



PIENINY GORCE SPISZ PODHALE



Przewodnik turystyczny



Wstęp

Region Pienin, Gorców, Podhala i Spisza, to teren wyjątkowy nie tylko w skali kraju, ale i w wymiarze całego kontynentu. Obejmuje obszar od Morskiego Oka przez Trzy Korony aż po Lubań. Jego największym atutem jest piękne Jezioro Czorsztyńskie, oraz nieskażona przyroda górską. Ze szczytów i grzbietowych polan rozpościerają się ciekawe i przepiękne krajobrazy.

Każdy, kto lubi wypoczywać blisko przyrody, z dala od codziennego zgiełku, ulegnie urokowi tego regionu i jego okolic. To górski i leśny raj stworzony dla turystów kochających aktywny wypoczynek (wycieczki piesze i rowerowe, jazdę konną, narciarstwo, sporty wodne).

Mając na uwadze unikatowy charakter tych ziem oraz chęć zachowania dla przyszłych pokoleń ich walorów przyrodniczo-krajobrazowych, Stowarzyszenie LGD "Gorce-Pieniny" oraz Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy podjęło wspólną inicjatywę promującą ten teren.

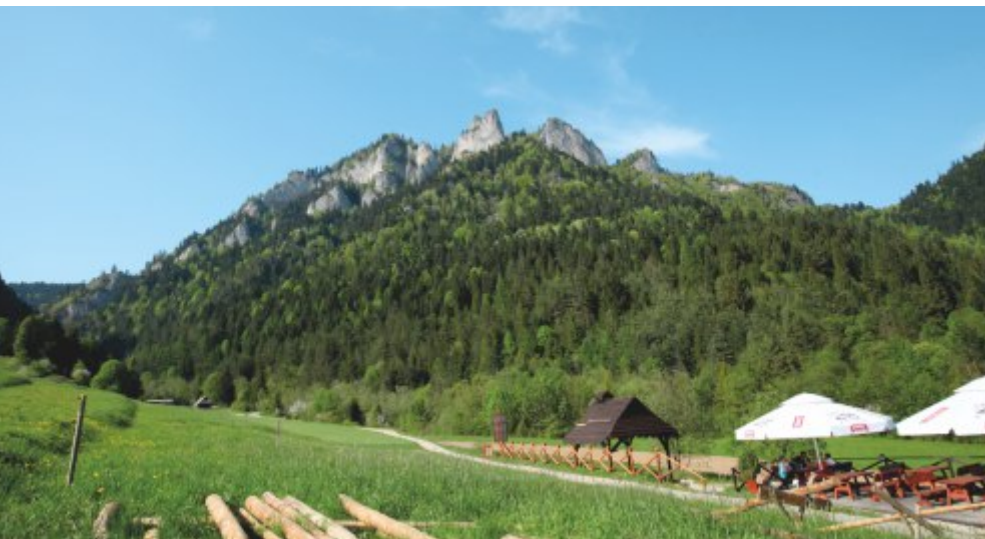
Powyzszy przewodnik jest owocem tej współpracy i ma za zadanie popularyzować turystykę oraz ułatwić zwiedzanie wyjątkowego regionu. Znajdują się w nim informacje związane zarówno z historią stowarzyszonych gmin, jak i opis atrakcji przyrodniczych i kulturowych, zebranych i przedstawionych w formie wycieczek turystycznych. Każda z nich została wzbogacona o przejrzystą mapkę oraz opis proponowanej trasy.

Wierzymy, że dzięki tej publikacji wypoczynek w pięknym otoczeniu górskiej przyrody zyska zupełnie inny, świadomy wymiar.

Życzymy miłego urlopu!

*Zarząd Stowarzyszenia LGD „Gorce-Pieniny”
Zarząd Stowarzyszenia Rozwoju Spisza i Okolicy*

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny”



Historia

Początki Stowarzyszenia LGD „Gorce-Pieniny” wiążą się z udziałem dwóch gmin partnerskich: Krościenko nad Dunajcem i Ochotnica Dolna w programie unijnym w ramach Sektorowego Programu Operacyjnego "Restrukturyzacja i modernizacja sektora żywnościowego oraz Rozwoju Obszarów Wiejskich 2004-2006".

W pilotażowym programie Leader+ gminy zgłosiły projekt **"Szlakiem historii i tradycji, Gorce-Pieniny"**. Środki przyznane w ramach programu zostały przeznaczone na tworzenie zintegrowanej

Strategii Rozwoju Obszarów Wiejskich (ZSROW), budowanie Lokalnej Grupy Działania (LGD) oraz podejmowanie przez nie działań na rzecz rozwoju i promocji regionu.

Stowarzyszenie zostało zarejestrowane w Krajowym Rejestrze Sądowym 16 stycznia 2006 roku. Po założeniu grupy strategia była realizowana w ramach Schematu II. W 2007 roku podpisano umowę z Fundacją Programów Pomocowych na projekt **"Podniesienie atrakcyjności turystycznej i kulturalnej wsi pienińsko-gorczańskich – szlak atrakcji turystycznych w okolicach Dunajca"**. Projekt zaczęto realizować

w maju tego samego roku. Mając na uwadze fakt, że żadna inwestycja nie rozpocznie się, dopóki nie ma stosownych dokumentów, Stowarzyszenie przygotowało 11 koncepcji oraz dokumentacji technicznych. Wszystkie opracowania dotyczyły rozwoju obszarów wiejskich, z uwzględnieniem ochrony oraz promocji środowiska naturalnego, krajobrazu i zasobów historyczno-kulturowych, rozwoju turystyki oraz popularyzacji i rozwoju regionalnych wyrobów pienińskich. Ponadto w ramach projektu Stowarzyszenie we wszystkich sołectwach wykonało tablice informacyjne, opracowało albumy, broszury, przeprowadziło szkolenia aktywizujące mieszkańców oraz było organizatorem i współorganizatorem różnych wydarzeń kulturalnych w regionie.

Cele

Celem Stowarzyszenia LGD „Gorce-Pieniny” jest realizacja działań na rzecz rozwoju obszarów wiejskich. Zgodnie z Lokalną Strategią Rozwoju, wyznaczone cele ogólne LGD „Gorce-Pieniny” to:

- 1) **Waloryzacja zasobów przyrodniczych i kulturowych;**
- 2) **Poprawa jakości życia, w tym warunków zatrudnienia.**

Do celów szczegółowych należą:

- a) Rozwój turystyki i agroturystyki w oparciu o wykorzystanie walorów przyrodniczych i kulturowych;
- b) Ochrona dziedzictwa przyrodniczego i kulturowego, w tym promocja produktów lokalnych;
- c) Rozwój oferty spędzania czasu wolnego;
- d) Rozwój przedsiębiorczości i aktywności mieszkańców oraz członków LGD.

W ramach celów ogólnych podejmowana jest działalność szczegółowa polegająca na wdrażaniu i realizowaniu projektów w ramach działania 4.1 PROW oraz innych działań promujących region. Naczelną wartością Stowarzyszenia jest zachowanie walorów turystyczno-krajoznawczych promowanego obszaru przy jednoczesnym dbaniu o rozwój regionu oraz wdrażanie rozwiązań, które ułatwiają życie mieszkańcom.

Działalność

Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny” działa na rzecz **rozwoju obszarów wiejskich**, aktywizuje społeczność lokalną, promuje, wspiera oraz upowszechnia realizację **Lokalnej Strategii Rozwoju**. W głównej mierze jest to budowanie kapitału społecznego na wsi, który przyczynia się do pobudzenia zaangażowania społeczności lokalnej w rozwój obszaru wiejskiego.

Działania realizowane przez Stowarzyszenie LGD „Gorce-Pieniny” w ramach osi 4 Leader PROW 2007-2013 są skierowane do **osób zamieszkałych, bądź prowadzących działalność na obszarze LGD, na terenach 3 wiejskich gmin**. W ramach realizacji **Lokalnej Strategii Rozwoju**, Stowarzyszenie ogłasza konkursy i wybiera operacje do dofinansowania w ramach środków przyznanych na realizację LSR.

Obszar

Obecnie w skład Stowarzyszenia LGD „Gorce-Pieniny” wchodzi 3 małopolskie gminy położone w powiecie nowotarskim: **Krościenko nad Dunajcem, Ochotnica Dolna** oraz (od 2008 roku) **Czorsztyn**.



W strukturach Stowarzyszenia „Gorce-Pieniny” spotykają się trzy grupy mieszkańców: przedstawiciele samorządu, organizacji społecznych oraz przedsiębiorców i rolników. Ideą programu Leader jest wspólne wypracowanie kierunku rozwoju „Małe Ojczyzny”, czego wyrazem jest Lokalna Strategia Rozwoju.

W strategii została określona wizja Pienin i Gorców jako:

„obszaru atrakcyjnego turystycznie, o bardzo zróżnicowanej całorocznej ofercie, z bogatą kulturą i tradycją, zamieszkałego przez młodych, przedsiębiorczych, wykształconych ludzi, którzy potrafią połączyć tradycję z nowoczesnością w celu jej zachowania i rozwijania, aby było to miejsce dobrego życia i pracy. Na terenie będą powstawały nowe miejsca pracy, które będą gwarantowały satysfakcjonujące zarobki. Naszym atutem będzie przyroda (Natura 2000) i mądre jej wykorzystanie dla turystyki

aktywnej i rodzinnej. Obszar przyjazny szczególnie osobom starszym z wykorzystaniem wód mineralnych. Nasze agroturystyczne gospodarstwa oferują dobrą kuchnię wykorzystującą żywność pochodzącą z naturalnych i zdrowych produktów”.

Jak do nas trafić

Adres biura:

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania "GORCE-PIENINY"
ul. Rynek 32, 34-450 Krościenko nad Dunajcem woj: małopolskie powiat: nowotarski
(Budynek Gminnego Centrum Kultury w Krościenku n/D.)

Tel./faks: +48 18 262 35 90

E-mail: biuro@leadergorce-pieniny.pl

Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy

Historia

Pomysł utworzenia formalnej grupy liderów regionu pojawił się w sierpniu 2005 roku, podczas zebrań aktywizujących mieszkańców Spisza. Była to inicjatywa Stowarzyszenia Centrum Edukacji „**Tradycja i Współczesność**” z Krakowa. W trakcie późniejszych spotkań, wyłoniła się grupa aktywnych społecznie osób, które powołały komitet założycielski **Stowarzyszenia Rozwoju Spisza i Okolicy**. Na sformalizowanie projektu nie trzeba było długo czekać. Już 15 grudnia 2005 roku organizacja wpisana została do KRS.

Oparciem dla tego przedsięwzięcia był pilotażowy program Leader+. W ramach programu Stowarzyszenie opracowało „Zintegrowaną Strategię Rozwoju Spisza”

i Okolic i pozyskało środki na realizację projektu **„Ze Spiszem w świat”**. Projekt pozwolił także na opracowanie Lokalnej Strategii Rozwoju, nad którą prace rozpoczęły się w 2007 r. Dokument zatwierdzony został 22 czerwca 2008 roku i wyznaczał nie tylko kierunki działania Stowarzyszenia, ale również zakres działań osób, organizacji i instytucji funkcjonujących na terenie LGD.

Cele

Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy (SRSiO) jest Lokalną Grupą Działania (w skrócie LGD), czyli organizacją funkcjonującą w oparciu o ustawę o wspieraniu rozwoju obszarów wiejskich oraz ustawę o stowarzyszeniach. Zrzesza ono przedstawicieli trzech sektorów: publicznego, gospodarczego i społecznego.



Stowarzyszenia działające na zasadach LGD są powoływane w celu opracowania i realizacji Lokalnych Strategii Rozwoju (LSR). Zawarte w nich propozycje projektów zgłaszane przez mieszkańców, instytucje i organizacje, po spełnieniu formalności mogą liczyć na środki z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich. Działania, które znalazły się w przygotowanej przez SRSiO Lokalnej Strategii Rozwoju, mają służyć:

- 1) Polepszeniu jakości życia mieszkańców Spisza i okolicy, głównie poprzez rozwój turystyki;
- 2) Zachowaniu dziedzictwa kulturowego i przyrodniczego regionu;
- 3) Wsparciu inicjatyw związanych ze sferą rozwoju intelektualnego;
- 4) Wzmocnieniu Spisza, jako regionu otwartego.

LGD poprzez własne działania oraz aktywizację mieszkańców do korzystania z pomocy i realizacji projektów z zakresu działania „Wdrażanie LSR”, planuje osiągnąć wszystkie powyższe cele. Działanie „Wdrażanie Lokalnych Strategii Rozwoju”, z którego za pośrednictwem LGD korzystają mieszkańcy obszaru, skupia się na 4 kierunkach, którymi są: różnicowanie w kierunku działalności nierolniczej, tworzenie i rozwój mikroprzedsiębiorstw, odnowa i rozwój wsi oraz małe projekty.

Działalność

Od początku swojej działalności SRSiO angażuje się w liczne inicjatywy, których celem jest wsparcie rozwoju gmin: **Bukowina Tatrzańska, Łapsze Niżne** oraz **Nowy Targ**, a także integracja i aktywizacja mieszkańców.

Do ważniejszych przedsięwzięć zaliczyć należy projekt „**Ze Spiszem w Świat**”,

realizowany od 2007 do 2008 roku, w ramach II schematu Pilotażowego Programu Leader+. Dzięki niemu mieszkańcy regionu mogli skorzystać ze szkoleń agroturystycznych, oraz kursów języka angielskiego przygotowanych specjalnie pod kątem tego typu działalności, a także zajęć teoretycznych i praktycznych z zakresu ekologii i ochrony środowiska. Ponadto w ramach projektu Stowarzyszenie współorganizowało znane w regionie wydarzenia kulturalne: „Spisko Watra” czy „Sabałowe Bajania”. Zorganizowało dla dzieci szkolnych konkurs „**Piękny, ciekawy Spisz i okolica**” oraz Konkurs Twórczości Plastycznej: „**Piękno podhalańskiej i spiskiej ziemi**”. Widocznym dla przyszłych pokoleń efektem projektu było wydanie Publikacji „Zbiór Pieśni Ludowych Zamagurza Spiskiego” oraz mapy Polskiego Spisza. Projekt przyczynił się także do uatrakcyjnienia informacji turystycznej, poprzez opracowanie przeszło pięćdziesięciu tablic informacyjnych i ich zainstalowanie na obszarze LGD w centrach wsi oraz przy szlakach turystycznych.

SRSiO nie zapomina o młodszych mieszkańcach regionu. Jedną z ciekawszych akcji edukacyjnych była „**Archilandia**”. Dzięki sporządzonej przez uczniów dokumentacji filmowej i fotograficznej, zachowane zostały wspomnienia osób związanych z regionem oraz udało się utrwalić wiele zabytków spiskiej architektury i kultury.

W nowym okresie programowania Stowarzyszenie, w ramach działania „Funkcjonowanie Lokalnej Grupy Działania – nabywanie umiejętności i aktywizacja” oraz działalności statutowej, dba o coroczne dofinansowanie wydarzeń kulturalnych na terenie gmin partnerskich („Spisko Watra”

i „Spiskie Zwyki” w Niedzicy, „Gminny Konkurs Potraw Regionalnych” w Łopusznej, „Festyn Bacowski” w Leśnicy-Groniu, „Konkurs na spiską szopkę - Betlemek”).

Do stałych działań Stowarzyszenia promujących i wspierających rozwój obszaru LGD, należą: udział w targach turystycznych oraz druk materiałów promocyjnych i publikacji, z których najcenniejsza to „Tańce Polskiego Spisza” z płytą CD.

Na przełomie 2010 i 2011 roku Stowarzyszenie realizowało projekt współpracy „Odkrywanie wartości produktów lokalnych od Wisły po Spisz, jako zasobów rozwoju dziedzictwa kulturowego”, w którym wśród najważniejszych działań znalazły się: organizacja konkursu na produkt lokalny, wydanie publikacji i folderu oraz opracowanie mapy z wykazem zgłoszonych w konkursie produktów lokalnych. Uwieńczeniem projektu była organizacja „Dni produktu lokalnego” w Niedzicy.

Obszar

SRSiO działa na terenie gmin: **Bukowina Tatrzańska, Łapsze Niżne** oraz **Nowy Targ**. To niezwykle atrakcyjny pod względem kultury oraz przyrody obszar, na którym znajduje się nie tylko jeden z najbardziej znanych Parków Narodowych w Polsce – Tatrzański Park Narodowy, ale także cenne zabytki sztuki i kultury o światowym znaczeniu. Obszar LGD obejmuje czternaście miejscowości Spisza i sąsiadujące z nim dwadzieścia trzy wsie podhalańskie. Granicę pomiędzy tymi krainami wyznacza rzeka Białka. Podział jest bardzo czytelny: na prawym brzegu

leżą miejscowości spiskie, na lewym podhalańskie. Wyjątek stanowi miejscowość Nowa Biała, której obecne położenie to efekt zmiany koryta rzeki.

Polski Spisz stanowi niewielką, zaledwie pięcioprocentową, część historycznej krainy, która oprócz części dorzecza Dunajca obejmuje także dorzecze górnego Popradu oraz górnego Hornadu. Nazwa „Spisz”, pochodzić ma od węgierskiego zwrotu „szebb ez”, tłumaczonego jako „jest piękny”. Wyjątkowy charakter regionu związany jest z jego przygranicznym położeniem. Dzięki temu, że przez wieki krzyżowały się tu wpływy polskie, węgierskie, niemieckie, włoskie oraz romskie, mogła ukształtować się niespotykana w innych częściach Polski kultura. Odrębność widoczna jest zarówno w architekturze i strojach, jak i zabytkach kultury duchowej: tańcu, gwarze oraz obyczajach. O tym, że tradycja spiska i podhalańska wciąż mają się dobrze, świadczy duża liczba działających tu zespołów regionalnych.

Obszar, na którym działa Stowarzyszenie, liczy łącznie 466 km². Są to tereny wiejskie, zamieszkiwane przez ponad 43 tysiące osób.

Jak do nas trafić

Adres biura:

Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy
ul. Jana Pawła II 63, 34-442 Łapsze Niżne

Godziny otwarcia:

poniedziałek – piątek: 8.00-16.00

Tel/fax: 18 334 11 44

Tel kom.: +48 664 758 092

E-mail: lgd.spisz@gmail.com, biuro@spisz.org
www.spisz.org



Podstawowe informacje





Co znajdziecie w przewodniku

Niniejszy przewodnik opracowany został z myślą o osobach, które planują spędzić czas wolny w **jednej z sześciu gmin, leżących na terenie Pienin, Gorców, Spisza oraz Podhala**. Biorąc pod uwagę ilość i różnorodność atrakcji, zadaliśmy o właściwą selekcję informacji oraz czytelną formę przekazu. Zależy nam, abyście otrzymali materiały, dzięki którym – bez tracenia czasu – rozpoczniecie zwiedzanie. Znajdziecie tutaj ponad 20 propozycji gotowych wycieczek.

Przy każdej jest **metryczka** z podstawowymi informacjami dotyczącymi trasy oraz krótki **opis** objaśniający jej przebieg i przybliżający konkretne atrakcje. Z tekstu wyodrębnione zostały **praktyczne informacje**, ułatwiające planowanie dnia pełnego wrażeń oraz **ciekawostki**, które pozwolą jeszcze lepiej poznać region. Użytecznym dodatkiem są poglądowe **mapy**, służące lepszej orientacji w terenie.

Ikonki opisujące trasę



1. ŚRODEKTRANSPORTU:

-  - wycieczka piesza
-  - wycieczka rowerowa
-  - wycieczka samochodowa
-  - rejs lub spływ









2. SKALA TRUDNOŚCI:

-  - łatwa
-  - średnia
-  - wymagająca

3. PARAMETRY TRASY:

-  5 km - przybliżona odległość
-  3 h - orientacyjny czas

4. OZNACZENIE TRASY:

- trasa piesza**
 -   - odcinek poprowadzony wzdłuż szlaku turystycznego
 -   - odcinek poprowadzony wzdłuż ścieżki dydaktycznej
 -   - odcinek poprowadzony wzdłuż szlaku konnego
 -   - odcinek poza znakowanymi szlakami


• trasa rowerowa

  - proponowany przebieg trasy



• trasa samochodowa

  - proponowany przebieg trasy







• szlak wodny

  - przebieg trasy



5. WAŻNIEJSZE PUNKTY NA TRASIE

-  - punkt kluczowy dla orientacji
-  - punkt dodatkowy, służący orientacji

6. CIEKAWE MIEJSCA

-  - skały
-  - przystań
-  - ciekawy obiekt
-  - zamek
-  - kościół, kaplica
-  - schronisko

7. DODATKOWE INFORMACJE

-  - punkt w opisie trasy z informacją na temat obiektu
-  - początek trasy

Jak korzystać z przewodnika



Indeks tras

	WYCIECZKA nr 1 Krościenko nad Dunajcem	14
	WYCIECZKA nr 2 Weekend z adrenaliną	22
	WYCIECZKA nr 3 Sokolica z Krościenka	26
	WYCIECZKA nr 4 Trzy Korony i... dwa zakończenia	28
	WYCIECZKA nr 5 Jezioro Czorsztyńskie i Zamki nad Dunajcem	31
	WYCIECZKA nr 6 Z Czorsztyna do Czerwonego Klasztoru	34
	WYCIECZKA nr 7 Spływ Przełomem Dunajca	36
	WYCIECZKA nr 8 Ochotnica Dolna i Górna – w samym sercu Gorców	40
	WYCIECZKA nr 9 Pasma Lubania	46
	WYCIECZKA nr 10 Z Tylmanowej przez Górę Błyszcz do Krościenka	50
	WYCIECZKA nr 11 Pasma Gorca	52
	WYCIECZKA nr 12 Turbacz z Łopusznej	54
	WYCIECZKA nr 13 Z Obidowej do Ochotnicy przez Stare Wierchy i Turbacz	57
	WYCIECZKA nr 14 Rowerem przez Kotlinę Nowotarską	60
	WYCIECZKA nr 15 Najciekawsze miejsca Kotliny Nowotarskiej	62
	WYCIECZKA nr 16 Wokół Pienin Spiskich	67
	WYCIECZKA nr 17 Pieniny Spiskie na dwóch kółkach	70
	WYCIECZKA nr 18 Pieniny Spiskie z plecakiem	74
	WYCIECZKA nr 19 Pogórze Gliczarowskie – na granicy kultur i regionów	76
	WYCIECZKA nr 20 Pogórze Gliczarowskie i Magura Spiska na dwóch kółkach	80
	WYCIECZKA nr 21 Tatry z Palenicy Białczańskiej	82
	WYCIECZKA nr 22 Z Tylmanowej do Bukowiny Tatrzańskiej	83



Pieniny, Gorce, Spisz i Podhale

Charakterystyka obszaru

Pieniny, Gorce, Spisz, Podhale – region o wyjątkowej wartości przyrodniczej, walorach kulturowych i historycznych. Na niewielkim obszarze znajdują się trzy Parki Narodowe, unikatowe na skalę europejską przełomy rzek górskich, ruiny średniowiecznych zamków, pamiątki ginącej kultury pasterskiej oraz drewniane budownictwo sakralne. Bez względu na porę roku i zainteresowania, każdy znajdzie tu coś dla siebie.

Od wczesnej wiosny do późnej jesieni do dyspozycji turystów pozostają setki kilometrów szlaków górskich o zróżnicowanym stopniu trudności: Trzy Korony, Sokolica, Turbacz, Lubań... to tylko kilka z najbardziej popularnych celów wędrówek. Równie dużą popularnością cieszą się malownicze trasy rowerowe oraz konne, które oferują niezapomniane widoki na Tatry i okoliczne pasma górskie. Na turystów preferujących wypoczynek nad wodą czeka

Pienińskie Morze, czyli Jezioro Czorszyńskie, które można przemierzyć gondolą lub kajakiem. Niezapomnianych wrażeń dostarczy z pewnością spływ Dunajcem na flisackiej tratwie lub pontonie. Są tu miejsca przeznaczone do wspinaczki skałkowej, parki linowe, loty na paralołtni, quady, paintball, regionalne imprezy kulturalne...

Zimą na miłośników białego szaleństwa czekają nowoczesne stoki narciarskie, trasy biegowe, organizowane przejażdżki kuligiem i skutery śnieżne. Po trudach szusowania warto nabrać sił zażywając kąpeli w ciepłych źródłach, zlokalizowanych w Bukowinie Tatrzańskiej i Białce Tatrzańskiej.

Pieniny, Gorce, Spisz, Podhale. Tutaj na prawdę nie sposób się nudzić!

Zapraszamy przez cały rok!



WYCIECZKA nr 1

Krościenko nad Dunajcem

malownicza miejscowość na styku trzech pasm górskich

Krościenko nad Dunajcem leży na styku Pienin, Gorców i Beskidu Sądeckiego. Jego wizytówką jest malownicze centrum. Zabytkowy układ urbanistyczny ze zwartą, rozciągającą się wzdłuż ulic wylotowych zabudową, nadaje tej wypoczynkowej miejscowości uroczy, małomiasteczkowy charakter. W tej części przewodnika przedstawione zostały najciekawsze zakątki Krościenka oraz niezwykle atrakcyjna trasa prowadząca wzdłuż najsynniejszego polskiego przełomu. Obiekty znajdujące się na lewym brzegu Dunajca wygodniej jest zwiedzać pieszo. Do przemieszczania się po części prawobrzeżnej idealnie nadaje się rower.

A Spacer po lewobrzeżnej części Krościenka

Przebieg



Trasa:

Rynek • kościół pw. Wszystkich Świętych • Kopia Górka (476 m n.p.m.) • Kaplica św. Rocha • Galeria Sztuki Pienińskiej • Siedziba PPN • Wystawa przyrodnicza (ul. Potoczki 2) • Rynek 5 km 1:30 h

Opis trasy

1. Spacer najlepiej zacząć od zwiedzenia malowniczego krościeńskiego **Rynku**. Na środku placu znajduje się, utrzymany w stylu „pienińskim”, XIX-wieczny **ratusz**. Zainstalowany na budynku **infomat** oferuje darmowy dostęp do Internetu (jest to jedno z 3 takich urządzeń w gminie), a **tablica interaktywna** ułatwia uzyskanie informacji o lokalnych atrakcjach. To projekt Urzędu Gminy Krościenko, który zrealizowany został za pośrednictwem Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny”, dzięki dotacji ze środków Unii Europejskiej, przyznanej w ramach działania „Wdrażanie

Lokalnych Strategii Rozwoju”. Będąc na Rynku warto także zwrócić uwagę na położone wzdłuż południowej pierzei, zabytkowe domy mieszczkańskie z XIX wieku. Stylowa studnia, znajdująca się we wschodniej części, ma krótszą historię – powstała w 1998 roku. Podłączono do niej wodę z wypływającego w Pieninach źródła Ziemrożka.

2. Za najcenniejszy zabytek Krościenka uważany jest, znajdujący się tuż obok Rynku, **kościół pw. Wszystkich Świętych** z 1350 roku. Wewnątrz tej gotyckiej świątyni zobaczyć można, przedstawiającą





życie świętych, zabytkową polichromię z przełomu XIV i XV wieku. Na uwagę zasługują też XV-wieczna chrzcielnicza, podarowana przez króla Jana Olbrachta oraz znajdujący się na ołtarzu głównym obraz Matki Boskiej z Dzieciątkiem.

