po zbadaniu rudy w 1819 r. sąd górniczy w Malužinej wydał pozwolenie na budowę huty w Podbielu. Do wyboru były dwa miejsca: to, na którym huta stoi do dziś, i druga alternatywa – nad Podbielem, gdzie miał stanąć browar.

Do budowy huty przyczynili się przedsiębiorcy Jozef Dávid Lux, Liebman Polatchek oraz Wiliam Herz po zawarciu umowy z Zamkiem Orawskim. Przedsiębiorcy uzyskali bezpłatnie działkę, drewno na budowę oraz wiele innych przywilejów. W budowie pomagał angielski technik Newbuild. Hutę żelaza nazwano ***Františkovą hutą***. Rudę miały dostarczać kopalnie w Juráňovej dolinie i w okolicach Zuberca, Habówki i Malatinej. W 1831 roku Zamek Orawski uzyskał pozwolenie także na wydobycie rudy żelaza na Polanie Chochołowskiej niedaleko Czarnego Dunajca.

Do upadku ***Františkovej huty*** przyczyniło się kilka czynników, jak nieefektywność transportu rudy, złe drogi i odległość od kopalń. Poza tym spółka, która wybudowała hutę, rozpadła się w 1840 r. ze względu na wewnętrzne niezgody. Mimo to przedsiębiorstwo działało nadal, ale stopniowo podupadało. Dużą rolę odegrała także likwidacja poddaństwa, ruda niskiej jakości, przestarzałe wyposażenie oraz kryzys gospodarczy w latach 1851 – 1861. W 1862 roku fabryka została zlikwidowana.

Dziś turysta może znaleźć tu ruiny – mury zewnętrzne, resztki budynku, w którym znajdowały się miechy tłoczące powietrze do pieca. Niżej, w ziemi zachowały się tylko fundamenty wielkiego młota do kruszenia rudy.

Dziś ***Františkova huta*** należy do gminy Podbiel, ale wciąż jest częścią katastru wsi Niżna. Obie wsie dbają o zachowanie tego zabytku techniki.

Františkova huta

Františkova huta was a steel mill located in the municipality of Nižná. The ruins are here to this day and were declared a national cultural monument.

The steelmaking industry in the Orava region during the 18th century was based on the intensive search for iron ore. But first mentions of it can be found as early as in the 17th century.

At the beginning of the 19th century, the Orava Castle owned mines in Oravice, Chyžne, Zuberec, on the Choč mountain, as well as in Likavka near Ružomberok. After ore testing, the Substitute Mining Court in Malužiná allowed for the construction of a steel mill near Podbiel in 1819. There were two possible locations for the new steelworks: the one where it stands now, and another above Podbiel, where a brewery was to be built.

A contract was signed between the Orava Castle and entrepreneurs Jozef Dávid Lux, Liebman Polatchek and Wiliam Herz. The entrepreneurs were given free land, construction lumber, as well as many other benefits. Newbuild, an English technician, helped in the construction. The steelworks was named ***Františkova huta***. Mines in Juráňova dolina and in the vicinity of Zuberec, Habovka and Malatiná were the ore suppliers. In 1831, the Orava Castle gained permission to outsource iron ore from Polana Chochołowska near Czarny Dunajec.

The closing of ***Františkova huta*** happened for several reasons, such as ineffective ore transport, bad roads or distance from the mines. In addition, in 1840 the company that constructed the steel mill fell apart due to disagreements. The mill still functioned, but gradually declined. Other factors need to be taken into account, including the abolition of serfdom, low quality ore, outdated equipment and an economic crisis in the years 1851–1861. And thus, in 1862, the steelworks was closed.

At present, visitors will find only ruins of the steel mill – the outer walls and remnants of the building that housed the bellows which pressed air into the furnace. Only the foundations of the hammer mill were left underneath.

At present, ***Františkova huta*** is owned by the Podbiel village, but is still included in the cadastre of the Nižná municipality. Both villages take care of this technological monument.

Vrch Ostražica – symbol Nižnej

Nápadný vrch nad obcou Nižná má z historického i estetického hľadiska pre svojich občanov veľký význam. Nie je preto zvláštne, že sa stal symbolom Nižnej, ktorý sa premietol aj do erbu obce.

Ostražica bola osídlená od doby halštatskej (okolo roku 700 pred Kristom). Mohutné opevnenie vzniklo neskôr, asi v 4. storočí pred Kristom. Strategicky výhodne situovaná ***Ostražica***, ktorá má tvar zrezaného kužeľa, bola v minulosti bezpečným miestom. Prístup na vrchol so vstupnou bránou bol zrejme smerom od mesta Tvrdošín. Celá plocha ***Ostražice*** bola chránená opevnením, ktoré pozostávalo z drevenej palisády a mohutného štrkovo-hlinitého valu. V areáli opevnenia sa nachádzali obydlia a hospodárske stavby. Skaly pripomínajúce bašty, ktoré môžeme vidieť aj dnes, zrejme využívali vtedajší obyvatelia na stráženie.

Osídlenie na hradisku zaniklo pravdepodobne začiatkom doby rímskej. Hoci sa uvádza, že tento priestor mohol byť osídlený v stredoveku, zatiaľ neevidujeme archeologické doklady z tohto obdobia.

