SCURTA DESCRIERE / SHORT DESCRIPTION

Prezentarea zonei / Description of the area

Situată în sud-vestul vechii Țări a Maramureșului, destinația de ecoturism Mara - Cosău - Creasta Cocoșului cuprinde o parte din zona colinară blândă a Depresiunii Maramureșului, brăzdată de râurile Mara și Cosău, mărginită de zona montană de origine vulcanică Platoul Mușatin/ Ignis la vest iar la sud, de Masivul Gutâi și o parte din nord-vestul zonei munțoase Lăpuș-Vărătec. Creasta Cocoșului, o stâncă spectaculoasă, emblemă a destinației, veghează de înălțimi satele din vale cuprinse în patru centre comunale aceator locuri: Budești, Câlinești, Ocna Șugatag și Deseși.

Zona este faimoasă pentru peisajele sale mozaicate formate din păduri naturale și pajiști montane, de mare importanță pentru biodiversitatea remarcabilă, dar și pentru istoria locului și zestrea culturală ce le conferă unicitatea. Tradițiile și obiceiurile păstrate cu sfințenie de localnici și caracteristic specifice civilizației neolit adaugă zonei un potențial turistic deosebit de valoros.

În 2014, Maramureșul s-a bucurat de recunoașterea din partea *National Geographic*, faimoasa revistă de călătorie, care a recomandat regiunea din nord-vestul României drept una dintre cele mai bune destinații pentru anul următor. Tot în 2014, Autoritatea Națională pentru Turism aceasta o nouă recunoaștere Maramureșului, declarând destinația de ecoturism zona Mara-Cosău-Creasta Cocoșului.

The area is famous for its mosaic landscapes consisting of natural forests and mountain meadows of great importance due to their remarkable biodiversity, but also for the history and cultural heritage which make its villages unique. The traditions and customs which the locals preserve religiously and the constructions specific to the wood civilization add a particularly valuable tourist potential to the area.

In 2014, Maramureș enjoyed recognition from National Geographic, the famous travel magazine, which recommended this area in the northwest of Romania as one of the best travel destinations for the following year.
Also in 2014, the Romanian National Tourism Authority brought further recognition to Maramureș, declaring the Mara–Cosău–Creasta Cocoșului region an ecoturism destination.

Located in the southwest of Historical Maramures, the Mara–Cosău–Creasta Cocoșului ecotourism destination spans some of the gentle hilly area of the Maramures Depression; it is crossed by the rivers Mara and Cosău and bordered by a volcanic mountain region formed by the Ignis Mountain Plateau to the west and the Gutâi Massif and part of the north-western Lăpuș-Vărăteac mountain area to the south. Creasta Cocoșului (Rooster's Crest), a spectacular cliff and the emblem of the destination, watches from high above over the villages in the valley, which are part of four of the local communes: Budești, Câlinești, Ocna Șugatag and Deseși.

Obiective culturale / Cultural attractions

ce avea dreptul să îl judece pe răufăcători. Pictura naosului și a pronaosului a fost realizată în 1762 de către Alexandru Ponehalschi. Icoane valoroase înnobilează pătrimonul bisericii. În pronaos se păstrează câmpea de zale și coiful lui Pintea Viteazul, haiducul faimos care a devenit erou al multor legende locale.

⑪ **Biserica de lemn „Sf. Parascheva" din Deseși (monument UNESCO)** are o dată a construcției incertă, cunoscându-se mărodoienic doar anul în care a fost realizată pictura murală: 1780. Din inscripții aflăm numele pictorilor: „zugrav Radu Munteanu și Gheorghe". Chiar dacă numele lui Alexandru Ponehalschi nu este menționat, se presupune că el ar fi pictat tâmpla bisericii și unele dintre icoane. Pronaosul e dominat de scena Judecății de Apoi, în care impresionează, pe peretele sudic, Râul de Foc ce poartă sufletele damnaților spre gura căscată a iadului. Pe aceeași perete se remarcă, printre păcătoși, neamurile considerate vrăjmașe în acele timpuri.