Na zwiedzanie warto umówić się telefonicznie (18-262-30-15).

3. Po wyjściu z kościoła docieramy do ronda. Oznaczenia czerwonego szlaku doprowadzą nas na Kopię Górkę (476 m n.p.m.), z której podziwiać można panoramę Krościenka. Wzniesienie to znane jest jednak z innego powodu - kojarzy się przede wszystkim z legendarnym **ks. Franciszkiem Blachnickim**, założycielem ruchu „Światło-Życie”. To właśnie z jego inicjatywy powstało tu okazałe **Centrum Oazowe na Kopiej Górcie** (ul. Kościuszki 28), w którym kilkakrotnie gościł biskup, a później kardynał **Karol Wojtyła**. Grób ks. Blachnickiego

znajduje się dziś w dolnej kaplicy nowego kościoła parafialnego. W 1995 roku rozpoczął się jego proces beatyfikacyjny.

4. Wracamy do ul. Jagiellońskiej i kierujemy się na zachód. Skracając w ul. Trzech Koron docieramy do najstarszej w Krościenku, pochodzącej z 1710 r., **kaplicy św. Rocha**. Mieszkańcy wzniesli ją w podzięce za ocalenie z epidemii dżumy.
5. Idąc dalej ulicą Trzech Koron dojdziemy do **Galerii Sztuki Pienińskiej**, znajdującej się w domu znanych krościeńskich artystów – państwa **Marii i Stanisława Czepielów** (budynek nr 22a). Wystawę, na której znalazły się m.in. instrumenty muzyczne, obrazy oraz góralskie gorsety, odwiedzać można od maja do września.
6. W siedzibie **Pienińskiego Parku Narodowego** przy ulicy u. Jagiellońskiej 107b obejrzeć można wystawę przyrodniczą: „Jak powstał współczesny krajobraz

Pienin, dlaczego i jak go chronimy” (bilety w cenie 2 zł).

7. Na końcu miejscowości, przy ul. Potoczki 2 (boczna Jagiellońskiej) mieści się wystawa uznanego **preparatora zwierząt – Tadeusza Olesia**, na której prezentowane są, wyglądające jak żywe: ryby, płazy, ptaki, gady i ssaki. Oprócz gatunków rodzimych znajdziemy tu także takie, które pochodzą

z najdalszych zakątków świata. Ekspozycje wzbogacają prace żony pana Tadeusza – ceniowej **haftarki Anny Oleś**.

Właściciele ekspozycji udostępniają ją za darmo. Na zwiedzanie dobrze jest umówić się telefonicznie (18-262-39-26).

Po obejrzeniu wystawy do centrum wracamy ulicą Jagiellońską.

Lecznice źródła i Góra Stajkowa

Przebieg



Trasa:

Rynek • Most na Dunajcu • Źródło „Maria” • Góra Stajkowa (723 m n.p.m.)

• Źródła „Stefan” i „Michalina” • Bulwary nad Dunajcem • Rynek

7,5 km

ok. 30 min

ok. 2:30 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy na **Rynku** [opis: Wycieczka nr 1A, str. 14]. Ścieżka rowerowa zaprowadzi nas do ronda, na którym skręcamy w prawo kierując się w stronę mostu na Dunajcu. Od tego momentu podążamy za oznaczeniami czerwonego szlaku pieszego.
2. Po przekroczeniu rzeki skręcamy w lewo, w ulicę Zdrojową, a następnie w prawo w ulicę Źródlaną, którą dotrzemy do niewielkiego skrzyżowania. Warto na moment opuścić szlak, udając się do słynącego z właściwości leczniczych, **mineralnego źródła Maria**. Wypływająca tam woda zawiera dwutlenek węgla i należy do grupy szczaw alkalicznych. Do samego ujęcia doprowadzą nas: wygodna droga i wyremontowane

dojście. Komfortowe ławeczki, stylowe murki, posadzki i schody, a także wyposażone w nowe pokrycie zadaszenie i witająca przybyłych ludowa rzeźba, zachęcają do zrobienia tu dłuższej przerwy. Obecny wygląd tego miejsca, to efekt rewitalizacji przeprowadzonej w 2011 roku. Inwestycja przygotowana przez Urząd Gminy Krościenko i zrealizowana za pośrednictwem Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny”, współfinansowana była ze środków Unii Europejskiej w ramach działania „Wdrażanie Lokalnych Strategii Rozwoju”.

3. Powracamy do skrzyżowania i skręcamy w prawo. Gruntowa droga wspina się teraz po zboczu **Góry Stajkowej**. Po



opuszczeniu wsi mijamy **wieżę RTV**. Oznaczenia czerwonego szlaku nie prowadzą przez wierzchołek. Żeby do niego dotrzeć musimy, po przejechaniu ok. 1,5 km od skrzyżowania, odbić w lewo. Z liczącego 723 m n.p.m. szczytu podziwiać można panoramę Krościenka wraz z Pieninami, Tatrami oraz Gorcami.

Różne koleje losu „Królewskiego Miasta”

Historia Krościenka nad Dunajcem sięga czasów średniowiecza. Bardzo prawdopodobnym jest, że wczesnemu osadnictwu sprzyjała biegnąca tędy Droga Królewska – „Via Regia”, która łączyła Kraków z węgierską Budą. Możliwe, iż już pod koniec XIII w. nad rzeką „Chrostonicą” (dzisiejszy potok Krośnica) osiedlali się rolnicy, którzy z mazołem karczowali gęstą, karpacką puszcę. Krościenko nie bez powodu szczyliło się mianem Królewskiego Miasta – akt lokacyjny nadany mu został przez samego króla Kazimierza Wielkiego, a miało to miejsce w 1348 r. Miejscowość utraciła prawa miejskie sześć wieków później – w 1932 roku. W latach 1973-1982 wchodziła w skład miasta Szczawnica-Krościenko. Od 1982 r. funkcjonuje już jako samodzielna jednostka administracyjna: Krościenko nad Dunajcem. Dziś, w tej uroczej miejscowości, położonej w słonecznej kotlinie i malowniczo otoczonej masywami Pienin, Gorców i Beskidu Sądeckiego, znajduje się siedziba gminy.

4. Wracamy do szlaku. Bardziej wprawieni rowerzyści oraz turyści piesi mają możliwość wydłużenia sobie trasy. Podążając w górę za czerwonymi oznaczeniami, dotrzeć można na Dzwonkówkę (982 m n.p.m.), do schroniska na Przehybie (1175 m n.p.m.), a nawet zdobyć najwyższy szczyt Beskidu Sądeckiego – Radziejową (1262 m n.p.m.).

Wybierając trasę podstawową należy skręcić w prawo i wrócić do Krościenka tą samą drogą, która zaprowadziła nas na szczyt.

5. Po dotarciu do miejscowości skręcamy w prawo w ulicę Karola Wojtyły – Papieża. Z prawej strony widzimy wyciąg narciarski „Stajkowa Ski” [więcej na str. 87]. Po pokonaniu 750 metrów docieramy do drogi prowadzącej do **leczniczych źródeł „Stefan” i „Michalina”**. Woda w obu ujęciach zawiera dwutlenek węgla i należy do grupy szczaw alkaliczno-słonnych. Źdroje, których właściwości odkryte zostały w XIX wieku, przez lata były bardzo zaniedbane. W 2010 roku doczekały się rewitalizacji, dzięki której przyciągają dziś zarówno mieszkańców, jak i licznych gości. Także ta inwestycja, przygotowana przez Urząd Gminy Krościenko, zrealizowana została za pośrednictwem Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny. Projekt współfinansowany był ze środków UE w ramach działania „Wdrażanie Lokalnych Strategii Rozwoju”.

6. Po opuszczeniu źródeł, ulicą Polną kierujemy się w stronę nadrzecznych terenów rekreacyjnych zwanych **Bulwarami nad Dunajcem**, gdzie można zaplanować kolejny postój. Do mostu zaprowadzi nas **ulica Zdrojowa**, przy której znajdują się ciekawe, drewniane budynki o konstrukcji zrębowej, tworzące **zabudowę przedwojennego uzdrowiska**. Wracając do centrum warto odwiedzić, mieszkanego przy ul. Zdrojowej 56, znanego pienińskiego artystę, muzyka i gawędziarza **Jana Kubika**.

Na spotkanie dobrze jest umówić się telefonicznie: 18-262-39-75.

Po przekroczeniu rzeki docieramy do miejsca, z którego rozpoczynaliśmy wycieczkę.



C Droga Pienińską do Czerwonego Klasztoru

Przebieg Trasa:

Krościenko nad Dunajcem • Szczawnica • (Droga Pienińska) • Czerwony Klasztor (Červený Kláštor) + powrót (propozycje powrotu opisane poniżej)

16 km ok. 1 h + powrót ok. 4 h + powrót

Powrót I Trasa:

Powrót **Drogą Pienińską** 16 km ok. 1 h ok. 4 h

Powrót II Trasa:

Przejsie do przystani w **Sromowcach Niżnych** (przez kładkę pieszo–rowerową nad **Dunajcem**) 1,5 km ok. 30 min

powrót **flisacką tratwą**. Uwaga: Tratwy kursują w sezonie (kwiecień – październik) wcześniej należy sprawdzić godzinę ostatniego kursu 17 km ok. 2:15 h

Opis trasy

1. Trasę rozpoczynamy na krościenkim **Rynku** [opis: Wycieczka nr 1A, str. 14]. Wygodna ścieżka pieszo-rowerowa doprowadzi nas przez rondo i most na Dunajcu do wylotowej ulicy Kozłeczyzna. Wzdłuż głównej drogi jest chodnik, którym bezpiecznie dotrzemy do Szczawnicy.
2. W **Szczawnicy** nadal korzystamy z chodnika, poprowadzonego równoległe do koryta Dunajca. Po odbiciu w prawo, w ul. Pienińską docieramy do czerwonych oznaczeń szlaku pieszego, a po chwili także do oznaczeń szlaku rowerowego. To one doprowadzą nas do celu.
3. Pojawienie się oznaczeń zwiastuje

początek najbardziej atrakcyjnego odcinka trasy. Przez niepowtarzalny **Przełom Dunajca** [opis: Wycieczka nr 7; str. 36] poprowadzi nas wijący się wzdłuż rzeki asfaltowy trakt, czyli **Droga Pienińska**. Obowiązujący tu zakaz ruchu samochodowego, czyni z szosy prawdziwy raj dla rowerzystów oraz piechurów. Większa część tej 9-kilometrowej trasy przebiega po stronie słowackiej, dlatego warto pamiętać o zabraniu ze sobą dokumentów uprawniających do przekroczenia granicy.

4. Celem wycieczki jest położony u ujścia Lipnika do Dunajca – **Czerwony Klasztor (Červený Kláštor)**. Nazwa miejscowości nawiązuje do najcenniejszego zabytków

słowackiej części Pienin – pięknie wkomponowanego w pejzaż gór, XIV-wiecznego **zespołu klasztornego**, z gotyckim **kościółem św. Antoniego**. Kompleks ufundowany przez węgierskiego magnata Kokosza Berzeviczego, w ramach pokuty otrzymanej za popełnione morderstwo, w przeszłości należał do dwóch zakonów: kartuzów, a następnie kamedułów. Obecnie mieści się tu muzeum.

Wstęp: dorośli – 3 €, seniorzy – 2 €, bilet rodzinny – 7 €, uczniowie i studenci – 1 €, dzieci do 6 lat – za darmo.

Obok swoją siedzibę ma dyrekcja słowackiego Pienińskiego Parku Narodowego. Czerwony Klasztor to dziś popularne centrum turystyczne, z licznymi punktami gastronomicznymi oraz stoiskami oferującymi pamiątki.



WYCIECZKA nr 2

Weekend z adrenaliną

Propozycja spędzenia czasu dla osób szukających mocnych wrażeń. Dwa dni wypełnione aktywnościami, które można ułożyć w dowolnej kolejności, uwzględniając własne zainteresowania i dostępny czas. Wśród propozycji wzięto pod uwagę najbardziej popularne punkty turystyczne oraz miejsca o bardziej rozrywkowym charakterze.

A Dzień 1 - „Na fali”

Jezioro Czorszyńskie i Przełom Dunajca sprawiają, że Pieniny, jak żadne inne góry w Polsce, doskonale nadają się do uprawiania sportów wodnych. W tej części przewodnika znalazły się propozycje przygotowane z myślą o miłośnikach wysokiego poziomu adrenaliny oraz osobach poszukujących niezapomnianych wrażeń.

Przebieg



Jezioro Czorszyńskie • Spływ Dunajcem • Park Rozrywki w Krościenku nad Dunajcem całodobowa

Opis trasy

1. Dzień rozpoczynamy spokojnie. Rejs po Jeziorze Czorszyńskim pozwoli oswoić się z wodnym żywiołem, z bliska przyjrzeć się pienińskiej przyrodzie oraz zaznajomić z historią tych ziem.

Gondole, którymi można wybrać się na przejażdżkę po całym jeziorze lub przepłynąć pomiędzy zamkami w Czorsztynie i Niedzicy, kursują od 1.V do 30.IX. W sezonie: od godz. 9.00 do 18.00; poza sezonem: od godz. 9.00 do 16.00.

[Opis zamków i Jeziora Czorszyńskiego: Wycieczka nr 5, str. 31].

2. Przełom Dunajca to krajobrazowa perła na skalę europejską i największa atrakcja regionu. Niezwykle popularne wśród turystów, kursy tratwami flisackimi, nie są jedynym sposobem pokonania Dunajca. Osobom, które chciałyby dobrze poznać rzekę i samodzielnie zmierzyć się z żywiołem, proponujemy przeżycie pasjonującej przygody, którą gwarantują spływy na pontonach lub kajakach. Pokonanie całej długości Przełomu między Sromowcami Wyżnymi a Krościenkiem zajmie nie więcej niż 2,5 godziny. Ten typ aktywności polecamy osobom potrafiącym pływać i obytym z wodą.



Należy pamiętać żeby na spływ zabrać stosowne ubranie. Najlepsze będą buty do brodenia w wodzie – takie jak na plażę, lub sandały. Okrycie wierzchnie i spodnie powinny być wykonane z materiałów szybkoschnących lub ortalionu, odradzamy dżinsy. Okulary dobrze jest przymocować sznurkiem.

Spływy organizuje kilka firm z okolicy. Rafting Dunajcem to niezapomniane chwile wśród zmieniających się jak w kalejdoskopie widoków, z dochodzącymi do 300 metrów skalnymi urwiskami, pośród których meandruje koryto rzeki [opis trasy: Wycieczka nr 7, str. 36].

3. Dla tych, którym nie dość mocnych wrażeń, mamy kolejną propozycję. Zachęcamy do zmierzenia się z własnymi słabościami na jednej z tras parku linowego. Osoby, które szukają rozrywki o trochę spokojniejszym charakterze, mogą zainteresować się grą

w minigolfa lub grą w kręgle. Wszystkie te atrakcje znajdziemy w Parku Rozrywki w Krościenku, niedaleko miejsca, gdzie kończy się spływ Dunajcem.



B Dzień 2 - „Pod wiatr”

Akweny wodne, to z pewnością wyróżnik Pienin. Jednak to wapienne skałki tworzą otoczenie, które nadaje im wyjątkowy charakter. Fantazyjne formy, kilkadziesiątmetrowe urwiska i przestrzeń ciągnących się po horyzont szczytów, z którymi koniecznie trzeba się zmierzyć.

Przebieg



Trzy Korony z Krościenka nad Dunajcem + sporty ekstremalne całodobowa

Opis trasy

1. Gdybyśmy mieli wskazać jedną trasę pozwalającą poznać specyfikę Pienin i nacieszyć oczy niezwykleymi krajobrazami, które ukoronują urlop, to wybór mógłby

być tylko jeden. Trzy Korony to symbol regionu i obowiązkowa pozycja każdego wypadu. Z Krościenka nad Dunajcem najszybciej dotrzemy tam szlakiem



żółtym. Trasa w jedną stronę nie powinna zająć więcej niż 2,5 h. Widoki są naprawdę niezapomniane.

Adrenalina na zboczach wulkanu

Wdżar, który leży w pasie przejściowym pomiędzy pasmami Gorców i Pienin, wyróżnia się wyjątkową w skali polskich Karpat konstrukcją geologiczną. Wzniesienie zbudowane jest z andezytu, czyli bardzo rzadkiej w tym rejonie skały pochodzenia magmowego. Przypuszcza się, że góra, której wizytówką jest także charakterystyczna stożkowa sylwetka, jest wygasłym wulkanem.

2. Jeżeli po zdobyciu Trzech Koron nadal będziecie czuć niedosyt górskich krajobrazów, to sygnal, że warto spojrzeć na okolicę z innej perspektywy. **Loty na parolotni w tandemie**, wyniosą poznanie gór na zupełnie nowy poziom. Jeśli na trasę górską wyruszycie w miarę wcześniej, to zorganizowanie dnia obfitującego w atrakcje nie powinno być problemem.

3. Osobom, które niezbyt dobrze znoszą latanie, ale lubią pęd powietrza i oderwanie się od codziennej rutyny, polecamy inną atrakcję. **Tory motocrossowe w Ochoćnicy Górnej i Krośnicy** czekają na miłośników motocykli oraz **quadów**.

4. Ciekawą propozycją spędzenia czasu w grupie są **rozgrywki paintball'owe**, które w otoczeniu górskiej, dzikiej przyrody nabierają zupełnie nowego, ekscytującego wymiaru.

5. Miejscem wartym odwiedzenia jest też leżąca na północ od Jeziora Czorsztyńskiego **Góra Wdżar**. Niewysokie

(767 m n.p.m.), kopulaste wzniesienie, oferuje wiele atrakcji dla spragnionych rozrywek turystów. Na zboczach szczytu znajduje się m.in. **saneczkowy tor typu roller coaster**, którym można pomknąć w dół stoku z prędkością bliską 40 km/h. Długość trasy wynosi 1000 m, a średnie nachylenie stoku to aż 12%, przy różnicy wzniesień 84 m.

Cena przejazdu na zjeźdźalni – 5 zł od osoby, cena wyciągu krzesłkowego – 6 zł.



Wdżar, z racji tego, że panują tu idealne warunki termiczne, stał się jednym z oficjalnych startowisk dla **paralotniarzy**.

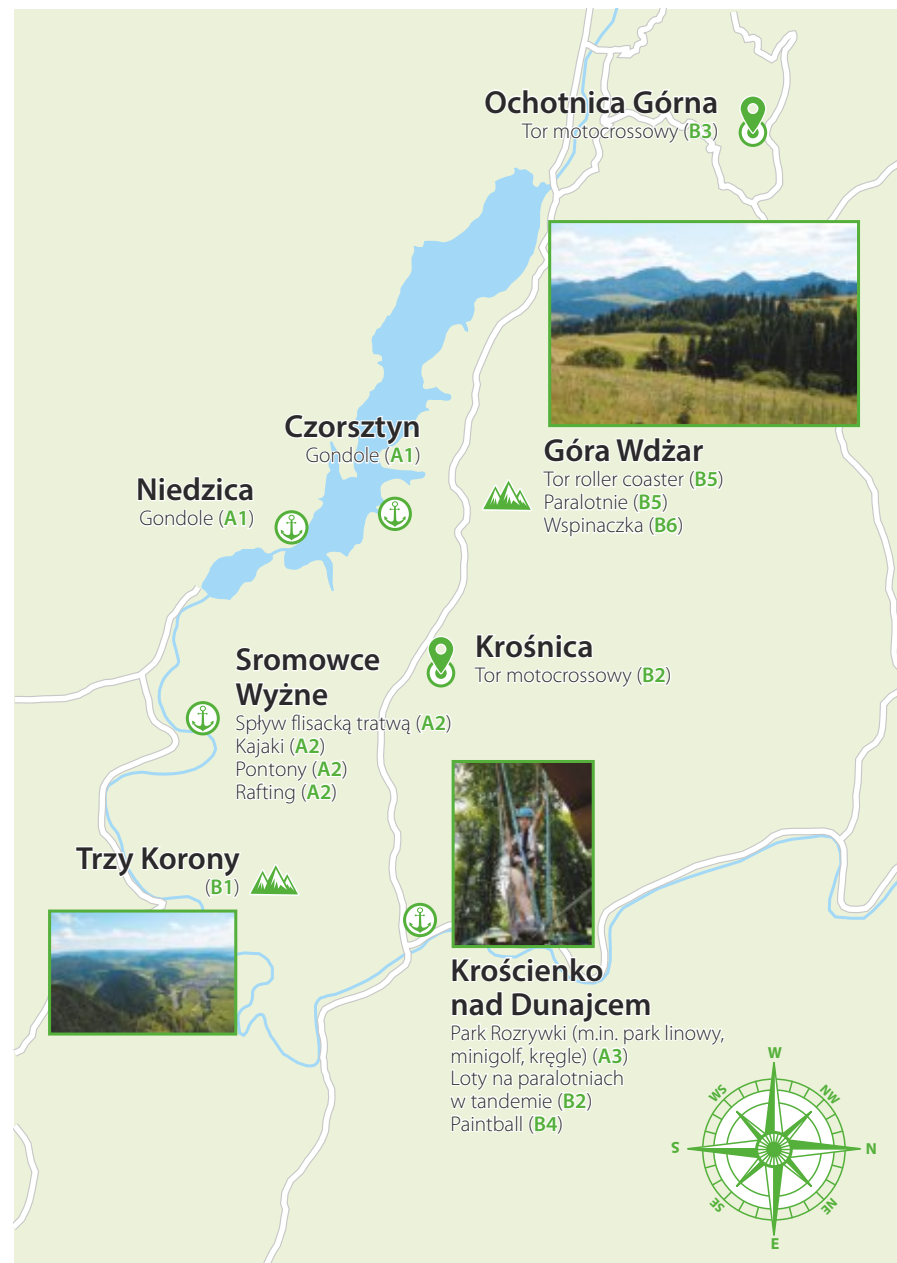
6. Pobliski **kamieniołom na Przełęczy Snozka** chętnie odwiedzany jest przez miłośników wspinaczki skałkowej. Znajdujące się tu ściany mają od kilkunastu do ponad dwudziestu metrów wysokości. Trasy wyposażone zostały w stałe punkty asekuracyjne.

Teren ten należy do właścicieli pobliskiego ośrodka narciarskiego Czorsztyn-Ski. Przed rozpoczęciem wspinaczki dobrze jest zapytać się ich o zgodę.



Anomalie magnetyczne

W dwóch miejscach w obrębie Góry Wdżar dochodzi do anomalii magnetycznej, polegającej na tym, że igła kompasu wychyla się nawet do położenia odwróconego. Zjawisko to związane jest z wulkanicznym pochodzeniem wzniesienia. Naukowcy, podejrzewają, że magnetyt tkwiący w skale zapamiętał namagnesowanie Ziemi istniejące w momencie zastygnięcia magmy, które różniło się od obecnego. Inna teoria mówi, że to skutek uderzenia pioruna.



WYCIECZKA nr 3

Sokolica z Krościenka

Górska pętla zaczynająca się i kończąca w Krościenku nad Dunajcem, która prowadzi przez najważniejsze szczyty Pieninek, czyli wzniesień będących częścią Pienin Właściwych. Polecana osobom, które chciałyby poznać prawdziwy charakter tego wyjątkowego pasma, ale nie mogą sobie pozwolić na dłuższą wędrówkę.

Przebieg



Trasa:



Krościenko nad Dunajcem • Przełęcz Sosnów (650 m n.p.m.) • Sokolica (747 m n.p.m.)

• Czertezik (772 m n.p.m.) • Toporzyskovo • Krościenko nad Dunajcem

ok. 7 km ok. 3 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w centrum Krościenka. Podążając **ulicą św. Kingi** za zielonymi oznaczeniami szlaku turystycznego, docieramy do małej **kapliczki** poświęconej tejże patronce. Data jej powstania nie jest znana. Legenda głosi, że została ona zbudowana w miejscu, gdzie św. Kinga przekroczyła Dunajec uciekając przed Tatarami.

2. Zielony szlak prowadzi nas do **Przełęczy Sosnów** (650 m n.p.m.). Stąd już niedaleko do jednego z najbardziej znanych pienięskich szczytów – **Sokolicy** (747 m n.p.m.). Dojdziemy do niej niebieskim szlakiem, zwanym **Sokolą Percią**. Ze wzniesienia, które od południowej strony kończy się opadającą w kierunku rzeki, stromą 310-metrową ścianą, roztacza się zapierający dech w piersiach widok na przełom Dunajca oraz Małe Pieniny, Magurę Spiską, Tatry

Bielskie i Tatry Wysokie. Nieodczynnym elementem pejzażu są relikwowe sosny. Najstarsza spośród nich ma ok. 500 lat! Wstęp na szczyt jest płatny (**normalny: 5 zł; ulgowy: 2,5 zł**), a zakupiony bilet uprawnia także do wejścia tego samego dnia na Trzy Korony oraz na Zamek Czorsztyński.

3. Sokolą Percią wracamy do Przełęczy Sosnów. Dalej szlak prowadzi przez długi i wąski szczyt **Czertezika** (772 m n.p.m.), gdzie znajduje się punkt widokowy, z którego podziwiać można przełom Dunajca.

4. Wybieramy zielony szlak, który doprowadzi nas do Krościenka nad Dunajcem. Będąc już w miejscowości warto odwiedzić **Galerię Sztuki Pienińskiej** oraz zatrzymać się na moment przy **kaplicy św. Rocha** [opis: Wycieczka nr 1A, str. 16].



WYCIECZKA nr 4

Trzy Korony i... dwa zakończenia

Wycieczka górską prowadząca przez najbardziej malownicze szczyty Pienin, z Sokolicą i Trzema Koronami na czele. Proponujemy 2 alternatywne wersje powrotu do Krościenka nad Dunajcem.

Przebieg ★★★ Trasa:

Krościenko nad Dunajcem • Przełęcz Sosnów (650 m n.p.m.) • Sokolica (747 m n.p.m.) • Góra Zamkowa (799 m n.p.m.) • Trzy Korony (982 m n.p.m.) • Przełęcz Szopka (779 m n.p.m.) + powrót (propozycje powrotu opisane poniżej)

ok. 9,5 km ok. 4:05 h + powrót

Opis trasy

1. Odcinek Krościenko nad Dunajcem – Czertezik [opis: Wycieczka nr 3, str. 26].

2. Po minięciu Czertezia (774 m n.p.m.) kierujemy się na zachód podążając za oznaczeniami niebieskiego szlaku. Ta część Sokolej Perci prowadzi skalistą granią **Ociemnego Wierchu**, miejscami widoczne są ekspozycje.

3. Niebieski trakt zatacza koło, prowadząc do ruin starej warowni, znajdujących się na szczycie **Góry Zamkowej** (799 m n.p.m.). **Pieniński Zamek** powstał w XIII wieku i jest jednym z najwyżej położonych tego typu obiektów w Polsce. W pobliskiej sztucznej grocie znajduje się **figurka św. Kingi**. Raz w roku odprawiane jest tu uroczyste nabożeństwo.

4. Przez grzbiet **Ostrego Wierchu** (851 m n.p.m.) i **Przełęcz Niedźwiadki** (899 m n.p.m.) docieramy do **Okrąglicy** (982 m n.p.m.) – szczytu będącego kulminacją masywu **Trzech Koron** i najwyższym wzniesieniem **Pienin Właściwych**. Z platformy widokowej (w sezonie letnim

wstęp na nią jest płatny) podziwiać można panoramę, którą zalicza się do najpiękniejszych w polskich górach. Dobrze widoczny jest Przełom Dunajca, a niezwykły pejzaż dopełniają szczyty: Pienin, Tatr, Gorców, Beskidu Sądeckiego i Magury Spiskiej. Przy lepszej pogodzie dostrzeżemy też masyw Babiej Góry.

