



pont aktív

élmények földön, vízen,
levegőben **Szolnokon**



SzolnokApp

A város a kezében



polgármesteri köszöntő

Aktív. Ízlelgessek egy kicsit ezt a szót! Ma ennek a jelzőnek már hatalmas súlya van, használjuk kikapcsolódásra, pihenésre, de a legfontosabb, hogy életmódra is. Az aktív életvitel lételeme lett a mindennapjainknak, magam sem tudnám elképzelni, hogy a Föld még forog sport, mozgás nélkül. Azok a megszokott, jó hangulatú tenisz- vagy épp kosármecsek a barátokkal edzik a testet és a lelket is, adnak egy olyan pluszt az ember hétköznapijához, amit talán semmi nem hivatott pótolni.



Szerencsére Szolnok a hasonló felfogású embereknek remek lehetőségeket kínál, aktív megyeszékhely vagyunk, ahol a mozgás szeretetét, a kultúráját, a legszebb és persze leglátványosabb sportágak hagyományait is megfelelő szakmai háttérrel, jó értelemben vett elvakultsággal, szeretettel adjuk át a fiatal, feltörekvő generációknak. De azok is megtalálják a számításukat, akik csak alkalmanként hódolnának szenvedélyüknek: félszáznál is több kilométernyi túraútvonal kerékpárral és gyalog, megannyi horgászparadicsom, futókörök, számos, modern technikával felépített sportpálya, a város minden szegletében kondipark, a Tiszaligetben kalandpark is várja a kicsiket és nagyokat egyaránt.

Ha még nem tették, fedezzék fel a várost ilyen szempontból is, vegyék észre a fejlesztéseket, vegyenek részt az ilyen jellegű eseményeken, terelgessék gyermekeiket, unokáikat a sport öröme, a mozgás szeretete felé, hisz a modern, kényelmes világban, ahol minden egy karnyújtásnyira vagy „kattintásnyira” van tőlük, az aktív életmódra nevelésnek óriási szerepe van. Szolnok pedig ehhez tökéletes alapul szolgál, lapozzák csak végig a füzetet, Önök is látni fogják!

Szalay Ferenc
polgármester

Kiadó: Szolnok Megyei Jogú Város Önkormányzata, 5000 Szolnok, Kossuth tér 9. Minden jog fenntartva.

Előkészítés: Szolnok Megyei Jogú Város Önkormányzata, 5000 Szolnok, Kossuth tér 9.

Szerkesztő: Városmarketing és Turisztikai Osztály.

Fotók: Lescsinszky Zoltán, Sámson Réka és Szabó Levente.

A kiadványban szereplő fotók és egyedi grafikai megoldások jogvédelem alatt állnak, azokat kiemelni, más célra felhasználni kizárólag a kiadó írásbeli engedélyével szabad.

A kiadó a kiadványban szereplő adatok esetleges változásából adódó károkért nem vállal felelősséget.

Kézirat lezárása: 2022. 09. 01.

tartalom

Irány a természet!	4
Két kerékre Szolnok!	9
Nyeregbe fel!	13
Mozgás, lendület, kaland	15
Üdv a vadásznak, tisztelet a vadnak!	21
Görbüljön a bot, merüljön az úszó!	24
Horgonyt le!	28
Sportos Szolnok	30
Szolnoki Élménysziget	38



Ingyenes alkalmazás **Töltsd le Te is!**

Irány a természet!



Nálunk nem lehet, de nem is kell magas ormokra törni, hogy messze lássunk.

A túrázás, kirándulás lehetőségei igen változatosak, más a táj vándormadarainak fészkelése idején, más a kérészek násztáncakor, más, mikor az élet jeleiről a hó árulkodik. Az értékes szolnoki, valamint Szolnok környéki tiszai és zagyvai hullámterek feltárása, valamint a városkörnyék szép helyeinek meglátogatása céljából az elmúlt években több mint 200 kilométer túraútvonalat alakítottak ki.

Kirándulni hívunk mindenkit! Nagyszülőket, szülőket, gyermekeket, unokákat, együtt az egész családot! A városban számtalan lehetőség kínálkozik túrázásra, melyekből szemezgetve a következő ajánlatokat javasoljuk jó szívvel:



Egyénileg teljesíthető gyalogtúrák

10 km alatti ajánlatok

Városnéző túrák:

- Liget Hotel - Tiszaparti sétány - körgát - Tiszaligeti Stadion - Liget Hotel (3,6 km)
- Szabadság tér - Kossuth tér - Tisza Szálló és Gyógyfürdő - Tiszaparti sétány - Mária utca - Baross út - Vasútállomás (4,1 km)
- Szabadság tér - Tabáni Tájház - Zagyva-part - Holt-Zagyva - Besenyszögi út (7,9 km)

10 km - 20 km közötti ajánlatok

- Szabadság tér - Tisza-part - besenyszögi aluljáró - Millér - Feketeváros - Köteleki műút (11,2 km)
- Szabadság tér - Kossuth tér - Tisza Szálló és Gyógyfürdő - Tiszaparti sétány - Mária utca - Baross út - vasútállomás - Széchenyi városrész - Széchenyi Ökoturisztikai Parkerdő - Gazdák hídja - Zagyva hullámtér - Malomszögi erdőfolt (14,3 km)

20 km feletti ajánlatok:

- Vasútállomás - Belváros - Tiszaparti sétány - Millér - Feketeváros - Szórópuszta - Dobapuszta (26,8 km piros sáv jelzés)
- Szabadság tér - Zagyva bal part - Alcsipuszta - Malomszög - Malomzugi híd bal parti hídfő - Zagyva-part - Gazdák hídja - Zagyvarékas - Újszászi parkerdő - Szászberek (27,9 km sárga sáv jelzés)
- Vasútállomás - Rékasi felüljáró - Paládicpuszta - Sashalom - „Gejzír” - Vegyiművek - Tószegi hullámtér - Tiszavárkony - Vezseny (41,6 km zöld sáv jelzés)



Szervezett - és egyéb túrák

Pelikán teljesítménytúra - minden év szeptember harmadik hetének szombatja

Szolnoki Közalkalmazott Természetbarátok Turista Egyesülete
5000 Szolnok, Kossuth Lajos út 2.
+36 (56) 505-285

Szolnoki csata emléktúra - minden év március első szombatja

Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Természetbarát Szövetség
+36 (20) 460-5551