The wooden church of St. Parascheva in Deseși (UNESCO monument). The construction date of this church is uncertain; the only sure piece of information about it is the date of the murals: 1780. Inscriptions tell us the names of the painters: „painter Radu Munteanu and Gheorghe". Even though Alexander Ponehalschi's name is not mentioned anywhere, it is thought that he painted the iconostasis and some of the icons. Scenes depicting the Last Judgement dominate the narthex, with an impressive painting of the River of Fire bearing the souls of the damned to the gaping mouth of hell on the south wall. Nations considered enemies in those times stand out among the sinners painted on the same wall.

Biserici de lemn monument

⑫ **Biserica „Sf. Nicolae" din Budești - Susani** a fost înălțată în anul 1760. Pictura murală este creația zugravilor Alexandru Ponehalschi și Radu Munteanu. În naos, scena Genezei e o împletire a realului cu imaginarul, înfățișând animale exotice printre vietățile obișnuite ale peisajului maramureșean.

⑬ **Biserica „Sf. Nicolae" din Sărbi - Josani** a fost ridicată în jurul anului 1685, lângă o fostă mănăstire. În interior se păstrează ușii împărătești de secol XVIII și câteva icoane valoroase realizate de Radu Munteanu (1775), însă pictura murală s-a pierdut.

⑭ **Biserica „Sf. Cuvioasa Paraschiva" din Sărbi - Susani**, construită din bârne de lemn *dobordin* în anul 1638, este modestă ca dimensiuni, dar se remarcă prin portalul ușii de la intrare, extrem de megilos decorat cu funii răsucite, rozete și cruci. Tâmpla bisericii păstrează picturile originale realizate în 1760 de către Alexandru Ponehalschi și Iosip Iacovu, dac, la ocoa vreme, al bisericii din Sărbi.

Monument Wooden Churches

The church of St. Nicholas in Budești-Josani was built in 1760. The interior mural was made by Alexandru Ponehalschi and Radu Munteanu. The Genesis scene painted in the nave is a mix of real and imaginary elements, depicting exotic animals among the usual fauna of the Maramures landscape.

The church of St. Nicholas in Sărbi-Josani was built around 1685, next to a former monastery. Inside, the holy doors dating back to the 18th century and a few valuable icons made by Radu Munteanu (1775) are preserved, but the original mural is lost.

The church of Pious St. Parascheva in Sărbi-Josani, built with wood which was cut in 1638, is modest in size, but has a remarkable entrance, painstakingly decorated with twisted ropes, rosettes and crosses. The iconostasis preserves the original 1760 paintings made by Alexandru Ponehalschi and Iosip Iacovu, who was the deacon of the church in Sărbi at the time.

⑮ **Biserica „Sf. Arhangheli" din Câlinești** a fost construită în secolul al XIX-lea. Pictura interioară, cu care Alexandru Ponehalschi și-a făcut debutul pe Valea Cosăului, în 1754, a fost recent restaurată și înfățișează scene deosebit de expresive.

The church of the Nativity of Mary in Câlinești – Josani (Câlnești) was built in the 19th century. The exterior was recently restored inner painting, which Alexandru Ponehalschi made his debut with on the Cosău Valley in 1754, depicts particularly expressive scenes.

⑯ **Biserica „Adormirea Maicii Domnului" din Câlinești - Susani (Bândreni)** are o arhitectură diferită de majoritatea bisericilor de lemn din Maramureș, urmând un plan triconc, de influență moldoveneească. O inscripție de pe portalul ușii de la intrare spune că „s-a făcut la 1774", dar se presupune că acesta este doar anul în care a fost sculptat ancadramentul, biserica fiind mai veche.

The church of the Assumption of Mary in Câlinești – Susani (Bândreni) stands out from the majority of wooden churches in Maramures because of its triconch plan, of Moldavian influence. According to an inscription at the entrance, "it was done in 1774", but it is assumed that this is simply the year the frame was carved, the church being actually older.

⑰ **Biserica „Sf. Nicolae" din Cornești** a fost înălțată la începutul veacului al XVII-lea (1615), dar cuprinde și componente mai vechi: un altar de secol XVI și câteva bârne din 1406. Este considerată cea mai veche biserică de lemn din Maramureș care nu a fost nicicând mutată. Conform unei inscripții, pictura interioară a fost realizată de către Toader Hodor din Vișeu de Mijloc.

The church of St. Nicholas in Cornești was erected at the beginning of the 17th century (in 1615), but also includes older components: a 16th century altarpiece and a few beams from 1406. It is considered the oldest wooden church in Maramureș which has never been moved. According to an inscription, the mural inside was created by Toader Hodor from Vișeu de Mijloc.