5. Niebieski szlak doprowadzi nas do **Przełęczy Szopka** (779 m n.p.m.), gdzie łączą się najważniejsze pienińskie szlaki. Proponujemy wybór jednej z dwóch opcji powrotu.

Powrót I ★★★ Trasa:

Krościenko nad Dunajcem

3,5 km ok. 1 h

Do Krościenka nad Dunajcem wracamy żółtym szlakiem. Po drodze warto odwiedzić **Galerię Sztuki Pienińskiej** oraz zatrzymać się na moment przy **kaplicy św. Rocha** [opis: Wycieczka nr 1A, str. 16].



Powrót II



Trasa:

Sromowce Wyżne-Kąty (przystań flisacka) 4,5 km ok. 1:15 h

Spływ Dunajcem do Krościenka

23 km ok. 2:45 h

Niebieskim szlakiem docieramy do przełęczy **Trzy Kopce** (795 m n.p.m.), a następnie czerwonym schodzimy do przystani flisackiej w **Sromowcach Wyżnych-Kątach**. Niewątpliwą atrakcją będzie **spływ Dunajcem do Krościenka** [opis: Wycieczka nr 7, str. 36]. Wybierając tę opcję warto upewnić się do której godziny kursują tratwy oraz odpowiednio wcześniej wyruszyć w trasę.

Skąd wzięły się nazwy pienińskich szczytów

Z nazwami szczytów, przez które prowadzi trasa, wiąże się pewna legenda. Dwa z nich mają być grobowcami Czerteża i Czertezika – synów króla Pienin. Bracia zostali podstępnie zabici, gdy na polecenia ojca szli do króla Lubania prosić o przybycie z odsieczą. Władca oprócz synów, miał jeszcze córkę – uroczą Sokolicę. Pewnego dnia, gdy odwiedzała ona mogiły swych braci, podszedł do niej zły czarodziej, dotknął różdżką i wypowiedział zaklęcie "Stań tu i na wieki będziesz stała". Jak łatwo się domyślić, Sokolica zamieniona została w skałę.

Dlaczego powstał Pieniński Zamek

Jedna z legend głosi, że otoczoną stromymi zboczami budowlę, wznosił Bolesław Wstydlawy, dla swej żony Kingi. Późniejsza święta miała się tu chronić przed najazdem Tatarów.



WYCIECZKA nr 5

Jeziro Czorsztyńskie i Zamki nad Dunajcem

Wycieczka krajoznawcza, podczas której można poznać piękne Jezioro Czorsztyńskie oraz dwa, znajdujące się na przeciwnych brzegach Dunajca zamki, z którymi związana jest bogata historia i liczne legendy. W sezonie trasę między warowniami warto pokonać gondolą. Przez cały rok korzystać można z drogi okrążającej zbiornik.

Przebieg



Niedzica os. Zamek (Zamek Dunajec i okolice) • Czorsztyń (Zamek Czorsztyń)

Opcje transportu

Trasa: lub

I. **W sezonie: (1.V - 30.IX):** rejs przez Jezioro Czorsztyńskie ok. 1,5 km

II. **Przez cały rok:** droga przez Sromowce Wyżne ok. 11,5 km

Opis trasy

1. Trasę rozpoczynamy w miejscowości **Niedzica os. Zamek**. To tutaj znajduje się pochodzący z początków XIV wieku **Zamek Dunajec**. Jego geneza – podobnie jak i znajdującego się po drugiej stronie Zamku Czorsztyń – związana jest z umacnianiem średniowiecznego szlaku handlowego prowadzącego z Polski na Węgry. W granicach Polski warownia znalazła się dopiero w 1920 r., na skutek zmian, jakie dokonały się po I wojnie światowej. Zamek jest zamieszkały nieprzerwanie od momentu powstania. Przez większość swojej historii pozostawał w rękach rodów węgierskich i chorwackich. Malownicza twierdza służyła za plenery filmowe dla takich produkcji, jak: Wakacje z duchami, czy serial Janosik. Dziś znajduje się tam muzeum prezentujące wnętrza z XVI-XIX w. Nieopodal zamku stoi piętrowy **Spichlerz** z XVIII w., będący jedynym tego typu obiektem na Podtatrze. W budynku znajduje się stała

wystawa „Sztuka Ludowa Spisza”, na której można zobaczyć m.in. zegary spiskie z XIX i XX wieku, maszyny ludowe oraz kapliczki nadrzeczne.

Muzeum – Zespół Zamkowy w Niedzicy (Zamek, Spichlerz, Wozownia): w sezonie (01.05 – 30.09) czynne jest codziennie, w godz. od 9 do 19 (kasa czynna do 18:30); poza sezonem we wszystkie dni, z wyjątkiem niedziel i świąt, w godz. od 9 do 16 (kasa czynna do 15:30). Bilet do Zamku uprawnia także do wstępu do Wozowni (czas zwiedzania: ok. 1:30 h). **Żeby zwiedzić Spichlerz (czynny w okresie letnim, czas zwiedzania: ok. 20 min.) należy nabyć osobny bilet. Informacje o aktualnym cenniku uzyskać można pod nr tel.: +48 18 262 94 89 oraz +48 18 262 94 73 lub na stronie: www.shs.pl.**



Skarb Inków w Niedzicy

W 1946 roku spod schodów niedzickiego zamku wydobyto ołowianą tubę z węzłowym pismem Inków – kipu. Na trzech złotych blaszkach znajdowały się napisy: Titicaca, Vigo oraz Dunajecz, mające wskazywać miejsca ukrycia legendarnego skarbu Indian. Skąd Inkowie w Niedzicy? Według przekazów historycznych jeden z potomków dawnych właścicieli zamku – Sebastian Berzeviczy podczas swoich licznych podróży odwiedził również Amerykę, gdzie miał poślubić pochodzącą ze szlacheckiego rodu Indiankę. Z tego związku narodziła się dziewczynka o imieniu Umina, która w dorosłym życiu związała się z bratankiem przywódcy powstania antyhiszpańskiego Tupac Amaru II. Po śmierci ostatniego władcy Inków, Umina znalazła się w śmiertelnym niebezpieczeństwie, jej mąż stał się bowiem ostatnim

spadkobiercą inkaskiego imperium. Sebastian postanowił wywieźć rodzinę do Europy. Niestety agenci hiszpańscy dopadli rodzinę i tutaj. We Włoszech zginął mąż Uminy, a sama księżniczka została zaszytletowana na dziedzińcu zamku w Niedzicy. Ostatnim spadkobiercą inkaskiego skarbu został Antonio – wnuk Sebastiana. Berzeviczy postanowił oddać go na wychowanie do spokrewnionej rodziny Beneszów z Moraw. Sam skarb w porozumieniu ze starszą Inków miał zostać ukryty gdzieś w okolicach zamku. Tyle legenda... Jaka jest prawda? Nigdy możemy się jej nie dowiedzieć. Andrzej Benesz, odkrywca kipu i w prostej linii potomek Antoniego, zginął w wypadku samochodowym. Inkaskie kipu bezpowrotnie zaginęło.

2. Nieopodal zamku zobaczyć można **najwyższą w Polsce zaporę ziemną**. Licząca 56 m wysokości i 404 m długości tama powstała w celu obniżenia kulminacji powodziowych i zwiększenia przepływu minimalnych na Dunajcu i Wiśle oraz wykorzystania potencjału energetycznego rzeki. Warto spacerować się znajdującą się na jej powierzchni promenadą, która otwarta jest od świtu do zmierzchu. Roztacza się z niej wyjątkowy widok na jezioro oraz okoliczne wzgórza. Na tamtejszym chodniku zobaczymy 34-metrowe **malowidło przestrzenne „Moc Żywiołów”**, obrazujące zapadniętą strukturę zalewaną wodospadami. U podnóża tamy znajduje się **pawilon wystawowy**. Udostępnione do zwiedzania zostały pomieszczenia technologiczne elektrowni wodnej wraz z urządzeniami do produkcji prądu, a także podziemny tunel

– galeria kontrolna zapory poprowadzona w skale, 50 m pod wodą i nasypem. Wewnątrz znajduje się również ekspozycja przedstawiająca historię tamy oraz znalezione na terenie pozalewowym zabytki archeologiczne.

Więcej informacji uzyskać można pod nr tel. 519-337-106 oraz w recepcji Hotelu Pieniny tel. 18-262-93-83.

3. Po drugiej stronie rzeki na urwistej skarpie, ok. 1350 r. Polacy zbudowali **Zamek Czorsztyn**. W przeciwieństwie do opisanego wcześniej Dunajca, twierdza nie zachowała się w tak dobrym stanie – co nie znaczy, że nie jest warta odwiedzenia. Wprost przeciwnie! Z jej murów roztacza się niezapomniany widok na Tatry, a burzliwa historia tego miejsca jest równie ciekawa jak sąsiedniej twierdzy. Czorsztyn wielokrotnie zmieniał

właścicieli i był narażony na ataki obcych wojsk. Z tego miejsca na ostatnią wyprawę wojenną ruszał król Władysław Warneńczyk, tutaj schronił się przed Szwedami Jan Kazimierz, również w XVII wieku twierdza stała się siedzibą ludowego powstania dowodzonego przez Aleksandra Kostkę-Napierskiego. Po pożarze, który wybuchł od uderzenia pioruna w 1790 r., Czorsztyn nigdy nie odzyskał już swojej świetności. Latem najlepiej dostać się do zamku wybierając

rejs gondolą z Niedzicy. W pozostałych miesiącach na drugi brzeg przejedziemy malowniczą drogą wijącą się pomiędzy pienińskimi szczytami.

Zwiedzanie w sezonie (1.05 – 30.09) codziennie w godz. od 9.00 do 18.00; poza sezonem w godz. od 10.00 do 15.00 z wyjątkiem poniedziałków, a także niektórych świąt: 1.01, 1.11, 25 i 26.12 oraz Wielkanocy. Ceny biletów: normalny - 5,00 zł, ulgowy - 2,50 zł.



WYCIECZKA nr 6

Z Czorsztyna do Czerwonego Klasztoru

Wycieczka łącząca miejscowości z piękną historią i wyjątkowymi zabytkami. Trasa z polskiego Czorsztyna do słowackiego Czerwonego Klasztoru wiedzie przez malowniczą halę i uroczy wąwóz. Warto nadłożyć trochę drogi, by na okolicę spojrzeć z najwyższego szczytu Pienin Właściwych.

Przebieg



Trasa:

Zamek Czorsztyn • Trzy Korony (982 m n.p.m.) • Czerwony Klasztor (Červený Kláštor)

ok. 12,5 km ok. 4:15 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w **Czorsztynie** – miejscowości leżącej nad malowniczym Jeziorem Czorsztyńskim. Po zwiedzeniu ruin średniowiecznego zamku [opis: Wycieczka nr 5, str. 32] kierujemy się zielonymi, a potem niebieskimi oznaczeniami szlaku turystycznego.
2. Zanim na dobre zaczniemy się wspinać, warto odwiedzić położony na skraju wsi **pawilon PPN**. Możemy tam zaczerpnąć informacji o regionie oraz obejrzeć niewielką wystawę.
3. Po opuszczeniu Czorsztyna wchodzimy na rozległą **Halę Majerz**. To miejsce wyjątkowe ze względu na piękne widoki oraz tzw. **kulturowy wypas owiec** (obarczony licznymi ograniczeniami wypasu na terenach Parku Narodowego).
4. Po dotarciu na **Przełęcz Osice** (668 m n.p.m.) możemy na chwilę zejść ze szlaku, by odwiedzić uznaną za rezerwat folkloru pienińskiego – wieś **Hałuszowa** (warte uwagi są: tradycyjne góralskie

budynki oraz wotywna kapliczka św. Sebastiana i Floriana z 1710 r.)

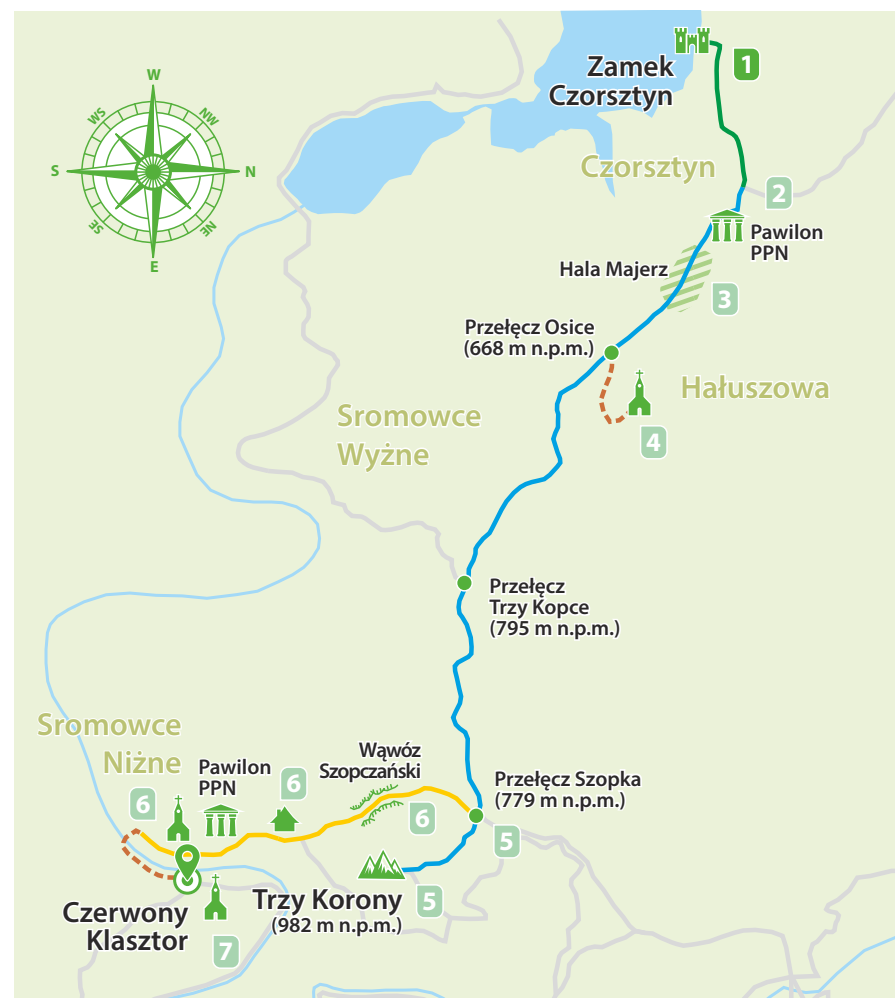
5. Niebieskie znaki zaprowadzą nas na **Przełęcz Szopka** (779 m n.p.m.), gdzie łączą się najważniejsze z pienińskich szlaków. Stąd już tylko kilometr do najwyższego wzniesienia tego pasma – **Okraglicy** (982 m n.p.m.) będącej kulminacją słynnego **masywu Trzech Koron** [opis: Wycieczka nr 4, str. 28].
6. Po zdobyciu szczytu wracamy do Przełęcz Szopka i wybieramy żółty szlak do **Sromowiec Niżnych**, który prowadzi przez wijący się między stromymi ścianami wapieni, malowniczy **Wąwóz Szopczański**. Po drodze warto zatrzymać się w **Schronisku Trzy Korony** oraz wstąpić do **pawilonu wystawowego PPN**. Najcenniejszym zabytkiem Sromowiec Niżnych jest **XVI-wieczny kościółek pw. św. Katarzyny**. W obiekcie, który znajduje się na Szlaku Architektury Drewnianej, od 2010 roku mieści się galeria rzeźby i malarstwa prezentująca prace lokalnych twórców.



Galeria otwarta jest w okresie letnim, kontakt pod nr tel. 18-2628650 lub 18-2629943.

Zabytkowe wyposażenie dawnej świątyni (tryptyk z XV w. i drewniana chrzcielnica z XVI w.) trafiło do nowego kościoła parafialnego.

7. Korzystając z **pieszo-rowerowej kładki na Dunajcu** docieramy do słowackiej miejscowości **Czerwony Klasztor** (Červený Kláštor), gdzie znajduje się słynny XIV-wieczny zespół klasztorny. [opis: Wycieczka nr 1C, str. 20]. Tam kończymy naszą wycieczkę.



WYCIECZKA nr 7

Spyw Przełomem Dunajca

Być w tym pięknym zakątku Polski i nie zobaczyć najbardziej malowniczego przełomu górskiego w kraju, to jakby w ogóle nie poznać Pienin. Dunajec to prawdziwy Harnaś wśród rzek, każdy kto choć raz zobaczy jego meandrujące pośród białych, wapiennych skał wody, z pewnością będzie chciał tu wrócić.

Przebieg

Trasa: ■■■

Sromowce Wyżne - Kąty • Krościenko nad Dunajcem 📍 23 km 🕒 2:45 h

lub Sromowce Niżne • Krościenko nad Dunajcem 📍 17 km 🕒 2:15 h

Trasa: [opis: Wycieczka 1C, str. 20]

Opis trasy

1. Spyw najlepiej zacząć w miejscowości **Sromowce Wyżne-Kąty** – znajduje się tutaj przystań, z której wypływają flisackie tratwy. Nieopodal jest parking oraz kioski z pamiątkami, restauracja i kasy biletowe. Przed spływem warto odwiedzić znajdujący się obok **pawilon wystawowy Pienińskiego Parku Narodowego**, z punktem informacji turystycznej oraz darmową wystawą na temat Pienin. Tratwy flisaków odpływają po zebraniu się minimalnego stanu, czyli 10 osób. W przypadku mniejszej ilości chętnych, warunkiem wypłynięcia łodzi jest opłacenie podstawowego kosztu. Taki rejs jest bardzo bezpieczny, jednak na życzenie uczestników można wypożyczyć kapoki.

Sezon trwa od 1 kwietnia do 31 października. Spływy odbywają się codziennie, za wyjątkiem pierwszego dnia Świąt Wielkanocnych i Bożego Ciała. Kasy biletowe czynne są w godzinach: od 9.00 do 16.00 (kwiecień); od 8.30 do

17.00 (maj – sierpień); od 8.30 do 16.00 (wrzesień); od 9.00 do 15.00 (październik). Cena: 54 zł + 4 zł (karta wstępu do Pienińskiego Parku Narodowego).

2. Z przystani flisackiej wyruszamy w niezwykłą podróż. Przez większość trasy spływ prowadzi wzdłuż granicy polsko – słowackiej, którą ustanowiono na rzece. Po lewej stronie wznosi się **Macelowa Góra** (795 m n.p.m.) u podnóża, której Dunajec odłonił zbudowaną z wapieni **Białą Skałę**, wznoszącą się niemal na wysokość 600 m n.p.m. Mijamy znajdujący się po słowackiej stronie cypel Upranek i **Sromowce Średnie**.

3. Wkrótce Dunajec dzieli się na dwa koryta, tworząc wyspę o długości ok. 2km. Granica państwa biegnie lewym, my wpływamy na prawe, które rzeka wytyczyła podczas powodzi w 1934 r. Przez dłuższy czas przebywać będziemy na terenie Słowacji. Po minięciu wyspy

wpływamy do pięknej wsi letniskowej **Sromowce Niżne** [opis: Wycieczka 6, str. 34] (gdzie znajduje się druga przystań) zaś na prawym brzegu pojawiają się zabudowania słowackiej wsi **Czerwony Klasztor** z zabytkowym klasztorem kartuzów i kamedułów z XIV wieku. [opis: Wycieczka 1C, str. 20] Można się do niego dostać ze Sromowiec przez wiszącą nad Dunajcem kładkę.

4. Przed nami roztacza się teraz widok na najpiękniejszy i najwyższy szczyt Pienin Właściwych – **Trzy Korony** (982 m n.p.m.) [opis: Wycieczka nr. 4, str. 28]. Wapienne skały są rozpoznawalne już z daleka. Tworzą one charakterystyczne stożki, od których wzięła się nazwa góry. W ich sąsiedztwie zaczyna się właściwy Przełom

Dunajca, który meandrując między skałami tworzy siedem pętli.

Przełom był kiedyś dłuższy

Przez wiele lat spływ Dunajcem zaczynał się spod Zielonych Skałek w Czorsztynie. W związku z budową zapory na Dunajcu, trasę spływu skrócono o 6,5 km, a przystań flisacką przeniesiono na dzisiejsze miejsce do Sromowiec Wyżnych-Kątów. Dawny Czorsztyń jest obecnie pogrążony w wodach Jeziora Czorsztyńskiego.

5. Wpływamy teraz na przewężenie zwane **Zbójnickim Skokiem** - najwyższy punkt w całym Przełomie. Według legendy w tym miejscu Janosik uciekł węgierskim



żandarmom przeskakując na drugą stronę rzeki. Flisacy na pewno wskażą miejsce, w którym podobno nadal widoczne są odciski kierpców słynnego zbójnika.

6. Dunajec opływa teraz **Górze Klejową**, a przed nami wylania się masyw **Golicy**, na jej zboczach widać **Siedmiu Mnichów**, czyli charakterystyczne skały w kształcie kapturów, których wysokość dochodzi nawet do 80 metrów. Według legendy są to zaklęci w kamień grzeszni zakonnicy z Czerwonego Klasztoru, którzy mieli wybierać się do mniszek mieszkających po drugiej stronie rzeki. Za zakrętem wyrasta **Skała Facimiech**, w której rozpoznać można postać mniszki i orła.



Jak powstał Przełom Dunajca?

Powstanie Przełomu Dunajca jest przedmiotem wielu sporów naukowych. Jak to zwykle bywa najciekawsze są jednak podania ludowe. Jedna z legend twierdzi, że drogę pomiędzy wapiennymi skałami wyrąbał Dunajcowi król Bolesław Chrobry, wyposażony jedynie w rękawice i miecz. Inna z legend mówi o znanym rycerzu Ferkowiczu ścigającym króla wężów. Złośliwy gad uciekając przed rycerzem, miał upaść wprost na pienińskie skały i wyrąbać swym cielskiem wąwóz, wytarczając tym samym drogę rzecze.

7. Zza kolejnego zakrętu wylaniają się fantazyjne formy skalne: **Wilcza Skała**, Głowa z Cukru oraz nazywana Matką Pienin – **Sokolica** (747 m n.p.m.) z charakterystyczną sosną na wierzchołku,

która stanowi jeden z najbardziej rozpoznawalnych motywów fotograficznych regionu. [Opis: Wycieczka nr 3, str. 26].

8. Po minięciu Sokolicy wpływamy na tzw. **Bystry Prąd**. Przed nami wyrasta samotna skała, po słowacku zwana **Osobitą** a po polsku określana jako **Sama Jedna**. Znajduje się tu najgłębsze miejsce całego Przełomu tzw. **Loch**. Po pokonaniu kolejnego łuku, widzimy słowacką przystań flisacką, w tym miejscu kończy się granica obu państw, którą dotąd wyznaczał Dunajec. Przed nami jeszcze kamienne wrota Przełomu Dunajca, tworzone przez znajdującą się po lewej stronie **Hukową Skałę** oraz po prawej **Białą Skałę**. Po chwili dopływamy do **Szczawnicy**.

9. Spływ kontynuujemy jeszcze przez 5 kilometrów. Rzeka wyznacza teraz granicę między Pieninami a Beskidem Sądeckim. Przed nami, na środku Dunajca wyrasta skałka **Kotuńka**. Ludowa legenda głosi, że diabeł chciał ją roztrzaskać Zamek Pieniński, w którym schroniła się św. Kinga, jednak nadchodzący dzień odebrał czartowi moc i kamień wpadł do rzeki. Po minięciu przystani ładunkowej w przysiółku **Piaski**, pokonujemy łagodny zakręt Dunajca i dopływamy do przystani końcowej w **Krościenku**. Równoległe do trasa spływu poprowadzona została wygodna ścieżka pieszo-rowerowa [opis: Wycieczka 1C, str. 20].



WYCIEZKA nr 8

Ochotnica Dolna i Górna – w samym sercu Gorców

Wycieczka krajoznawcza, prezentująca okolice Ochotnicy Dolnej i Ochotnicy Górnej. Atrakcje rozproszone są na dużej przestrzeni, dlatego na poznanie tych gorczańskich miejscowości warto przeznaczyć co najmniej dwa dni.

A Z Ochotnicy Dolnej do Ochotnicy Górnej

Trasa prowadząca z Ochotnicy Dolnej do Ochotnicy Górnej przez Pasma Lubania, która przygotowana została z myślą o miłośnikach długich, górskich wędrówek. Dodatkową atrakcją może być nocleg w klimatycznej Gorczańskiej Chacie.

Przebieg



Trasa:



Centrum **Ochotnicy Dolnej** • Skrzyżowanie pod **Lubaniem** (1074 m n.p.m.)

• **Studzionki** • **Ochotnica Górna os. Zawady** • **Gorczańska Chata**

📍 22 km 🕒 8 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w **Ochotnicy Dolnej** – uroczej wsi leżącej w dolinie potoku o tej samej nazwie, pomiędzy pasmami: Lubania oraz Gorca. Miejscowość jest wyjątkowa z kilku powodów. Była pierwszą w polskich Beskidach wsią lokowaną na prawie wołoskim (1416 r.), a dziś wraz z Ochotnicą Górną oraz licznymi przysiółkami ma aż 20 kilometrów długości i uchodzi za najdłuższą wieś w Polsce. Będąc w centrum miejscowości, warto zajrzeć do otoczonego wiekowymi lipami, drewnianego **kościółka Znalezienia Krzyża Św.** z 1816 roku. Cenne wyposażenie świątyni – barokowe ołtarze, ambona i dwa dzwony – pochodzą ze skasowanego kościoła i klasztoru franciszkanów w Starym Sączu. Naprzeciw

kościółka znajduje się pomnik upamiętniający najtragiczniejsze wydarzenie w dziejach wsi tzw. **"Krwawą Wigilię"**. 22 grudnia 1944 roku do Ochotnicy Dolnej przyjechała grupa żołnierzy niemieckich, którzy zaczęli rabować wioskę. W obronie mieszkańców stanął oddział radzieckich partyzantów, który zaatakował Niemców. Na drugi dzień, w ramach odwetu, esesmani pozbawili życia 56 osób. Postument upamiętniający to wydarzenie przedstawia Marię Kawalec, która została zastrzelona przez nazistów podczas ucieczki. W centrum wsi znajduje się **infomat** oferujący darmowy dostęp do Internetu (projekt Urzędu Gminy Ochotnica Dolna zrealizowany został za pośrednictwem Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania



„Gorce-Pieniny”). Lokalizacja wsi sprawia, że jest to idealnym punktem wypadowym w Gorce.

2. Podążamy w górę za niebieskimi oznaczeniami szlaku turystycznego, zostawiając za sobą centrum wsi. Po wspięciu się na grań, dochodzimy do skrzyżowania. Tam skręcamy w prawo, wybierając szlak czerwony.