Auriga erdei futóverseny sorozat

Auriga ÉRT egyesület
+36 (30) 815-5725
www.aurigassk.5mp.eu

GÖRDÖGÖK Kerékpáros és Szabadidő Sportegyesület által szervezett túrák

+36 (30) 229-3440
www.gordogok.hu

Babakocsival is végig járható túrák

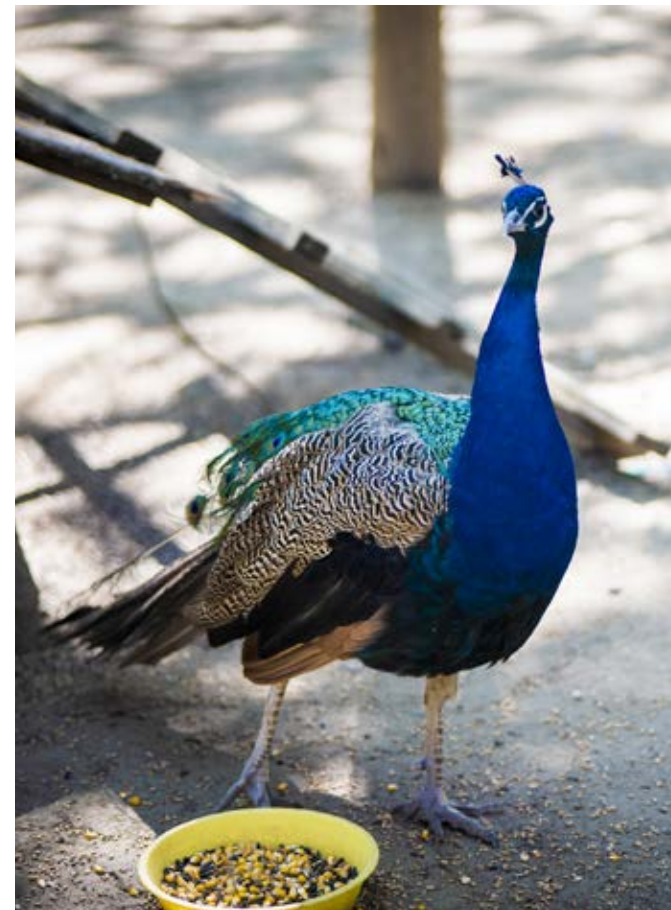
Szolnokon és környékén minden jelzett turistaút jól járható földúton vagy aszfaltozott járdán halad. Magasságkülönbségek nincsenek, így bármely körtúrán vagy annak résztávján babakocsival is végig lehet haladni.

Kerekesszéssel is végig járható túrák

A város belső útjain a járdák rámpával keresztezik az utakat, így bárhol a belvárosban városnéző útra indulhatnak a kerekesszéssel közlekedők is.

A szolnoki kirándulási ajánlatok változatosak, rövidebbek, hosszabbak, de mindegyik érdekes és szép tájra vezet.

Bármelyik útvonalat is választja, biztosak vagyunk abban, hogy maradandó élményekkel gazdagodva, feltöltődve tér majd haza.



Bagolyvár Vadaspark



A Bagolyvár Vadaspark 2007-ben nyitotta meg kapuit gyönyörű erdei környezetben.

A jellegzetes alföldi táj és a változatos élőhelyek - a Tisza és Zagyva folyókat kísérő puhafás ligeterdők, magas ártéri keményfaligetek, ültetett erdők, erdősávok, facsoportok, puszták, legelők - szomszédságában elhelyezkedő vadaspark kiváló lehetőségeket biztosít a bemutatott állatok személyes megismerésére, a velük való közvetlen találkozásra.

A vadasparkba látogatók saját élményeik alapján ismerkedhetnek meg az Alföld vadfajaival, házi- és házasított állataival. Az árnyékot adó fák alatt lehetőség nyílik az állatok viselkedésének megfigyelésére természetes környezetükben, az állatsimogatóban pedig közvetlen testközelből is.

Aki az egyéni látogatásnál több élményt szeretne, zoopedagógiai foglalkozás keretében betekintést nyerhet a vadaspark és az erdő titkaiba, sőt, aki esetleg egy állati jó szülinapra vágyik, kellemes erdei környezetben, a vadaspark lakóival együtt is ünnepelheti azt.

5000 Szolnok, Kaán Károly utca 71.

+ 36 (56) 523-010

+ 36 (56) 523-013

www.nefag.hu

Szolnoki Széchenyi Parkerdő és Játszótér



A kikapcsolódás, a pihenés, a rekreáció minél színvonalasabb biztosítása érdekében jött létre a Széchenyi Parkerdő és Ökoturisztikai Központ, ahol mintegy 125 hektáron turista úthálózat kiépítésére is sor került, melyben sétáló- (7 475 m), kerékpáros- (5 295 m), és lovas út (6 385 m) található. A mulccsal borított utak a gyalogosforgalom számára készültek, a homokkal szórtakat a kerékpárosok és lovasok vehetik igénybe.

A területen található „Bagolyvár természetismereti tanösvény” célja a többféle életközösség, élőhelytípus bemutatása, összefüggések feltárása, komplex ökológiai szemlélet kialakítása, míg „Az erdész munkája” elnevezésű tanösvény leírások és képek segítségével mutatja be, hogy az erdészek munkája nem ér véget csupán a fakitermelés munkálataival, hiszen azután kezdődik csak igazán, az erdő felújításával.

A parkerdőben a fentiekén kívül két tematikus bemutatóhely, szabadtéri főző- és tűzrakóhelyek, valamint egy 1,2 hektár nagyságú játszótér is található, mely utóbbi pusztán már látványával is szabadságérzettel tölti el az ide látogató gyermekek szívét. A játszótér eszközei természetes anyagból, akác- és fenyőfából készültek az erdei környezetbe való minél jobb illeszkedés érdekében.

5000 Szolnok, Kaán Károly utca 71.
+ 36 (56) 512-110
www.nefag.hu



Két kerékre Szolnok!



Szolnok város rendkívül fontosnak ítéli meg a kerékpáros turizmus, mint környezetbarát, fenntartható közlekedési forma és a megyeszékhely kerékpárút-hálózatának népszerűsítését.

A rendszeresen szervezett Bringás Reggelik olyan szemléletformáló programok, melyek a kerékpározás és gyaloglás mellett érvelnek. A hagyományokat követve, a kerékpárral közlekedők egy frissítő gyümölcslével, egy meleg kávéval, péksüteménnyel, zenével, jó hangulattal, a gyermekek pedig meglepetés bringás ajándékkal kezdenek a napot.

A város évről-évre csatlakozik az Európai Mobilitási Héthez Autómentes Nap szervezésével, melynek keretében kerékpáros túrák, kerékpáros ügyességi versenyek, vetélkedők megrendezésére kerül sor.