Prvým bádateľom, ktorý tu uskutočnil výskum už v 19. storočí, bol Mikuláš Kubínyi. Išlo o „vykopávky“, po ktorých nemáme žiadne informácie ani nálezy. Rozsiahlejší výskum realizoval v 70. rokoch Pavol Čaplovič a ***Oravské múzeum P. O. Hviezdoslava***. Nálezy rôznych črepov, kostí zvierat a pracovného náradia je možné nájsť vystavené v ***Dome kultúry v Nižnej*** či v múzeu na ***Oravskom hrade***. Vďaka čoraz modernejším technológiám a postupom sa novými výskumami oravského múzea, ktoré sa začali v roku 2018, dozvedáme o vrchu ***Ostražica*** viac.

Turistický výstup na ***Ostražicu*** je nenáročný. Vrch svojou polohou a nadmorskou výškou 767 m n. m. ponúka výhľady na všetky svetové strany. Môžeme tu vidieť panorámu obce, ***Západné Tatry***, ***Babiu horu*** či ***Veľký Choč***. Samotný vrchol kopca zdobí vysoký dvojkríž. Ten vďaka fotovoltaickým panelom automaticky nabíja diódové osvetlenie upevnené na jeho trámoch a následne po západe slnka svieti nad Nižnou.

Góra Ostražica – symbol Niżnej

Rzucający się w oczy szczyt górujący nad wsią Niżna ma z historycznego, ale także estetycznego punktu widzenia duże znaczenie dla mieszkańców. Nic więc dziwnego, że stał się symbolem Niżnej, znalazł się nawet w jej herbie.

Ostražica była nieustannie osiedlona od czasów kultury halsztackiej (około 700 lat p. n. e.). Olbrzymie umocnienie powstało później, około IV wieku p. n. e. Strategicznie korzystnie usytuowana ***Ostražica***, która ma formę ściętego stożka, była w przeszłości bezpiecznym miejscem. Dostęp do szczytu z bramą wejściową był najprawdopodobniej możliwy od strony miasta Twardoszyn. Cała powierzchnia ***Ostražicy*** była chroniona przez drewnianą palisadę i masywne wały ze żwiru i gliny. Na terenie otoczonym przez wały znajdowały się budynki mieszkalne i gospodarcze. Skały przypominające baszty, które możemy zobaczyć do dziś, ówcześni mieszkańcy wykorzystywali jako strażnice.

Grodzisko jako osada zanikło prawdopodobnie na początku okresu rzymskiego. W publikacjach podaje się, że miejsce to mogło być osiedlone w średniowieczu, ale jak dotąd nie znaleźliśmy dowodów archeologicznych z tego okresu.

Pierwszym badaczem, który prowadził tu badania już w XIX w., był Mikuláš Kubínyi. Były to swoiste „wykopaliska", po których nie zachowały się żadne informacje ani znaleziska. Bardziej rozległe badania prowadził w latach 70. Pavol Čaplovič, jak i ***Muzeum Orawskie P. O. Hviezdoslava***. Znaleziono różne odłamki ceramiki, kości zwierząt i narzędzia, które dziś można oglądać w ***Domu Kultury w Niżnej*** i w muzeum na ***Zamku Orawskim***. Dzięki coraz nowocześniejszym technologiom i metodom w trakcie nowych badań prowadzonych przez Muzeum Orawskie, które rozpoczęły się w 2018 r., dowiadujemy się o szczycie ***Ostražicy*** coraz więcej.

Trasa turystyczna na ***Ostražicę*** nie jest trudna. Ze szczytu na wysokości 767 m n.p.m. roztaczają się widoki na wszystkie strony świata. Można stąd podziwiać panoramę wsi, ***Tatry Zachodnie***, ***Babią Górę*** czy ***Wielki Chocz***. Na samym szczycie góry znajduje się podwójny krzyż. Dzięki panelom fotowoltaicznym diodowe oświetlenie zamocowane do konstrukcji krzyża jest ładowane i po zachodzie słońca świeci nad Niżną.

Ostražica Peak – the symbol of Nižná

The peak towering above Nižná is not only historically but also aesthetically important for the inhabitants of the village. It is no wonder that it became the symbol of Nižná and can be found on the village's coat of arms.

People had lived on ***Ostražica*** since the times of the Hallstatt culture (around 700 BC). A massive fortification was built later, probably in the 4th century BC. ***Ostražica***, in the shape of a conic frustum, is strategically well-placed and was a safe location in the past. Access to the peak through a gate, was probably possible from the direction of the Tvrdošín town. The entire area of ***Ostražica*** was protected by the fortification, which consisted of a wooden palisade and a solid wall of gravel and clay. Dwellings and outbuildings stood near the fortification. The rocks that resemble watchtowers – we can see them to this day – were most probably used for guarding.

The fort in all likelihood disappeared at the beginning of the Roman period. It is said that people might have settled in the area again during the Middle Ages, but there is no archaeological evidence from that period.

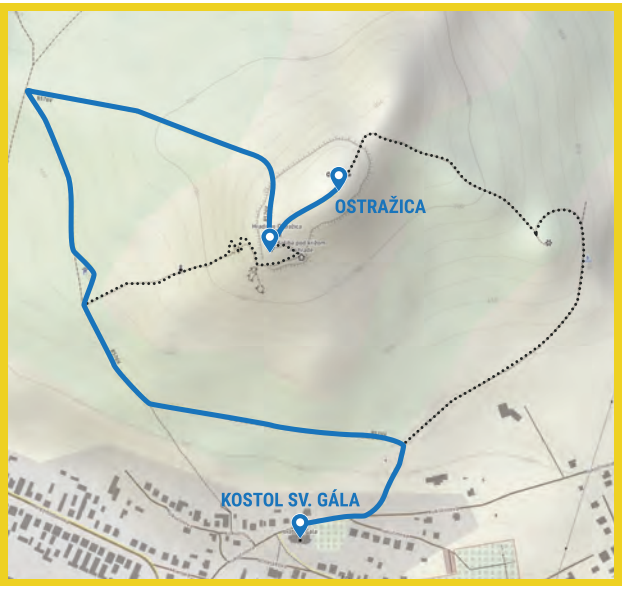
This area was first explored by Mikuláš Kubínyi in the 19th century. Excavations were carried out; unfortunately, no information or findings remain to this day. More extensive research was undertaken in the 1970's by Pavol Čaplovič and the ***P. O. Hviezdoslav Orava Museum***. Various shards of ceramics, animal bones and tools are exhibited in the ***Culture Centre in Nižná*** and in the ***Orava Castle*** museum. Since 2018, the Orava Museum has conducted new research which, thanks to modern technologies and methods, gives us more information about the ***Ostražica*** hill.