3. Turystyczny trakt doprowadzi nas do **Studzionek** – sielankowego przysiółka Ochotnicy Górnej, który znajduje się w połowie drogi między Lubaniem a Turbaczem. Otwiera się stąd atrakcyjny widok na Tatry, Pieniny Spiskie, Podhale oraz Jezioro Czorszyńskie. W Studzionkach mieści się skansen etnograficzny, w skład którego wchodzi: **dom-muzeum, drewniana kaplica oraz kuźnia.**

Skansen ma charakter prywatny i udostępniany jest do zwiedzania tylko wtedy, gdy właściciele są na miejscu.

4. Po zwiedzeniu Studzionek opuszczamy szlak wybierając stromą asfaltową drogę, która schodzi do **os. Czepiele** w Ochotnicy Górnej.

5. Osobom, które nade wszystko cenią sobie górską atmosferę, polecieć można nocleg w pobliskim schronisku studenckim – niezwykle klimatycznej **Gorczańskiej Chacie**. Obiekt, który jest ciekawym przykładem tradycyjnego budownictwa drewnianego, oferuje łącznie 48 miejsc w trzech dużych i jednej nieco mniejszej sali. Trasa do schroniska nie jest zbyt wymagająca. Należy najpierw dotrzeć do **os. Zawady** w Ochotnicy Górnej, gdzie zaczyna się żółty szlak. Stąd mamy do pokonania odcinek liczący 3 km (zmotoryzowani mogą sobie skrócić wędrówkę dojeżdżając do przysiółka Jamne). Od miejsca, gdzie szlak opuszcza asfalt, odbijając w leśną dróżkę, zaczyna się bardzo przyjemna trasa w cieniu drzew. Dotarcie do parkingu do schroniska nie powinno zająć więcej niż 30 minut.

W sezonie (lipiec-wrzesień) chata czynna jest przez cały tydzień. Poza sezonem – jedynie w weekendy (od późnego popołudnia w piątek, do popołudnia w niedzielę). Ze sobą należy zabrać śpiwór oraz wcześniej zaopatrzyć się w jedzenie (do dyspozycji gości jest „chatkowa” kuchnia).

miejsce Panie z Koła Gospodyń Wiejskich. Następnie twórcy ludowi prezentują tajniki ręcznego wytwarzania unikatowych produktów. Chętni – pod czujnym okiem artystów – mogą też sami spróbować swoich sił w któreś z dziedzin sztuki. Spotkanie kończy konferencja odbywająca się w kaplicy, która dotyczy turystyki, twórców ludowych oraz problemów, z jakimi przychodzi się zmierzyć osobom krzewiącym kulturę i promującą tradycję.

Spacer z historią w tle

Wycieczka do miejsc oznaczonych historią, podczas której w trzech lokalizacjach znajdziemy sporo ciekawostek z okresu II wojny światowej. Ze względu na odległości, do przemieszczania się pomiędzy poszczególnymi atrakcjami przyda się samochód lub rower.

Przebieg



Trasa:

Kurnytowa Koliba • ścieżka **GPN „Dolina Potoku Jaszczce”** (miejsce katastrofy samolotu)

• **Wiejski Dom Kultury w Ochotnicy Górnej** (wystawa „Lotnicze ślady w Gorcach”)

14 km

11 km

Opis trasy

1. Wyruszamy z centrum **Ochotnicy Górnej** i kierujemy się na zachód w stronę przysiółka Forędówka. Tam rozpoczynamy spacer, którego celem jest jeden z najstarszych budynków w miejscowości – **Kurnytowa Koliba**. Ten dwuizbowy dom o konstrukcji zrębowej i jętkowym dachu krytym gontem jest świetnym przykładem tradycyjnej architektury drewnianej. Budowla wzniesiona została w 1839 roku, o czym świadczy napis znajdujący się na nadprożu. Kurnytowa Koliba, to miejsce ciekawe także z innego powodu. Jesienią 1944 budynek był siedzibą IV Batalionu I Pułku Strzelców Podhalańskich pod dowództwem kpt. Juliana Zapały – „Lamparta” jednego z najbardziej zasłużonych partyzantów gorczańskich. Obiekt znajduje się na polanie powyżej, leżącego w zachodniej części Ochotnicy Górnej, przysiółka Forędówka. Dojście od drogi asfaltowej zajmuje około 40 minut. Należy iść wzdłuż potoku, na drugim rozstaju skręcić w prawo.

2. Do następnego miejsca najszybciej dotrzemy samochodem lub rowerem.

Tradycyjne budownictwo wołoskie

W gminie Ochotnica Dolna zachowało się wiele zabytków tradycyjnego budownictwa drewnianego. Przykłady góralskich chat można odnaleźć w osiedlach: Gardonie, Kapłony i w Potoku Lubańskim. Są tu m.in. stodoły z nadwieszonymi dachami i bogato malowanym mszeniem (uszczelnieniami między belkami konstrukcji zrębowej). Najstarszą chałupą o pierwotnym góralsko-wołoskim charakterze jest, pochodzący z ok. 1790 roku, dawny dom rodziny Krzyśko, znajdujący się w osiedlu Chrycyki, w Potoku Gorcowe.

Najpierw wracamy do skrzyżowania z drogą główną, gdzie skręcamy w lewo. Po pokonaniu ok. 4 km ponownie skręcamy w lewo, kierując się w stronę przysiółka Jaszczce Duże. Tam zaczyna się znakowana **ścieżka GPN „Dolina Potoku Jaszczce.”** Na ośmiokilometrowej, górskiej pętli (różnica wzniesień wynosi 400 m.), rozmieszczono 13 przystanków przyrodniczo-historycznych. Szlak prowadzi do **miejsca katastrofy amerykańskiego bombowca z II wojny światowej.**



Majowe święto z twórcami ludowymi

1 maja w Studzionkach odbywa się cykliczna impreza „Spotkanie Na Szlaku Twórców Ludowych Łuku Polskich Karpat”. Biorą w niej udział ludzie kultury, twórcy ludowi oraz samorządowcy. Spotkanie zaczyna się uroczystą mszą świętą, po której przybyli goście gromadzą się przy ognisku, by wziąć udział w wyjątkowej degustacji przepysznych potraw: kwaśnicy, grochu z fasolą, kołoca, bunca, bryndzy, ciasta, chleba ze skwarkami i innych specjalów przygotowanych przez



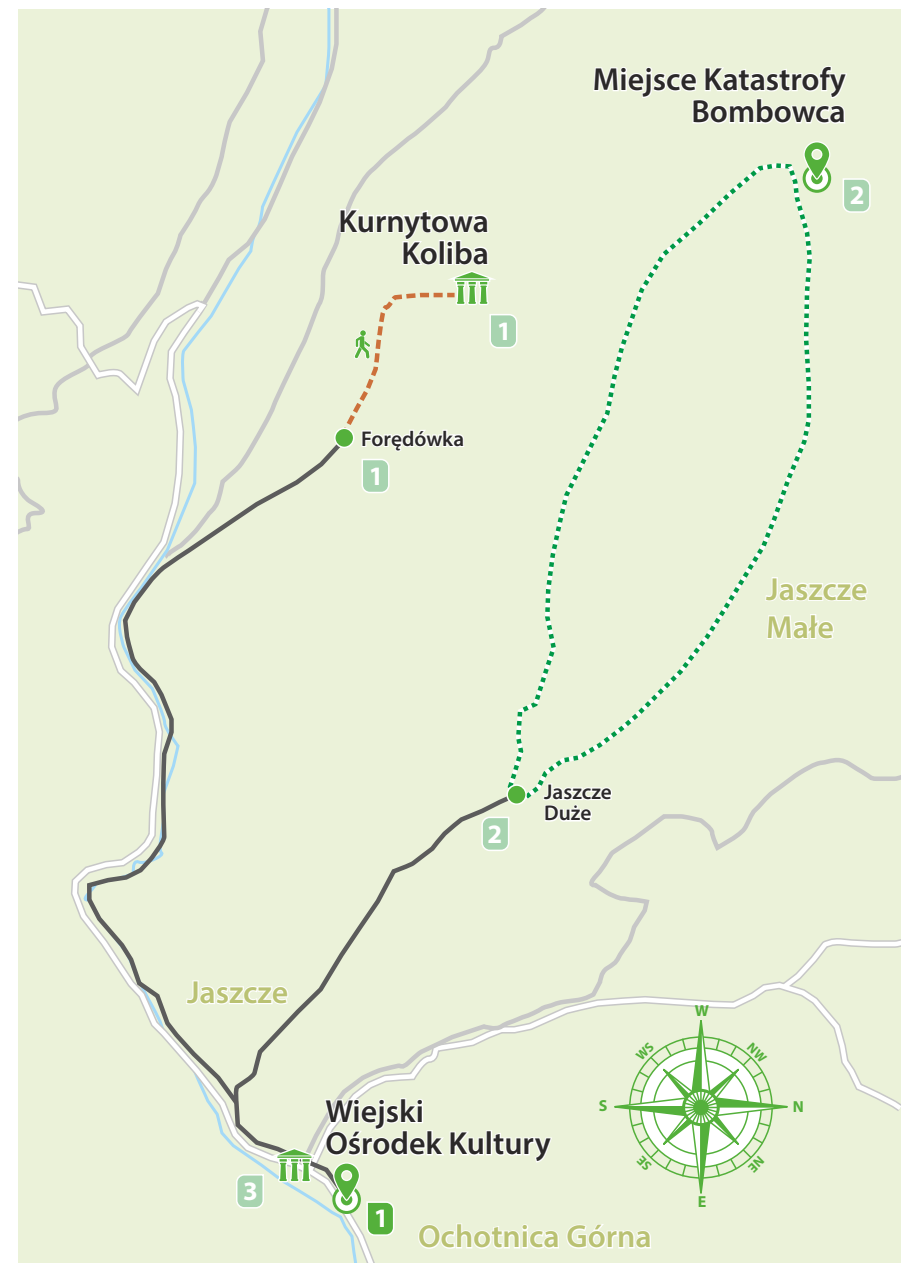
18 grudnia 1944 roku na Przełęczy Pańska Przehybka nad **przysiółkiem Jaszczce Małe** w Ochołnicy Górnej rozbił się amerykański samolot bombowy B-24 Liberator. Dziewięciu z dziesięciu członków załogi przeżyło katastrofę i zostało odnalezionych przez oddział AK. Dzięki pomocy ze strony partyzantów, uratowanym Amerykanom udało się wyjść cało z licznych opresji i wrócić do ojczyzny. Na miejscu katastrofy stoi dziś niewielki pomnik ułożony z fragmentów kadłuba samolotu. Na trasie znalazły się też przystanki poświęcone historii osadnictwa, tradycyjnym szalaszom oraz gorczańskiej florze i faunie. Nie zabrakło także miejsc oferujących atrakcyjne widoki. Pokonanie całej pętli może zająć od 4 do 6 godzin.

3. Po przejściu ścieżki GPN, wracamy do drogi głównej i skręcamy w lewo. Zaraz za skrzyżowaniem znajduje się **Wiejski**

Ośrodek Kultury w Ochołnicy Górnej.

Osoby, które zainteresowały się historią załogi amerykańskiego bombowca, mogą zasięgnąć dodatkowych informacji odwiedzając stałą wystawę **"Lotnicze ślady w Gorcach"**. Oprócz zachowanych fragmentów Liberatora, w Ośrodku eksponowane są szczątki innych maszyn, które rozbiły się w okolicy. W pogłębieniu wiedzy pomogą również zgromadzone modele samolotów oraz plansze przybliżające działania zbrojne prowadzone na tym terenie w czasie II wojny światowej. Ciekawym dopełnieniem wystawy jest cykl akwreli przedstawiających początki lotnictwa w dawnej Galicji. W budynku znajduje się również wystawa etnograficzna z repliką chałupy z przełomu XIX i XX wieku.

Wiejski Ośrodek Kultury w Ochołnicy Górnej czynny jest codziennie w godz. 16:00 – 22:00.



WYCIECZKA nr 9

Pasma Lubania

Typowa wycieczka górską na jeden z najciekawszych szczytów **Gorców**, łączący 3 okolice gminy: **Czorsztyn**, **Krościenko nad Dunajcem** i **Ochotnicę Dolną**. Duża ilość szlaków turystycznych pozwala dowolnie zaplanować wędrówkę.

A Wyjście z Tylmanowej

Przebieg



Trasa:

Tylmanowa • Kalwaria Tylmanowska • Lubań • powrót tą samą trasą

ok. 14 km ok 5 h

Opis trasy

1. Przechodząc przez **Tylmanową** warto zatrzymać się przy drewnianym **kościółku pw. św. Mikołaja**, który znajduje się w centrum miejscowości. Obiekt wzniesiony w 1756 roku jest budowlą jednonawową z jednokalenicowym dachem krytym blachą. W środku znajduje się barokowy ołtarz z obrazem Matki Boskiej Częstochowskiej.

2. Wejście na szlak zielony znajduje się na końcu wsi, w miejscu w którym potok Ochotnica wpada do Dunajca. Po

pokonaniu kilkudziesięciu metrów maszerujemy już zboczem **Wzgórza Baszta** (540 m n.p.m.), na którym znajduje się **Kalwaria Tylmanowska** – zespół rzeźb sakralnych autorstwa ludowego artysty Tomasza Zabrzeckiego. Miejsce to przyciąga walorami widokowymi i nastraja refleksyjnie. Dalsza wędrówka odbywa się przez las.

3. Po około 2,5 h dochodzimy do **Polany Czerteż**, a po kolejnych 15 minutach trawersujemy szczyt **Pasterski Wierch** (1100 m n.p.m.). Przed nami jeszcze około 1,5 h wspinaczki na Lubań. Po dojściu do skrzyżowania ze szlakiem czerwonym skręcamy w prawo.

4. Cechą, która wyróżnia **Lubań** jest posiadanie dwóch wierzchołków. Wschodni jest wyższy (1225 m n.p.m.), lecz zalesiony i brak z niego widoków. Zachodni (1211 m n.p.m.) słynie z pięknych panoram: Tatr, Beskidów, Pienin oraz pobliskiej Góry Wdżar (767 m n.p.m.). Nieco poniżej wierzchołka na

Piknik na samym szczycie

Raz do roku – w sierpniu – Lubań staje się miejscem wyjątkowego wydarzenia. Od 2011 roku Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny” organizuje tam „Piknik rodzinny na Lubaniu” – imprezę integracyjną, połączoną z mszą świętą. Mimo iż wejście na szczyt wymaga pewnego wysiłku, piknik z roku na rok cieszy się coraz większą popularnością, zarówno wśród okolicznych mieszkańców, jak i turystów.



murowanym postumencie umieszczono w 2004 roku **Krzyż Papieski**. Pomiędzy kulminacjami znajduje się rozległa polana Wierch Lubania, z której szlaki prowadzą do Krościenka (szlak czerwony na wschód), Grywałdu (zielony na południe) oraz Ochotnicy Dolnej (niebieski na zachód, a później na południe). W przyszości osoby odwiedzające Lubań, będą

mogły skorzystać z oferty schroniska turystycznego. Pierwszy tego typu obiekt zniszczony został w latach 40. przez nazistów, gmach odbudowany po wojnie, spłonął w latach 70. na skutek wypadku.

5. Do Tylmanowej wracamy tą samą drogą. Możemy też wybrać, któreś z zejść opisanych przy opcjach B, C lub D.

Wyjście z Ochotnicy Dolnej

Przebieg



Trasa:

Ochotnica Dolna • Lubań • Ochotnica Dolna

ok. 14,5 km ok 5 h

Opis trasy

1. Szlak ma swój początek nieopodal budynku szkoły w **Ochotnicy Dolnej**, przy którym stoi **pomnik** upamiętniający ofiary "Krwawej Wigilii". Droga prowadzi obok **Kościółka pw. Znalezienia Krzyża Świętego** [opis: [Wycieczka nr. 8, str. 40](#)], a następnie kamienistą drogą międzyplotami.

2. Po około 1,5 h wędrówki dochodzimy do

rozległej **polany Zmulisko** ulokowanej niedaleko przysiółka Cyrhla. Warto zatrzymać się na dłużej w tym malowniczym miejscu, gdyż to ostatnia panorama przed podejściem na Lubań.

3. Po osiągnięciu szczytu wracamy tą samą trasą lub wybieramy któreś z zejść opisanych w punktach: A, C lub D.



C Wyjście z Grywałdu

Przebieg



Trasa:

Grywałd • Lubań • Krościenko nad Dunajcem

ok. 16 km ok 5:15 h

Opis trasy

1. Najcenniejszym zabytkiem miejscowości jest pochodzący z XV wieku **drewniany kościół św. Marcina**. Świątynia, która jest jedną z mniejszych na Podhalu, wyróżnia się nietypową w tym regionie architekturą. Wewnątrz znajdują się cenne polichromie z XVII wieku oraz ołtarz z gotyckim tryptykiem i obrazem św. Marcina na koniu.
2. Szlak zielony rozpoczyna się w centrum wsi, niedaleko przystanku autobusowego.

Początkowo prowadzi przez malownicze pola by następnie skręcić w las.

3. Wędrówkę przez las umilają niewielkie polanki przy szczycie **Gronik** (777 m n.p.m.), Pisarzowa i Skałki. Na ostatniej z nich – **Polanie Wyrobki** – znajdują się **ruiny bacówki PTTK**, która spłonęła w 1978 r. Po kilkunastu minutach dojdziemy do polany Wierch Lubania.
4. Ciekawą opcją jest zejście do **Krościenka nad Dunajcem** [opis: Wycieczka nr. 1, str. 14].

D Wyjście z Krośnicy

Przebieg



Trasa:

Krośnica • Wdżar • Lubań • powrót tą samą trasą

ok. 12 km ok 4 h

Opis trasy

1. Jedno z popularnych wejść na Lubań zaczyna się niedaleko miejscowości **Krośnica**. Po dotarciu do niebieskiego szlaku wędrujemy połą drogą prowadzącą obok góry Wdżar [opis: Wycieczka nr. 2, str. 24]. Podobno trasę tą w sposób szczególny upodobał sobie Karol Wojtyła. W znajdującym się na zboczu, starym kamieniołomie, przed laty odprawił on mszę świętą dla grup oazowych. W miejscu tym, zwanym dziś **Wąwozem Papieskim**, istnieje **ścieżka edukacyjno-przyrodnicza**. Wyjątkowy

klimat panujący w wąwozie i niespotykany krajobraz wyrobiska są gwarancją niezapomnianych wrażeń.

2. Po północnej stronie góry znajduje się szerokie siodło – **Przełęcz Drzyślawa** (650 m n.p.m.). Ponoć mieszkańcy Krośnicy chowali w tym miejscu swoich strzygoni, czyli osoby podejrzane o bycie wampirami. Trasa prowadzi początkowo połą drogą, by po minięciu ostatnich brzożowo-modrzewiowych zagajników rozpocząć strome podejście przez las.

3. Po około półtoragodzinnej wędrówce dochodzimy do **Polany Wyrobki**. Z tego miejsca mamy już tylko 15 minut drogi do szczytu Lubania.

4. Wracamy tą samą drogą, lub wybieramy którąś z opcji opisanych w punktach A, B lub C.



WYCIECZKA nr 10

Z Tylmanowej przez Górę Błyszcz do Krościenka

Wędrówka malowniczymi ścieżkami Beskidu Sądeckiego, podczas której na Gorce oraz Pieniny spojrzemy z nieco innej perspektywy. Trasa prowadzi z Tylmanowej przez Górę Błyszcz, na której Karol Wojtyła odprawiał msze dla grup oazowych, do Krościenka nad Dunajcem.

Przebieg



Trasa:



Tylmanowa • Góra Błyszcz (945 m n.p.m.) • Dzwonkówka (983 m n.p.m.) • Krościenko nad Dunajcem



15 km



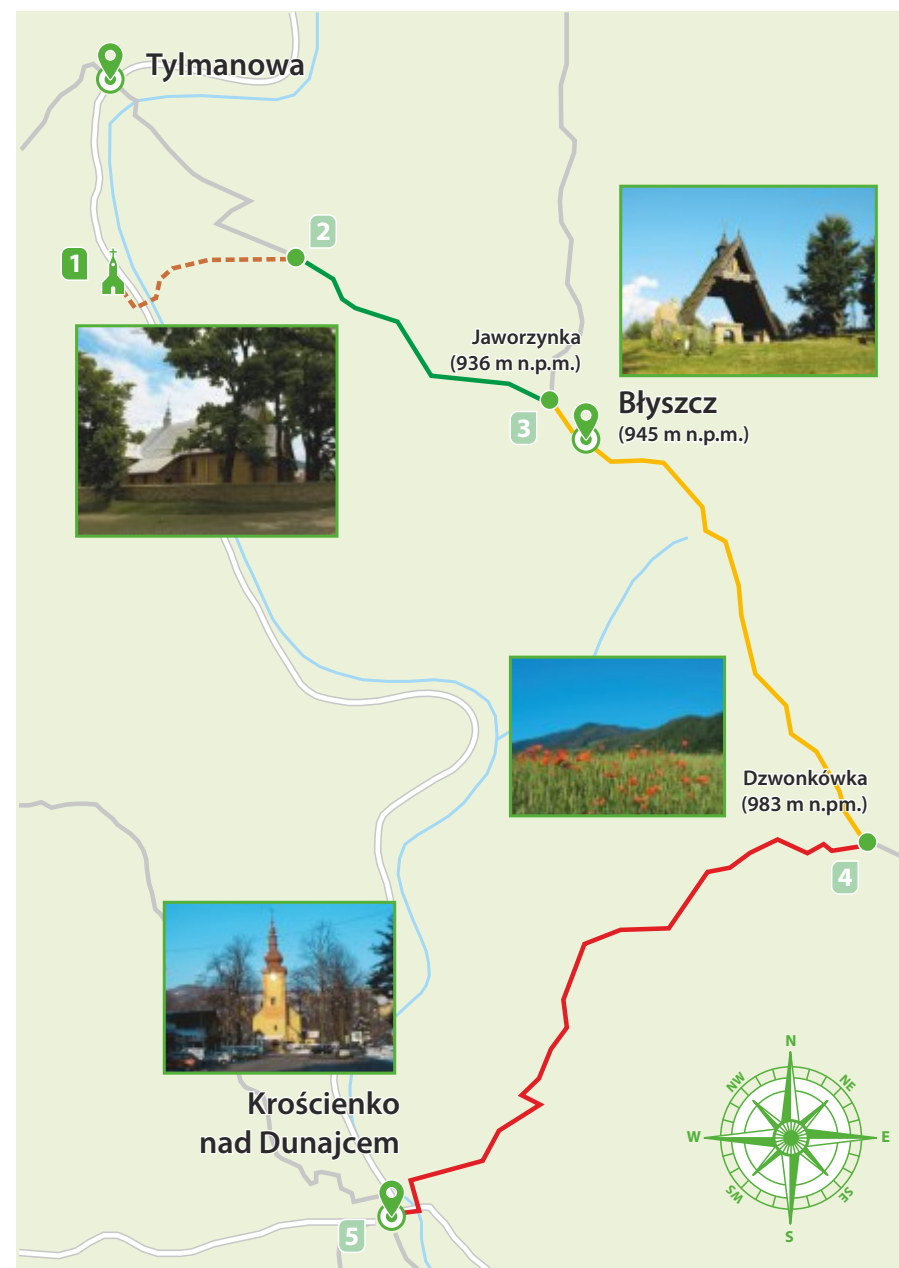
5 h

Opis trasy

1. Ruszamy spod zabytkowego XVIII-wiecznego kościoła pw. św. Mikołaja w centrum wsi Tylmanowa [więcej: Wycieczka nr 9, str. 46]. Po chwili dochodzimy do przystanku autobusowego, skąd kierujemy się do najbliższego mostu na Dunajcu. Po przejściu na drugi brzeg, docieramy do osiedla Grzebaki. Tam wybieramy drogę prowadzącą w stronę gór. Po minięciu osiedla Brzezie, dochodzimy do zielonego szlaku.
2. Od tego miejsca rozpoczynamy wspinaczkę, która wkrótce dostarczy nam niezapomnianych widoków. Na północy rozpościera się panorama Beskidu Wyspowego ze szczytami Modyń i Mogielnica oraz Pogórza Rożnowskiego. Na zachodzie dominują Gorce z pierwszoplanowym Lubaniem, a dalej Gorcem i Kudłoniem. Zaś na południu ostrymi grzaniami czarują Tatry, przed którymi chylą się Pieniny, z położonym u ich podnóża Krościenkiem.
3. Po około 1.30 h wędrówki docieramy do grzbietu Jaworzynki (936 m n.p.m.), skąd otwiera się panorama Kotliny Sądeckiej.

Okolo 5 minut zajmie nam dotarcie do szczytu Błyszcz (945 m n.p.m.) gdzie na niewielkiej polance stoi pomnik upamiętniający Jana Pawła II, który będąc jeszcze kardynałem odprawiał w tym miejscu msze święte dla grup oazowych. Ołtarz, na którym znajduje się również popiersie słynnego Polaka, został ufundowany w 2000 roku przez dwóch mieszkańców Tylmanowej.

4. Wędrówkę kontynuujemy szlakiem żółtym, który zaprowadzi nas na Dzwonkówkę (983 m n.p.m.). Nazwa tego szczytu zdradza jego pasterską przeszłość. Na kilku tutejszych polanach wypasano niegdyś owce. Zwierzętom wieszano na szyjach dzwoneczki, których dźwięk niósł się po okolicy. Po dojściu do rozwidlenia szlaków, skręcamy w prawo, podążając za czerwonymi oznaczeniami.
5. Schodzimy do Krościenka nad Dunajcem. Na początku miejscowości warto nieznacznie odbić ze szlaku, by udać się do słynącego z właściwości leczniczych, mineralnego źródła Maria [opis: Wycieczka 1B, str. 17].



WYCIECZKA nr 11

Pasma Gorca

Trasa w kształcie zamkniętej pętli na jeden z najciekawszych szczytów gorczańskich – Gorc. Wycieczkę rozpoczynamy i kończymy we wsi Ochotnica Dolna.

Przebieg



Trasa:



Ochotnica Dolna • Przysiółek Młynne • Przełęcz Wierch Młynne • Gorc

• Ochotnica Dolna 15 km 5:30 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w centrum **Ochotnicy Dolnej**, tuż przy Urzędzie Gminy, skąd prowadzi szlak niebieski. Kierujemy się na północ, zgodnie z oznaczeniami, a potem dalej, wzdłuż asfaltu w stronę **przysiółka Młynne** (można też zrezygnować z tego etapu, dojeżdżając samochodem do kolonii **Chrobaki**). Nazwa przysiółka związana jest z historią Jana Jaworskiego, który w XVIII wieku dostał przywilej na prowadzenie w tym miejscu młyna. U wylotu potoku Młynne do dziś stoi **murowana kapliczka** upamiętniająca potężną powódź, podczas której zagrożone były okoliczne zabudowania. Kapliczka wskazuje poziom, jaki wówczas osiągnęła woda i jest dziełem młynarza wdzięcznego za uratowanie dobytku. Będąc w tej części wsi, warto zajrzeć do gospodarstwa pana Mazurka, w którym znajduje się **zespół zabytkowych młynów**.
2. Po minięciu **przysiółka Wierch Młynne** wędrujemy jeszcze chwilę wzdłuż brzegu lasu i osiągamy przełęcz o tej samej nazwie. Odbijamy teraz w lewo **na pomarańczowy szlak konny**. Przemie-

rzając gorczańskie polany wspinamy się na szczyt **Wierch Lelonek** (955 m n.p.m.) – w gwarze zwrot ten oznacza młodego jelonka. Po kilkunastu minutach dochodzimy do szlaku niebieskiego – to znak, że zbliżamy się do **Gorca** (1228 m n.p.m.). Nazwa wzniesienia, podobnie jak i całego pasma, pochodzi od słowa gorzeć i związana jest z wypalaniem lasów pod polany pasterskie.