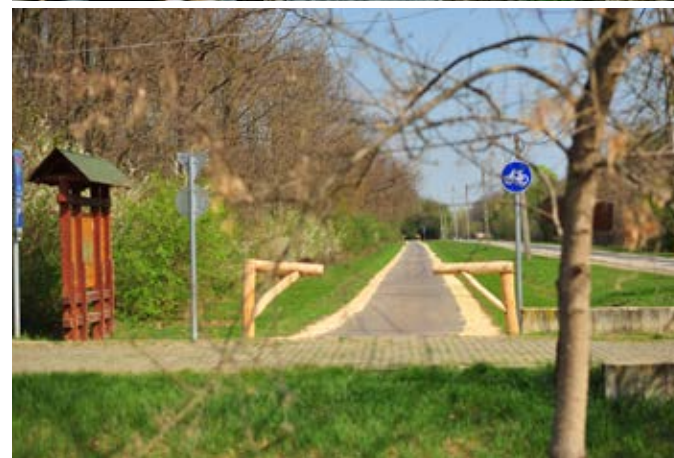
Szolnok kerékpárút-hálózata



Egyénileg teljesíthető kerékpártúrák

Számos lehetőség közül válogathatnak azok, kik az aktív kikapcsolódás ezen formáját részesítik előnyben. A bringázás szerelmesei számára a teljesség igénye nélkül az alábbi kerékpártúrákat ajánljuk:

- Szolnok - Szandaszőlős - Bekehalom - Tenyősziget - Alcsisziget - Tiszaliget - Szolnok (40 km)
- Szolnok - Besenyszögi út - Milléri Szabadtéri Kiállítótér - Malomszög - Szolnok (40 km)
- Szolnok - Szórópuszta - Csataszög - Nagykörű - Dobapuszta - Millér - Szolnok (60 km)
- Szolnok - Rákócziújfalu - Martfű - Szandaszőlős - Szolnok (50 km)
- Szolnok - Tinóka - Tiszapüspöki - Szajol - Tenyősziget - Szandaszőlős - Szolnok (50 km)
- Szolnok - Malomszög - Zagyva bal parti gát - Zagyvarékas - Újszászi parkerdő - Szolnok (50 km)



A Tisza fővárosában az elmúlt években számos kerékpárút épült pályázati támogatásból, illetve önkormányzati saját forrásából, melyek eredményeként az egymástól elkülönülő kerékpárút szakaszok több mint 50 km hosszú komplex hálózattá alakultak. Mindennek köszönhetően biztosítottá vált a belváros intézményeinek, szolgáltatóinak, munkaadóinak kerékpárral történő biztonságos megközelítése a különböző városrészekből.

A kerékpárút-hálózat fejlesztése a folyamatban lévő és tervezett beruházásoknak köszönhetően tovább folytatódik.

Szervezett teljesítménytúrák

Szolnoki Tiszavirágzás Kerékpártúra - minden év júniusa
Tourinform Szolnok Iroda
5000 Szolnok, Hild János tér 1.
+36 (56) 420-704
www.szolnoktourinform.hu

Pelikán teljesítménytúrák - minden év szeptember harmadik hetének szombatja
Szolnoki Közalkalmazott Természetbarátok Turista Egyesülete
5000 Szolnok, Kossuth Lajos út 2.
+36 (56) 505-285

Bicogó Maraton - minden év szeptemberében
Tiszasülyért Egyesület
5061 Tiszasüly, Kíséri út 21.
+ 36 (20) 541-7057
www.tiszasulyertegyesulet.hu

GÖRDÖGÖK Kerékpáros és Szabadidő Sportegyesület által szervezett túrák
+36 (30) 229-3440
www.gordogok.hu



Nyeregbe fel!

Harmónia, kitartás, céltudatosság, rendszeretet, következetesség, boldogság, elfogadás, tisztelet... csupán néhány életérzés, amit a lóval való közös munka hozhat a mindennapokba.

Szolnoki lovas egyesületek

DENGI LOVE-AS Szociális Szövetkezet

A családi tradícióként indult kezdeményezés mára mintegy 20 lóval rendelkező, komplex szolgáltatást nyújtó vállalkozássá nőtte ki magát. Elhivatottságuknak és szakképzett munkatársaiknak köszönhetően számos tevékenységet valósítanak meg a mindennapokban: szerveznek lovas kirándulásokat, túrákat, vállalnak városnézéssel egybekötött lovagoltatást, lovas oktatást, részt vesznek hagyományőrző rendezvényeken, de foglalkoznak terápiás lovaglással is.
+36 (30) 455-7782

Milléri Lovastanya Sportegyesület

A Milléri Lovastanya Sportegyesület vadregényes ártéri területen 1000 m²-es fedett lovardával várja egész évben vendégeit.

Az egyesület 8-9 lóval rendelkezik, ahol előzetes bejelentkezést követően lehetőség nyílik túralovaglason való részvételre, illetve gyermekek számára póni lovagoltatásra is.

5000 Szolnok, Millér telep 0518.
+ 36 (70) 342-9429

LA-Lovasudvar

A lovasudvar 2009-ben nyitotta meg kapuit a lovagolni vágyók előtt a város zajától távol, ám mégis közel Szolnokhoz, ideális helyszínt, gyönyörű tereplehetőségeket biztosítva a lovasok számára.

Jelenleg 2 területen, 8 lóval tartanak edzéseket kicsiknek és nagyoknak egyaránt. A nyugodt pónilovak megfelelőek a fiatalabb korosztály számára a lovaglás alapjainak elsajátításához, míg a haladók akár ugróedzésen is részt vehetnek.

5000 Szolnok, Labda utca 47.
+ 36 (20) 315-8404

Szolnoki Lovasklub

Az 1983-ban alapított, és azóta is folyamatosan működő lovasiskola a megye egyik legeredményesebb lovasklubja, mely számtalan sikeres versenyzőt és lovat nevelt már ki az évek folyamán.

A lovarda kiváló edzőkkel és jól képzett nyugodt oktatókkal várja az érdeklődő, lovagolni vágyó kedves vendégeket futószáron, sőt, akár lovardai lovaglásra vagy sétakocsikázásra a parkerdőben előre megbeszélt időpontban.

5000 Szolnok, Kaán Károly utca 22.
+ 36 (30) 475-9179

Szandai Lovasudvar

Kellemes, kulturált természeti környezetben mindenki megtalálhatja a számára legszimpatikusabb lovaglási lehetőséget, legyen szó angol vagy western lovaglásról, lovas íjásatról vagy akár fogathajtásról.

A lovasok kísérőinek állatsimogató, pihenők, fűtött klubhelyiség, büfé áll rendelkezésére a várakozási idő hasznos eltöltésében.

A 18 méter átmérőjű fedeles körpályán időjárástól és napszaktól függetlenül nyílik lehetőség lovaglásra, valamint lovasoktatásra.

A lovardában továbbá három szabadtéri pálya is található, ajánlataik körében többek között olyan szolgáltatások szerepelnek, mint például a lovasoktatás, fogatolás, pónilovaglás, állatsimogató, terápiás lovagoltatás, lovaskocsikázás, hagyományőrző programok-, családi hétvégék- és lovastúrák szervezése.