The tourist path to the peak isn't difficult. Due to the shape of the hill and its height of 767 m MSL, views to all corners of the world can be observed from here.You can admire the panorama of the village, the ***Western Tatras***, ***Babia hora*** and ***Veľký Choč***. A two-barred cross stands on the peak. Solar panels charge the LED lights on its frame and the cross glows in the dark above Nižná.

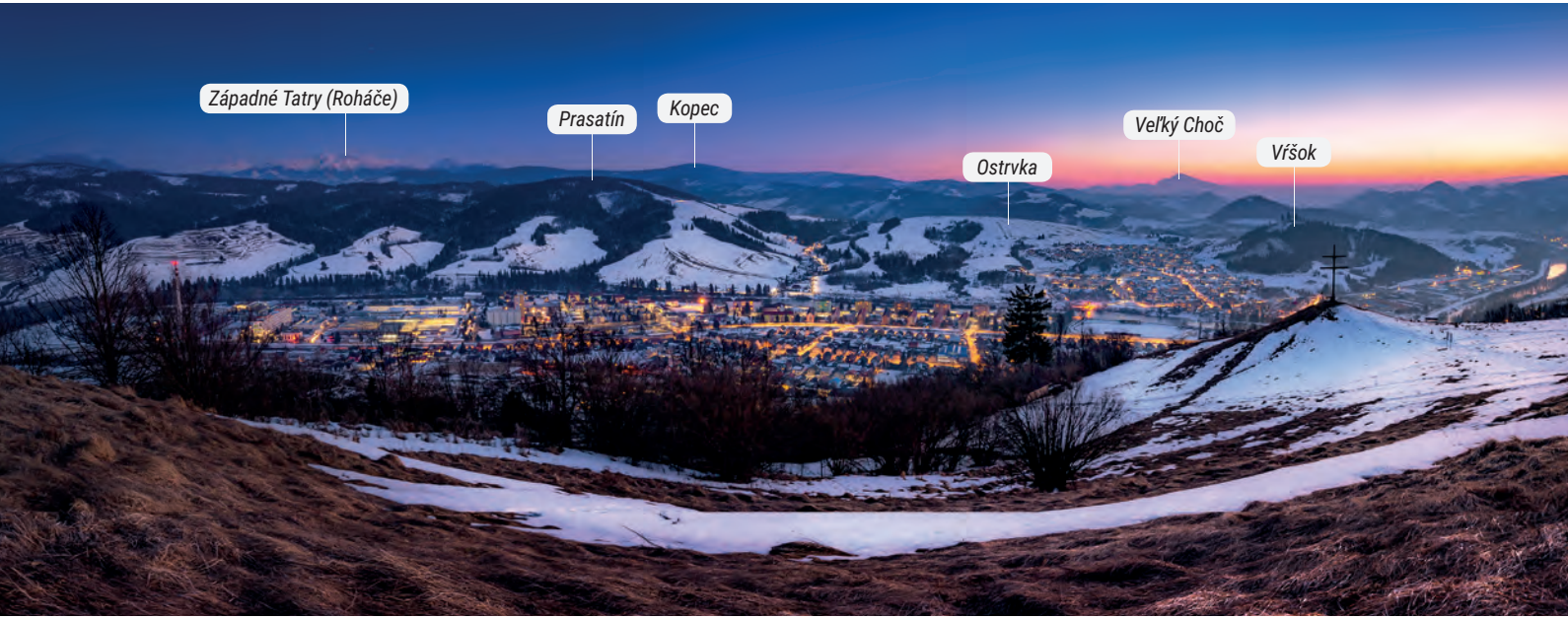
SK: *Každý rok, vždy 6. januára, sa organizuje Trojkráľový výstup na Ostražicu.*
PL: *Co roku, zawsze 6 stycznia, organizowane jest Wyjście na Ostražicę na Trzech Króli.*
EN: *A Climb to Ostražica is organised every year for Three King's Day on 6 January.*

SK: *Kríž na Ostražici počas noci.*
PL: *Krzyż na Ostražicy w nocy.*
EN: *The cross on the Ostražica peak at night.*

SK: *Predmety nájdené pri výskume sú uložené vo vestibule kultúrneho domu.*
PL: *Przedmioty znalezione w czasie badań można obejrzeć w holu Domu Kultury.*
EN: *Objects found during excavations are exhibited in the lobby of the Cultural Centre.*



SK: *Trasa vedie od kostola sv. Gála po poľnej ceste až na vrchol. Pre detailnejší výhľad na vrchole je možné použiť ďalekohľad.*
PL: *Trasa wiedzie od kościoła pw. św. Gawła polną drogą aż na szczyt. Żeby móc dokładniej przyjrzeć się widokom ze szczytu, warto skorzystać z lornetki.*
EN: *The trail leads from the St. Gall Church, up a dirt road to the peak. You can use binoculars for a more detailed observation of the views from the hill.*