3. Po zdobyciu szczytu wybieramy szlak niebieski, a po 10 minutach odbijamy w lewo na zielony. Doprowadzi on nas do malowniczych **Hal Gorcowskich**, na których w lipcu i sierpniu działa studencka baza namiotowa. Roztacza się stąd rozległa panorama na: Jaworzynę Krynicką i Pasma Radziejowej w Beskidzie Sądeckim, Lubań, Magurę Spiską oraz Tatry. Na końcu polany mijamy murowaną kapliczkę Matki Bolesnej, którą w 2002 roku z okazji Międzynarodowego Roku Gór i Gorców wzniesli mieszkańcy przysiółka Gorc.
4. Kulminacją rozległych polan jest szczyt **Jaworzynka Gorcowska** (1047 m n.p.m.) przez górali zwana Piorunowcem. Jej

potoczna nazwa wzięła się stąd, że w 1927 roku w stojący tu szalaz uderzył piorun zabijając trzy osoby. Wędrowkę kontynuujemy szlakiem zielonym, który doprowadzi nas aż do osiedla Chryczki,

gdzie na skrzyżowaniu z drogą główną należy skrócić w lewo. Po pokonaniu kilometra, wracamy do miejsca, z którego zaczęliśmy trasę.



WYCIECZKA nr 12

Turbacz z Łopusznej

Jeden z najciekawszych sposobów zdobycia najwyższego szczytu Gorców. Na szlaku odwiedzimy wysoko położone przysiółki, będziemy mieli okazję podziwiać niezapomniane widoki na Tatry i elementy kultury góralskiej. Trasa ma kształt pętli rozpoczynającej i kończącej się w Łopusznej.

Przebieg



Trasa:

Łopuszna • Polana Wisielakówka • Kaplica Papieska na Polanie Rusnakowej
• Schronisko na Turbaczu • Turbacz (1310 m n.p.m.) • Kiczora • Łopuszna

20 km 7 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w **Łopusznej** [opis: Wycieczka nr 15 str. 66]. 500 metrów za mostem na Dunajcu znajdziemy szlak, który prowadzi do schroniska na Turbaczu. Przechodzimy przez wieś, kierując się jego niebieskimi oznaczeniami.

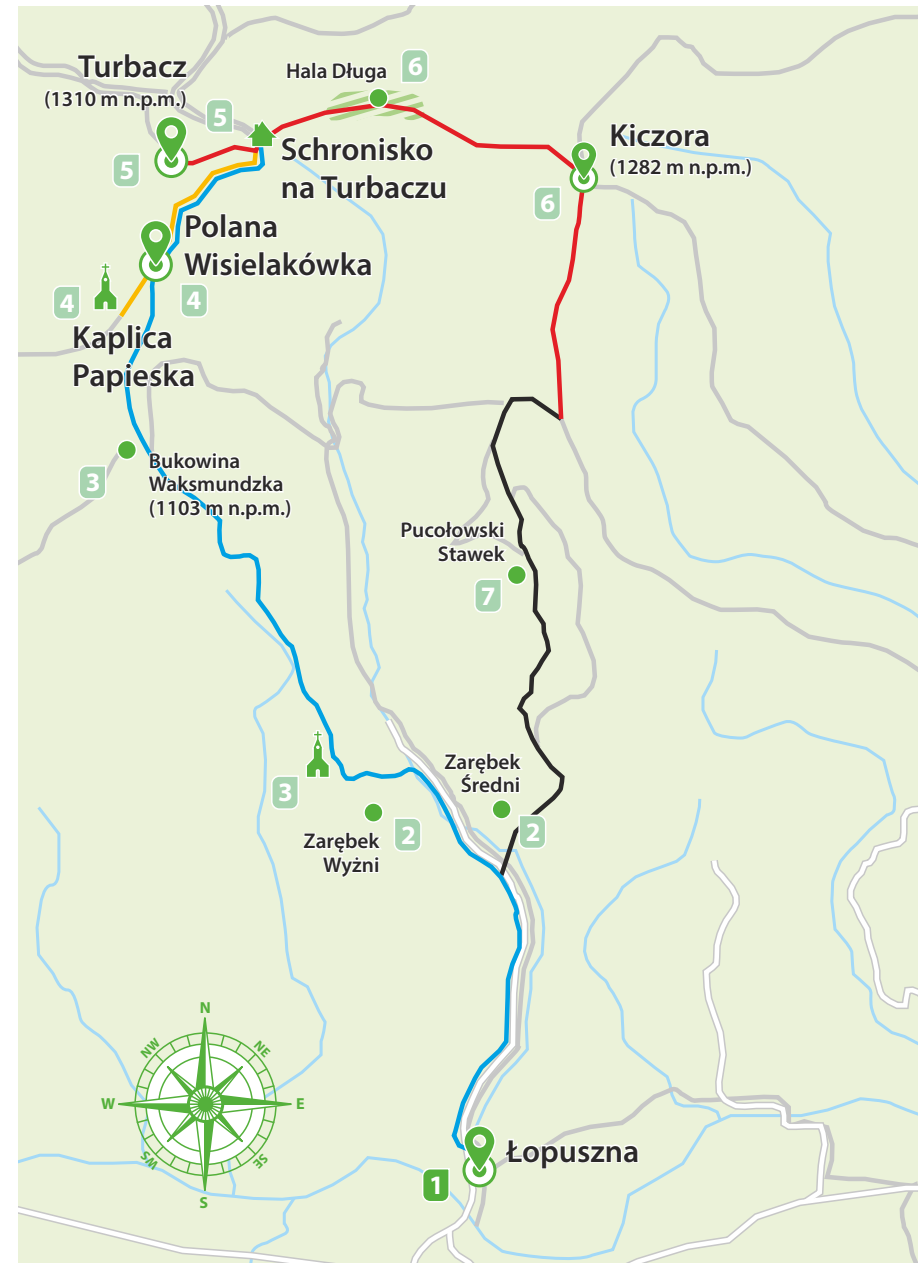
2. Na pierwszym rozwidleniu szlaków skręcamy w lewo. Po chwili ukazują się nam budynki malowniczego przysiółka **Zarębek Średni**, a po przekroczeniu potoku Łopuszna docieramy do **Zarębka Wyżniego**. Powyżej ostatnich zabudowań stoi piękna **murowana kapliczka** z drewnianym pokryciem, przy której **ksiądz Józef Tischner** odprawiał msze dla turystów i mieszkańców Łopusznej.

3. Kolejnym ciekawym miejscem, przy którym warto zaplanować dłuższy postój, jest rozległa polana **Bukowina Waksmundzka** (1105 m n.p.m.), na której znajdują się liczne domki letniskowe. Przy dobrej pogodzie rozciągają się stąd malownicze widoki na Tatry.

4. Po około 30 minutach dochodzimy do **Polany Wisielakówka**, przy której znajduje się skrzyżowanie szlaku niebieskiego z żółtym. Warto odbić w tym miejscu w lewo, by po kilku minutach dotrzeć do **Polany Rusnakowej**, na której

Dzieje schroniska na Turbaczu

Pierwsze schronisko na Turbaczu zbudowano w latach 1934-36, jednak aż do wybuchu wojny nie zostało ono ukończone. W trakcie wojny obiekt stał się istotnym elementem podhalańskiego ruchu oporu. Bezpośrednia linia telefoniczna między schroniskiem a domem właścicieli w Kowańcu pozwalała ostrzec okolicznych partyzantów o planowanych akcjach okupanta. Po zmianie właściciela w 1943 roku i nasilających się patrolach nazistów, partyzanci postanowili spalić schronisko. Budowę nowego obiektu rozpoczęto w 1953 roku i ukończono w 1958 r.



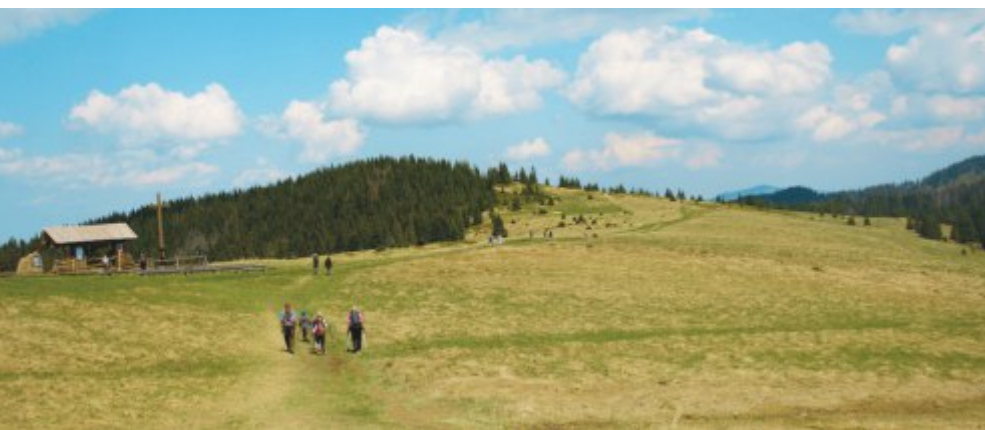
znajduje się jeden z najciekawszych obiektów w tej części Gorców. **Kaplica Papiéska** to niewielka drewniana budowla o konstrukcji zrębowej, która została wybudowana jako dar dla Jana Pawła II z okazji jego pierwszej pielgrzymki do ojczyzny. Obiekt nasycony jest symboliką patriotyczną. W ramionach świątyni znajdują się okna z wizerunkami orłów z różnych okresów historii Polski, na ścianach umiejscowiono pamiątkowe tablice poległych żołnierzy AK, a obok kaplicy postawiono pomnik katyński. W okresie od maja do października regularnie odbywają się tu msze święte, z których najbardziej uroczysty charakter ma ta, w drugą niedzielę sierpnia z okazji Święta Ludzi Gór.

5. Po obejrzeniu kaplicy wracamy do skrzyżowania szlaków i udajemy się w kierunku **schroniska Na Turbaczu**, gdzie można zjeść ciepły posiłek i nabrać sił przed dalszą drogą. Nieopodal znajduje się **Ośrodek Kultury Turystyki Górskiej**, w którym eksponowana jest historia schronisk górskich w Karpatach. Klucze do obiektu znajdują się w recepcji schroniska.

Wierzchołek **Turbacza** (1310 m n.p.m.), jest nieco dalej. Do najwyższej kumulacji Gorców dojdziemy czerwonym szlakiem.

6. Po zdobyciu szczytu schodzimy w kierunku schroniska. Czerwony szlak prowadzi nas dalej, na jedną z najpiękniejszych polan gorczańskich - **Halę Długą**. Roztaczają się stąd widoki na główny masyw Gorców, Tatry, Pieniny i Magurę Spiską. Po minięciu wzniesienia **Kiczora** (1282 m n.p.m.) dochodzimy do kolejnych malowniczych polan, a następnie do skrzyżowania ze szlakiem czarnym, który zaprowadzi nas do Łopusznej.

7. Ostatnim ciekawym miejscem przed zamknięciem wycieczkowej pętli jest **Pucołowski Stawek**, znajdujący się na **Polanie Srokówki**. Jest to jezioro pochodzenia osuwiskowego, jedno z najwyższych położonych w Beskidach. Według legendy ze zbiornika wychodziły dusze skazańców wieszanych na Szubienicznym Wierchu koło Czorsztyna i wędrowały przez Halę Długą na Czoło Turbacza, by gromadzić się przy "diabelskim kamieniu".



WYCIECZKA nr 13

Z Obidowej do Ochotnicy przez Stare Wierchy i Turbacz

Propozycja dla osób ceniących kontakt z naturą i ładne widoki. Długa, ale bardzo przyjemna trasa poprowadzona uroczymi gorczańskimi ścieżkami z malowniczej wioski Obidowa do otoczonej górami Ochotnicy Dolnej. Po drodze najwyższy szczyt Gorców – Turbacz. Przejście trasy w ciągu jednego dnia to spore wyzwanie, dlatego warto rozważyć rozłożenie jej na 2 etapy. Na nocleg idealnie nadaje się Schronisko na Turbaczu.

Przebieg



Trasa:

Obidowa • Schronisko PTTK Stare Wierchy • Turbacz (1310 m n.p.m.) • Schronisko na Turbaczu • Przełęcz Knurowska • Polana Morgi • Ochotnica Dolna

31 km 10 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w malowniczo położonej wśród gór **Obidowej**. Wieś, jak większość osadnictwa w Gorcach, ma pochodzenie pasterskie, związane z wypalaniem lasów. W czasie okupacji osada była zapleczem dla polskiej partyzantki. Wejście na szlak zielony znajduje się na końcu miejscowości w przysiółku **Parzygnatówka**. Wybieramy odnogę prowadzącą do **Schroniska Stare Wierchy**.
2. Po około 40 minutach dochodzimy do rozległej **Polany Stare Wierchy**, na której znajduje się wspomniane schronisko. Niegdyś przebiegała tędy publiczna droga kołowa – tzw. **Trakt Królewski** – wzmiankowana już w 1255 r., a prowadząca z Nowego Targu do leżącego w Małopolsce Szczyrzyca. Na polanie otwarta została karczma, często odwiedzana przez zbójników. Pierwsze schronisko, które powstało w 1932 r., spalone zostało przez Niemców Obecny

obiekt pochodzi z lat 70. i nosi imię zasłużonego działacza PTTK Czesława Trybowskiiego. Roztaczają się stąd widoki na Tatry oraz Kotlinę Nowotarską.

3. Wędrówkę kontynuujemy szlakiem czerwonym, prowadzącym na wschód, wzdłuż granicy Gorczańskiego Parku Narodowego. Po około 45 minutach dochodzimy do szczytu **Obidowiec** (1106 m n.p.m.), który jest jednym z wyższych gorczańskich wzniesień porośniętych borem świerkowym. Po kolejnych 30 minutach mijamy niewielki pomnik wykonany ze szczątków awionetki sportowej, która rozbiła się w tym miejscu w latach 80.
4. Wkrótce osiągamy bezimienny szczyt, na zboczach którego znajduje się malownicza **Polana Rozdziele**. W jej północno-zachodniej części, w zagajniku świerkowym, znajduje się skałka z napisem wyrytym w latach 30. przez





Diabelski Kamień

Na Czole Turbacza znajduje się skała zwana Diabelskim Kamieniem, z którą związane są liczne legendy o gorczańskich skarbach. Niektóre z nich mówią o kosztownościach chowanych przez zbójników, inne o skarbach ukrytych przez czarty, do których można było dostać się wyłącznie w Niedzielę Palmową. Dodatkową zagadką jest wyryta na skale inskrypcja "Koldras Lacki", którą wiąże się z nazwiskiem pochowanego ponoć w tym miejscu konfederata barskiego.

lokalnego myśliwego. Przed samym **Turbaczem** (1310 m n.p.m.) warto odbić na chwilę w lewo na **Halę Turbacz**, gdzie znajduje się **ołtarz papieski** – kieruje do niego drogowy znak. Na malowniczej polanie znajduje się ołtarz stylizowany na pasterski szałas, upamiętniający mszę świętą odprawioną przez młodego **Karola Wojtyłę** w 1953 r. Była to pierwsza liturgia odprawiona przez przyszłego papieża twarzą do wiernych i to 10 lat przed Soborem Watykańskim II. Żeby zdobyć najwyższy szczyt Gorców, musimy powrócić na szlak czerwony. Jeśli wybralibyśmy ścieżkę oznaczoną kolorami: zielonym, niebieskim lub żółtym, ominie kulminację i dotrzemy bezpośrednio do **Schroniska na Turbaczu**. Warto zrobić tu dłuższą przerwę. W przypadku rozłożenia trasy na 2 dni, jest to idealne miejsce na nocleg [opis szczytu i schroniska: Wycieczka nr 12, str. 54 i 56].



Chcąc dokonać rezerwacji, można skorzystać z telefonów: 18-266-77-80 lub 666-726-893.

5. Po opuszczeniu schroniska, kierujemy się na szlak czerwony, który poprowadzi nas przez stynącą z ładnych widoków **Halę Długą** oraz trzeci najwyższy szczyt w Gorcach – **Kiczorę**. Nazwa tego wzniesienia ma pochodzenie włoskie i oznacza „zalesioną górę”. Brak widoków na Kiczorze wynagrodzi nam przejście polaną **Zielenica**. Z położonej na wysokości 1090 - 1220 m n.p.m. łąki podziwiać możemy ładną panoramę, na którą składają się szczyty: Pienin, Gorców, Beskidu Sądeckiego oraz Magury Spiskiej.

6. Po około 2:30 h od opuszczenia murów schroniska dochodzimy do miejsca, gdzie czerwony szlak przecina asfaltową drogę. To znak, że dotarliśmy na **Przełęcz Knurowską**. Wspomniany trakt, to posiadająca niegdyś znaczenie strategiczne – **Droga Knurowska** [więcej: Wycieczka nr 15, str. 65].

7. Po minięciu przełęczy rozpoczynamy wędrówkę po **Paśmie Lubania**. Pierwszym bardziej wyrazistym wzniesieniem jest, sięgająca 937 m n.p.m., **Bukowinka**. Kolejny przystanek warto zrobić w miejscu stynącym z ładnych widoków – pobliskich **Studzionkach**, gdzie mieści się skansen etnograficzny [więcej: Wycieczka nr 8A, str. 42].

8. Podążając za oznaczeniami czerwonego szlaku, mijamy **Kotelnicę** (946 m n.p.m.) i **Runek** (1005 m n.p.m.). Na **Polanie Morgi** znajduje się skrzyżowanie. Skracając w trakt z zielonymi oznaczeniami, dochodzimy do **Ochotnicy Dolnej**, gdzie kończymy naszą wycieczkę.



WYCIECZKA nr 14

Rowerem przez Kotlinę Nowotarską

Trasa prowadząca w większości polnymi drogami lub mało uczęszczanymi szosami, łatwa i przyjemna. Prezentująca piękno podhalańsko-spiskiej przyrody oraz wyjątkowość tutejszej architektury.

Przebieg



Trasa:

Ostrowsko • Gronków • Cisowa Skała • Nowa Biała • Dębno • Harklowa

• Łopuszna • Ostrowsko 25 km 1:30 h

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w **Ostrowsku**, niewielkiej wsi, leżącej przy trasie z Nowego Targu do Krościenka. Drogą asfaltową o małym natężeniu ruchu, kierujemy się na południe.
2. Docieramy do **Gronkowa**. Na końcu miejscowości odnajdujemy oznaczenia zielonego szlaku pieszego. Kierując się nimi, skręcamy w polną drogę. Doprowadzi nas ona do leżącej na granicy

Gronkowa i Nowej Białej **Cisowej Skały**. Szczyt, który nad okolicznymi łąkami góruje zaledwie o 55 metrów, słynie z pięknych widoków, bogatej fauny i flory. Można tu spotkać ponad 100 gatunków roślin kwiatowych, w tym 6 alpejskich. Nazwa wzniesienia wzięła się stąd, że w przeszłości było ono porośnięte cisem.

3. Wybieramy polną drogę, która okrąży wzniesienie od północy. Przed wiekami przebiegał tędy szlak handlowy z Węgier do Polski. **Nowa Biała**, do której zmierzamy, była istotnym punktem na trasie. Po drodze warto zatrzymać się przy kamiennym **kościółku pw. św. Marii Magdaleny**, do którego niegdyś zaglądali też kupcy.
4. Zbliżając się do **Nowej Białej**, widzimy zwarty rząd zabytkowych **stodół** – ciekawy element tutejszej tradycyjnej zabudowy. Po dotarciu do centrum wsi warto zajrzeć do zabytkowego barokowo-rokokowego **kościółka pw. św. Katarzyny Aleksandryjskiej**.

Wież inna niż wszystkie

Nowa Biała, to wieś wyjątkowa z dwóch powodów: nietypowego położenia (jedyna miejscowość spiska, znajdująca się na lewym brzegu Białki) oraz niespotykanego w regionie układu urbanistycznego. Szkielet wsi stanowią dwie równoległe ulice, wzdłuż których znajdują się domy, ustawione – co jest ewenementem – frontem do drogi i bardzo blisko siebie. Za nimi znajdują się podwórza otoczone budynkami o przeznaczeniu gospodarczym.

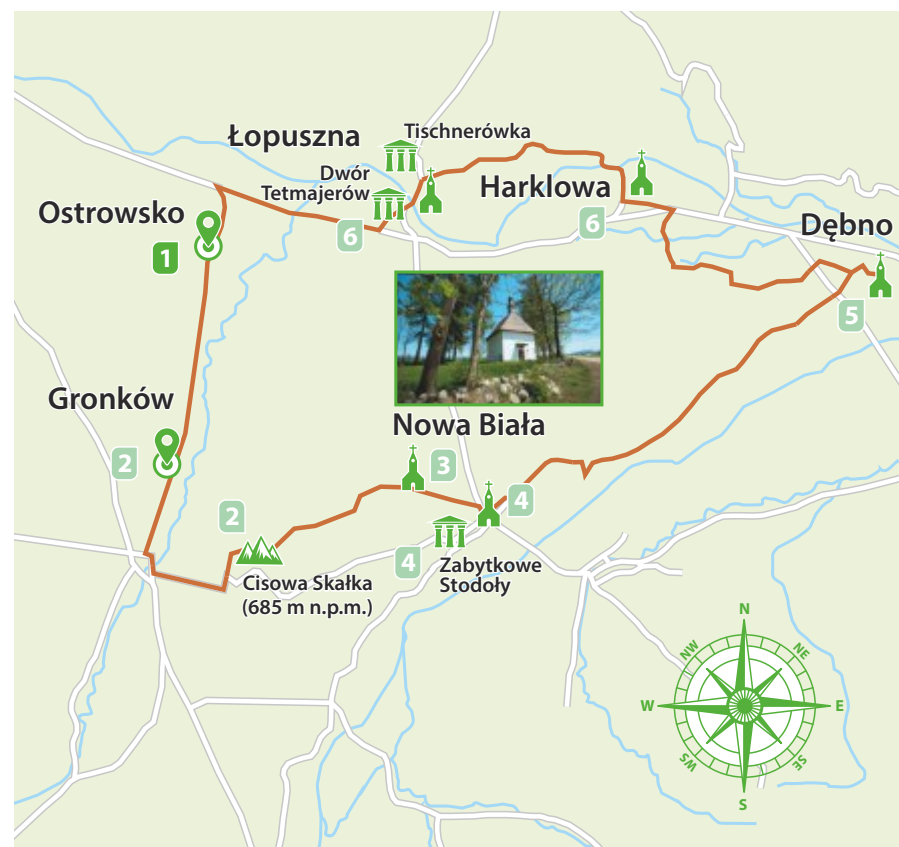


Wnętrze świątyni zwiedzać można po mszach świętych, które w niedziele odprawiane są o: 9:00, 11:00, 15:00.

5. Naszym następnym celem jest, wpisany na Listę Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO, drewniany kościółek w **Dębnie** [opis: Wycieczka nr 15, str. 65]. Aby do niego dotrzeć, z Nowej Białej udajemy się w kierunku północno-wschodnim, najpierw drogą asfaltową prowadzącą przez wieś, później drogą polną, biegnącą

równoległe do koryta Białki, ale w pewnej odległości od rzeki.

6. Po zwiedzeniu kościółka opuszczamy Dębno. Korzystając z polnych dróg, przez które przebiega niebieski szlak pieszy, dojeżdżamy do **Harklowej**, a następnie do Łopusznej [opis: Wycieczka nr 15, str. 66]. Ostatni, dwukilometrowy odcinek z Łopusznej do Ostrowska pokonujemy drogą nr 969.



WYCIECZKA nr 15

Najciekawsze miejsca Kotliny Nowotarskiej

Wycieczka, którą można polecieć zarówno miłośnikom skałek i pięknych widoków, jak i osobom szukającym spokoju we wnętrzach zabytkowych świątyń. Trasa przygotowana została z myślą o turystach zmotoryzowanych. Dzięki temu, że prowadzi głównie mniej uczęszczanymi drogami, może być atrakcyjna także dla rowerzystów.

Przebieg



Trasa: —

Rogoźnik • Ludźmierz • Gronków • Nowa Biała • Krempachy • Frydman • Dębno • Harkłowa • (opcja dodatkowa: Przełęcz Knurowska) • Łopuszna

43 km (opcja dodatkowa + 12 km) całodniowa

Opis trasy

1. Pierwszym punktem na trasie jest rezerwat przyrody „Skałka Rogoźnicka”. Prowadzi do niego polna droga ze wsi **Rogoźnik**, której początek znajdziemy za domem nr 55 (informuje o tym mała tabliczka). Po pokonaniu mostka nad potokiem Trawne docieramy do ostańca zbudowanego z organicznego muszłowca. Ze skałki (708 m n. p. m.) podziwiać można panoramę okolicznych pasm. Rezerwat, który w 1989 roku został wpisany na **listę UNESCO Światowego Dziedzictwa Geologicznego**, jako obiekt o szczególnym znaczeniu paleontologicznym i stratygraficznym, słynie z unikalnych w skali kontynentu, stanowisk geologicznych, z licznymi skamieniałościami: amonitów, belemnitów, małży, liliowców, ramienionogów czy koralii osobniczych.

2. Udając się na wschód trasą nr 957, warto odwiedzić **Ludźmierz** – najstarszą wieś na Podhalu i religijne centrum regionu. Znajduje się tu **Sanktuarium Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny**

z cudowną figurką Matki Boskiej Ludźmierskiej, która nazywana jest **Gaździną Podhala**. Drewniana, 600-letnia rzeźba od wieków przyciąga licznych pielgrzymów. Do świątyni przylega wyjątkowej urody **Ogród Różańcowy**, przypominający o modlitwie, jaką 7 czerwca 1997 r. odmówił w tym miejscu **Jan Paweł II**.

Bazylikę zwiedzać można codziennie – otwierana jest o godz. 6:30, zamykana dopiero po wieczornej mszy św. Zwiedzanie grupowe należy zgłaszać telefonicznie: do godz. 12:00 dzwoniąc do kancelarii parafialnej (tel. 18-265-55-27 w. 25), po godz. 12:00 u Sióstr Urszulanek (tel. 18-265-56-76).

3. Z Ludźmierza kierujemy się na południe do wsi Maruszyna, a następnie na wschód w kierunku Szaflar i Gronkowa. Za zabudowaniami na granicy Gronkowa i Nowej Białej wznosi się **Cisowa Skała** [opis: Wycieczka nr 14, str. 60].



**Z Krempach do Kramnicy**

Krempachy to miejsce, w którym warto zrobić dłuższą przerwę. Zachęca do tego spacerowa trasa, zaczynająca się przy kościele św. Walentego i prowadząca na południe w kierunku Przełomu Białki. Droga, początkowo asfaltowa zmienia się w przyjemny, polny trakt. Celem tej wycieczki jest Kramnica, do której dotrzemy „suchą nogą”.