5008 Szolnok, Kölcsey út 59.
+36 (20) 955-0373

Mozgás, lendület, kaland



A strandolásnál többre vágyóknak sem kell elhagyniuk a várost ahhoz, hogy megérezzék a kaland ízeit, hiszen számos olyan lehetőség közül válogathatnak, melyek nemcsak átmozgatnak, hanem maradandó élményt is nyújtanak.



Kaland, extrém és egyéb sportolási lehetőségek

Bowling Center Szolnok

Nemcsak Szolnok, hanem a megye első bowling centruma is a szolnoki Bowling Center, mely remek játék- és szórakozási lehetőséget kínál baráti társaságok, munkahelyi vagy családi események helyszínéül. Közel 500 négyzetméteren, négy pályán bowlingozhatnak a sportág szerelmesei, de biztosított az asztalitenisz, darts és biliárd lehetősége is.

5000 Szolnok, Jubileum tér 4.

+ 36 (56) 515-500

www.bowlingszolnok.hu

BMX

A Széchenyi lakótelepi műfüves labdarúgó pálya szomszédságában egy szabadterei BMX pálya, míg a Széchenyi Ökoturisztikai Parkerdő területén erdei környezetben egy BMX dirt pálya várja a sportág kedvelőit.

5000 Szolnok, Arany Sándor út

5000 Szolnok, Kaán Károly utca 71.

+ 36 (56) 512-110

www.nefag.hu

Búvárkodás

A búvárkodás a relaxáció, a kaland, a bizalom és nem utolsósorban a kihívás sportja.

A Szolnoki Búvár Sportegyesület egy nagy hagyományokkal és jelentős tagsággal rendelkező klub.

Amennyiben bele szeretne merülni a víz alatti sportág megismerésébe látogatása során, úgy keresse bizalommal a szakképzett szolnoki búvárokat, s próbálja ki jó hangulatban, biztonságos környezetben és baráti légkörben ezt az edzésformát.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány 19.

+ 36 (56) 420-502

www.buvarse.hu



Enduro és Motocross pálya

Saras utat!

Csak kevesen tudják, hogy a Tisza fővárosában egy közel 2 kilométer hosszúságú motocross pálya is található, mely a Felső Szandai réten várja a sport rajongóit.

Szolnoki Pelikán Motoros Egyesület

+ 36 (20) 772-2162

Falmászás

A RISZI DSE Mászófal 100 négyzetméternél nagyobb, magassága 7,5 méter, melyben függőleges, áthajló, egy-, illetve többszintű plafonrendszer, kémény- és repedésmászásra alkalmas területek is találhatóak.

A szakosztály nyitottságából kifolyólag minden érdeklődőt szeretettel várnak a falmászás és akár a boulderezés kipróbálására is, melyhez átlagos tornaruházaton kívül minden más biztosított.

5000 Szolnok, Áchim András utca 12-14.

+36 (30) 983-2731



Geocaching

A geocaching az Egyesült Államokból indult szabadidős tevékenység, természetbarát hobbi, melynek lényege, hogy egy ládikát egy játékosárs elrejt egy olyan helyen, amit felfedezésre, megismerésre érdemesnek tart, GPS-szel rögzíti a rejtékhely pontos koordinátáit és a bemutatandó látnivalóról egy ismertetőoldalt készít.

Ez - jóváhagyás után - megjelenik a www.geocaching.hu honlapon, ahonnan más játékosok letöltik az adatokat navigálásra alkalmas készülékükre és annak segítségével megkeresik a geoládát.

Hiszünk benne, hogy Önben is él a kincskeresők ősi szenvedélye és látogatása során felfedezi Szolnok „kincseit” is.

www.geocaching.hu

Ijászat

A Szolnoki Hagyományőrző Ijász Egyesület méltó módon képviseli a várost, tagjai elkötelezett hívei a hagyományőrzésnek és a tradicionális ijászatnak.

Várnak minden kedves érdeklődőt, akik meg szeretnék ismerni ezt a remek sportot, lehetőséget teremtve az íjak kipróbálására is.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
+36 (20) 311-8801
www.szhik.hu



Paintball

A Tiszaligetben egy hagyományos erdei paintball pálya áll a látogatók rendelkezésére, ahol a versenypályák izgalmát és az árnyékot adó erdő előnyeit egyszerre élvezhetik a játékosok. A természetben található gyönyörű környezet osztálykirándulások, céges csapatépítések, családi és baráti rendezvények megrendezésének kiváló helyszíne.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
+36 (30) 977-1486
www.paintball.szolnokon.hu



Squash

Többek között squash és szauna is várja a Szolnoki Squash & Szauna Clubban azokat a vendégeket, akik szeretnek kellemes környezetben és jó hangulatban sportolni.

A komplexum kiváló lehetőséget kínál továbbá üzleti meetingekre, baráti társaságok összejövetelére, szülinapok, névnapok vagy egyéb alkalmak lebonyolítására. Tágas teraszukon tökéletesen elfér egy grillsütő is, lehetőség adatik kellemes időtöltésre, közös vacsorára is a szabadban.

5000 Szolnok, Rákóczi út 24.
+ 36 (30) 304-5208
www.squashszolnok.hu

A 2009-ben épült Tiszaligeti Squash Club 4 szabványos méretű squash-küzdőterével, 1 aerobik termével és szaunájával várja a fallabda és az aerobik sport szerelmeseit.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
+ 36 (56) 341-402
+ 36 (20) 254-5013
www.szolsport.hu



Street workout

A kültéri tornaeszköz pályák parkokban, strandokon, lakótelepeken, játszótérek mellett teremthetnek közösségi helyszínt a sportolni vágyók részére, tartalmas és hasznos kikapcsolódási lehetőséget biztosítva ezzel a szabad levegőn.

A helyi ifjúságkutatások is megerősítik, hogy a szolnoki fiatalok körében népszerű szabadidős tevékenység a sport. A street workout (saját testsúllyal történő) edzés egyre elterjedtebb Szolnokon is.

A 2013. évi diákközyűlésen merült fel a fiatalok részéről a „street workout” pályák építésének gondolata, lehetőleg városrészenként.

Jelenleg a városban ma már Szandaszőlősen, a Széchenyi lakótelepen két helyen, a Tiszaligetben, a tabáni sportpályánál, a Nagy Imre körúton és az Ormos Imre parkban is edzhetnek az arra vágyók, tartalmas és hasznos kikapcsolódási lehetőséget biztosítva ezzel a szabad levegőn.

