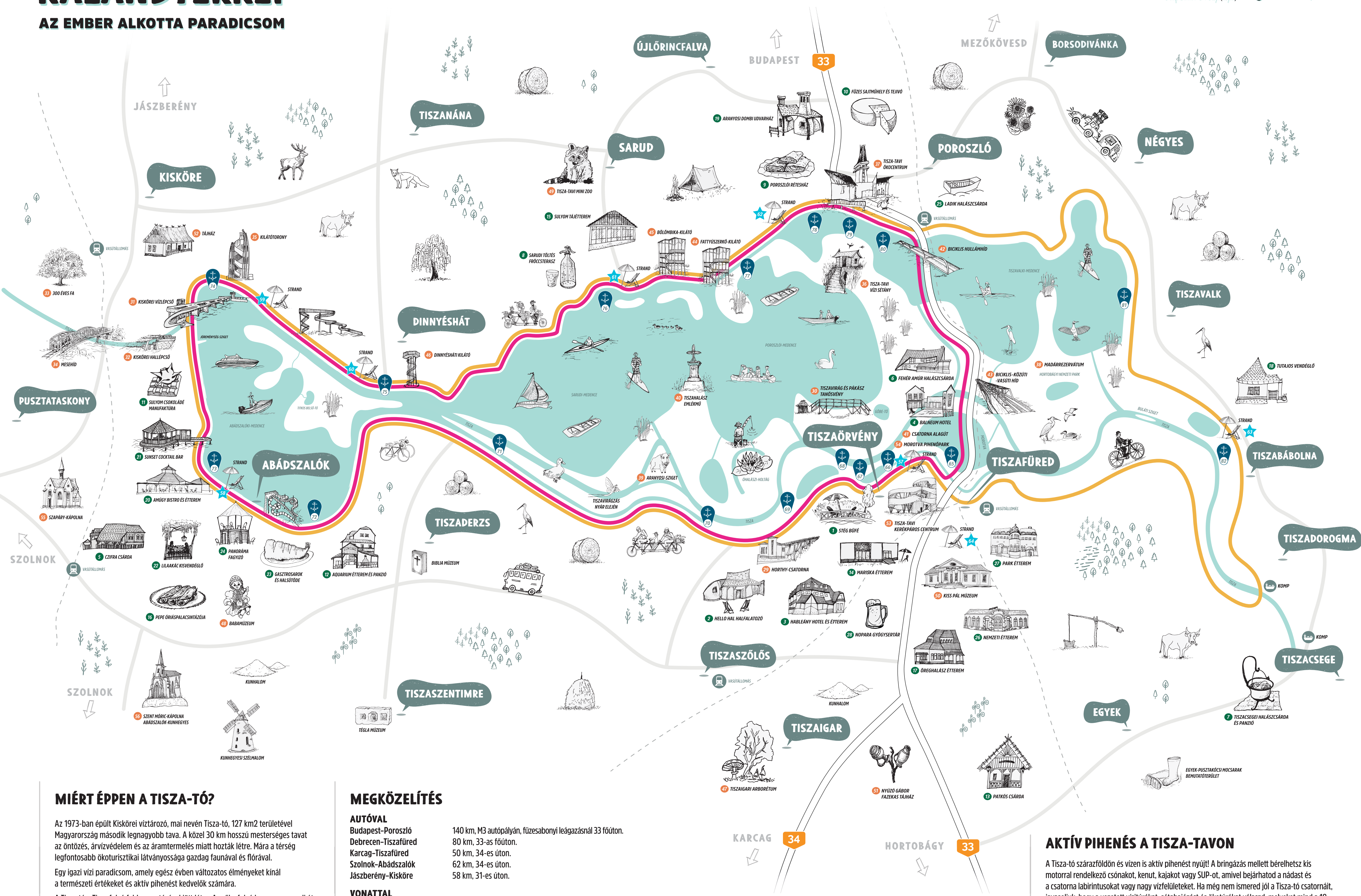
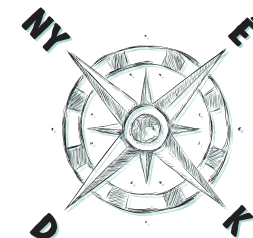


AZ EMBER ALKOTTA PARADICSOM

A Tisza-tó a Hortobágyi Nemzeti Park negyedik bemutató területe, 1999 óta az UNESCO Világörökség része. Védj a természetet! Vigyázz a Tisza-tóra, ne szemetelj!
Túrás során ne vigyél el mást, mint az emlékeidet és ne hagyj magad után mást, csak a lábnyomaidat! Köszönjük!