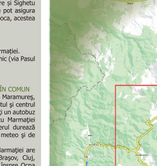
⑱ **Biserica „Cuvioasa Paraschiva" din Sat Șugatag** datează din 1699. Odată trecută pe sub portalul monumental al ușii de la intrare, în interiorul bisericii puteți admira pictura murală și icoane vechi, printre care se disting cele care îl înfățișează pe Sfântul Nicolae și pe Sfânta Parascheva. În cimitirul bisericii se păstrează cruci Inscrise în cerc, de influență celtică.

The church of the Assumption of Mary in Sat Șugatag dates back to 1699. Once you step through the magnificent portal at the entrance, you can admire the murals and old icons inside, of which stand out those depicting Saint Nicholas and Saint Parascheva. Crosses inscribed in circles, of Celtic influence, can still be found in the church's cemetery.

⑲ **Biserica „Nașterea Maicii Domnului" din Hărniceți** a fost construită în 1679 pe ruinele unei foste mănăstiri, dar a suferit în timp multe modificări. Păstrează icoane pe lemn cu autor anonim, înfățișând Intrarea în Ierusalim, Înălțarea Domnului la cer și Buna Vestire. Acestea au fost văzute de lumea largă, fiind prezentate la numeroase expoziții internaționale.

The church of the Holy Archangels in Hoteni was built around 1790 and was brought to Hoteni from Slatina (in today's Ukraine) at the end of the 19th century in order to replace an older church which had been moved here from Budești. The church, whose dedication day is celebrated on 8 November, serves both the Orthodox and the Greek-Catholic parishes.

⑳ **Biserica „Sf. Arhanghelii Mihail și Gavril" din Breb** a fost construită în 1622 Însă păstrează piese din structura turnului bisericii inițiale (adusă din Copășița), datate 1530, conferind construcției statutul de „biserica de lemn cu cel mai vechi turn din România". Interioarul bisericii păstrează rămășițe de pictură realizată în secolul al XVII-lea și icoane vechi, în timp ce în cimitirul din curte se pot vedea cruci celtice din lemn. În curtea înconjurată se găsește fosta casă parohială, o frumoasă construcție din lemn ridicată la 1903.



The church of the Archangels Mihail and Gabriel in Breb was built in 1622, but still retains the structural parts of the tower of the original church (brought here from Copășița), dated 1530, giving it the status of "the wooden church with the oldest tower in Romania". The church is home to remnants of the 17th-century paintings and to several old icons, while Celtic wooden crosses can be seen in the cemetery. The former parish house, a beautiful wooden building from 1903, can be admired in the neighbouring yard.

㉑ **Biserica „Sf. Arhanghelii Mihail și Gavril" din Vâlenii** nu este monument istoric, ea are, însă, o poveste fascinantă ce o transformă, fără îndoială, în atracție turistică. Înălțată la începutul secolului al XVI-lea (păstrând și bârne din secolul al XIV-lea), a aparținut mănăstirii Cuhea (localitatea Bogdan Vodă de azi) și a fost adusă în 1670 la Vâlenii. După cel de-al doilea război mondial, a fost vândută, dezmembrată, iar vândută, partial pierdută și, într-un final, în parte recuperată și reflicată. Pictura interioară a dispărut cu totul. Dintre obiectele valoroase încă păstrate amintim Sfânta Masă din altar, Sfântul Chivot, prapurii și ușile împărătești.

The church of the Archangels Mihail and Gabriel in Vâlenii is not a historical monument, but its fascinating story undoubtedly turns it into a tourist attraction. Built at the beginning of the 16th century (with beams dating back as far as the 14th century), it belonged to the monastery of Cuhea (today's Bogdan Vodă) and was moved to Vâlenii in 1670. After World War II it was sold, scrapped, sold again, partially lost and, finally, partly recovered and rebuilt. The inside painting has disappeared altogether. Some of the valuable objects which have survived are the Holy Table in the altar, the Holy Ark, the banners and the holy doors.