Panoráma / Panorama 1. SK: *Ostražica ponúka ľahký výstup aj v zime.* ***PL:*** *Ostražica oferuje łatwą wycieczkę na szczyt także zimą.*
EN: *Access to Ostražica is easy during winter as well.*

Nižná a jej okolie

Okrem výstupu na vrch ***Ostražica*** sa môže návštevník prejsť okolitými kopcami a lúkami bohatými na výhľady. Medzi ne patria: ***Zmrázov***, ***Lučivný vrch***, ***Vŕšok***, ***Ostrvka***, ***Prasatín***, ***Prostredný***, ***Krásnický vrch***, ***Grúň***. V širšom okolí sa nachádza ***Červená skala*** (Podbiel) alebo ***Javorový vrch*** (Tvrdošín – Krásna Hôrka). Najvyšším vrchom v katastri obce je ***Budín*** (1 221,4 m n. m.), ktorý patrí do pohoria ***Oravskej Magury***.

V panorámach sú vyznačené pohoria a vrchy, ktoré je možné vidieť z jednotlivých miest uvedených na mape (strana 4 – 5).

Niżna i okolice

Turyści mogą wejść na szczyt ***Ostražicy***, ale także zorganizować sobie wycieczkę po okolicznych górkach i łąkach, które obfitują w panoramy. Należą do nich ***Zmrázov***, ***Lučivný vrch***, ***Vŕšok***, ***Ostrvka***, ***Prasatín***, ***Prostredný***, ***Krásnický vrch***, ***Grúň***. W okolicy ponadto znajduje się skała ***Červená skala*** (Podbiel) i ***Javorový vrch*** (Twardoszyn – Krásna Hôrka). Najwyższym szczytem położonym na terenie wsi jest ***Budín*** (1 221,4 m n. p. m.), który należy do ***Magury Orawskiej***.

Na panoramach zaznaczono pasma górskie i szczyty, które można zobaczyć z poszczególnych miejsc wskazanych na mapie (strona 4 – 5).

Nižná and its surroundings

Visitors can climb the ***Ostražica*** peak or take a walk around the nearby hills and meadows, which offer many beautiful views. ***Zmrázov***, ***Lučivný vrch***, ***Vŕšok***, ***Ostrvka***, ***Prasatín***, ***Prostredný***, ***Krásnický vrch*** and ***Grúň*** are in the vicinity. ***Červená skala*** (Podbiel) and Javorový vrch (Tvrdošín – Krásna Hôrka) are further away. The highest peak in the municipality is ***Budín*** (1,221.4 m MSL), which is a part of the ***Orava Magura*** range.

The mountain ranges and peaks visible from specific places on the map (page 4 – 5) are marked on the panoramas.

Panoráma / Panorama 2. SK: *Pohľad z lúky nad Vintiškou.* ***PL:*** *Widok z łąki nad Vintišką.* ***EN:*** *Views from the meadow above Vintiška.*

Panoráma / Panorama 3. SK: *Pohľad z lúky pod Prasatínom.* ***PL:*** *Widok z łąki pod Prasatínem.* ***EN:*** *Views from the meadow below Prasatín.*

Panoráma / Panorama 4. SK: *Pohľad z Ostrvky.* ***PL:*** *Widok z Ostrvki.* ***EN:*** *Views from Ostrvka.*

Cyklotrasy

Cyklistika v Nižnej sa teší veľkej obľube už pol storočia. Veľká vďaka patrí najmä ***Cykloklubu Nižná***, ktorý usporadúva nespočetné akcie miestneho, regionálneho, celoslovenského či medzinárodného významu. Najúspešnejším podujatím je každoročná akcia ***Okolo Tatier***.

Veľký záujem o tento šport a iniciatíva nadšencov cyklistiky z okolitých dedín viedla k vzniku cyklotrás. Návštevník Nižnej má k dispozícii cca 100 km trás v okruhu 20 km. Za štartovacie miesto môžeme označiť hrádzu rieky ***Orava*** pri základnej škole, ktorým prechádza červená trasa ***Štefanov – Dlhá***.

Trasy rowerowe

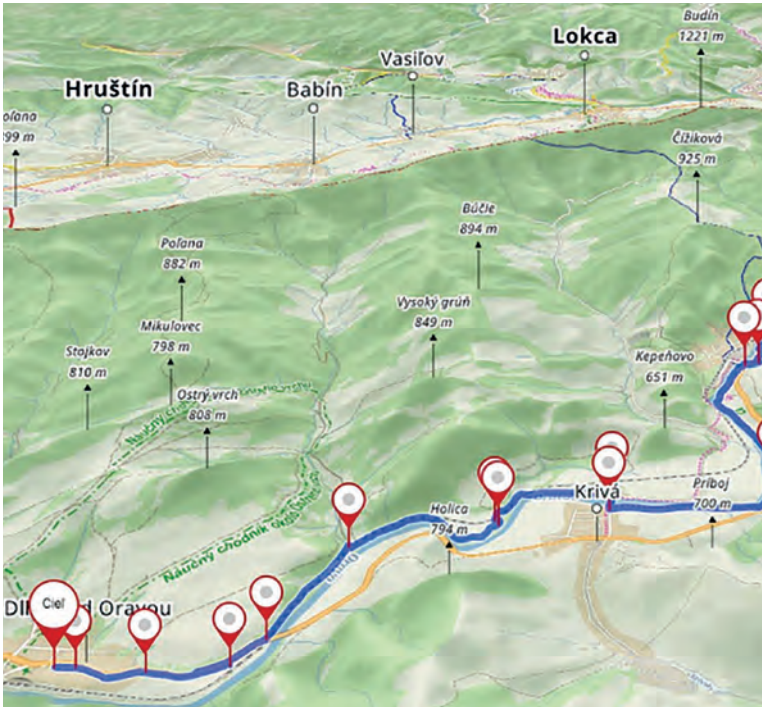
Kolarstwo w Niżnej już pół wieku cieszy się dużą popularnością. Jest tak za sprawą klubu ***Cykloklub Nižná***, który organizuje liczne wydarzenia o charakterze miejscowym, regionalnym, ogólnosłowackim czy międzynarodowym. Wydarzeniem, które cieszy się największą popularnością, jest coroczny rajd ***Wokół Tatr***.