Szabadulós játék

A KATAKOMBA Szolnok első interaktív, kihívásokkal teli szabadulós játéka, 2-6 fő részére, ahol titkos kódok és fejtörő feladványokon át vezet az út a szabaduláshoz.

60 perc áll rendelkezésre, hogy a résztvevők az ügyességükre, kreativitásukra, érzékszerveikre és logikai készségükre támaszkodva teljesítsék küldetésüket. Aktív pihenés és interaktív szórakozás, ahol az apró puzzle darabok végül összeállnak egy egészszé, és kirajzolódik a kép, hogy mi a szerepe ebben a történetben a csapatnak.

5000 Szolnok, Móricz Zsigmond utca 2.

+36 (30) 921-4400

www.katakomba.hu

Tenisz

A több mint 10 vörössalagos pályával rendelkező Szolnoki Tenisz Club sok szeretettel várja sportolni vágyó vendégeit a város tüdejében, a Tiszaligetben.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány

+ 36 (30) 544-8552

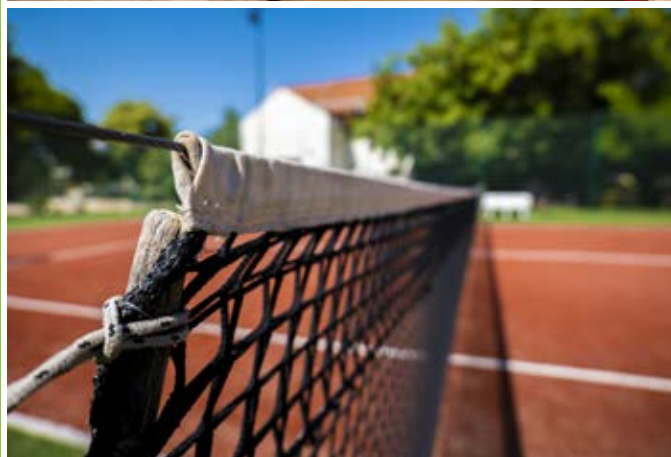
Teniszpálya a belvárosban, de mégis a Tisza-parton? Egy szálláshely udvarán? Igen, a Sóház Wellness és Apartman kertjében mindez elérhető. Ha pihenni szeretne, de közben aktívan is töltené az idejét, jelentkezzen be hozzájuk!

Sóház Wellness és Apartman

5000 Szolnok, Sóház út 4.

+36 (56) 516-560

www.sohazpanzio.hu



Üdv a vadásznak, tisztelet a vadnak!



„A vadászat: vadúzás és erdőzűgás,
de több erdőzűgás.”

(Széchenyi Zsigmond)

Vadászat

Az Országos Magyar Vadászkamara (OMVK) a hivatásos, valamint a sportvadászok önkormányzattal rendelkező, közfeladatokat is ellátó köztestülete.

19 területi szervezettel rendelkezik, ebből az egyik a Jász-Nagykun-Szolnok Megyei szervezet.

A Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Vadász Szövetség a megye térségében működő vadásztársaságok és vadgazdálkodó szervezetek szövetsége, a megyében egyesületként működő vadásztársaságok és más vadgazdálkodó szervezetek önkéntesen létrehozott társadalmi érdekképviselői szövetsége.

Ahogy az ország egész területén, úgy a megyeszékhelyen is vadászbizonyosítvány és fegyvertartási engedély birtokában hódolhatnak szenvedélyüknek a vadászatot kedvelők.



Szolnok város vadjai és vadászati idejünk:

- dám borjú: október 1. – február utolsó napja
- dám tehén, ünő: október 1. – január 31.
- dám bika: október 1. – november 30.
- fácán: október 1. – február utolsó napja
- lúd: október 1. – január 31.
- mezei nyúl: október 1. – december 31.
- őzbak: április 15. – szeptember 30.
- őzsuta: október 1. – február utolsó napja
- örvös galamb, balkáni gerle: augusztus 15. – január 31.
- vadkacsa: augusztus 15. – január 31.
- vaddisznó: egész évben
- róka, aranyakál, nyest, pézsmapocok, nyestkutya, mosómedve: egész évben
- borz, házi görény, dolmányos varjú, szarka, szajkó: július 1. – február utolsó napja

Amennyiben Ön a vadászattal kapcsolatos szenvedélyének is szeretne hódolni városunkban itt tartózkodása idején, úgy további és bővebb információkért az alábbi helyszíneket javasoljuk felkeresni:

OMVK Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Területi Szervezete

5000 Szolnok, Petőfi Sándor utca 13.

+ 36 (56) 514-180

www.omvk-szolnok.hu

Diana Vadásztársaság

5000 Szolnok, Ugar 127.

5000 Szolnok, Pf.: 186

Görbüljön a bot, merüljön az úszó!



A Tisza és Zagyva folyók – melyek árterei, holtágai horgászok, kirándulók paradicsoma – a város életében rendkívül fontos szerepet játszanak. Mindaz, amivel a természet megajándékozott minket, párját ritkítja, s elszakíthatatlan köteléket képez ember és város között. Az érintetlen folyópartok nyújtotta látvány, a friss levegő és a csend nemcsak a pihenni vágyó lelkét nyugtatja meg, de élménnyé varázsolja a horgászatot is.



Horgászvizeink

Tisza és a Zagyva folyó

Ahogy Egyiptom létét a Nílusnak, úgy Szolnok a Tiszának és a Zagyvának köszönheti. A Tisza és a Zagyva folyók, azok holtágai, a rendszeresen telepített halastavak mind-mind kedvelt horgászhelyek, otthont adva olyan halfajoknak, mint a süllő, a harcsa, a csuka, a kecsege vagy a ponty. Folyóink partján vagy a vízben, csónakból pecázva bárki megismerheti a vadregényes partvidék határtalan nyugalomát, egyúttal az élővíz páratlan izgalmaát is.

Alcsiszigeti Holt-Tisza

Az intenzíven telepített 150 hektáros, 17 km hosszú holtágban ponty, harcsa, csuka, süllő, amur, kárász, balin, busa, törpeharcsa, kősüllő, naphal és számos keszegfajta is fogható.

A versenyhorgászok egyik legkedveltebb, s világviszonylatban is az egyik legjobb, legszínvonalasabb pályája az „Alcsi”. Megfelelően kiépített, felszereltsége, infrastruktúrája kiváló, ezért a hobbi- és versenyhorgászok egyaránt kedvelik ezt a vizet. Számos nemzetközi versenyt és évente több, mint 30 egyesületi rendezvényt bonyolítanak le az itt található, 1250 folyóméter hosszú versenypályán.

Csónakázó-tó

A szolnoki Csónakázó-tó a város sport- és szabadidő központjában, a körgáttal körülvett gyönyörű Tiszaligetben található. Szomszédságában strandfürdőt, vízilabda arénát, sportcsarnokot, labdarúgó stadiont, futball- és teniszpályákat, kalandpályát és futókört is építettek.