4. Za Gronkowem, w miejscowości Groń dwukrotnie skręcamy w lewo kierując się w stronę Nowej Białej [opis: Wycieczka nr 14, str. 60]. Przed zabudowaniami wsi znajduje się jedna z wizytówek regionu – rezerwat przyrody **Przełom Białki**. Turystów przyciąga tu malowniczy krajobraz, z wijącymi się pomiędzy dwiema okazałymi skałami, szerokim korytem rzeki. Fakt, że oba wspomniane szczyty: Obłazowa (670 m n.p.m.) i znajdująca się na drugim brzegu Białki Kramnica (688 m n.p.m), stanowiły niegdyś jeden blok skalny, świadczy o niszczycielskiej sile żywiołu. Skały te uchodzą za znakomite punkty widokowe. W południowym zbczu Obłazowej znajduje się wejście do **Jaskini Obłazowej**, gdzie odkryto najstarszy na świecie, liczący 30 tys. lat, **bumerang**.

5. Po minięciu Nowej Białej (przez miejscowość przejeżdżamy główną drogą) skręcamy w prawo, by za chwilę wjechać do wsi **Krempachy**. Robiąc postój w tej spiskiej miejscowości, warto odwiedzić dwie zabytkowe świątynie: **Kościół św. Marcina z I poł. XVI wieku**, który posiada, niespotykaną w innych częściach Polski, renesansową wieżę z hurdycją (czyli drewnianym gankiem, spełniającym fun-

kcje obronne) oraz **XVIII-wieczny kościół cmentarny św. Walentego**, z rokokowym ołtarzem, pochodzącym z wcześniejszej, drewnianej świątyni.

Wnętrze kościoła parafialnego św. Marcina można zwiedzać przed i po mszach świętych, które w niedzielę odprowadzane są o: 7:30, 9:00, 10:30.



6. Z Krempach, kierując się dalej na wschód, docieramy do miejscowości **Frydman**. We wsi, która w przeszłości miała statut miasteczka, znajduje się najstarszy na Podtatrze zabytek architektury sakralnej: wczesnogotycki **kościół św. Stanisława** z unikatową wieżą, wyposażoną w polską attykę z końca XVIII w.

Wnętrze zobaczyć można po mszach świętych, które w niedziele odprowadzane są o: 7:30 i 11:00.



Oprócz świątyni na uwagę zasługują jeszcze: XVI-wieczny **kasztel** (można go obejrzeć jedynie z zewnątrz) oraz zwane

Skąd się wzięła cudowna figurka?

Z cudowną figurką Gaździny Podhala wiąże się średniowieczna legenda. Pewien węgierski kupiec utknął w nocy na ludźmierskich bagnach. Gdy był już bardzo wyczerpany, zaczął prosić Boga o pomoc. Niedługo potem ukazała mu się tajemnicza Pani, która zachęciła go, by raz jeszcze spróbował wydostać się z mokradeł. Kupiec zaufał nieznanemu. Próba, którą resztkami sił podjął, zakończyła się sukcesem. Uratowany, gdy zrozumiał, że życie zawdzięcza Matce Boskiej, w podziękowanie przyniósł do pobliskiego kościoła figurkę, przypominającą spotkaną postać.



przez mieszkańców „kaplicami”, zabytkowe **piwnice winne** (zwiedzanie za zgodą gospodarzy). We Frydmanie jest też **przystań** z wypożyczalnią łódek, kajaków i rowerów wodnych.

7. W sąsiednim **Dębnie** znajduje się, uważany za jeden z najcenniejszych europejskich zabytków drewnianej architektury sakralnej, **późnogotycki kościół św. Michała Archanioła**. Obiekt, który powstał pod koniec XV stulecia, w 2003 roku wpisany został na **Listę Światowego Dziedzictwa Kulturalnego UNESCO**. Świątynia pełna jest wyjątkowych dzieł, takich jak: pochodzący z pocz. XVI w. tryptyk w ołtarzu głównym, zdobiona ściana, unikatowa polichromia z przełomu XV i XVI wieku, czy XIV-wieczne: krzyż i tabernakulum.

Uwaga: parking znajduje się w pewnej odległości od świątyni, przy drodze nr 969. Zwiedzanie w grupach w okresie letnim: pon. – pt. 9:00 – 12:00 i 14:00 – 16:30, sob. 9:00 – 12:00. Termin dobrze jest wcześniej uzgodnić z proboszczem, dzwoniąc pod nr.: 18-275-17-97. Z racji na konieczność ochrony zabytku przed wilgocią, w dni deszczowe i w okresie zimowym obiekt nie jest udostępniany do zwiedzania. W niedziele wewnątrz kościoła zobaczyć można po mszach świętych, odprowadzanych o godzinie: 8:00 i 11:00.



8. Udając się w kierunku Nowego Targu warto opuścić na moment główny trakt. W miejscowości **Knurów** rozpoczyna się, mająca niegdyś znaczenie strategiczne,



Droga Knurowska, zwana także „Gościńcem Barabów”. Ukończona około 1911 roku, kręta trasa prowadzi przez położoną na wysokości 846 m n.p.m. **Przełęcz Knurowską** do Ochołtnicy Górnej. Na uwagę zasługują liczne zabytki inżynierii wojskowej: kamiennie-betone przepusty, łukowy most u wylotu Doliny Furcówki, czy specjalnie wyprofilowane mijalnie. Piękna panorama Tatr widoczna jest do momentu osiągnięcia granicy lasu. Na przełęczy droga krzyżuje się z czerwonym szlakiem prowadzącym z Turbacza na Lubań [opis: Wycieczka nr 13, str. 57].

9. W Harklowej znajduje się wzniesiony ok. 1500 roku **drewniany Kościół pw. Narodzenia Najświętszej Marii Panny**. Świątynia, którą opasują charakterystyczne soboty (wsparte na słupach zadaszenia, pod którymi chronili się przybyli z daleka wierni), zachowała gotycką bryłę, a także autentyczne elementy zdobnicze, pochodzące z czasów jej budowy. Na uwagę zasługują dwa gotyckie portale, pozostałości polichromii patronowej oraz późno-barokowe ołtarze.

Kościół może być zamknięty, dlatego na zwiedzanie warto umówić się telefonicznie: 18-275-17-25.

10. Wycieczkę kończymy w **Łopusznej**, w której wychował się wybitny humanista i filozof ks. Józef Tischner. We wsi znajduje się specjalna izba poświęconą pamięci tego wielkiego Polaka, zwana **Tischnerówką**.

Czynna: wt.- pt. w godz. 10-17 i w sob. do godz. 16, telefon: 18-265-39-69.

Smakowity konkurs obok Tischnerówki Miłośnicy dobrej kuchni oraz podhalańskiego folkloru powinni zapamiętać tą datę. Co roku w drugą niedzielę lipca, na placu za Tischnerówką w Łopusznej, odbywa się Gminny Konkurs Potraw Regionalnych – barwna impreza kulturalna z przeszło 40-letnią tradycją.

Oprócz tego na uwagę zasługuje **drewniany Kościół Świętej Trójcy i św. Antoniego Opata** z XVI wieku z cennym gotyckim ołtarzem głównym.

Świątynie można zwiedzać po mszach św. niedzielnych o 8.00 i 11.00.

Wart odwiedzenia jest także **Dwór Tetmajerów** będący oddziałem **Muzeum Tatrzańskiego**. W środku znajduje się ekspozycja historyczna, a obok w wiejskim domu **Klamerusów** można zwiedzić wystawę etnograficzną.

Muzeum czynne od środy do niedzieli w godz. 10 - 16. Warto jednak wcześniej upewnić się co do godzin otwarcia dzwoniąc na nr telefonu Muzeum Tatrzańskiego 18-201-52-05.



WYCIECZKA nr 16

Wokół Pienin Spiskich

Pieniny Spiskie są pasmem niewysokich wzniesień, wyrastających pomiędzy majestatycznymi Tatrami, klimatycznymi Gorcami oraz malowniczymi Pieninami Właściwymi. Wycieczka po miejscowościach otaczających góry, pozwoli nam poznać historię, tradycję i kulturę tego wyjątkowego regionu.

Przebieg



Trasa: —

Nowa Biała • Krempachy • Frydman • Falsztyn • Niedzica-Zamek • Niedzica • (opcja dodatkowa: **Kacwin • Łapsze Niżne • Łapsze Wyżne • Trybsz • Nowa Biała**)

📍 39 km (opcja dodatkowa + 7 km) 🚗 całodniowa

Opis trasy

1. Nowa Biała

[opis: Wycieczka nr 14, str. 60].

2. Krempachy

[opis: Wycieczka nr 15, str. 64].

3. Frydman

[opis: Wycieczka nr 15, str. 64].

4. Po opuszczeniu wsi Frydman kierujemy się na południowy wschód. Nieopodal **Falsztyna** znajduje się rezerwat **Zielone Skałki**, który jako jedyna część Pienin Spiskich, włączony został do Pienińskiego Parku Narodowego stając się tzw. **ostoją PPN**. Znajdujące się tam wapienne skały, spośród których najwyższa mierzy 616 m n.p.m., rozciągają się na przestrzeni 2 km, stromo opadając do Jeziora Czorsztyńskiego. Rezerwat, będący miejscem występowania rzadkich roślin (m.in. pluskwicy europejskiej i kokoryczy żółtawej), w 1970 roku zyskał status obszaru ochrony ścisłej. Nie można go zwiedzać, skałki ogląda się z gruntowej drogi, biegnącej wzdłuż jego granic.

5. Niedzica os. Zamek

[opis: Wycieczka nr 5, str. 31].

6. W centrum **Niedzicy** stoi XIV-wieczny gotycki **kościół św. Bartłomieja** z zabytkową, powstałą około 1410 roku, polichromią oraz niewiele młodszym, bo pochodzącym z 1452 roku, tryptykiem św. Bartłomieja, który znajduje się w jednym z ołtarzy bocznych. Warte uwagi są także: barokowy ołtarz główny oraz wyróżniająca się bogatymi zdobieniami ambona.

Zwiedzanie kościoła możliwe jest po mszach świętych, odprawianych w niedzielę o: 7:45, 9:00, 11:30, 19:00. Codziennie wewnątrz oglądać można z przedionka przez kratę.

7. Opcją dodatkową jest wizyta w leżącym 3 km za Nidzicą, **Kacwinie**. Miłośnicy spiskiej architektury znajdą tu niepozorne, drewniane spichlerze, zwane **sypancami**, które są jedynymi takimi obiektami w Polsce. We wsi zachowały się także: dwustuletni **młyn**, pochodzący z XV

Łąpsze Niżne – mieszanka kultur i wyjątkowy patron świętyni

W Łąpszach Niżnych, podobnie jak na całym Zamagurzu, bez trudu odnajdziemy zabytki kultury ludowej, w których widoczne są wpływy węgierskie, wołoskie, niemieckie czy słowackie. O wpływach węgierskich świadczy chociażby wybór patrona łąpszańskiej świątyni. Św. Kwiryn był biskupem i męczennikiem, działał na terenie dzisiejszej Chorwacji w czasach cesarza Dioklecjana. Co ciekawe, jest to jedyny kościół w Polsce, któremu patronuje ten właśnie święty.

wieku, gotycki **kościół Wszystkich Świętych** z barokowym ołtarzem głównym oraz bogato zdobioną XVII-wieczną monstrancją a także zabytkowe **kapliczki** (najstarsze - z XVIII wieku).

Kościół można zwiedzać po mszach świętych odprawianych w niedziele o: 8:00, 9:15, 10:45; oraz w dni powszednie o: 18:00 (w okresie letnim) lub 19:00 (w okresie zimowym).

8. Będąc w **Łąpszach Niżnych** warto wstąpić do **kościółka pw. św. Kwiryna**. Świątynia ufundowana została ok. 1310 roku przez założyciela wsi Kokosza Berzewiczego. W 1313 r. parafię na kilka stuleci objęli, osiedlający się właśnie na Zamagurzu Spiskim, Bożogrobowcy. Kościół jest budowlą typowo gotycką, ale wystrój jego wnętrza pochodzi z czasów późnego baroku. Świątynia jest jednonawowa, z krótkim, nieco węższym od nawy, wielobocznie zamkniętym prezbiterium. Na uwagę zasługują drewniane ołtarze, utrzymane w tonacji jasnozielonej. Centralną część ołtarza głównego, z obrazem św. Kwiryna datowanym na 1763 rok, akcentują cztery kręcone kolumny oplecione wicią

roślinną. Pomiędzy kolumnami ustawione są figury św. Sebastiana i św. Jana Nepomucena.

Zwiedzanie kościoła możliwe jest po mszach świętych, które w niedziele odprawiane są o: 7:30, 9:30, 11:30 oraz 18:00 (IX – VI).

Od roku 1957 kościołem i parafią zarządzają ojcowie Pijarzy. Przy sąsiadującym ze świątynią domu zakonnym utworzyli oni **Ośrodek Edukacyjno-Wypoczynkowy**, w którym organizowane są obozy, spotkania integracyjne, zielone szkoły i rekolekcje.

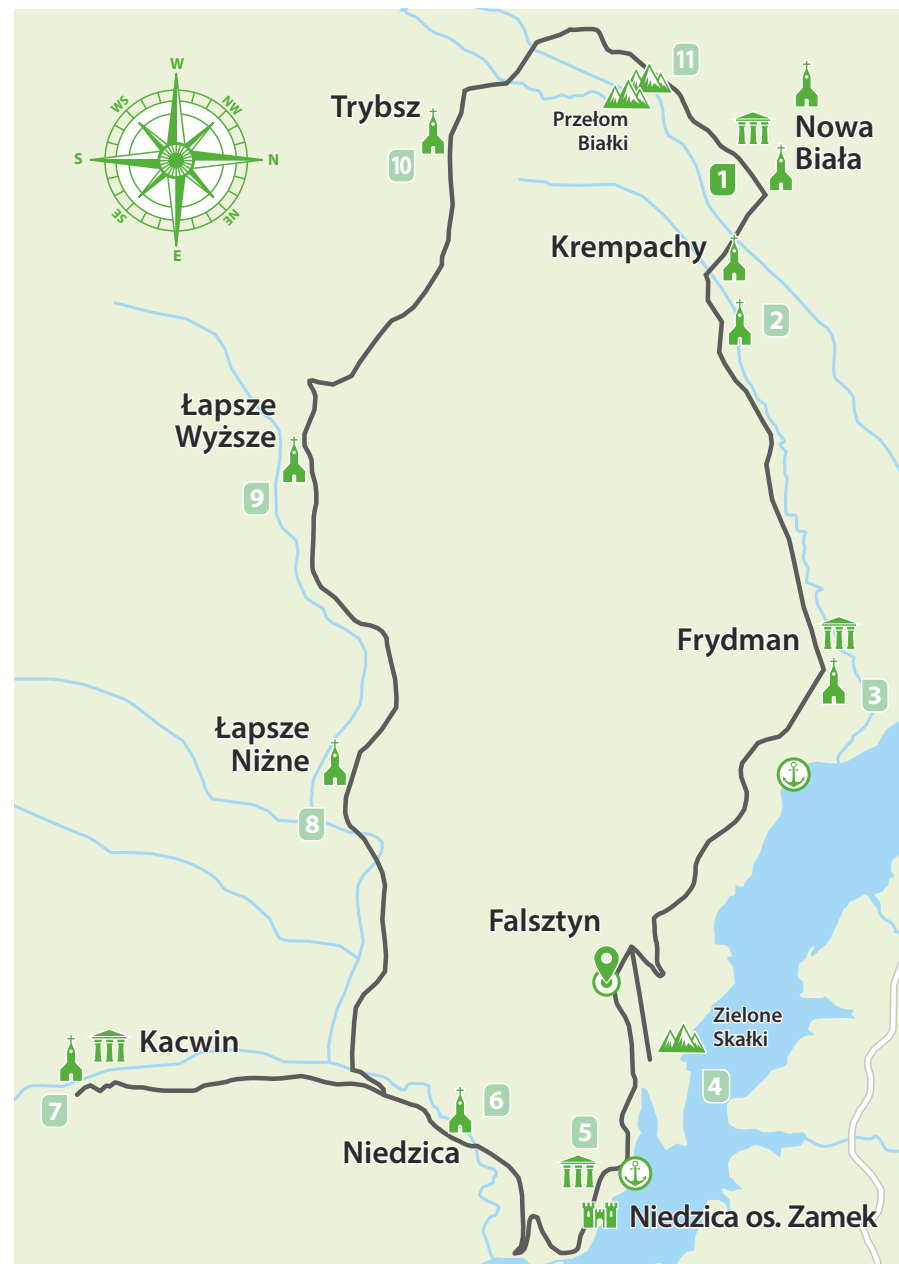
Więcej informacji uzyskać można pod numerami telefonu: +48-662-168-876 oraz +48 12-422-17-24.

9. Znajdujący się w **Łąpszach Wyżnych** kościół pod wezwaniem **św. Piotra i Pawła** uchodzi za perłę rokoka na polskim Spiszu. W XVIII-wiecznej świątyni zachował się jednorodny, bogaty w zdobienia wystrój. Na uwagę zasługuje ołtarz główny, z obrazem przedstawiającym patronów parafii oraz rzeźbami św. Szymona, św. Jana Chrzciciela i Najświętszej Maryi Panny, a także piękna ambona, wyposażona w ażurową balustradę, XIV-wieczna połączona puszką na hostie i monstrancja z przełomu XVI-XVII w.

Wnętrze zwiedzać można po niedzielnych mszach świętych rozpoczynających się o: 7:30, 8:30, 11:30.

10. Trybsz
[opis: Wycieczka nr 19, str. 78].

11. Przełom Białki
[opis: wycieczka nr 15, str. 64].



WYCIECZKA nr 17

Pieniny Spiskie na dwóch kółkach

Pieniny Spiskie są górami niewysokimi i łatwo dostępnymi, także dla miłośników dwóch kółek. Prezentujemy dwie propozycje tras dla rowerzystów, różniące się między sobą długością i stopniem trudności.

A Mała Pętla

Trasa o średnim stopniu trudności, prowadząca mniej ruchliwymi drogami asfaltowymi oraz drogami gruntowymi.

Przebieg    Trasa: 

Nowa Biała • Trybsz • Dursztyn • Dursztyńskie Skałki • Krempachy • Nowa Biała

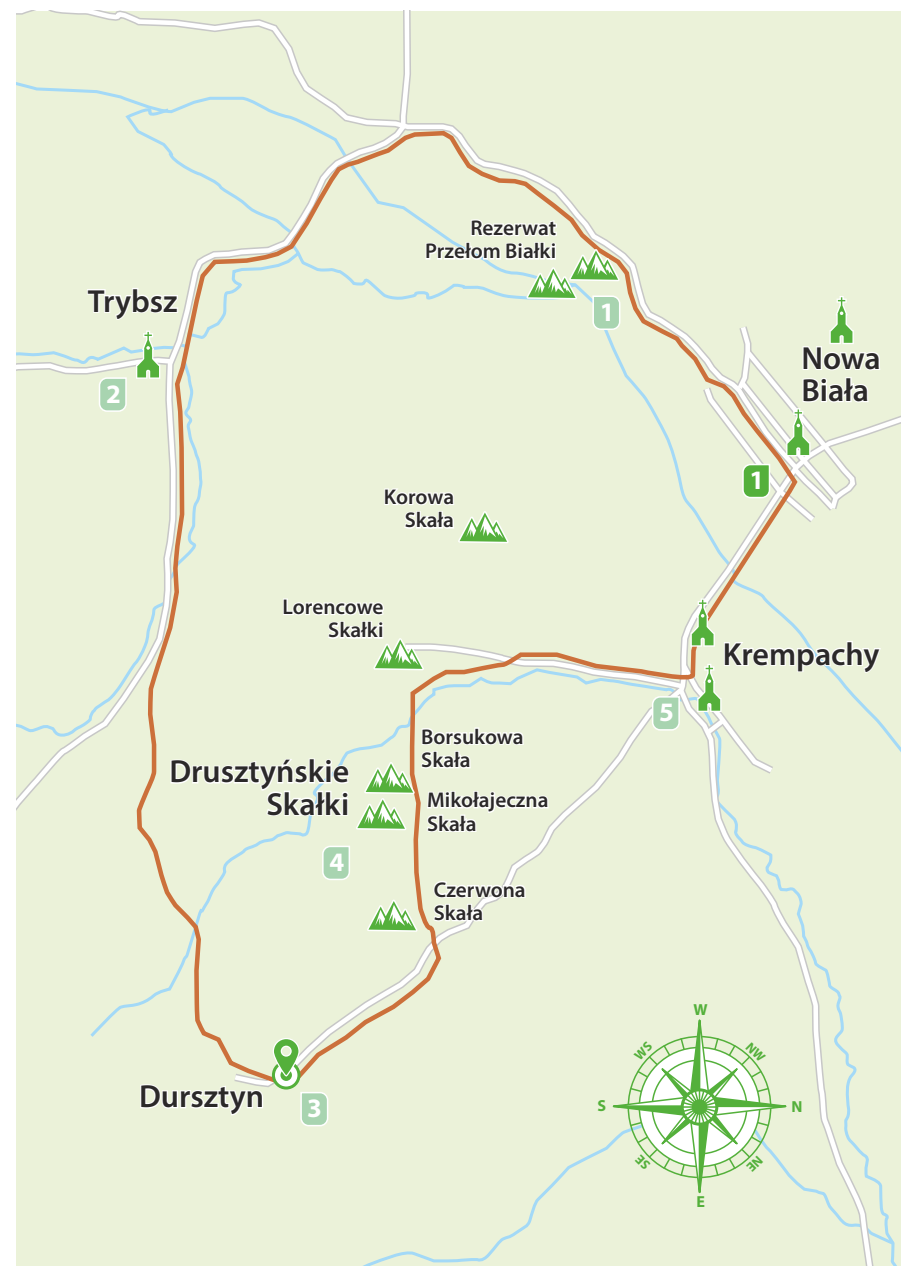
 16 km  ok 1 h

Opis trasy

1. Trasę zaczynamy w **Nowej Białej** [opis: Wycieczka nr 14, str. 60]. Początkowy odcinek prowadzi drogą asfaltową. Pierwszy przystanek warto zrobić tuż za wsią – w **Rezerwacie Przełom Białki** [opis: Wycieczka nr 15, str. 64].
2. Dalej udajemy się szosą do **Trybsza** [opis: Wycieczka nr 19, str. 78]. Kilka kilometrów za ostatnimi zabudowaniami, szlak skręca w lewo, prowadząc od tego miejsca drogą gruntową.
3. Podróżując polnym traktem dojeżdżamy do **Dursztyna** – malowniczej wsi, leżącej u podnóża **góry Żar** [opis: Wycieczka nr 18, str. 74]. Tam wybieramy asfaltową drogę biegnącą na północny-zachód.
4. Kilka metrów za miejscowością zaczynają się częściowo zalesione **Dursztyńskie Skałki**. Po minięciu pierwszych wzniesień kierujemy się na drogę gruntową, prowadzącą wzdłuż tego niewielkiego pasma. Spotkamy tutaj formy o bardzo ciekawych nazwach: Czerwoną Skałę, Mikołajczyną Skałę, Lorencowe Skałki, Borsukową Skałę, Korową Skałę, czy Fašnymbrowe Skałki.
5. Docieramy do miejscowości **Krempachy** [opis: Wycieczka nr 15, str. 64].
6. Po przekroczeniu **rzeki Białki** wjeżdżamy do Nowej Białej, co oznacza, że wróciliśmy do miejsca, z którego zaczynaliśmy wycieczkę.

Przełom Białki na dużym ekranie

Malowniczy rezerwat „Przełom Białki” w sposób szczególny upodobał sobie filmowcy. Tutejsze plenery można zobaczyć w takich produkcjach, jak: „Janosik”, „Trzecia granica”, czy „Karol. Człowiek, który został papieżem”.



B Wielka Pętla

Trasa dla rowerzystów o lepszej kondycji. Po drodze dosyć wymagające podjazdy, dające wytchnienie zjazdu, fantastyczne widoki oraz cenne zabytki.

Przebieg   Trasa: 

Nowa Biała • Trybsz • Dursztyn • Sołtysia Góra • przełęcz Przesła (675 m n.p.m.)

• **Niedzica os. Zamek • Falsztyn • Frydman • Dębno • Nowa Biała**

 35 km  ok 2:30 h

Pieniny Spiskie, czyli Hombarki

Nazwa „Pieniny Spiskie” pojawiła się stosunkowo niedawno, bo po II wojnie światowej. Wcześniej mieszkańcy nazywali te góry Hombarkami. Ludowa nazwa, która stosowana jest dziś zamiennie, nawiązuje do tzw. „hombarków”, czyli charakterystycznych dla tego rejonu, kopulastych wzniesień. Typowym hombarkiem jest np. górująca nad miejscowością Łapsze Niżne, Sołtysia Góra.

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy we wsi **Nowa Biała**. Odcinek do Dursztyna pokonujemy tak samo, jak w „Małej Pętli” [opis: Wycieczka nr 17 A, str. 70].
2. Przed **Dursztynem** odbijamy w prawo. Przez liczący 768 m n.p.m. **szczyt Duniówka** dojeżdżamy w okolice, wznoszącej się nad wsią Łapsze Niżne, **Sołtysiej Góry**.
3. Po dotarciu do krzyżówki, wybieramy gruntową drogę, która od zachodu objeżdża **Ostrą Górę** (792 m n.p.m.) i przez **przełęcz Przesła** (675 m n.p.m.)
4. Znajdujący się tu **Zamek Dunajec**, jest idealnym miejscem na dłuższy odpoczynek [opis: Wycieczka nr 5, str. 31]. Po nabraniu sił, ponownie ruszamy w drogę kierując się w stronę **Falsztyna**. Tym razem korzystamy z drogi asfaltowej, ciągnącej się wzdłuż brzegu malowniczego **Jeziora Czorsztyńskiego**. W tle widoczne są wzniesienia rezerwatu Zielone Skalki [opis: Wycieczka nr 16, str. 67].
5. Po minięciu Falsztyna wjeżdżamy na przyjemną polną drogę, która zaprowadzi nas do **Frydmana** [opis: Wycieczka nr 15, str. 64].
6. Za wsią wracamy na asfaltowy trakt. Po pokonaniu ok. 4 km docieramy do **Dębna**, gdzie znajduje się wpisany na listę Światowego Dziedzictwa Kultury UNESCO drewniany **kościół pw. św. Michała Archanioła** [opis: Wycieczka nr 15, str. 65].
7. Polna droga prowadząca wzdłuż koryta Białki, pozwoli nam wrócić do punktu, z którego zaczęliśmy podróż.

oraz zbocza **Cisówki** (777 m n.p.m.) doprowadzi nas do turystycznej miejscowości **Niedzica**.



WYCIECZKA nr 18

Pieniny Spiskie z plecakiem

Świeże powietrze, ładne widoki oraz niczym nieograniczony spokój – tak w dużym skrócie opisać można charakter trasy prowadzącej przez najważniejsze szczyty Pienin Spiskich.

Przebieg

Trasa:  

Nowa Biała • Krempacey • Dursztyn • Żar (883 m n.p.m.) • przełęcz Przesła (675 m n.p.m.)