Duże zainteresowanie tym sportem oraz inicjatywa miłośników kolarstwa z okolicznych wiosek doprowadziły do powstania tras rowerowych. Turyści w Niżnej mają do dyspozycji około 100 km tras w promieniu 20 km. Za punkt startowy możemy uznać zaporę na rzece ***Orawa*** przy szkole podstawowej – przebiega tu czerwona trasa ***Szczepanów – Dlhá***.

Biking trails

Cycling in Nižná has gained much popularity in the past 50 years. The ***Nižná Cycling Club*** organises countless cycling events of a local, regional, national and international nature. By far the most successful is the yearly ***Around the Tatra Mountains*** event.

As there was much interest in this sport, biking trails were built thanks to the initiative of the inhabitants of nearby villages. There are more or less a hundred kilometres of routes within a radius of 20 km available for visitors. The dam on the ***Orava*** river near the primary school can be marked as the starting point – the red trail ***Štefanov – Dlhá*** runs through it.



SK: *Cyklotrasa Štefanov – Dlhá je jedna z najvyužívanejších.*
EN: *The Štefanov – Dlhá biking trail is one of the most frequented trails here.*

SK: *Cykloakcia Okolo Tatier sa organizuje každoročne v júni.*
PL: *Wydarzenie kolarskie Wokół Tatr organizowane jest co roku w czerwcu.*

PL: *Trasa rowerowa Szczepanów – Dlhá jest jedną z najbardziej uczęszczanych.*

EN: *Cycling event Around the Tatra Mountains is organised every year in June.*

Štefanov – Dlhá

Ide o trasu s ľahkou obtiažnosťou v dĺžke 24,5 km pre MTB a trekking. Ak sa začína v Nižnej, existujú dve možnosti, ako prejsť po tejto trase:

1. smerom na Štefanov nad Oravou môžeme pokračovať k priehradnému múru s výhľadom na ***Oravskú priehradu***, či po ceste navštíviť ***Galériu Márie Medveckej*** v Tvrdošíne, alebo
2. smerom na Dlhú nad Oravou pokračovať cez Chlebnice do Malatinej. V Podbieli nájdeme napríklad komplex drevenic zapísaných v zozname ***UNESCO*** alebo môžeme vystúpiť na ***Červenú skalu*** nad Podbielom.

Detail mapy je uvedený v QR kóde alebo na stránke ***www.cykloklubnizna.sk***.

Szczepanów – Dlhá

Jest to łatwa trasa o długości 24,5 km przeznaczone dla rowerów MTB i trekkingowych. Ruszając z Niżnej mamy dwie możliwości.

1. Albo ruszyć w kierunku Szczepanowa nad Orawą, gdzie można podążyć w stronę ściany zapory z widokiem na ***Zaporę Orawską***, po drodze można też odwiedzić ***galerię Márii Medveckiej*** w Twardoszynie, albo
2. ruszyć w kierunku wsi Dlhá nad Oravou i kontynuować jazdę przez Chlebnice do Malatiny. W Podbielu warto obejrzeć zespół chat drewnianych wpisanych na listę ***UNESCO*** lub zdobyć szczyt ***Červená skala*** górujący nad Podbielem.

Szczegół mapy do obejrzenia przez kod QR lub na stronie ***www.cykloklubnizna.sk***.

Štefanov – Dlhá

This is an easy trail, 24.5 km long, for mountain and trekking bikes. Starting in Nižná, you have two possibilities.

1. You can either go in the direction of Štefanov nad Oravou, continuing to the dam wall while admiring the view to the ***Oravská priehrada*** reservoir (you can also visit the ***Mária Medvecká gallery*** in Tvrdošín on your way), or
2. in the direction of Dlhá nad Oravou, continuing through Chlebnice to Malatiná. In Podbiel, you can find a group of log houses that are on the ***UNESCO*** World Heritage list, or climb the Červená skala hill.

Scan the QR code or visit ***www.cykloklubnizna.sk*** for the map details.

Okruh Podbielanskou Magurou

Stredne obtiažna cyklotrasa, ktorá je dlhá 26,5 km, je stavaná len pre MTB bicykle. Detail mapy je uvedený v QR kóde alebo na stránke *www.cykloklubnizna.sk*.

Veľká časť trasy vedie lúkami a lesmi, čo môže byť dokonalým oddychom od každodenných povinností. Dediny, cez ktoré vedie tento okruh, sú: Nižná, Podbiel a Zemianska Dedina. Cestou môžeme navštíviť ich pamiatky či podbielanskú *Červenú skalu*.

Pre prípadný oddych je na vrchole stúpania (na *Petrovke)* postavený štýlový altánok.

SK: *Mapa – okruh Podbielanskou Magurou.*
PL: *Mapa – pętla Magurą Podbielanską.*
EN: *Map – the loop around the Podbiel Magura mountains.*

Pętla Magurą Podbielanską

Trasa średnio trudna, długość 26,5 km, nadaje się tylko dla rowerów MTB. Szczegół mapy do obejrzenia przez kod QR lub na stronie *www.cykloklubnizna.sk*.