A horgászokat azonban főleg a 2,5 hektáros vízfelület vonzza, melynek csendes, csalitos partja kiváló helyszínt biztosít a pecázáshoz. A tóba telepített hal elsősorban a ponty, de amur, csuka, süllő, keszeg és kárász is fogható.



Milléri horgásztó

A milléri tórendszer közvetlenül a megyeszékhely szomszédságában található, azonban a hajdani halastavak két medencéjéből kialakított tó-együttes nemcsak a környékbeliek körében népszerű.

A nagyobbik, 4,5 hektáros tóban a Tisza őshonos halainak ne-mesebb egyedei foghatók, míg a 0,5 hektáros, kisebb állóvízben nyaranta egzotikus afrikai harcsák sokaságát telepítik. A Milléri horgásztóban fogható halak: ponty, amur, csuka, süllő, harcsa, keszeg, kárász, balin, busa. A Millér horgásztavai minden évben leeresztésre kerülnek, a szárazon maradt mederben iszaptalalanítás és fertőtlenítés történik, melynek köszönhetően évről évre garantált az egészséges hal és a törpeharcsa mentes környezet.

Millér-főcsatorna

A Millér-főcsatorna kis esésű, kettős működésű állandó vízfolyás.

A csatorna teljes hosszban öntözővizet szállít, így a természetes vízjárástól eltérően az év nagy részében magas vízszint mellett üzemel.

Tiszai torkolatánál sokféle hal fogható, mint például ponty, kárász, amur, keszegfélék, törpeharcsa, csuka, süllő, balin.

Holt-Zagyva

A malomzugi Holt-Zagyva az Ős-Zagyva medréből lerekesztett, mintegy 3 kilométer hosszú holtág, mely Szolnoktól északra, a város peremén található. Egyike azon ritka horgászvizeknek, melyek nem veszítették el az eredeti folyómederre jellemző adottságaikat.

Halállományának őshonos része igen értékes fajösszetételt tükröz: a ponty- és keszegfélék szinte minden- alföldi állóvízre jellemző- faja fellelhető, de a kapitális ragadozók (csuka, harcsa) is megtalálják életterüket. A mederviszonyok igen változatosak: a víz mélysége helyenként a 4 métert is meghaladja.



Közép-Tisza-Vidéki Horgász Egyesületek Szövetsége

A számos horgászegyesületet összefogó Közép-Tisza-Vidéki Horgász Egyesületek Szövetsége célul tűzte ki, hogy megteremtse a rekreáció, a mentális feltöltődés lehetőségét. Fő tevékenységeik közé tartozik a tagegyesületek megyei, regionális és országos érdekképviselése, működési feltételeinek segítése és a szövetség horgászvizein történő kezelői feladatok ellátása.

Teljeskörűen forgalmazzák a horgászathoz szükséges okmányokat, kiadványokat, valamint bizományos horgászjegy értékesítési rendszert működtetnek. Rendezvényeket, programokat, táborokat szerveznek gyermek és ifjúsági horgászok részére, verseny szakbizottságuk rendezi a megyei szintű sporthorgász versenyeket.

Amennyiben Ön turista- vagy állami horgászjegy igénylését követően területi horgászjegyet szeretne váltani városunkban, úgy az alábbi belvárosi területi engedély forgalmazási pontokat javasoljuk:

5000 Szolnok, Tabán 9.
www.kozep-tisza.hu
+36 (56) 512-610

Kinizsi Horgászegyesület

5000 Szolnok, Ady Endre út 18.
+36 (20) 543-6407

MÁV Járműjavító Horgászegyesület

5000 Szolnok, Jubileum tér 1/a.
+36 (20) 513-5053

Olajbányász Horgászegyesület

5000 Szolnok, Jubileum tér 4.
+36 (20) 928-0674

Munkás Horgászegyesület

5000 Szolnok, Tiszaliget Horgásztanya 9692/a hrsz.
+ 36 (70) 639-2778
www.munkashorgasz.hu

Tisza Horgászegyesület

5000 Szolnok, Tófenék út 19.
www.tiszhorgaszegyesulet.hu
+36 (30) 680-0990

Vegyiművek Horgászegyesület

5000 Szolnok, Szapáry utca 24.
+36 (30) 958-3485

Horgonyt le!



A Tisza fővárosa élményekben gazdag lehetőségek széles tárházát nyújtja azok számára is, akik kedvelik a természetet, a vadregényes, érintetlen folyó menti tájat és a nézelődést akár szívesen párosítják egy kis testmozgással, remek testi, lelki feltöltődést biztosítva számukra.



Kikötve



Arany Vízitúra Kölcsönző:

A Tiszai Vízügyi Rendőrkapitánysággal szemben található kölcsönző szezonálisan biztosít egyéni és csoportos kirándulási lehetőségeket kajakkal, illetve kenuval, motorcsónakázást a Tiszán, valamint magas vízállás esetén a Zagyva folyón. A túra során a vendégek számára lehetőség nyílik akár fürdőzésre is, melynek végén a visszajutás mikrobusszal biztosított.

5000 Szolnok, Tiszaparti sétány 1.

www.aranyvizitura.hu

+36 (30) 903-8817

T-SUN Yacht Klub

A T-SUN Yacht Club nem messze a belvárostól, a Tisza partján idilli környezetben, tökéletes panorámával kiváló lehetőséget biztosít születésnapok, névnapok, esküvők, vállalati konferenciák, osztálytalálkozók és további különleges események lebonyolítására.

Mindemellett a kikötő tökéletes választás hajókikötésre, hajóskapitánnyal történő hajóbérlésre is a Tisza folyón kalandozni vágyók számára.

5000 Szolnok, Üdülősor 20.

+ 36 (30) 700-3131

Szervezett vízitúrák:

Arany Vízitúra – tiszai kajak-kenu túrák szezonális jelleggel, magas vízállás esetén a Zagyva folyón is.

Arany Vízitúra Kölcsönző

5000 Szolnok, Kisgyep út 32.

www.aranyvizitura.hu

+36 (30) 903-8817

Sportos Szolnok



Szolnok társadalmi, kulturális életében mindig is jelentős szerepet töltött be a sport.

A város számára fontos, hogy a hozzánk érkező turisták, valamint a megyeszékhelyen élők egyaránt gazdagodjanak testben és lélekben a sportolás által, jól érezzék magukat létesítményeinkben, rendezvényeinken, s a tehetséges sportolók jó eséllyel válthassák valóra álmukat. A hagyományok megbecsülése és ápolása mindannyiunk számára fontos feladat.

A Tiszaliget a város sportéletének egyik fő központja, az itt található sportlétesítmények számos sportrendezvénynek kiváló helyszínei egész évben. A befogadott sportágak köre igen szíves, és egyre bővülő.