„Ot tan némán, mozdulatlan álltam,
M intha gyökeret vert volna lábam.
L elkem édes, mély mámorba szédült
A természet örök szépségétül.”



MIÉRT ÉPPEN A TISZA-TÓ?

Az 1973-ban épült Kiskörei víztározó, mai nevén Tisza-tó, 127 km2 területével Magyarország második legnagyobb tava. A közel 30 km hosszú mesterséges tavat az öntözés, árvízvédelem és az áramtermelés miatt hozták létre. Mára a térség legfontosabb ökoturisztikai látványossága gazdag faunával és flórával.

Egy igazi vízi paradicsom, amely egész évben változatos élményeket kínál a természeti értékeket és aktív pihenést kedvelők számára.

A Tisza-tó a Tisza folyó felduzzasztásával jött létre. A szőke folyó kanyarogva szeli át a mesterséges tavat, miközben 12 öblítőcsatorna által táplálja a vízgyűjtő medencéket. A medencéken belül több száz sziget, erdős területek, belső tavak és csatornák jöttek létre.

Mindegyik medence más élményt és lehetőséget nyújt. A Tiszavalki-medence a legsekélyebb (átlagosan 0,7m) és legvédehetőbb, elsősorban madármegfigyelők és kenusok látogatják. A Poroszlói-medence (1,3m) kedvelt vízitúra és horgász célpont, tanösvényekkel és feketé vízi holtágakkal. A Sarudi-medence (1,5m) széles vízfelülete ideális a vízi sportok kedvelőinek és strandolóknak. Az Abádszalóki-medence (2,5m) vízisport paradicsom, de északi részében belső-tó is található a vadregényes szigeten.

Különleges terület még a tiszafüredi és tiszaoérvényi morotva, mely ideális a kenus és SUP-os túrákhoz vagy vízparti pihenéshez.

MEGKÖZELÍTÉS

AUTÓVAL

**Budapest–Poroszló
Debrecen–Tiszafüred
Karcag–Tiszafüred
Szolnok–Abádszalók
Jászberény–Kisköre**

140 km, M3 autópályán, fűzesabonyi leágazásnál 33 főúton.
80 km, 33-as főúton.
50 km, 34-es úton.
62 km, 34-es úton.
58 km, 31-es úton.

VONATTAL

Budapest-Füzesabony-Debrecen vonalon Tiszafüred és Poroszló állomások.
Karcag-Tiszafüred vonalon Tiszaszőlös és Tiszafüred állomások.
Kál-Kápolna-Kisújszállás vonalon Abádszalók és Kisköre állomások.

TANÁCSOK

A vadregényes Tisza-tó ezernyi nádszigete és ártéri mocsarai ideális élőhelyek a szünnyogoknak. A békák kedvelt tápláléka azonban igen kellemetlen tud lenni az ember számára. A hajnali és kora esti órákban egészen este tízig készülnünk fel a szünnyolvízóváros megfelelő szünnyozást spray-vel, és öltözzünk fel hosszú ruhába. A szünnyolvízó nemcsak a szünnyogokat, hanem más, hasznos rovarok rajait is megtizedel, így a tavat nem lehet teljesen szünnyogmentesíteni, hiszen azzal drasztikusnak beavatkozna az ember a természet körforgásába. Fürdéskor pedig javasoljuk, hogy használj úszócipőt egy apró szúrós vízinövény, a sulyom miatt. A védett növény termése egy horgony alakú, gesztenye jellegű képződmény, melynek négy tüskéje hegye van. Ha belepelész fájni fog!

AZ ÉV KERÉKPÁRÚTJA 2021*

KISKÖR HOSSZA 64 km

NAGYKÖR HOSSZA 90 km

Zavartalan kerékpárút végig a vízpart mentén, csupa izgalmas látnivalókkal és aktivitásokkal! A Tisza-tó két biciklis körre osztható. A kisebbik végig aszfaltozott gáton halad a tó mentén. Tiszafüred és Poroszló között pedig erre a célra épült kétévsós kerékpárút vezet, melyen nagy kerékpáros hid is található. A nagykör tulajdonképpen a kiskört bővített, Tiszavalki-medencét is megkerülő változata kompátkelével Tiszadorogmánnál. Poroszló és Tiszavalkó között a biciklünk nem aszfaltozott. Számszék környéke terepe, erős napésütésre, napnyugtáig pedig szűz ösnyögokra.