Duża część trasy prowadzi po łąkach i lasach, może być więc doskonałą odskocznią od codziennych obowiązków. Wsie, przez które prowadzi: Niżna, Podbiel i Zemianska Dedina. Po drodze warto zwiedzić tamtejsze zabytki i zdobyć szczyt skały *Červená skala* w Podbielu.

Na samym końcu podjazdu można odpocząć w stylowej altance na *Petrovce*.

SK: *Jedna z obľúbených trás Nižná – Ťatliakova chata.*
PL: *Jedna z ulubionych tras Niżna – Bufet Rohacki.*
EN: *The Nižná – Ťatliakova cottage is one of the most favoured trails.*

Loop around the Podbiel Magura

This is a moderately difficult biking trail, 26.5 km long, only for mountain bikes. Scan the QR code or visit *www.cykloklubnizna.sk* for the map details.

A significant part of the trail leads through meadows and forests, providing a perfect opportunity for taking a breath from daily duties. You will ride through Nižná, Podbiel and Zemianska Dedina. On your way you can visit the monuments in those villages or climb the *Červená skala* hill near Podbiel.

At the end of the climb you can rest in the stylish gazebo on *Petrovka*.

SK: *Výhľad z podbielanskej Červenej skaly.*
PL: *Widok z Červenej skaly w Podbielu.*
EN: *The view from the Červená skala hill near Podbiel.*

SK: *Jazero pri Ťatliakovej chate.* ***PL:*** *Staw przy Bufecie Rohackim.*
EN: *The lake near the Ťatliakova cottage.*

Nižná – Ťatliaková chata

Cyklotrasa z Nižnej k ***Ťatliakovej chate*** má 55 kilometrov, je stredne obtiažna, vhodná pre MTB a trekking a navyše ponúka krásnu oravskú prírodu. Detail mapy je uvedený v QR kóde alebo na stránke ***www.cykloklubnizna.sk***.

Po ceste je možné navštíviť Podbiel, technickú pamiatku ***Františkova huta***, ***Lapidárium kamenných plastík a reliéfov*** v Oravskom Bielom Potoku, ***Múzeum oravskej dediny*** v Zuberci – Brestová či ***Brestovskú jaskyňu***. V cieli cesty sa nachádza jazero pri ***Ťatliakovej chate***.

Niżna – schronisko Bufet Rohacki (Ťatliakova chata)

Trasa rowerowa z Niżnej do schroniska Bufet Rochacki liczy 55 km, jest średnio trudna. Nadaje się dla rowerów MTB i trekkingowych. Jej atutem jest piękna orawska przyroda. Szczegół mapy do obejrzenia przez kod QR lub na stronie ***www.cykloklubnizna.sk***.

Po drodze warto zwiedzić Podbiel, zabytek techniki ***Františkova huta***, ***Lapidarium rzeźb z kamienia*** w Orawskim Białym Potoku, ***Muzeum Wsi Orawskiej*** w Zubercu – Brestowej lub ***Jaskinię Brestowską***. Na mecie trasy znajduje się staw przy ***Bufecie Rohackim***.

Nižná – Ťatliakova cottage

This biking trail Nižná - Ťatliakova cottage is 55 km long and moderately difficult. Both mountain and trekking bikes can take this route, which runs among the beautiful Orava nature. Scan the QR code or visit ***www.cykloklubnizna.sk*** for the map details.

On your way you can visit Podbiel, ***Františkova huta*** (a technological monument), the ***Lapidarium of stone statues*** (in Oravský Biely Potok), the ***Museum of Orava Village*** in Zuberec – Brestová or the ***Brestovská cave***. There is a lake near the ***Ťatliakova cottage*** at the end of the trail.

Okruh Prasatín

Trasa okruhu ***Prasatín*** je určená len pre MTB bicykle. Aj keď má len 10 km, je dosť obtiažna z dôvodu strmého stúpania a klesania. Detail mapy je uvedený v QR kóde a viac informácií na stránke ***www.cykloklubnizna.sk***.

Na vrchole ***Prasatína***, hneď pri turistickom stĺpiku, je odbočka do lesa na zjazdový trail. Má dĺžku 2,5 km v príjemnom klesaní po vrstevniciach, ale aj s možnosťou odbočiť a vyskúšať si skoky. Po vyjdení z lesa sa rozprestiera zjazdovka a po ľavej strane sa nachádza kaplnka s posedením a pekným výhľadom na Nižnú a ***Veľký Choč***.

Pętla Prasatín

Trasa pętli ***Prasatín*** nadaje się wyłącznie dla rowerów MTB. Ma zaledwie 10 km, ale jest dość trudna z powodu podjazdów i zjazdów. Szczegół mapy do obejrzenia przez kod QR, więcej informacji na stronie ***www.cykloklubnizna.sk***

Na szczycie ***Prasatín*** zaraz przy słupku turystycznym znajduje się skręt do lasu na zjazdowy trail. Ma długość 2,5 km, prowadzi przyjemnym zjazdem po zakosach, jest też możliwość odbicia na chwilę i wypróbowania skoków. Za lasem znajdziemy się na trasie zjazdowej, po lewej stronie widać kapliczkę z miejscem do siedzenia i ładnym widokiem na Niżną i ***Wielki Chocz***.

The Prasatín loop

The ***Prasatín*** loop is suitable only for mountain bikes. It is just 10 km long, but also rather difficult due to the ascends and descends. Scan the QR code for the map details or visit ***www.cykloklubnizna.sk*** for more information.