The wooden gates

The monumental gates with carved pillars and shingle roofs are living testimonies of the yesteryear social organization: in the old times, only the nobility (called "nemeș") had the privilege of building gates (the other locals had "vranite", plank or wicker gates). The gate is also a symbol of the boundary between the street ("ulița") and the household. The motives carved on the pillars of the gates date back before Christ: the twisted rope, the solar rosette, the cross inscribed in a circle, the tree of life and the wolf teeth were all meant to protect the house and the household. Today's gates display much-enriched decorative elements, of recent inspiration, which have lost some of the initial meaning, retaining only an aesthetic function.

The villages along the Mara and Cosău rivers have kept the habit of placing houses into certain categories according to their gates. To this day, the size and complexity of a gate is used to measure and display a family's welfare.

Traditional technical installations

Whereas the spiritual life of the locals used to be ruled by the wooden churches, the technical installations, which were also made from wood, were meant to fulfil various daily requirements of living in the village. The ingenious water-powered technical installations are living testimony of the archaic way of life, using green local resources in perfect harmony with nature. The whirlpool, the fulling mill, the threshing machine, the water mill and the distillery were often grouped in the same area of the village, the locals using them for washing and thickening wool fabrics, threshing, crushing grains, and preparing the local drink.

Nowadays you can see some of these installations in the riverside villages, the best kept ones being located in the village of Sărbi, in the Cosău river valley.

Local artisans

There are many skilled craftspeople along the Mara and Cosău rivers; their hands know how to make the necessary things for daily living. The art of woodworking is well known in all the villages in the area. Similarly, there are women who weave or sew in every settlement. In Sărbi, the locals make traditional leather sandals ("opinci"), in Sărbi and Budești they make traditional hats out of straw and wood shavings. In Breb, they weave hazel-twig baskets. This is a world which has survived modernizari and travellers are delighted to discover it.

Atracții naturale / Nature attractions

① **Creasta Cocoșului**
Arie protejată emblematică a destinației, monument al naturii, Creasta Cocoșului este o formațiune andezitică spectaculoasă, porțiune din craterul unui vulcan ce a erupt cu mult mai milioane de ani în urmă. Formațiunea de stâncă a creștatei este de nu mele rezervației se află la o altitudine medie de 1.200 m. Zona de stânci are un „îmbrățișând" de tufărișuri de ienupăr și afin și de pădure de fâget cu rol de protecție. Rezervația și zona învecinată reprezintă habitat pentru urs, râs și specii de răpitoare de interes european: acvila de munte și acvila țipătoare mică.

Creasta Cocoșului (Rooster's Crest)
An emblematic protected area of this destination and a natural monument, the Creasta Cocoșului is a spectacular andesitic formation, remnant of the crater of a volcano which erupted a few million years ago. The crenelated rock formation which gives the nature reserve its name is located at an average altitude of 1,200 m. The rocky area is surrounded by juniper and bilberry bushes and protective beech forest. The reserve and the surrounding area represent a natural habitat for the lynx, bear, the lynx, and species of birds of prey of European interest such as the golden eagle and the lesser spotted eagle.

② **Tăul Morărenilor**
Situat la altitudinea de 886 m, sub Creasta Cocoșului, lacul aflat la Incepul de formare a sfagnetelor este un habitat rar în România, conservat în condiții aproape naturale. Zona limitrofă lacului este formată de o asociație valoroasă de arin negru, arin alb și arin de munte. Plantele de zonă umedă precum ofrățișul de baltă, scrumbia, trifoiul de baltă, vulețoarea și muștiul de turbă sunt glăsit ei condiții precise ecologice.

Morărenilor Pond
located below Creasta Cocoșului, at an altitude of 886 m, the pond is a rare habitat in Romania: in its initial stage of turning into a bog, the pond is conserved in nearly natural conditions. The area is home to a valuable association of black alder, grey alder and mountain alder. Wetland plants such as the common bladderwort, the sundew, the bogbean, the black cranberry and the peat moss have found favourable conditions here.

③ **Tăurile Chendroaiei** sunt lacurile vieilor, periglaciare, situate sub Creasta Cocoșului, la 1.043 m altitudine, pe versantul nordic al Munților Gutâi. În preajma zonei lacustre cu apă liberă se ridică un tinov bombat, mai înalt cu patru metri în zona centrală decât la periferie, unde grosimea turbei ajunge la opt metri. Vegetația specifică găzduiește plante carnivore, specii relict din era glaciară.