• Niedzica os. Zamek  16 km  4:30 h

Opis trasy

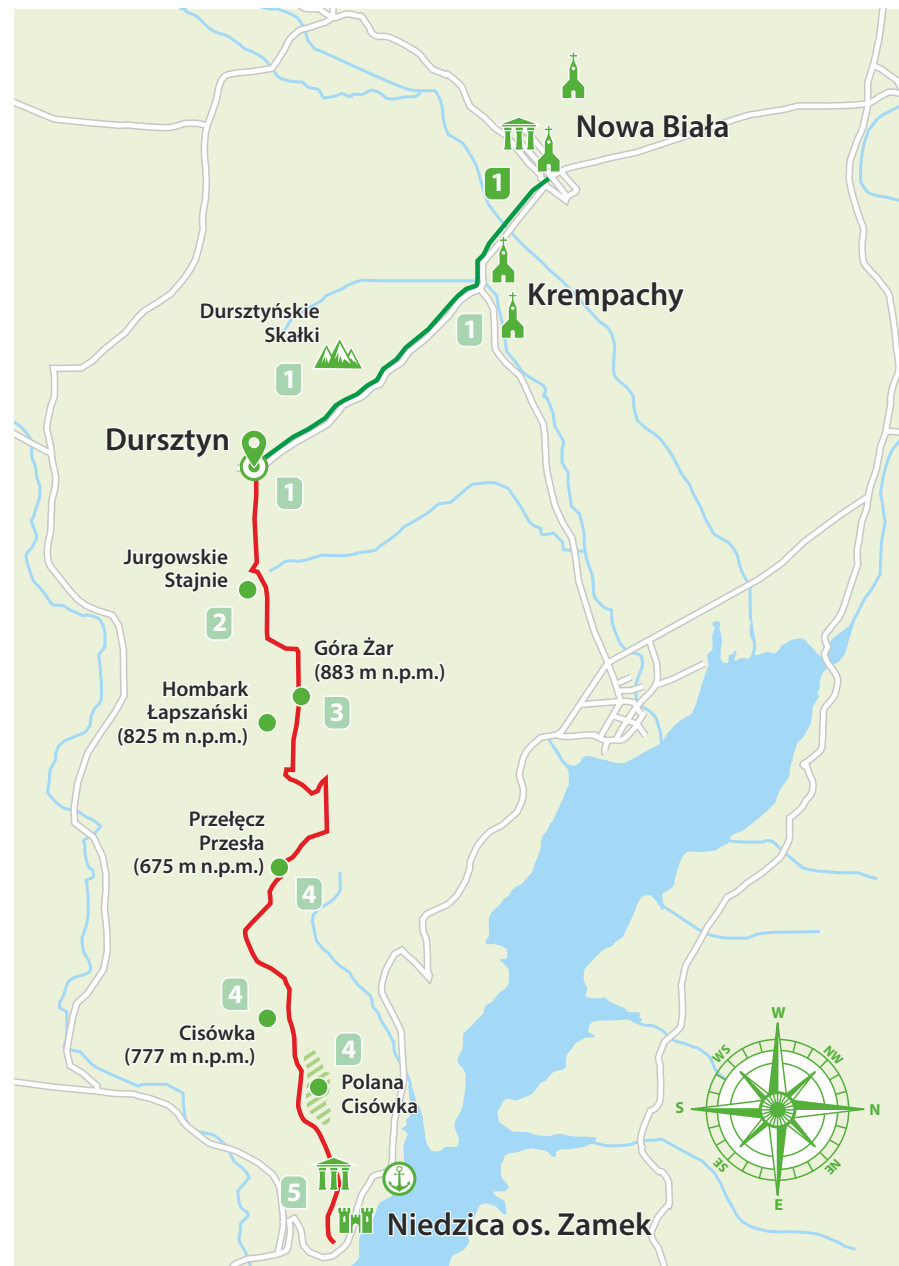
1. Trasę rozpoczynamy w **Nowej Białej** [opis: Wycieczka nr 14, str. 60]. Zielonym szlakiem przez Krempacey [opis: Wycieczka nr 15, str. 64] docieramy do **Dursztyna**. Po drodze mijamy **Dursztyńskie Skałki**.

2. We wsi wybieramy, skręcając w lewo, szlak czerwony. Po minięciu ciekawego osiedla pasterskiego, zwanego **Jurgowskimi Stajniami** (w sezonie można tam kupić wyroby z owczego mleka), trasa zbliża się do linii lasu.

3. Po odbiciu w lewo zaczyna się, momentami bardzo strome, podejście pod najwyższy szczyt Pienin Spiskich – **Górę Żar** (883 m n.p.m.). Wierchołek porośnięty drzewami nie jest jednak dobrym punktem widokowym. Panoramę Tatr można zobaczyć ze znajdującego się nieco dalej i obok szlaku, wzniesienia **Hombark Łapszański** (825 m n.p.m.).

4. Po przejściu przez **Przełęcz Przesła** (674 m n.p.m.) trasa prowadzi stokami **Barwinkowej Góry** (725 m n.p.m.) oraz **Cisówki** (777 m n.p.m.), następnie wkracza na **Polanę Cisówka** oferującą rozległe widoki na Pieniny Właściwe, Pasma Lubania i Zamagurze.

5. Wędrowkę kończy zejście do miejscowości **Niedzica (os. Zamek)** [opis: Wycieczka nr 5, str. 31]. Opadający w stronę Zamku Dunajec grzbiet Tabor, swoją nazwę zawdzięcza taborytom, którzy w XV wieku oblegali warownię i to właśnie miejsce wybrali na swój obóz.



WYCIEZKA nr 19

Pogórze Gliczarowskie – na granicy kultur i regionów

Pogórze Gliczarowskie to uroczy zakątek, w którym od wieków przenikają się wpływy polskie, słowackie i węgierskie. Podczas wycieczki poznamy wyjątkową kulturę górali spiskich i podhalańskich oraz zwiedzimy unikatowe zabytki architektury drewnianej. Tło stanowiąc będą malownicze pejzaże.

Przebieg



Trasa: —

Białka Tatrzańska • Bukowina Tatrzańska • Jurgów • Polana Podokólne • Czarna Góra
(902 m n.p.m.) • Trybsz • Białka Tatrzańska 40 km całodobowa

Opis trasy

1. Wycieczkę rozpoczynamy w **Białce Tatrzańskiej**, znanej miejscowości letniskowej i popularnym ośrodku sportów zimowych [więcej informacji na str. 89]. Znajduje się tutaj zabytkowy **drewniany kościół pw. św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza**, wybudowany ok. 1700 roku. Świątynia jest typowym przykładem drewnianego budownictwa sakralnego Podhala. Na uwagę zasługują: liczne rzeźby ludowe, pozostałości polichromii figuralnej z XIX w. oraz ambona z 1780 roku.

Kościół zwiedzać można po niedzielnej mszy świętej odprawianej w lipcu i sierpniu o godz. 9:30.

2. Z Białki Tatrzańskiej kierujemy się na południe trasą nr 49. Zaraz po minięciu tabliczki z napisem **Bukowina Tatrzańska**, skręcamy w prawo. Malownicza droga prowadząca z boczem Rusińskiego Wierchu doprowadzi nas do ulicy Wierch Olczański, gdzie mieści się **Galeria Sztuki Ludowej Towarzystwa Przyjaciół**

Bukowiny Tatrzańskiej, z ekspozycją dzieł lokalnych twórców.

Na zwiedzenie Galerii należy umówić się telefonicznie dzwoniąc pod nr: 18-542-44-93 lub 604-566-044.

3. Po obejrzeniu wystawy kierujemy się na południowy wschód w stronę bukowińskiego **Klina**. Na dużym skrzyżowaniu skręcamy w lewo, w ulicę Kościuszki. Obiekt znajdujący się pod numerem 87 to słynny **Dom Ludowy** – jeden z największych w Polsce budynków drewnianych. Jest on ciekawym przykładem willi utrzymanej w tzw. stylu zakopiańskim. W okazałym gmachu swoją siedzibę ma **Bukowińskie Centrum Kultury**, dzięki czemu w miejscu tym ciągle żywa jest kultura górali podhalańskich. Warto odwiedzić również pobliski **Kościół Najświętszego Serca Pana Jezusa** (ul. Kościuszki 1). Świątynia, którą wzniesiono w latach 1887-1900, jest ciekawym przykładem budownictwa łączącego elementy murowane z dre-

wnianą techniką zrębową. Obiekt znajduje się na Małopolskim Szlaku Architektury Drewnianej.

Kościół jest udostępniany do zwiedzania w czw., pt., sob., nied. od 9:00 do 18:00. W pozostałe dni do wnętrza można zajrzeć przez kratę.

4. Z Bukowiny Tatrzańskiej udajemy się do **Jurgowa** (ulicą Kościuszki i Długą dotrzemy do ronda, gdzie należy skręcić w prawo wybierając drogę nr 49). W tej, najbardziej na zachód wysuniętej wsi polskiego Spisza, znajdziemy liczne zabytki kultury ludowej. Na uwagę zasługuje drewniane budownictwo regionalne oraz murowane domy z charakterystycznymi ozdobnymi fasadami. Wśród nich wyróżnia się **Zagroda Sołtysów** – przykład ubogiego domostwa spiskiego z przełomu XIX i XX wieku. Zbudowane z drewna obejście składa się z domu mieszkalnego i zabudowań gospodarczych. Można w

nich zobaczyć wyposażenie gospodarstwa góralskiego, narzędzia do oporządzania owiec oraz ludowy strój jurgowski.

W sezonie (lipiec – sierpień) muzeum otwarte jest od środy do soboty (w godz. 10:00 – 18:00) i w niedzielę (w godz. 10:00 – 14:00). Poza sezonem Zagrodę Sołtysów zwiedzać można od środy do niedzieli w godz. 10:00 – 14:00. Dobrze jest wcześniej upewnić się co do godzin otwarcia dzwoniąc do Muzeum Tatrzańskiego (tel. 18-201-52-05). Ceny biletów: normalny 6,00 zł, ulgowy 4,50 zł.

W miejscowości znajduje się także **drewniany Kościół św. Sebastiana i Matki Boskiej Różańcowej** z 1650 roku. Ściany o konstrukcji zrębowej pokryte są w całości gontem, ozdobnie wycinanym w jodełkę. Wnętrze świątyni urzeka, kolorową polichromią w stylu „spiskiego rokoko”.





Kościół zwiedzać można w niedzielę od 8:00 do 12:00 (najlepiej po mszy o godzinie 8:00 lub przed mszą o 11:00). W pozostałe dni do wnętrza można zajrzeć przez kratę w drzwiach.

5. Równie cennymi zabytkami są stare **szalasy pasterskie**, znajdujące się na polanie **Podokólne**. Na obecną miejscę obiekty zostały przeniesione po 1879 r. z dziewięćdziesięciu polan w Tatrach Jaworzyńskich. W ten sposób powstała największa w Tatrach i na Podtatrzu tzw. **wieś letnia**, funkcjonująca jeszcze w ostatniej ćwierci XX w. Choć tradycja wypasu bydła na Polanie Podokólne już zanikła, zachowało się 56 takich obiektów.

6. Na północ od Jurgowa znajduje się miejscowość **Czarna Góra** z niewysokim wzgórzem o tej samej nazwie, zwanym również **Litwińską Grapą** (902 m n.p.m.). Po zapoznaniu się z zabytkami kultury materialnej warto nasycić oczy piękną panoramą z widokami na cztery Parki Narodowe: Tatrzański, Pieniński, Gorceński, Babogórski oraz dolinę rzeki Białki. Na szczycie znajduje się dwudziestometrowy Krzyż Milenijny wzorowany na krzyżu z Giewontu. Na wzgórze prowadzi droga asfaltowa.

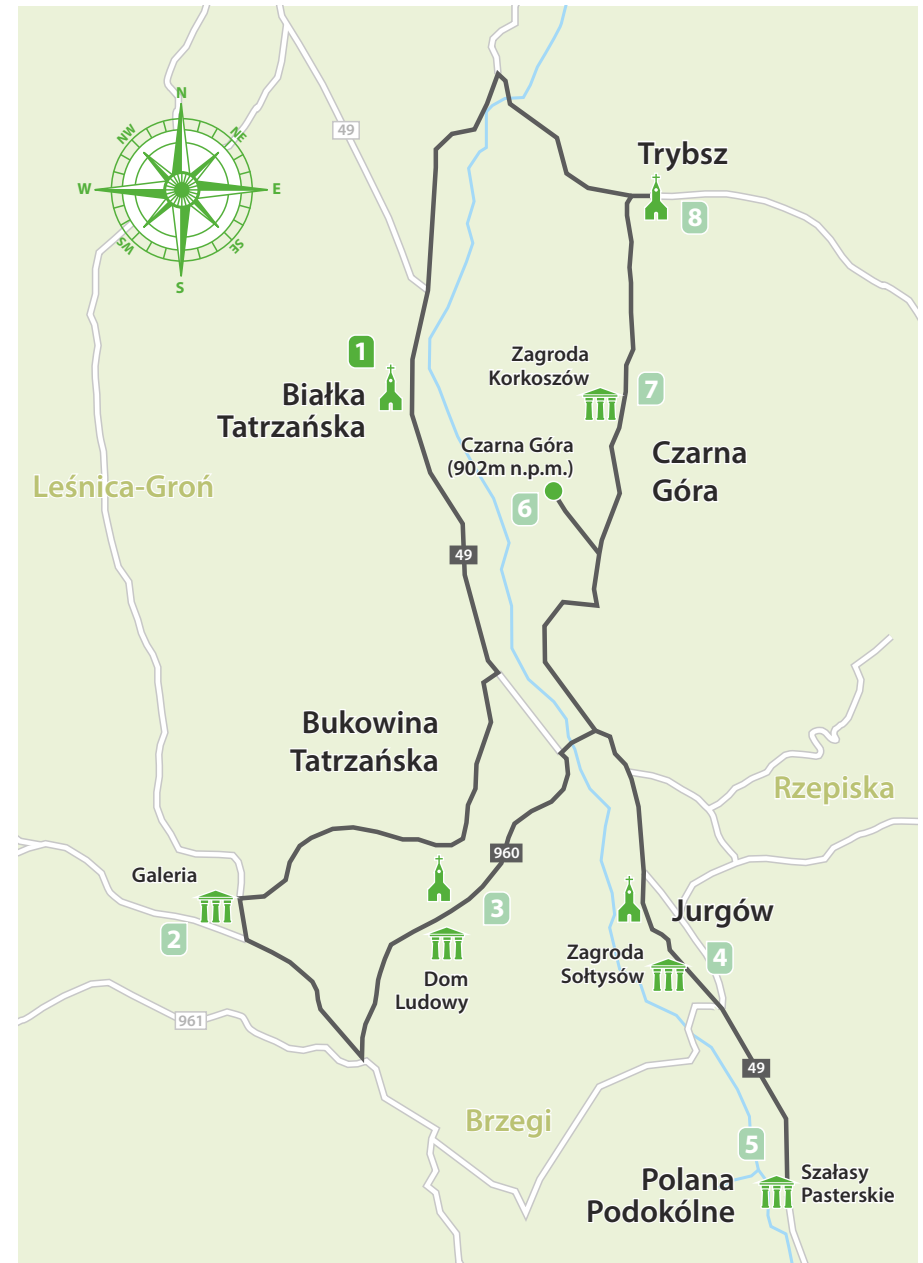
7. Po zjechaniu ze wzniesienia, kierujemy się do północnej części wsi. Znajduje się tutaj drewniana **Zagroda Korkoszów**, w której ulokowano oddział Muzeum Tatrzańskiego. Układ zabudowań stanowi przykład rozwoju spiskiej zagrody: od prostej, składającej się z dwóch zabudowań (chałupa i stajnia) z końca XIX wieku, do złożonej z wielu budynków z lat 30. XX wieku. Zagroda Korkoszów jest miejscem, gdzie ciągle żyje, odchodzący w przeszłość, świat chłopskiej kultury.

W sezonie (lipiec – sierpień) muzeum czynne jest od środy do soboty (w godz. 10:00 – 18:00) i w niedzielę (w godz. 10:00 – 14:00). Poza sezonem: od środy do niedzieli (w godz. 10:00 – 14:00). Dobrze jest wcześniej upewnić się co do godzin otwarcia dzwoniąc do Muzeum Tatrzańskiego (tel. 18-201-52-05). Ceny biletów: normalny 6,00 zł, ulgowy 4,50 zł.

8. Jadąc dalej w kierunku północnym docieramy do niewielkiej wioski **Trybsz**, będącej ostoją spiskiego folkloru. Ciągle można tu zobaczyć stroje z oryginalnymi zdobieniami spodni i sukman. Najważniejszym zabytkiem tej miejscowości jest stojący w cieniu strzelistych drzew **drewniany kościółek św. Elżbiety Węgierskiej**. Niewielkich rozmiarów zrębowa, jednonawowa świątynia z 1567 r., w momencie wybudowania nowego kościoła straciła na znaczeniu. Warto zaglądnąć do środka ze względu na bardzo cenną barokową polichromię z 1647 r., uważaną za najstarszą polską panoramę Tatr.

Kościół zwiedzać można od środy do niedzieli. Kontakt z dyżurującym przewodnikiem pod nr tel.: 18-28-56-465 lub 669-051-001.

9. Opuszczamy Trybsz kierując się na zachód. Po minięciu rzeki Białki odbijamy w lewo. Wybrana droga doprowadzi nas do trasy nr 49, przy której położona jest **Białka Tatrzańska**.





WYCIECZKA nr 20

Pogórze Gliczarowskie i Magura Spiska na dwóch kółkach

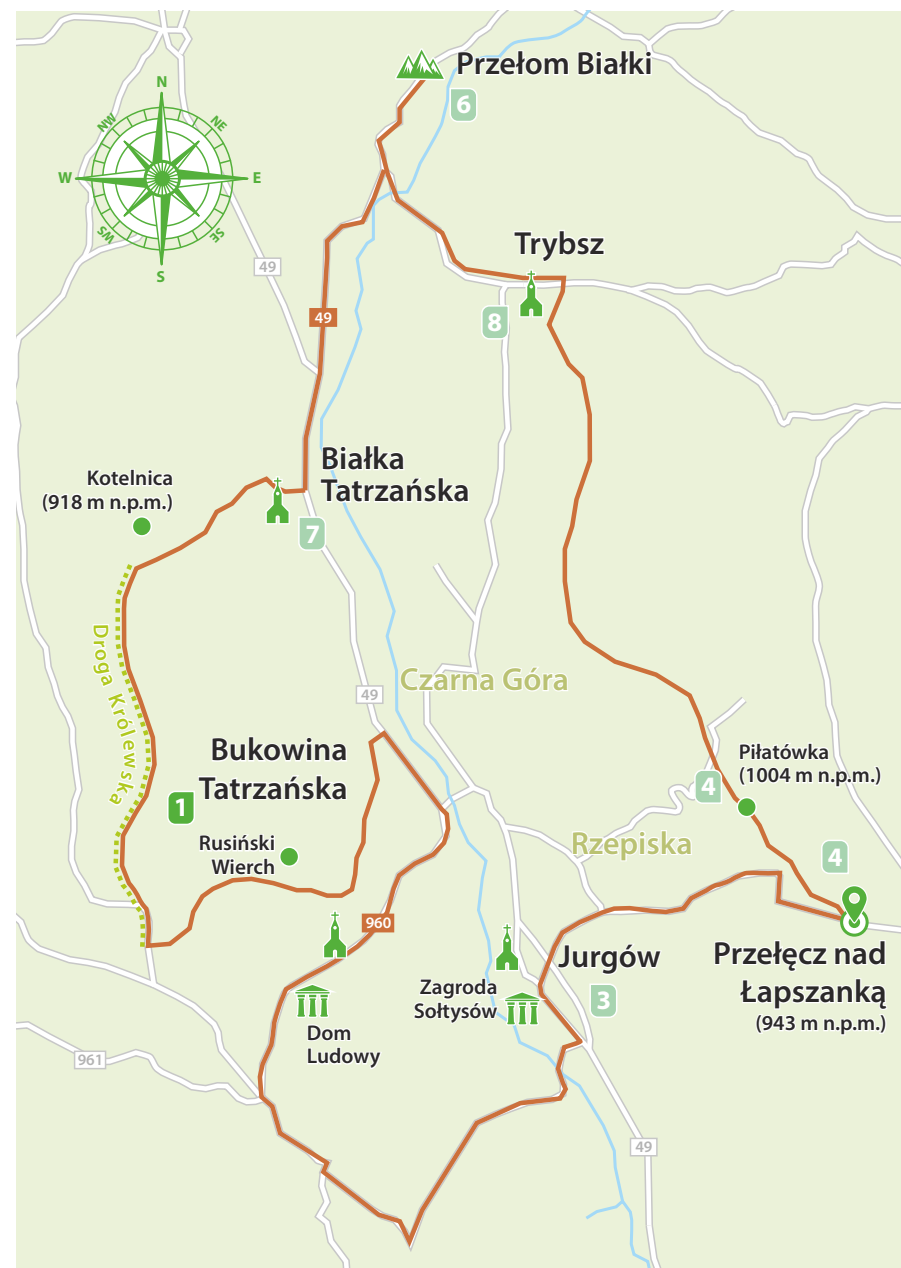
Trasa dla rowerzystów o dobrej kondycji, którzy nie boją się trudnych podjazdów. Nagrodą za włożony wysiłek są zapierające dech w piersiach widoki. Po drodze liczne zabytki kultury spiskiej i podhalańskiej.

Przebieg   Trasa: 

Bukowina Tatrzańska • Brzegi • Jurgów • Przełęcz nad Łapszanką • Piłatówka
(1004 m n.p.m.) • **Trybsz** • **Przełom Białki** • **Białka Tatrzańska** • **(Królewska Droga)**
• **Bukowina Tatrzańska**  48 km  3:30 h

Opis trasy

1. Trasę rozpoczynamy w **Bukowinie Tatrzańskiej** – miejscowości wypoczynkowej chętnie odwiedzanej przez miłośników źródeł termalnych [\[więcej na str. 94\]](#) oraz sportów zimowych [\[więcej na str. 89\]](#). Warto na moment zatrzymać się przed Kościołem Najświętszego Serca Pana Jezusa oraz Domem Ludowym [\[opis: Wycieczka nr 19, str. 76\]](#).
2. Wybieramy drogę nr 960. Za Bukowiną Tatrzańską odbijamy w lewo, by zjechać do miejscowości **Brzegi**. We wsi zobaczyć możemy stylowe drewniane chałupy oraz klimatyczne kapliczki.
3. Pierwszą dłuższą przerwę warto zrobić w **Jurgowie** [\[opis: Wycieczka nr 19, str. 77\]](#).
4. Z Jurgowa udajemy się na wschód, w kierunku **Przełęczy nad Łapszanką** (943 m n.p.m.) Gdy pojawią się niebieskie oznaczenia szlaku turystycznego, odbijamy w lewo. Wkrótce osiągnąmy najwyższy punkt na trasie – **Piłatówkę** (1004 m n.p.m.)
5. Niebieski szlak doprowadzi nas do wsi **Trybsz** [\[opis: Wycieczka nr 19, str. 78\]](#)
6. Zanim udamy się do miejsca, z którego zaczynaliśmy wycieczkę, warto zobaczyć wyjątkowy **Przełom Białki** [\[opis: Wycieczka nr 15, str. 64\]](#). Prowadzi tam niebieski szlak rowerowy.
7. Dojeżdżamy do drogi nr 49. Będąc w **Białce Tatrzańskiej** warto zatrzymać się przy kościółku pw. św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza [\[opis: Wycieczka nr 19, str. 76\]](#).
8. Kierujemy się w stronę stacji narciarskiej **Kotelnica** [\[więcej na str. 89\]](#) – trasa prowadzi równoległe do wyciągu. Malowniczy szlak wiodący grzbietami okolicznych wzgórz to tzw. **Droga Królewska**. Podobno, właśnie tędy wracała z odsieczy wiedeńskiej armia króla Jana III Sobieskiego.
9. W **Bukowinie Tatrzańskiej** wybieramy drogę prowadzącą z boczem Rusińskiego Wierchu. Do centrum miejscowości zaprowadzą nas drogi 49 i 960.



WYCIECZKA nr 21

Tatry z Palenicy Białczańskiej

Na terenie gminy Bukowina Tatrzańska leży ważna część Tatrzańskiego Parku Narodowego (TPN) z najwyższym polskim szczytem – Rysami oraz słynną Orlą Percią. Tatry to temat niezwykle ciekawy, ale też obszerny. Formuła naszego przewodnika, pozwala na zaprezentowanie jedynie najważniejszych informacji, które dobrze jest uzupełnić korzystając z innych źródeł.

Podstawowe informacje

START

Miejscem, z którego najczęściej wyruszają turyści, jest **Palenica Białczańska** – położona na wysokości ok. 990 m n.p.m. polana otoczona tatrzańskimi szczytami. Niegdyś znajdowały się tu szopy pasterskie należące do górali z Białki Tatrzańskiej, dziś jest duży parking na 550 samochodów, punkty gastronomiczne i kioski z pamiątkami oraz jedno z najpopularniejszych wejść do Tatrzańskiego Parku Narodowego. Do Palenicy Białczańskiej dotrzemy samochodem (drogą nr 960 z Bukowiny Tatrzańskiej) lub autobusem.



Wstęp na szlaki TPN jest płatny. W 2013 roku bilety kosztowały odpowiednio: normalny – 4 zł, ulgowy – 2 zł, 7-dniowy normalny – 20 zł, 7-dniowy ulgowy – 10 zł, grupowy normalny (do 10 osób) – 36 zł, grupowy ulgowy (grupa do 10 osób) – 18 zł. Pozostawienie pojazdu na parkingu to wydatek: 10 zł za motocykl, 20 zł za samochód osobowy, 30 zł za samochód osobowo-ciężarowy lub ciężarowy, 35 zł za autokar.

NAJPOPULARNIEJSZE SZLAKI

Najpopularniejszy jest szlak czerwony przez Dolinę Rybiego Potoku do Morskiego Oka. 8-kilometrowa trasa prowadzi głównie, zamkniętą dla ruchu samochodowego,

asfaltową drogą, której pokonanie zajmuje około 2:30 h. Można skrócić ten czas, wybierając przejażdżkę bryczką. Czerwone oznaczenia prowadzą dalej – do malowniczego **Czarnego Stawu** i na **Rysy** (2499 m n.p.m.), jednak na pokonanie tego odcinka powinni decydować się turyści posiadający odpowiedni sprzęt i dobrą kondycję.

Innym, niezwykle uroczym miejscem jest **Dolina Pięciu Stawów Polskich**. Aby tam trafić, najlepiej przy Wodogrzmotach Mickiewicza odbić w prawo, na zielony szlak prowadzący malowniczą Doliną Rostoki. Do Palenicy Białczańskiej wrócić możemy przez Morskie Oko.

SCHRONISKA

Na terenie gminy Bukowian Tatrzańska znajdują się 3, niezwykle klimatyczne schroniska górskie:

- **Schronisko w Dolinie Rostoki**
78 miejsc; tel. 609-00-17-60 i 600-44-37-33.
- **Schronisko przy Morskim Oku**
78 miejsc; tel. 18-207-76-09 i 602-26-07-57 (w godz. 9-21).
- **Schronisko w Dolinie Pięciu Stawów Polskich**
67 miejsc; tel. 781-05-55-55.

WYCIECZKA nr 22

Z Tylmanowej do Bukowiny Tatrzańskiej

Kilkudniowa piesza wycieczka łącząca tereny, na których działają: Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny” oraz Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy.

Dzień pierwszy

Pierwszego dnia przemierzać będziemy górskie ścieżki na terenie malowniczych Gorców. Po zdobyciu Lubania udamy się do uroczego Krościenka nad Dunajcem.

