

# Od Tatier k Dunaju - Cyklojazda, ktorá láme bariéry a spája srdcia

2.4.2026 - | Mesto Žilina

„Od Tatier k Dunaju na bicykli aj napriek skleróze multiplex“ je unikátne športovo-osvetové podujatie, ktoré už viac než desať rokov spája dva svety: zdravých ľudí a pacientov so sklerózou multiplex (SM). Ide o 450 - 550 km dlhú cyklistickú jazdu naprieč Slovenskom, ktorá je symbolom odvahy, nádeje a spolupatričnosti. Do Žiliny zavíta pelotón v utorok 26. mája, predpokladaný čas príchodu je 15.09 hod.

Podujatie nie je len športovou výzvou – je to **spoločenský a osvetový fenomén**, ktorý upozorňuje na to, že skleróza multiplex nie je koniec, ale výzva, s ktorou sa dá žiť kvalitne, ak je včas diagnostikovaná a liečená.

Hlavným cieľom je **edukácia a osveta o skleróze multiplex**. Na Slovensku je SM stále poddiagnostikovaná, chýba register pacientov, k špecialistom sa ľudia dostávajú neskoro. Mnohí prichádzajú už so zhoršeným zdravotným stavom.

Zámerom podujatia je:

- upozorniť mladých ľudí na **nenápadné príznaky SM** (trpnutie končatín, problémy s videním, výpadky reči, únava...),
- motivovať pacientov aj zdravých k **pohybu a aktívnemu životnému štýlu**,
- **spájať spoločnosť** – ukázať, že pacienti so SM nie sú izolovaní, ale plnohodnotne zapojení,
- a zároveň šíriť **nádej a ľudskosť**.

## Kto sa môže zúčastniť?

Úplne každý.

- **Pacienti so SM** - v pelotóne alebo v sprievode.
- **Rekreační aj profesionálni cyklisti**, ktorí chcú podporiť podujatie.
- **Dobrovoľníci a priaznivci**, ktorí môžu pomôcť organizačne alebo sa zapojiť do kampane.
- **Zástupcovia samospráv a verejného života**, ktorí vítajú pelotón.

## Ako sa stať účastníkom podujatia?

Stačí:

1. Prihlásiť sa cez formulár na webovej stránke združenia alebo priamo kontaktovať organizátorov.
2. Vybrať si formu účasti - cyklista v pelotóne, krátka etapa, dobrovoľník, sprievod.
3. Dodržiavať pokyny organizátorov (bezpečnosť, tempo, pravidlá pelotónu).

## Kolko to stojí?

- Pre **pacientov so SM** je účasť **bezplatná**.
- Pre **zdravých účastníkov** sa vyberá symbolický poplatok (podľa dohody a možností), ktorý

pokrýva časť nákladov na ubytovanie, stravu a logistiku.

- Každý účastník môže zároveň prispieť dobrovoľným darom na podporu ďalších aktivít združenia.

## Aká je trasa?

Trasa sa každoročne obmieňa, ale základ ostáva rovnaký - **od majestátnych Tatier až po Dunaj.**

- Dĺžka: cca 450 - 550 km.
- Etapy: 5-7 dní, denne 60 - 100 km v miernom tempe.
- Pelotón prechádza **mestami a obcami Slovenska**, kde prebiehajú osvetové aktivity, vítania, kultúrny program a osobné stretnutia s občanmi.

### Viac informácií

<https://zilina.sk/od-tatier-k-dunaju-cyklojazda-ktora-lame-bariery-a-spaja-srdcia>