On the ***Prasatín*** peak, right next to the tourist post, you will find a turn to the forest following a downhill trail. This trail is 2.5 km long, down a nice, meandering descend; you can also branch off and try out jumping. When you exit the forest, another descend awaits you. A chapel and a place to sit will be on the left; you can admire views of Nižná and ***Veľký Choč*** from there.

SK: *Okruh Prasatín*
PL: *Pętla Prasatín*
EN: *The Prasatín loop*

SK: *Výhľad z Prasatína na Veľký Choč.*
PL: *Widok z Prasatína na Wielki Chocz.*

SK: *Nenáročný okruh pre rodiny s deťmi na poznávací výlet okolia Nižnej*
PL: *Łatwa pętla dla rodzin z dziećmi, wycieczka krajoznawcza wokół Niżnej*
EN: *An easy loop for families with children – a sightseeing tour around Nižná*

EN: *Views from Prasatín to Veľký Choč.*

Okruh pre rodiny s deťmi

Nenáročný okruh určený hlavne pre deti s doprovodom dospelých má dĺžku 8,6 km, je vhodný pre MTB a trekking. Detail mapy nájdete v QR kóde alebo na stránke ***www.cykloklubnizna.sk***.

Po ceste je možné vidieť budovu starého mlyna a krásne prostredie ***Studeného potoka***. V tejto časti sa dá navštíviť napríklad ***Františkova huta*** alebo absolvovať adrenalínová jazda tankom. V Podbieli sa nachádza komplex drevenic zapísaný v zozname ***UNESCO***. Po trase sú úseky, ktorými je nutné prejsť cez hlavnú cestu, a preto sa vyžaduje zvýšená opatrnosť.

Pętla dla rodzin z dziećmi

Nietrudna pętla jest przeznaczona głównie dla dzieci pod opieką dorosłych. Długość 8,6 km, nadaje się dla rowerów MTB i trekkingowych. Szczegół mapy do obejrzenia przez kod QR lub na stronie ***www.cykloklubnizna.sk***.

Po drodze można zobaczyć budynek starego młyna i piękne otoczenie potoku ***Zimna Woda***. W tej części można zwiedzić np. zabytek techniki ***Františkova huta*** lub skorzystać z oferty ekstremalnej przygody, czyli przejażdżki czołgiem. W Podbielu znajduje się natomiast zespół drewnianych chat wpisany na listę ***UNESCO***. Na trasie są odcinki, które prowadzą przez drogę główną, należy zachować szczególną ostrożność.

Family loop

This is an easy trail, meant for children accompanied by adults. It is 8.6 km long and suitable for both mountain and trekking bikes. Scan the QR code or visit ***www.cykloklubnizna.sk*** for the map details.

On your way you can see an old mill and admire the beautiful surroundings of the ***Studený potok*** stream. You can also visit the ***Františkova huta*** technical monument or take a thrilling ride on a tank. In Podbiel, you can find a group of log houses that are on the ***UNESCO*** World Heritage list. You will have to cross the main road several times on your way – be cautious.

Športové aktivity

Okrem turistiky či cyklistiky sú v Nižnej obľúbené viaceré športy, ako futbal, florbal, tenis, bedminton či atletika. Obec má pre športové aktivity vytvorené široké možnosti. K dispozícii je napríklad futbalový štadión so škvarovým okruhom vhodným na behanie, taktiež tenisové kurty, posilňovne a telocvične. Behať či korčuľovať na kolieskových korčuliach je možné na asfaltovej cyklotrase popri rieke ***Orava***. Občania sú aktívni aj v relaxačných športoch, ako joga, taebo či zumba.

Cez zimu je možnosť lyžovania v stredisku ***SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ,*** bežkovania alebo skialpinizmu po okolitých kopcoch.

Atrakcje sportowe

Poza turystyką czy kolarstwem w Niżnej można także uprawiać inne sporty jak piłka nożna, unihokej, tenis, badminton czy lekką atletykę. W gminie jest wiele możliwości uprawiania sportu. Do dyspozycji jest na przykład stadion z bieżnią żużlową przygotowaną do biegania. Są tu także korty tenisowe, siłownie i sale gimnastyczne. Bieganie i jazdę na łyżworolkach można uprawiać na asfaltowej ścieżce rowerowej wzdłuż rzeki ***Orawy***. Mieszkańcy są także aktywni w sportach relaksacyjnychjak joga, taebo czy zumba.

W zimie jest możliwość uprawiania narciarstwa na wyciągu ***SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ*** albo narciarstwa biegowego czy skialpinizmu na okolicznych wzgórzach.

Sports

Tourism and cycling are not the only favourite sports in Nižná – football, floorball, tennis, badminton and athletics are also very popular. There are many facilities for sport activities in the municipality, for example you can run a lap around the stadium on a cinder track. There are also tennis courts, gyms and fitness centres. The asphalt biking route that runs along the ***Orava*** river is also great for running or roller-skating. The inhabitants also take part in relaxing sports, like yoga, Tae Bo and Zumba.

During winter you can show off your ski skills on the slopes of ***SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ***, or try cross-country skiing and ski mountaineering on the nearby hills.