*A Tisza-tavi kerékpárút Tiszafüred-Poroszló közötti szakasza nyerte el az "Év Kerékpárútja" címet 2021-ben.

AKTÍV PIHENÉS A TISZA-TAVON

A Tisza-tó szárazföldön és vízén is aktív pihenést nyújt! A bringázás mellett bérelhetsz kis motorral rendelkező csónakot, kenu, kajákat vagy SUP-ot, amivel bejárhatsz a nádas és a csatorna labirintusokba vagy nagy vízfelületeket. Ha még nem ismered jól a Tisza-tó csatornáit, javasoljuk, hogy a vezetett vízitúrákat, sétahajózást és ökotúrákat válaszd, melyeket mind a 18 kikötőben elérsz. A Tisza-7 7 szabadvízit biztosít biztonságos, kényelmes fürdést nyújt, hiszen a víz fokozatosan melegszik és mindenhol vízmintákat gyűjtenek rád.

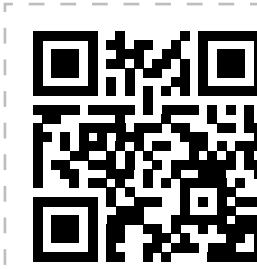
Tisza-tavi túraajavaszlatok és kerékpár-, kenukölcsönzők listája: www.aktivmagyarorszag.hu (QR KÓD)

A gáton személygépkocsival történő közlekedéshez gátközlekedési engedély szükséges.

Online vásárlás: www.gatfelhajtsiengedely.hu
Közlekedés során a kerékpáros forgalom minden esetben
elsőbbséget élvez!

A horgászat 3 és 14 év közötti gyermekek részére díjmentes!
Részletek: www.sporthorgasz.eu

A térkép elrendezése eltér a valóságtól!



GASZTRO

1 Stég Büfé

Iszai gyöngyszem a Tiszaárnyvi morotva partján, a kerékpárt mentén. Kerékpárral, hajóval és autóval is megközelíthető uhulmányos szabadidőközpont. Vízisport eszközök, SUP, jászórtör gyerekeknek és felnőtteknek, designslázas és a STÉG étterem különleges halletekkel, csodás panorámával a tóra.

halétel, vegetáriánus, kávé, sport, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, panoráma, szelektív hulladékgyűjtő, biciklitt mentén, víziparti

Tel: 0670/420-3332. Cím: Tiszaárnyví, Tiszakerstort sor 9.

www.stegfood.hu, facebook.com/stegszabadidőközpont

2 Hello Hal Halfalatozó

Szállkamentes halazó a gát tövében Tiszaárnyvén, a Szabics Kikötővel szemben. Olyan hely, ahol bárki gyorsan étel edesvízi halból készült ételeket gondosan elkészítve, friss alapanyagokból.

halétel, szálkamentes, halkbász, harcsa, fish&chips, palacsinta, edesvízi hal, halaszlé, biciklitt mentén, étel elvitelre

Tel: 0630/965-2367. Cím: Tiszaárnyv

hellohal.hu, facebook.com/hellohal, instagram.com/hellohal/hu/

3 Hableány Hotel és Étterem

Magyaros- és halletelek óriási választéka, izletes fogások, gyönyörű panoráma a Tisza-tóra. Családbarát étterem, hatalmas és szünymentes terasszal. Szállodárszéke kitűnő választás az ide látogatóknak, akik pihenésre és frissülésre vágyanak.

családi talál, étterem, hotel, kerékpárberlés, biciklitt mentén, étel elvitelre, szelektív hulladékgyűjtő, házhoz szállítás, ingyenes parkolás, víziparti

Tel: 0659/353-333. Cím: Tiszaárnyví, Hunyadi út 2.

www.hableanyhotel.hu, facebook.com/hableanyhoteleseterem

4 Tisza Balneum Hotel****

Az aktív kikapcsolódás és wellness pihenés tökéletes helyszíne a Tisza-tó partján. A szálloda Pátán Étterme nemzetközi és regionális konyhával, Tokaj környéki borokkal, hangulatos tóparti terasszal, nyári grillterasszal várja vendégeit. A Tisza-tó első, minősített családbarát szálláshelye.