Chendroaiei Pond are rival, periglacial lakes, stretching below Creasta Cocoșului, at an altitude of 1,043 m, on the northern side of Gutâi Mountains. Near the lake area of clear water raises a dome-shaped peat bog, four meters higher in the centre than at the periphery, where the peat layer grows up to eight meters thick. Typical vegetation includes carnivorous plants, ice-age relict species.

④ **Turbăria Iezerul Mare**
Monument al naturii, Turbăria Iezerul Mare este una dintre cele mai bine conservate mlaștini oligotrofe din Munții Maramureș. O vești găsi în periferia estică a Munților Ignis, pe teritoriul administrativ al localității Deseși, într-un crater de circa 100 de hectare aflat la altitudinea de aproximativ 1.014 m. Tinovul are formă ovală, este bombat în mod pronunțat, (cu sase-șapte metri mai înalt spre zona centrală decât la margini) și este înconjurat de pâlcuri montane mezofile. Iezerul Mare are coa mai reprezentativă floră de tinoave din zonă: afin vânătă, rădăcțiș, roua cerului, bumbăcțiș, rogiane, iarbă albastră, vulcișoare, rogoz, merișor și curechi de munte.

Turbăria Iezerul Mare Peat Bog
A natural monument, the Iezerul Mare Peat Bog is one of the best preserved oligotrophic marshes in Maramures County. You will find it at the eastern outskirts of the Ignis Mountains, in the administrative territory of Deseși, inside a 100 ha crater, at an altitude of circa 1,014 m. The peat bog is oval, notably dome-shaped (6-7 meters higher in the centre than at the periphery) and is surrounded by mesophilic mountain pastures. Iezerul Mare has the most representative marsh flora in Maramures: bog bilberry, cranberry, sundew, bumbacțiș, rogiane, iarbă albastră, vulcișoare, rogoz, merișor și curechi de munte.

⑤ **Cheile Tătarului** au o geneză unică în țară prin faptul că sunt săpate de apele hrănurate ale Văii Brazilor în roci vulcanice andezitice, în timp ce majoritatea cheilor se formează în calcare. Pădurea seculară de molid așezată pe stâncile abrupte ascunde o specie foarte rară de mugure luminescent *Schistostega penata*. Din cauza luminii insuficiente, speciul folosește stâncos și țapițat cu licheni de o culoare galben-aurie, find locul de cuibărit perfect pentru mierla de piatră și vânturelul roșu, specii de păsări vulnerabile, reglișite în puține locuri din România.

Tătarului Gorge has a unique genesis in our country: the rapid course of the Valea Brazilor stream has carved this gorge in andesitic volcanic rocks it crosses, whereas most gorges occur in limestone landscapes. The secular spruce forest growing on the steep cliffs harbours a very rare species of luminescent moss - Schistostega pennata. Due to insufficient light, the rocky wall is lined with golden lichens - the perfect nesting place for the rock thrush and the kestrel, vulnerable bird species found in few places in Romania.

⑥ **Pădurea Crăiască** este o rezervație forestieră și peisagistică de 44 ha, având exemplare de stejari și goruni seculari cu vârste venerabile, cuprinse între 100 și 200 de ani. Se găsesc și exemplare uriașe de larice și pin. Considerată rezervație de semințe, pădurea seculară găzduiește o populație de pândar și mierla de piatră, specii de păsări vulnerabile, reglișite în puține locuri din România.

Pădurea Crăiască (Royal Forest) is a forest nature reserve and protected landscape which spreads across 44 ha, being home to oaks and holm oaks of venerable ages, between 100 and 200 years old. Giant larch and pine specimens are also found here. Declared a seeds reserve, this ancient forest shelters an unusually dense bird population and endemic plant species such as the sister-and-brother (*Melampyrum bihariense*) and the rampion (*Phyteuma tetramerum*).

⑦ **Tăurile de la Hoteni** cuprind un complex natural format dintr-un tinov și trei lacuri cu floră și faună specifică de importanță științifică. Straturi de turbă ce plutesge pe apa adâncă de patru metri reprezintă un medio de viață perfect pentru plante carnivore, speciii relicte din era glaciară. Alte două lacuri cu formă alungită, amplasate în aceeași arealș, sunt vestite pentru prezența a peste 150 de specii de alge ce dau culoarea specifică a lucului de apă. Vegetația lor luxuriantă ascunde varietăți de peți și broaște țestoase de apă dulce, unice pentru această regiune.