SK: *Cyklotrasa popri rieke Orava.* ***PL:*** *Trasa rowerowa wzdłuż rzeki Orawa.*
EN: *The cycling route along the Orava river.*

SK: *Tenisové kurty.* ***PL:*** *Korty tenisowe.* ***EN:*** *Tennis courts.*

SK: *Štadión bol oficiálne otvorený v roku 1972.* ***PL:*** *Stadion oficjalnie otwarto w 1972 r.*
EN: *The stadium was officially opened in 1972.*

SK: *Turnaj Ninjacup.* ***PL:*** *Turniej Ninjacup.* ***EN:*** *Ninjacup Tournament.*
www.ninjacup.sk

SK: *Lyžiarske stredisko SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ.*
PL: *Ośrodek narciarski SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ.*
EN: *SKI CENTRUM NIŽNÁ – UHLISKÁ ski resort.*

Oravský región

Orava leží na severozápade Slovenska na hranici s Poľskom. Ide o najchladnejší región. Administratívne sa delí na tri okresy: Námestovo, Tvrdošín a Dolný Kubín. Preteká ňou rieka ***Orava*** a obklopujú ju rozmanité pohoria a kopce.

Orava je obľúbenou destináciou turistov, pretože ponúka krásnu prírodu, hory, množstvo historických pamiatok, aktivity či relax, a to ako v lete, tak aj v zime. Jej dominantou je ***Oravský hrad***. Známe sú aj: ***Roháče – Západné Tatry***, ***Babia hora***, ***Chočské vrchy***, ***Múzeum oravskej dediny***, ***Slanický ostrov umenia na Oravskej priehrade*** a mnoho iného.

Region Orawa

Orawa leży na północno-zachodniej Słowacji przy granicy z Polską. Jest to najchłodniejszy region. Administracyjnie dzieli się na trzy powiaty – Namiestów, Twardoszyn i Dolny Kubin. Płynie tu rzeka ***Orawa***, a wokół wznoszą się różne pasma górskie i szczyty.

Orawa to ulubiony cel wyjazdów turystów, oferuje bowiem piękno przyrody, góry, wiele zabytków, możliwości aktywnego spędzania czasu i relaksu latem i zimą. Najważniejszym zabytkiem jest Zamek Orawski. Znane są także ***Rohacze – Tatry Zachodnie***, ***Babia Góra***, ***Góry Choczańskie***, ***Muzeum Wsi Orawskiej***, wyspa ***Slanický ostrov umenia na Jeziorze Orawskim*** i wiele innych.

Orava region

The Orava region is located in the north-western part of Slovakia on the Polish–Slovak border. It is one of the coldest regions in the country. It is divided into three administrative districts – Námestovo, Tvrdošín and Dolný Kubín. The ***Orava*** river runs through it and various mountain ranges and peaks rise above.

Orava is an often frequented tourist destination, favoured for its beautiful nature, many mountains, an abundance of historical monuments and opportunities for relaxing activities in both summer and winter. The Orava Castle is the most famous monument in the region. Other well-known places are ***Roháče – Western Tatra Mountains***, ***Babia hora*** mountain, ***Choč Mountains***, the ***Orava Village Museum***, the ***Slanica Island of Art on the Oravská priehrada*** reservoir and many more.

SK: *Oravský hrad.* ***PL:*** *Zamek Orawski.* ***EN:*** *Orava Castle.*

SK: *Drevený kostolík v Tvrdošíne (pamiatka UNESCO).*
PL: *Kościół drewniany w Twardoszynie (zabytek UNESCO).*
EN: *Wooden church in Tvrdošín (UNESCO World Heritage Site).*

SK: *Oravská priehrada.* ***PL:*** *Zapora Orawska.* ***EN:*** *Oravská priehrada reservoir.*

SK: *Drevenice v Podbieli (pamiatka UNESCO).*
PL: *Drewniane chaty w Podbielu (zabytek UNESCO).*
EN: *Log houses in Podbiel (UNESCO World Heritage Site).*

SK: *Múzeum oravskej dediny Zuberec – Brestová.*
PL: *Muzeum Wsi Orawskiej, Zuberzec – Brestowa.*
EN: *The Orava Village Museum in Zuberec – Brestová.*

SK: *Roháče – Západné Tatry.* ***PL:*** *Rohacze – Tatry Zachodnie.* ***EN:*** *Roháče – Western Tatra Mountains.*

SK: *Veľký Choč.* ***PL:*** *Wielki Chocz.*

SK: *Kubínska hoľa.* ***PL:*** *Kubínska hoľa.* ***EN:*** *Kubínska hoľa mountain.*

SK: *Socha Ježiša Krista – Rio de Klin.* ***PL:*** *Figura Jezusa Chrystusa – Rio de Klin.*
EN: *A statue of Jesus Christ – Rio de Klin.*

EN: *Veľký Choč mountains.*

SK: *Babia hora.* ***PL:*** *Babia Góra.* ***EN:*** *Babia hora mountain.*

SK: *Plavba plťou po rieke Orava.* ***PL:*** *Spływ tratwą po Orawie.*
EN: *Rafting on the Orava river.*

SK: *Oravská lesná železnica.* ***PL:*** *Orawska Kolejka Leśna.*
EN: *Orava Forest Railway.*

Obec Nižná

www.nizna.sk

Mikroprojekt współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz z budżetu państwa za pośrednictwem Euroregionu „Tatry" w ramach Programu Interreg V – A Polska – Słowacja 2014 – 2020.

Mikroprojekt spolufinancovaný Európskou úniou z Európskeho fondu regionálneho rozvoja a zo štátneho rozpočtu prostredníctvom združenia Euroregión „Tatry" v rámci programu Interreg V – A Poľsko – Slovensko 2014 – 2020.

Micro-project co-financed by the European Union from the European Regional Development Fund and the state budget through the Euroregion "Tatry" under Interreg V – A Poland – Slovakia Programme 2014 – 2020.

Egzemplarz bezpłatny. / Nepredajné. / Free copy.

Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

ISBN 978-83-963135-3-9