hotel, wellness, étterem, grillterasz, biciklitt mentén, víziparti, panoráma, szelektív hulladékgyűjtő

Tel: 0659/886-200. Cím: Tiszafüred, Húsztölcs út 27.

www.balneum.hu, facebook.com/TiszaBalneumHotel

5 Czifra Csárdá

Abádszalók csárdája már 18 éve látja vendégül visszatérő és új látogatóit. Kiváló étlapjával és csaldás, hagyományörző hangulatával a régi idők vendégülöt idezi meg. Aki kellemes, nyugodt környezetben szeretne finomat enni, annak érdemes utána ejlenie ezt a gasztronómiai időutazást.

magyaros ételek, halételek, vegetáriánus, hagyományörző, biciklitt mentén, szelektív hulladékgyűjtő, étel elvitelre, ingyenes parkolás

Tel: 0620/501-6189. Cím: Abádszalók, István király út 133.

facebook.com/czifra.csarda

6 Fehér Amúr Halászcserdá

A Fehér Amúr halászcserdá közvetlenül a Tisza partján, a kerékpárt mentén található. A teraszról szupercsajgáló panoráma nyílik az éle folyóra. Izletes halételek és több száz tradicionális fogás várja az ide látogatókat.

panoráma a Tiszára, stég, terasz, biciklitt mentén, szelektív hulladékgyűjtő, étel elvitelre, ingyenes parkolás

Tel: 0670/772-2698. Cím: Poroszló, Tisza-híd, 33-as főúton

www.feheramur.hu,

facebook.com/feher.amurhalaszcsarda

7 Tiszacsagei Halászcserdá és Panzió

Autentikus tiszacsagei hangulattal, a régió híres korhely halászléjével és számos más, egyedi receptúra alapján készült izgalmas halételrel várja látogatóit a Tiszacsagei Halászcserdá. Az étterem mellett egy felújított, kilencszobás panzió nyújt pihenési lehetőséget.

halételek, halaszlé, fogylat, biciklitt mellett, étel elvitelre, ingyenes parkolás

Tel: 0652/373-832. Cím: Tiszacsage, Tiszavirág utca 2.

www.csagecsarda.hu, facebook.com/csagecsarda

8 Sarudi Töltés Fröcsterasz

A Tisza-tó talán legrészegb panorámaterasza közvetlenül a kerékpárt mellett. A KalandPart Élménysztrand legkedveltebb vendéglátóegysége, ahová akár hajóval is meg lehet érkei. A KalandPart minden szolgáltatásáért kizárólag bankkártyával lehet fizetni!

strand, KalandPart Élményszerű, fröccs, kávé, párapumpa, Kerékpáros Stég Bázis, Áruháza, Vízisport, biciklitt mentén, szelektív hulladékgyűjtő, ingyenes parkolás, környezetbarát csomagolás

Tel: 0670/703-3844. Cím: Sarud, Kalandpart 1.

www.egyslarudit.hu, facebook.com/Egyélsarudit

9 Poroszlói Rétesház

Házi készítésű rétesekkel, pogácsával, frissen sült betyárbatyával, saját készítésű lekvárokkal, szörpökkel várják a látogatókat.

házi készítésű rétesek, pogácsa, betyárbatyu egész nap frissen sütte, környezetbarát csomagolás, biciklitt mentén

Tel: 0670/555-1742. Cím: Poroszló, Kossuth Lajos út 59.

facebook.com/Poroszlói-Rétesház

10 Fűzes Sajtműhely és Tejvő

A Sajtműhely a régió legfrinabb, minőségi sajtjait állítja elő a múlt egy elfeledett receptje alapján. Sajt- és borkóstoló rendezvényekkel, valamint reggeli és brunch menükkel várják a látogatókat.

bankkártyás fizetés, SZÉP kártya, kávé, gyermekbarát, kutyaabarát, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, házhozszállítás, ingyenes parkolás

Tel: 0620/310-0109. Cím: Poroszló, József Attila út 1.

www.asajtmuhely.hu, facebook.com/fuzessajt

11 Abádszalóki Csokoládémanufaktúra

A szálláshely Abádszalók üdülőövezetében található, 50 méterre a Tisza-tó gátjától és a kerékpártól. Itt található a kézműves manufaktúra, itt készíti és vásárolható az "Egy csöpö Tisza-tó" szünykremell töltött édesközléses bonbon és csokoládé.