Tiszaligeti Stadion

A Tiszaligeti Stadion ad otthont a város focicsapatának, a Szolnoki MÁV FC hazai meccseinek, valamint itt rendezik az utánpótlás csapatok mérkőzéseit is.

A Tiszaligeti Stadiont 1974. december 4-én adták át egy győztes Magyarország-Svájc válogatott mérkőzés keretein belül, melyet mintegy 20.000 néző drukkolt végig a helyszínen.

Az idő múlásával egyre rosszabb állapotba került a létesítmény, az átépítési munkálatok 2012 nyarán kezdődtek.

A teljes átalakulásnak köszönhetően 2016. április 9-én egy, a modern kor követelményeinek megfelelően korszerűsített labdarúgó stadion jöhetett létre.

A felújított komplexum közel 3500 néző befogadására alkalmas.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
+ 36 (30) 235-3020
www.szolnokimavfc.hu

Tiszavirág Aréna

A Szolnoki Tenisz Club szomszédságában kitűnő sportolási lehetőségeket kínál a rendezvények lebonyolítására is alkalmas Tiszavirág Aréna.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
+ 36 (30) 235-3020
www.szolnokimavfc.hu

Vízilabda Aréna

A 2000 m² alapterületű csarnok 1100 fő befogadására alkalmas, új, modern kiszolgáló létesítményei, szaunája, relaxációs medencéje méltó körülményeket biztosít a sportolók felkészüléséhez.

A Szolnoki Vízilabda Sportclub működteti az úszásutánpótlást is a városban, így az ország egyik legjobb vízilabda csapata mellett úszók is használják az arénát. Mintegy 400 gyermek számára nyílik így lehetőség a sportolásra.

A többszörös magyar bajnok és kupagyőztes Szolnoki Dózsa vízilabdacsapata mérkőzéseit is az Arénában játssza. A csapat 2017-ben megnyerte a Bajnokok Ligáját.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
www.vizilabda-szolnok.hu
+36 (56) 421-001



Városi Sportcsarnok

Az eredetileg 1975-ben épült, de időközben korszerűtlenné vált Tiszaligeti Sportcsarnokot 2002-ben építették teljesen újjá, mely azóta is csak épül-szépül. A csarnok állandó „lakhelye” a Szolnoki Olaj Kosárlabda Klub csapatának, kik itt játsszák hazai mérkőzéseiket, valamint a klub irodája is itt található.

A Szolnoki Olaj KK a legeredményesebb vidéki kosárlabda egyesület. A többszörös bajnok és kupagyőztes csapat az elmúlt évtized egyértelműen legjobb magyar férfi klubja.

Az európai mércével mérve is igen korszerű, kétoldali közönség-látóval felszerelt csarnokban alkalmanként 2000-2200 sportrajongó drukkolhat kedvenceinek.

A kosárlabdacsapat mellett a szolnoki felnőtt röplabdások is e csarnokban játsszák hazai mérkőzéseiket. Az Openhouse RKSZ 2017-ben története során először nyerte meg a Magyar Kupát.

A létesítmény ezen kívül számos rangos sportesemény, illetve a sport mellett egyéb kiemelkedő városi rendezvény lebonyolításának is kiváló színtere.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány
www.szolsport.hu
www.szolnokiolaj.hu
+ 36 (56) 423-902
+ 36 (56) 425-702

Szolnoki Sportcentrum:

A Szolnoki Sportcentrum Nonprofit Kft. az önkormányzati sportfeladatok megvalósítása érdekében jött létre, mely jelentős szerepet játszik a város és vonzáskörzetének sportéletében. Jelenleg 7 sportágban több mint 1000 fiatal számára biztosít mozgáslehetőséget szakképzett edzők segítségével, hozzájárulva a fiatalok egészséges, mozgásban gazdag életmódra történő neveléséhez.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány 2.
+ 36 (56) 423-902
+ 36 (56) 425-702
www.szolsport.hu



Tallinn Sport- és Szabadidő Központ

A Tallinn Sport- és Szabadidő Központ a Tallinn városrészében, a Puskás Tivadar körút végén található egyfajta díjmentesen használható szabadidőpark, egy nagyméretű füves labdarúgó pályával, két kosárpályával és játszótéri eszközökkel (hinta, csúszda).

A telep hátsó részén felújított tűzrakóhelyek, asztalok várják a szabadtéren sütögetni, főzni vágyókat.

5000 Szolnok, Puskás Tivadar körút
+ 36 (56) 513-561
+ 36 (56) 513-562
www.szolsport.hu

Széchenyi lakótelepi műfüves labdarúgó pálya

A több mint 10 éve üzemelő Széchenyi lakótelepi műfüves labdarúgó pálya a Széchenyi István Gimnázium mögötti 65x40 méteres területen található.

A létesítmény mellett szabadtéri (street) extrém sport pálya is várja a sportolni vágyókat.

A sportklubok által is kedvelt edzőhely villanyvilágítással ellátott, mely szombatonként és vasárnaponként nyitott pályaként üzemel, tehát szabadon, ingyenesen használható.

5000 Szolnok, Arany Sándor út
+ 36 (56) 513-561
+ 36 (56) 513-562
www.szolsport.hu



Szabadidős sportlétesítmények

Tiszaligeti szabadtéri sportpályák

Tiszaligeti műfüves labdarúgó pálya

A 105x66 méter nagyságú, villanyvilágítással ellátott pálya kedvelt edzőhelyszín, melyet nemcsak a Szolnoki MÁV FC felnőtt és ifjúsági labdarúgó csapatai vesznek igénybe rendszeresen, hanem itt zajlanak a Szolnoki Kispályás- és a Nyári Kispályás Labdarúgó Bajnokság mérkőzései, sőt, több nagyobb rendezvénynek is helyet ad a létesítmény.

Palánkos műfüves pálya

A város tüdejében található, világítással rendelkező, bérelhető, 40x20 méter területű palánkos műfüves pálya mellett egy átöltözési lehetőséget biztosító épület is található.

Bitumenes kosárlabda- és kézilabda pálya

2016 óta egy modern, teljeskörűen felújított pálya várja a kosárlabda- és kézilabda sport szerelmeseit a Tiszaligetben.



Műanyagborítású kosárlabda- és kézilabda pálya

A műanyagborítású pálya a korábbi vörössalagos röplabda pálya helyén létesült, melynek területe a palánkos műfüves pálya méretével egyezik meg, tehát 40x20 méter.

A hét minden napján, hétfőtől péntekig 8:00-20:00 óra között, szombaton és vasárnap pedig 8:00-18:00 óra között ingyenesen áll nyitva a sportot kedvelők számára, elsősorban streetball, kosárlabda, kézilabda és röplabda sportágak mérkőzéseinek megrendezésére, gyakorlásra.