Hoteni Ponds are a natural complex made up of a peat bog and three lakes with typical flora and fauna of scientific importance. The peat layer that floats on the 4 m deep water represents a perfect habitat for carnivorous plants and relict species from the ice age. Two other long-shaped lakes within the same area are famous for the presence of over 150 species of algae which lend the water surface its specific colour. Their luxuriant vegetation harbours a diversity of fish and freshwater turtles that are unique to this region.

⑧ **Lacul Gavril** este cel mai mare lac de mină (antropoasalm) din România. S-a format, asemenea celorlalte lacuri sărate din Ocna Șugatag, prin prăbușirea minelor de sare abandonate în anii '50. Are o suprafață de 23.541 mp, o adâncime de peste 6 metri și, în mod curios, păstrează la suprafață un strat de apă dulce în care trăiesc pești.

Gavril Lake is the largest (anthroposaline) mine lake in Romania. It formed, just like the other salt lakes of Ocna Șugatag, as a result of abandoned salt mine cave-ins in the 1950s. It has an area of 23.541 square meters, it is 30 meters deep and, curiously, it presents a surface layer of freshwater where fish live.

Obiective culturale / Cultural attractions

Civilizația lemnului
Vastele teritorii împădurite au favorizat dezvoltarea unei civilizații a lemnului cu totul aparte în Maramureșul istoric, arhitectura caselor, a porților și mai ales a bisericilor de lemn devenind unul dintre elementele de identitate ce conferă un caracter patrimonial zonei și destinației.

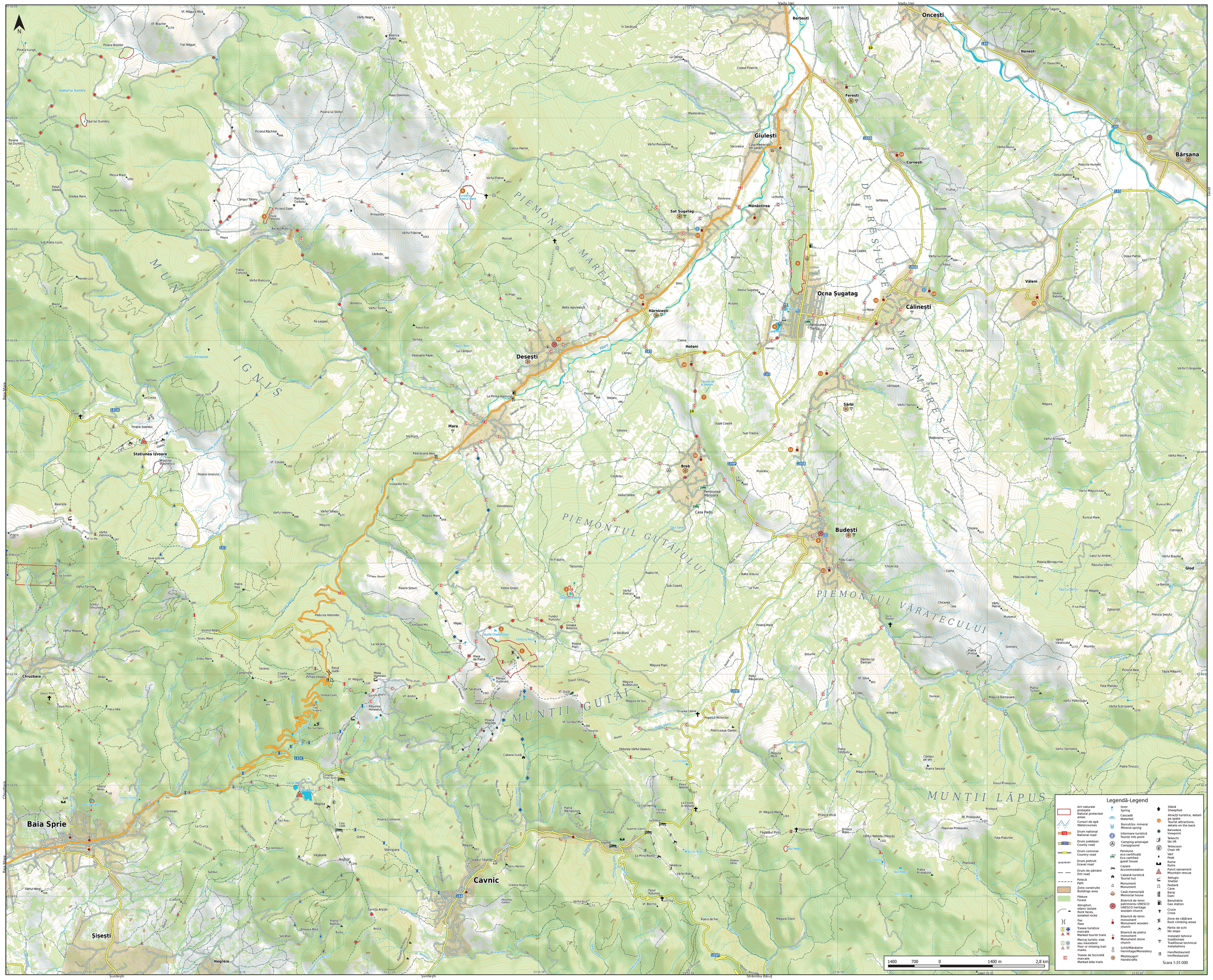
Satele destinației Mara-Cosău-Creasta Cocoșului glăzuiesc bisericii de lemn din secolele XVI – XVIII, ce păstrează bogăția sacre ale icoanelor. Turnurile înălțătoare de inspirație gotică, armătorul echilibru al proporțiilor, măiestria înșiberăilor bârnelor de lemn sfidăre de orice cuie sau alte componente de fier au atras și atrag admiratori, cercetători și scriitori.