italok, minőség, tóparti, bistró, étterem, kerthelyiség, lezser, fiatalos, stílusos, modern, különleges, panoráma, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, ingyenes

szálláshely, apartmanok, biciklitt mentén, szelektív hulladékgyűjtő, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, házhoz szállítás, ingyenes parkolás

Tel: 0620/669-4462. Cím: Abádszalók, Ószike u. 2.

www.egycseppitiszato.hu, facebook.com/egycseppitiszato

12 aQarium Étterem és Panzió

A pihenői vágyakat rusztikus szobák, dínyertes halaszlé, halperettő, kézműves sütemények, a ház különleges szörjei várják csaldás hangulatban.

szállás, halaszlé, sütemény, vegetáriánus, esküvő, rendezvény, szóró, házias, biciklitt mentén, ingyenes parkolás

Tel: 0670/318-0226. Cím: Abádszalók, Tömörkény út 2/1.

www.aqariumtiszato.hu

13 Patkós Csárda

A nádfüvel fedett Patkós Csárda már az 1700-as években is fogadta a betérő vendégeket az egykori 50 út mellett, amely ma a 33-as főút. A fedett kerthelységen tavaszi őszig lehet élvezni a hagyományos csárdai fogásokat, lédús legel búbos kemence melletti lelett megmelegedni.

házias, friss, hangulatos, autentikus, vendégszerző, betyáros, természetközeli

Tel: 0630/278-7373. Cím: Tiszafüred, Küllerület, 33-as főút

Egyéki leigazás

www.patkoscsarda.hu

14 Mariska Étterem és Píknikkert

Saját és helyi termelési alapanyagokra építkez, elsősorban tiszai és hortobágyi kötődésű, házias fogások. Tökletes alapanyagokból, tökéletes technológiával. Kifinomult ízek, csodás desszertek, neves borok, remek kávé. Bent kint, teraszon, kertben, profit és fantasztikus kedves személyezettel.

étterem, bistró, kávé, pizza, piknik, terasz, kert, bor, biciklitt mentén, szelektív hulladékgyűjtő, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, házhoz szállítás, ingyenes parkolás

Tel: 0630/633-6661. Cím: Tiszafüred, Dózsa György u. 10.

www.mariskaeatterem.hu, facebook.com/mariskaeatterem

15 Sulyom Tájétermem

Egy hangulatos vidéki bistró egy Tisza-tó parti kis faluban, Sarudon. Slow Living szemléletű étterem, helyi alapanyagokra támaszkodva. Céljuk a Tisza-tó új életélésének a megteremtése. Asztalfoglalás ajánlott!

sulyom, tájétermem, élményszerű, slow living, bistró, terasz, helyi termelők, környezetbarát csomagolás, étel elvitelre, ingyenes parkolás

Tel: 0659/529-9229. Cím: Sarud, Kossuth út 2.

www.sulyom.hu, facebook.com/sulyometterem

16 Pepe Óriaspalcasintázója

Ha szeretet a palacsintát, és nem tudja vele betelni, akkor írny Pepet! A kerékpárt mentén található palacsintázó mindössze 500 méterre van a szálói strandtól. Pepéké 2002 óta készítenek 40 centiméteres óriáspalcasintát édes és sós töltelkekkel.

vegetáriánus, levesek, italok, saláták, limonádé, különlegesség, biciklitt mentén, ingyenes parkolás

Tel: 0620/334-2267. Cím: Abádszalók, Deák Ferenc út 6.

facebook.com/Pepe-Óriaspalcasintázója

17 Öreghalász Étterem

Tiszafüred központjában a 33-as út mellett igaz kisvárosi vendégmeharászató étterem. Az étterpen a klasszikus magyaros ételek mellett bőséges halétel választékkal várják kedves vendégeket – az öreg halász szellemiségével.

biciklitt mentén, étel elvitelre, házhoz szállítás, ingyenes parkolás

Tel: 0630/436-6434. Cím: Tiszafüred, Húsztölcs út 80/b

www.oreghalasz.eatbu.com,

facebook.com/oreghalaszitiszafured

18 Tutajos Vendégő

Az a legte vendégő házias ételkülönlegességekkel fogadja vendégeit, lepett tartva az ízletesek kíváncsijaival. A vendégő kreatív séfnek köszönhetően valódi kulináris élményben, csaldás fogadtásban lehet része annak, aki a Tutajost választja.

magyaros konyha, falusi környezet, csaldás hangulat, minőségi