5000 Szolnok, Tiszaligeti sétány 2.

+ 36 (56) 513-561

+ 36 (56) 513-562

www.szolsport.hu



Holt-Tiszai Vízisport Telep

A Holt-Tiszán kialakított nemzetközi kajak-kenu pályán edzés-idényben bármikor megpillanthatja nemzetközi versenyzőink egyikét.

Városunkban nagy hagyománya van a „vizes” sportágaknak, melyek közül kiemelkedő eredményekkel a kajak-kenu büszkélkedik.

Számos világ-, Európa-, és olimpiai bajnok úzte és jelenleg is úzi ezt a fantasztikus sportágat a Holt-Tisza vizén. A mai napig sok országos bajnokságot, válogatót tartanak itt a pálya adottságai miatt.

A hagyománynak és a megújuló körülményeknek köszönhetően több magyar válogatott sportoló és külföldi válogatott együttes készül Szolnokon.

5000 Szolnok, Rita utca
+36 (56) 423-902
+36 (56) 425-702
www.szolsport.hu

Véső úti Sportközpont

Régóta dédelgetett álma vált valóra Szolnoknak, amikor átadásra került a véső úti sportkomplexum. Elsősorban a versenyszerű sportolás magas szintű feltételeinek biztosítása érdekében valósult meg, de nem utolsó sorban az egészséges életmód támogatásának is kiemelt helyszíne lett. Ennek köszönhetően, lehetőség van a futópálya díjmentes használatára a lakosság számára is a megadott feltételek szerint. A megújult Véső úti strand közvetlen szomszédságában található, így megéri pár kört lefutni, majd egyet úszni, megmártózni, vagy csak lazítani a gyógyhatású termálvizes medencében. Ez aztán a teljes körű rehabilitáció egy sportos nap után!

5000 Szolnok, Véső út
+36 (56) 340-596
www.szolsport.hu



Véső úti Strandfürdő

Ha nyár, akkor a strand semmiképp sem maradhat ki a programok közül. Szerencsére ebből sincs hiány Szolnokon! A Véső úti Strandfürdő megújult környezetben áll a „nyári gyerekek” szolgálatára. Medencék száma 4, csúszdák száma 2. Úszómedence, élménymedence, csúszda, legkisebbeknek pedig „kacsaúsztató” is garantálja a kikapcsolódást és mindezek mellett egy gyógyhatású termálvizes medence is biztosítja a testi-lelki feltöltődést. Itt garantáltan el lehet tölteni egy napot, hiszen a strand területén kapható az a bizonyos „strandos” lángos, de aki kiadósabbat szeretne, annak az ebéd menü kínálatot ajánljuk figyelmébe.

5000 Szolnok, Véső út
+36 (20) 472-3801
www.vesostrandfurdo.hu



Szolnoki Élménysziget

Turisztikai és Szabadidő Központ

Jász-Nagykun-Szolnok megye székhelyének egyik legcsodálatosabb részén, a Tiszaliget legvégén várja a pihenni, kikapcsolódni vágyókat az Alföld legnagyobb, 320 férőhelyes ifjúsági tábora, a Turisztikai és Szabadidő Központ.

A 16 hektáros bekerített terület ideális kiindulási pontja lehet a kerékpáros és vízi túráknak, általános-, középiskolás- és családi kirándulásoknak.

A fenyők és platánfák árnyékában edzőtáborok, főiskolás és egyetemista gólyatáborok, erdei iskolák is otthonra lelhetnek.

Aki persze „csupán” pihenni szeretne, az is megtalálhatja számítását. A Turisztikai és Szabadidő Központ területén sportpályák csábítják focizásra, kézilabdázásra, kosárlabdázásra a mozgás szerelmeseit, vagy épp kerékpárt bérelve bejárhatják Szolnokot és környékét.

A tábor öt darab 25 férőhelyes és egy 80 férőhelyes előadóterme egész évben ideális feltételeket kínál át képzésekhez, több napos tréningekhez, konferenciákhoz, kertjében több ezer fős szabadtéri rendezvényekhez is.



Kalandpark - Futókör

Kalandból már Szolnokon sincs hiány, hiszen tárt kapukkal várja a nemrégiben nyílt hét pályás, ötvenkét állomásos kalandpálya a legüggyesebbeket, legbátrabbakat.

Ami igazán különlegessé teszi, hogy lehetőség van átszelni 15 méteres magasságban a mellette lévő gyönyörű Csónakázó tavat, és a sportolás szerelmeseinek is kedvez, hiszen mintegy egy kilométer hosszú rekortán borítású futósáv öleli körbe.

Egy biztos, kalandvágyó, nagyobb gyerekeknek és aktív időtöltésre vágyó felnőtteknek is tartalmas kikapcsolódást kínál.

Szabadstrand - „Szabad a strand”

Vadregényes, természet adta környezet áll a legközelebb a szívéhez? Van egy jó tippünk: látogasson el a Tisza mentén található szolnoki szabadstrandra! A város központjához közel, a Tiszaligetben található, ahonnan könnyen elérhető egy fagyglatozó, cukrászda vagy akár egy étterem. Hangulatos napellenzők és jól látható bója- és felúszó sorok felelnek a biztonságos fürdőzésért. Büfét, mosdók, öltözők, játszótér, strandröplabda pálya és még kutyaútnak kialakított fürdőterület is található a szabad strand területén, szóval unatkozni itt nem lehet!

Ormos Imre park

Szolnokon most már nagyjából minden városrészben van legalább egy olyan, korszerű, méreteiben is komolyan vehető játszótér, ahová bátran mehetnek a szülők a csemetéikkel. Ezek közül kiemelkedik az Ormos Imre park, mely az egykori Tüdőkórház helyén, ősfás területen nyílt. A város jellegzetes épületeit megidéző elemekkel szórakoztatja a kicsiket, hiszen, aki figyelmes, észreveheti, hogy Szolnok nevezetességei köszönnek vissza: Eötvös téri víztorony, a város repüléstörténeti emlékei, a szolnoki vár, a Tiszavirág híd és maga a Tisza is. Baba-mama barát, és a kávézójával még a „nagyok” igényeit is kiszolgálja. Ha mindez nem lenne elég, akkor még bírjuk fokozni: sportolásra is van lehetőség, ugyanis rendelkezik egy street workout pályával és egy salakos futókörrel. Minden korosztálynak kellemes, aktív kikapcsolódást biztosít.

5000 Szolnok, Tiszaliget

+ 36 (56) 424-335

+ 36 (56) 424-705

www.elmenysziget-szolnok.hu

www.tiszaligetelmenysziget.hu



lásd



éld



ízleld



maradj