Nu demult, un autor britanic le numea în Lonely Planet Traveller „arce ale lui Noe ancorate la mal".
Va invităm să le descoperiți!

Wood Culture
The vast forests of this region have favoured the development of a remarkable wood civilization in the historical Maramures; the architecture of the houses, of the gates and especially of the wooden churches has become one of the defining elements which put this area and destination on the UNESCO World Heritage map. The villages in the Mara–Cosău–Creasta Cocoșului destination preserve the locals' sacred heritage in wooden churches dating back to the 16th-18th centuries. The daring Gothic-inspired towers, the amazing balance of proportions, the great skill of joining wooden beams together without the use of a single nail or any other iron elements have always drawn admirers, researchers and writers. Not long ago, a British author writing for *Lonely Planet Traveller* called these Churches, "beached Noah's arks". We invite you to discover them!

Monumente UNESCO

Biserica de lemn „Sf. Nicolae" din Budești - Josani (monument UNESCO), datată 1643, are dimensiuni de o monumentalitate neobișnuită pentru vremurile în care a fost înălțată. O particularitate arhitecturală a bisericii este conferită de cele 4 turnulețe amplasate la baza turnului central, semănând cu niște cupole. Tot în interior, în spațiul dintre cele trei cele mai bune construcții din lume, se găsesc: acvarelele lui Ion Tănăsescu, o adevărată comoară a bisericii, cu o vechime de peste 300 de ani, realizate de Radu Munteanu (1775), Ștefan Ioan Zugravul și Ioan Zugravul (1802), Ștefan Ioan Zugravul și Ioan Zugravul (1802), Ștefan Ioan Zugravul și Ioan Zugravul (1802


Baia Sprie
Cavnic
Șișești
Negreia
Chiuzbaia
Baia Mare
Șurdești
Strâmbu Băiuț
Budești
Ocna Șugatag
Câlinești
Băsarna
Oncești
Nănești
Giulești
Sat Sugatag
Mănăstirea
Hărnicești
Desești
Hoteni
Mara
Breb
Sârbi
Feresti
Cornești
Văleni
Glod
Statiunea Izvoare
Casa Padis
Pensiunea Mănoiara
Pensiunea Tipica
Berbesti
Vadu Izei
Valea Vișeului
Valea Mare
Valea Cosnei
Valea Roșia
Valea Lăpușului
Valea Lăpușului Mare
Valea Cavnicului
Valea Roșia Mare
Valea Roșia Mică
Valea Mare
Valea Cosnei
Valea Vișeului
Valea Izei
Valea Izei