



## Doksy

Kraj: Liberecký

Správní obvod: Česká Lípa

Nadmořská výška: 266 m n. m.

Počet obyvatel: 5 103

Adresa URL: [www.mesto-doksy.cz](http://www.mesto-doksy.cz)

Okres: Česká Lípa

GPS souřadnice: 50.565845N, 14.654277E

První pís. zmínka: 1293 (728 let)

PSČ: 472 01

## Sportovní možnosti Doksy

Ti, kteří vyznávají aktivní formu odpočinku, si v Máchově kraji opravdu přijdou na své díky bohaté nabídce různorodých sportovních aktivit. Pokud se rozhodnete vyzkoušet si některou z aktivních forem poznávání Máchova kraje, ale chybí vám zkušenosti či vybavení, jsou tu specializované cestovní kanceláře a půjčovny, díky kterým můžete svůj záměr uskutečnit.

Víte že, Karel Hynek Mácha je jeden z prvních dálkových chodců. Při své pěší cestě do Itálie přes Alpy, která trvala měsíc, ušel průměrně denně 60 km.

Páteční turistickou trasou Máchovým krajem je tzv. Máchova cesta, která má mezinárodní označení E 10 - Evropská dálková cesta. Jedná se o červenou turistickou značku vedoucí z Mělníku do Doks.

Pro milovníky cykloturistiky má Máchův kraj přímo ideální podmínky. Terén je mírně vlnitý, značené cyklotrasy vedou po vedlejších málo frekventovaných silničkách nebo po lesních cestách. K dispozici jsou výborně zpracované mapy v měřítku 1:25 000 (Máchův Kraj, Českolipsko, Ralsko, Kokořínsko) a dokským infocentrem zpracované Tipy na cyklovýlety v okolí Doks.

Nespočet sportovního vyžití nabízí také Máchovo jezero: projížďky po vodní hladině na různých typech plavidel (veslice, šlapadla, kánoe či windsurfing), masáže, nohejbal, plážový volejbal, vodní fotbal, adrenalinové sporty (od skákacího hradu po závěsné trampolíny nebo bungee jumping), tobogán, lezení v korunách stromů, aquapark (vodní trampolíny různých rozměrů, skluzavky, lezecké stěny na vodě ve tvaru ledovců, kolotoče a houpačky na vodě nebo vodní katapulty). Všechno ve velikosti jak pro děti tak i pro dospělé.

V případě nepříznivého počasí lze trávit aktivně volný čas v krytých sportovních halách. Kromě míčových her, kuželek či bowlingu, lze posilovat ve fitness centrech, protáhnout tělo při aerobiku či kalanetice, nahřát se v sauně a chytit zdravý bronz v soláriu.

Doksy mají moderně zařízené tenisové kurty s kompletním tenisovým zázemím.

Možnosti dalšího sportovního vyžití nabízejí minigolfová hřiště, půjčovny jízdních kol, vyznačené běžecké tratě po lesních cestách. V zimě potom běh na lyžích a bruslení na zamrzlé ploše Máchova jezera a dalších rybnících.

Lenka Minksová Nabídka služeb fitness centra s možností ubytování. Adresa: Havlíčkova 410, 472 01

Doksy Mobil: +420 602 960 346 E-mail: [fit.ex.team@seznam.cz](mailto:fit.ex.team@seznam.cz) [www.fitexteam.xf.cz](http://www.fitexteam.xf.cz)