Przebieg



Szlak

Tylmanowa os. Rzeka • Lubań (1225 m n.p.m.) • Krościenko nad Dunajcem

ok. 15,5 km ok 5 h

Opis trasy

1. Trasę rozpoczynamy w **Tylmanowej**. Zielone oznaczenia szlaku turystycznego, znajdziemy na osiedlu Rzeka. Zaprowadzą nas one na południowy zachód, do najwyższej kumulacji tej części pasma – góry **Lubań** (1225 m n.p.m.). Po drodze warto zwiedzić **Kalwarię Tylmanowską** [opis wejścia: Wycieczka nr 9A, str. 46].

2. Po krótkim odpoczynku wybieramy szlak czerwony, który prowadzi do **Krościenka nad Dunajcem**. Nocleg w tej znanej miejscowości letniskowej, będzie świetną okazją, by zwiedzić tutejsze zabytki, lepiej poznać góralską kulturę oraz ugasić pragnienie wodą z leczniczych źródełek [opis atrakcji: Wycieczki nr 1, str. 14].

Dzień drugi

Trasa, która czeka nas tego dnia, prowadzi przez strzeliste szczyty Pienin i będzie nie lada gratką dla miłośników skał oraz starych zamków.

Przebieg



Szlak

Krościenko nad Dunajcem • Sokolica (747 m n.p.m.) • Trzy Korony (982 m n.p.m.) • Zamek

Czorsztyń • Zamek Dunajec ok. 18 km ok. 1,5 km ok 6:30 h

Opis trasy

1. Ruszamy z **Krościenka nad Dunajcem**. Naszym pierwszym celem jest jeden z symboli Pienin – **Sokolica** (747 m n.p.m.). By zdobyć jej skalisty wierzchołek, należy z Krościenka nad Dunajcem podążać za

zielonymi znakami w stronę Przełęczy Sosnow (650 m n.p.m.), a następnie skręcić w lewo wybierając szlak niebieski [opis: Wycieczki nr 3, str. 26].



2. Po zejściu z **Sokolicy** zaczyna się pasjonująca wędrowka granią, przez którą przeprowadzi nas niebieski szlak popularnie zwany „Sokolą Percią”. Kolejnymi ważnymi punktami na trasie są: **Góra Zamkowa** (799 m n.p.m.), gdzie znajdują się ruiny Pienińskiego Zamku oraz **Okraglica** (982 m n.p.m.) – skała, która jest kulminacją słynnych **Trzech Koron**. [opis: Wycieczki nr 4, str. 28].

3. Niebieski szlak doprowadzi nas do Czorsztyna. Wcześniej warto zrobić sobie przerwę na znanej z pięknych widoków



Hali Majerz oraz odwiedzić wieś **Hałuszowa** [opis: Wycieczki nr 6, str. 34].

4. W **Czorsztynie** wybieramy szlak zielony, który prowadzi do **ruin zamku**. Po zwiedzeniu starej warowni udajemy się do pobliskiej przystani. Rejs gondolą po **Jeziorze Czorszyńskim** pozwoli nam nabrać sił przed ostatnią dziś dawką atrakcji. Jeśli na trasę wyruszyliśmy odpowiednio wcześniej, zdążymy jeszcze zwiedzić okazały **Zamek Dunajec** wraz z przyległymi zabytkami oraz potężną **tamę**. [opis: Wycieczki nr 5, str. 31].

C Dzień trzeci

Ostatniego dnia czeka nas dosyć długa, ale przyjemna wędrowka przez dwa pasma leżące na terenie polskiego Spisza: **Pieniny Spiskie** oraz **Pogórze Spiskie**.

Przebieg ☆☆☆  Szlak 

Niedzica os. Zamek • **Góra Żar** (883 m n.p.m.) • **Dursztyn** • **Łapsze Wyżne** • **Pawlików Wierch** (1016 m n.p.m.) • **Bukowina Tatrzańska**  ok. 22 km  ok 7 h

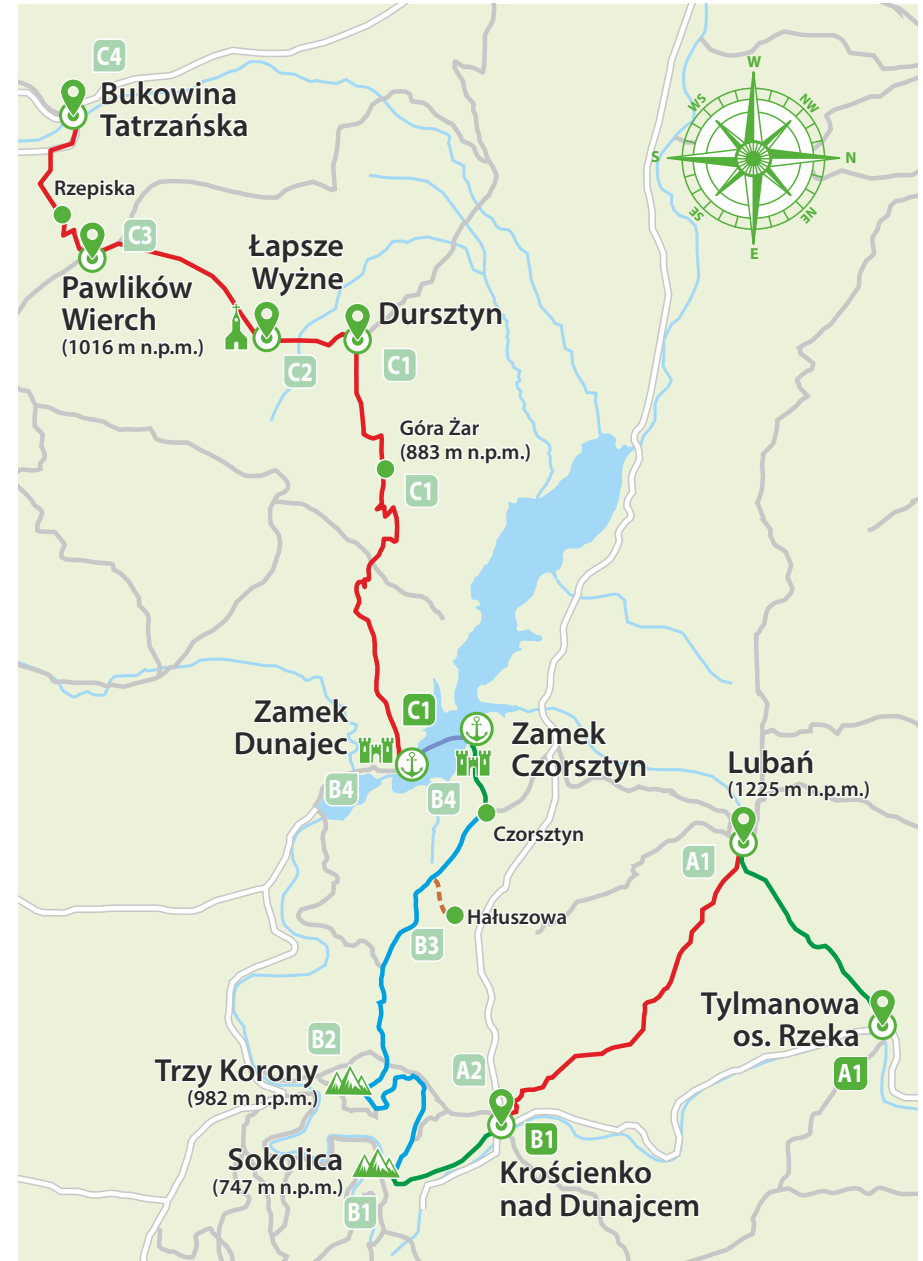
Opis trasy

1. W miejscowości Niedzica os. Zamek musimy odnaleźć czerwone oznaczenia szlaku turystycznego, które towarzyszyć nam będą już do samego końca wycieczki. Pierwszym wyzwaniem jest przejście liczącego ok. 11 km odcinka, który prowadzi przez szczyty Pienin Spiskich, wraz z główną kulminacją – **Górą Żar** (883 m n.p.m.). Ten etap kończy zejście do wsi **Dursztyn**. [opis trasy: Wycieczki nr 18, str. 74].

2. Z Dursztyna kierujemy się na południe. W **Łapszach Wyżnych** warto zwiedzić, uchodzący za perłę rokoka na polskim Spiszu, **kościół pw. św. Piotra i Pawła** [opis: Wycieczki nr 16, str. 68].

3. Po opuszczeniu wsi zaczynamy wędrowkę ścieżkami Pogórza Spiskiego. Najwyższym wzniesieniem na dzisiejszej trasie jest **Pawlików Wierch**, który osiąga wysokość 1016 m n.p.m. Bezleśny szczyt uchodzi za doskonały punkt widokowy.

4. Ostatni etap stanowi zejście do **Bukowiny Tatrzańskiej** [opis: Wycieczki nr 19, str. 76], gdzie kończymy wycieczkę. Znajduje się tu duży kompleks basenów termalnych. Dzięki ciepłym źródłom, szybciej odzyskamy siły po trudach trzydniowej wędrowki [opis: str. 94].





zimowe atrakcje

Aktywności na świeżym powietrzu

Pieniny, Gorce, Spisz i Podhale to miejsce całorocznych atrakcji. Również zimą można spędzić tu czas ciekawie i aktywnie. Na miłośników białego szaleństwa czekają liczne trasy narciarskie. Można też skorzystać z usług wypożyczalni skuterów, czy wziąć udział w kuligu. Zima w górach oferuje rozrywki, których próżno szukać w mieście.

Trasy zjazdowe

Narciarstwo zjazdowe w regionie skupia się głównie w Pieninach i na Podhalu. Do dyspozycji turystów pozostaje kilka profesjonalnych ośrodków sportowych o różnicowanej trudności tras.

Opis ośrodków

A) KLUSZKOWCE (Góra Wdżar): Czorsztyn-Ski

Jeden z najpopularniejszych ośrodków sportów zimowych znajduje się w Kluszkowcach, na słynącej z pięknych widoków **Górze Wdżar** (766 m n.p.m.). Średnie nachylenie stoku wynosi tu 23%. Do dyspozycji miłośników białego szaleństwa jest osiem dośnieżanych tras o zróżnicowanym przeznaczeniu i trudności, spośród których aż siedem posiada oświetlenie. Na szczyt wwożą narciarzy cztery orczyki oraz dwie krzesełkowa kolejki linowe. Dzięki zainstalowanemu nagłośnieniu, suszowanie jest jeszcze przyjemniejsze.

RODZAJE TRAS:

- Trasa nr 1 – niebieska/czerwona: 1200 m – oświetlona;
- Trasa nr 2 – niebieska: 460 m – oświetlona;
- Trasa nr 3 – czerwona (FIS): 900 m – oświetlona;
- Trasa nr 4 – zielona: 100 m – oświetlona;
- Trasa nr 5 – zielona: 100 m – oświetlona;
- Trasa nr 6 – czerwona: 900 m – oświetlona;

- Trasa nr 7 – niebieska: 500 m – nieoświetlona;
- Trasa nr 8 – niebieska: 200 m – oświetlona.

B) KROŚCIENKO NAD DUNAJCEM: Stajkowa Ski

Kompleks narciarski na zboczach **Stajkowej Góry** (706 m n.p.m.), która nazywany jest często „krościeńską Gubałówką”. Ośrodek dysponuje wyciągiem talerzykowym o długości 500 m. Amatorzy sportów zimowych mogą korzystać z dwóch sztucznie naświetlanych i ratrakowanych tras o długości 500 i 250 metrów. U podnóża wzniesienia wybudowano regionalną karczmę, w której znajdują się również: wypożyczalnia sprzętu narciarskiego oraz wypożyczalnia skuterów śnieżnych, szkoła narciarska, sauna, solarium, a także sklepy i pensjonat.

C) NIEDZICA: Polana Sosny

W Niedzicy, niedaleko brzegu Jeziora Sromowieckiego, znajduje się ośrodek



narciarski **Polana Sosny** z niepowtarzalnymi widokami na zbiornik, Zamek Dunajec, Pieniny oraz Tatry. Na narciarzy i snowboardzistów czekają tam oświetlone trasy zjazdowe. Od górnej stacji wyciągu poprowadzona została, licząca 8 km, trasa biegowa do Kacwina:

RODZAJETRAS:

- Trasa A o długości 400;
- Trasa B dla dzieci o długości 70 m;
- Trasa C o długości 300 m.

D) KACWIN

Kacwin to niewielka spiska miejscowość, znajdująca się w pobliżu przejścia granicznego ze Słowacją. Znajduje się tu krótki wyciąg orczykowy (330 metrów) oraz 8 kilometrowa trasa narciarstwa biegowego,

z której można podziwiać Tatry, Pieniny, Magurę Spiską, Beskid Sądecki i Gorce. Średnie nachylenie stoku narciarskiego wynosi 24% a różnica wzniesień 65 metrów. Stok posiada sztuczne oświetlenie.

E) JURGÓW SKI: Hawrań

Kilometr od granicy ze Słowacją, przy szalaszach pasterskich „Podokólne” [więcej: [wycieczka nr 19, str. 78](#)], na stoku **Górkowego Wierchu**, powstała stacja narciarska Jurgów Ski – Hawrań. Narciarze do dyspozycji mają 7 oświetlonych i utrzymywanych ratrakami tras.

Na terenie ośrodka działa kilka wyciągów:

- Kolej linowa 4 os. (A) o długości 760 m i różnicy poziomów 200 m;

- Wyciąg narciarski talerzykowy (B) o długości 640 m i różnicy poziomów 142 m;
- Wyciąg narciarski talerzykowy (E) o długości 370 m i różnicy poziomów 60 m.

Dla maluchów oraz początkujących narciarzy przygotowano:

- Wyciąg narciarski talerzykowy (C) o długości 200 m i różnicy poziomów 35 m;
- Wyciąg narciarski talerzykowy (D) o długości 120 m i różnicy poziomów 16 m.

Miłośnikom białego szaleństwa towarzyszą tu ładne widoki. Z tras można podziwiać panoramę Tatr z wyeksponowanym masywem Tatr Bielskich i najwyższym z tamtejszych szczytów – Hawraniem.

F) BIAŁKA TATRZAŃSKA: Kotelnica Białczańska

Pod samymi Tatrami na wschodnich zboczach **Kotelnicy** (918 m n.p.m.) i **Janku-lakowskiego Wierchu** (934 m n.p.m.) w miejscowości Białka Tatrzańska znajduje się nowoczesny ośrodek narciarski **Kotelnica Białczańska**. Miłośnikom białego szaleństwa znajdzie tu wszystko, co potrzebne do uprawiania ulubionego sportu: dobrze przygotowane i oświetlone trasy, cztery nowoczesne kolejki linowe, dwa wyciągi orczykowe oraz jeden talerzykowy. Kompleks posiada bezpłatne parkingi i WC, wypożyczalnię sprzętu narciarskiego, pawilony gastronomiczne oraz kioski z lokalnymi wyrobami. Do dyspozycji turystów pozostaje osiem tras narciarskich i snowboardowych o zróżnicowanym stopniu trudności:

- Trasa I i IV wzdłuż i pod koleją linową nr I i IV, dł. 1400 m;
- 4 trasy prowadzące do wyciągów orczykowych oraz kolej nr II, dwie pierwsze z nich obok wyciągów to trasy trudne, posiadające homologacje FIS, dwie pozostałe to trasy łagodne.
- Nartostrada prowadząca do ośrodka narciarskiego "Banía";
- Trasa nr III obok kolejki to trasa trudna o długości 710 m;
- Najnowsza trasa wzdłuż kolejki nr VI, to trasa łatwa posiadająca najnowocześniejsze oświetlenie, dł. 1200 m;
- Trasa biegowa łącząca koleje nr VI i III o długości 1900 m.

G) BIAŁKA TATRZAŃSKA: Ośrodek Narciarski Banía

Kompleks sąsiadujący z Kotelnicą Białczańską, przygotowany z myślą o najmłodszych i o osobach dopiero rozpoczynających przygodę z nartami. Niewielkie nachylenie stoków i ich łatwy charakter sprawiają, że wypoczynek na śniegu staje się prawdziwą przyjemnością. W ośrodku znajduje się wypożyczalnia sprzętu narciarskiego oraz szkoła nauki jazdy.

H) BUKOWINA TATRZAŃSKA: Kaniówka

Kompleks tras narciarskich usytuowanych na zboczu **Horników Wierchu** (926 m n.p.m.). Turyści mają do dyspozycji 5 naśnieżanych i oświetlonych wyciągów o zróżnicowanej długości i trudności:

- Wyciąg orczykowy o długości 430 m i różnicy poziomów 90 m;
- Wyciąg orczykowy o długości 190 m i różnicy poziomów 25 m;



- Wyciąg orczykowy o długości 120 m i różnicy poziomów 20 m;
- Wyciąg zaczepowy przeznaczony dla najmłodszych narciarzy, o długości 65 m i różnicy wzniesień 5 m.

I) CZARNA GÓRA

Ośrodek narciarski z jednymi z najpiękniejszych widoków na Podhalu. Trasy ulokowane na wzgórzu **Czarna Góra** (902 m n.p.m.) zapewniają nie tylko niezapomniane wrażenia sportowe, ale i estetyczne. W pogodne dni turystom towarzyszą wspaniałe widoki na Tatry a wieczorami oglądać można zapierający dech w piersiach zachód słońca nad Babią Górą. Do dyspozycji pozostają 3 wyciągi orczykowe oraz wyprzęgana 4-osobowa kolej krzeselkowa. Narciarstwo można uprawiać na kilku, zróżnicowanych trasach:

- Trasa 1 – niebieska o długości 1000 metrów;
- Trasa 2 – niebieska o długości 120 metrów;
- Trasa 3 – niebieska o długości 400 metrów;
- Trasa 4 (w przygotowaniu) – czerwona, o planowanej długości 400 metrów.

J) OBIDOWA: Wyciąg narciarski „Obidowa”

Na północ od Nowego Targu w miejscowości Obidowa znajduje się stok o niedużym stopniu trudności, idealny do szusowania z dziećmi. 465-metrowa, oświetlona trasa jest sztucznie dośnieżana i utrzymywana ratrakami. W dostaniu się na górę pomaga jednoosobowy wyciąg talerzykowy. Przy wyciągu działa wypożyczalnia nart, jest WC oraz są punkty małej gastronomii. Parking jest bezpłatny.

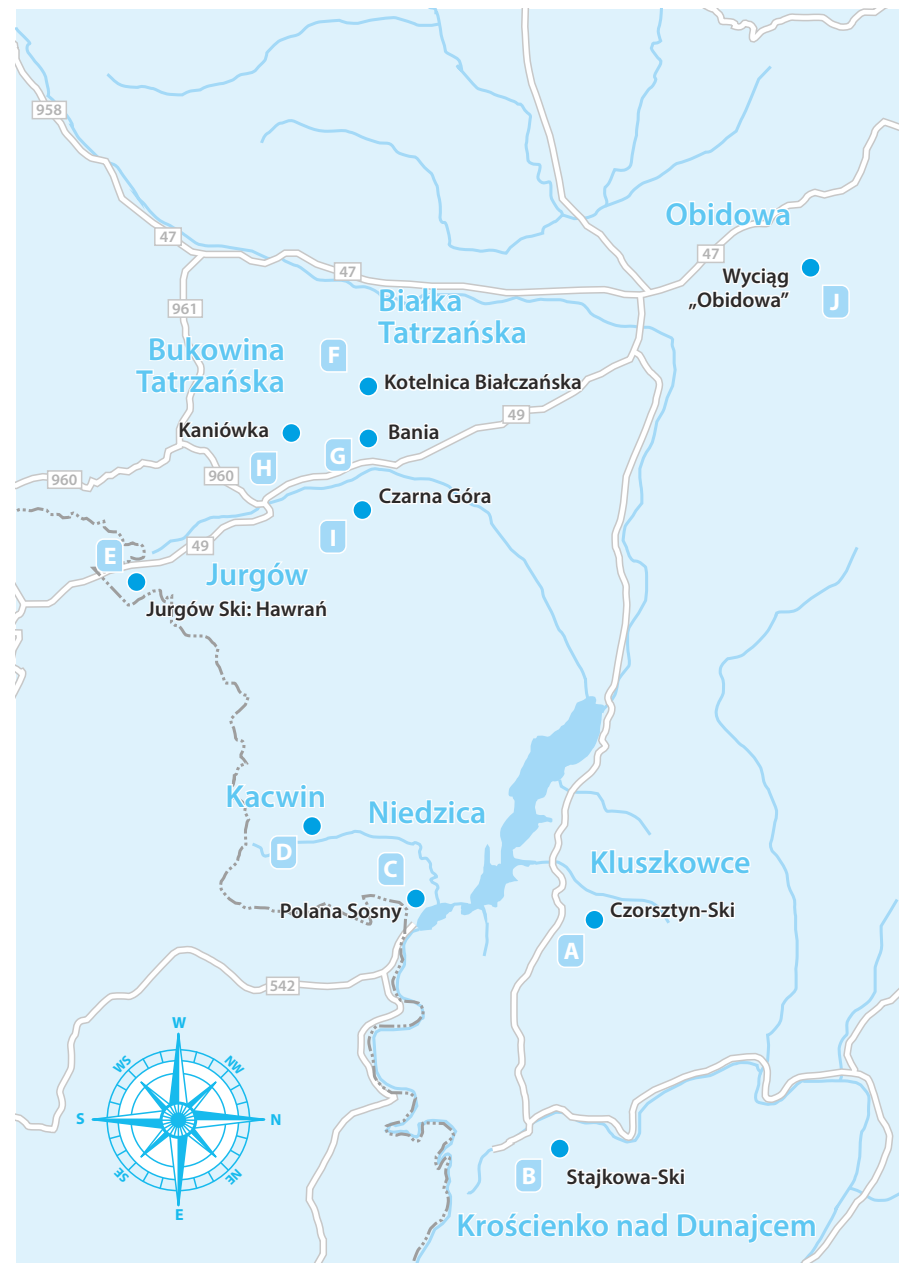
2 Trasy biegowe

Oprócz tych co lubią szusować po stokach, również miłośnicy biegów narciarskich znajdą tutaj coś dla siebie. Osobom, które chcą aktywnie spędzić zimowy urlop polecić możemy kilka ciekawych tras.

Przykłady tras

- A) Bukowina Tatrzańska (Wierch Olczański)** – Wierch Rusiński – Kotelnica Białczańska
- B) Bukowina Tatrzańska (Klin)** – Polana Szymkówka (dołem) – Głodówka – Brzegi – Bukowina Tatrzańska (Wysoki Wierch)
- C) Trasa biegowa** – wokół góry **Wdżar**
- D) Kotelnica Białczańska:** trasa biegowa łącząca koleje nr VI i III o długości 1900 m.

- E) Kacwin – Niedzica (Polana Sosny):** trasa o długości 8 km
- F) Okolice Nowej Białej:** za trasy biegowe służą liczne drogi polne, np. dawny trakt handlowy prowadzący w kierunku Cisowej Skąły [więcej informacji: wycieczka nr 14 str. 60]. Licząc od cmentarza w Nowej Białej do Cisowej Skąły i z powrotem, trasa ta ma długość około 5 km.



3 Wypożyczalnie skuterów

Ciekawym i oryginalnym sposobem na spędzenie wolnego czasu w zimie są przejażdżki organizowane na skuterach śnieżnych. Pęd górskiego powietrza, niezapomniane widoki na Tatry, Pieniny i Gorce, leśne, zasypane śniegiem dukty, rozległe hale, wąskie granie, zamrożone koryta potoków. Skuter śnieżny pozwala

dotrzeć wszędzie tam, gdzie nie sposób dojść na piechotę lub dojechać na nartach. Ten typ rozrywki rekomendujemy szczególnie osobom lubiącym spędzać czas aktywnie i intensywnie. Wypożyczalnie skuterów znajdują się przy większości stacji narciarskich.



4 Tradycyjny kulig

Niezapomnianym i wygodnym sposobem na poznanie zimowych uroków gór są wyprawy organizowane góralskimi saniami. Kulig dostarcza wrażeń, jakich nie oferuje żaden z zimowych sportów. Malownicze panoramy ośnieżonych gór, dźwięk dzwoneczków, tradycyjna kultura ludowa,

górska muzyka, gazdowska gawęda... a na koniec poczęstunek przy ognisku. Taki sposób wypoczynku pozwala doskonale się zrelaksować a jednocześnie spędzić czas na świeżym powietrzu, w otoczeniu górskiej przyrody. W całym regionie znajdziemy kilku organizatorów tego typu przejażdżek.

Źródła termalne

Po szaleństwach na stoku i czasie spędzonym na świeżym powietrzu dobrze jest zażyć kąpeli w basenach termalnych. Gorąca woda mineralna zrelaksuje ciało i pozwoli nabrać sił na kolejne dni. W naszym regionie istnieją dwa kompleksy termalno-rekreacyjne, w których można zażywać kąpeli w luksusowych wnętrzach lub na otwartej przestrzeni, ciesząc oko panoramą Tatr. Z źródeł termalnych korzystać można przez cały rok, ale zimą przyjemność jest największa.

Białka Tatrzańska: Termy Bania

Kompleksowy obiekt podzielony na kilka stref dostosowanych do konkretnych preferencji wypoczywającego. Termy oferują wysokiej jakości usługi rekreacji, wypoczynku i rehabilitacji wodno-leczniczej.

Wody termalne mają swoje źródła na głębokości 2,5 km i po ochłodzeniu w basenach osiągają temperaturę od 24 do 36 stopni Celsjusza. Do dyspozycji gości pozostaje prawie 9000 m² wodnej rozrywki i relaksu. Termy podzielono na trzy strefy rekreacji, spa oraz strefę vip.

A) STREFA GŁOŚNA

Idealne miejsce dla amatorów wodnego szaleństwa oraz rodzin z dziećmi. Znajduje się tu pięć basenów z wodą termalną o temperaturze do 34°, zjeżdżalnie zewnętrzne o łącznej długości prawie 300 m, bicz wodne oraz fontanny.

B) STREFA CICHĄ

Doskonała strefa dla szukających spokoju, wyciszenia i relaksu. Do dyspozycji wypoczywających oddano trzy baseny z wodą termalną o mineralnych właściwościach i prozdrowotnym działaniu.

C) SAUNARIUM

Dla miłośników wypoczynku w gorącej temperaturze przygotowano pięć saun

o różnorodnej specyfice:

- **Saunę Starą Góralską** o temperaturze do 70° C i wilgotności powietrza do 35%;
- **Grotę Kamienną** z dozownikiem solanki, o temperaturze do 50° C i wilgotności 45%;
- **Łażnię Parową** o temperaturze 45° C i wilgotności do 100%;
- **Saunę Fińską** o wilgotności do 50% i temperaturze do 100° C;
- **Ruską Banię** – zewnętrzną saunę ustawioną w ogrodzie o temperaturze do 60° C i wilgotności powietrza do 65%.

Do dyspozycji gości pozostaje basen z wodą geotermalną o temperaturze do 36 °C, basen z wodą chłodzącą do pływania o temperaturze do 24 °C, specjalne natryski, ławki z kadiami do moczenia nóg oraz drink bar. Łączna powierzchnia saunarium wynosi 1000 m².

Kompleks można odwiedzić o każdej porze roku w godzinach od 9 do 23, siedem dni w tygodniu.



2 Bukowina Tatrzańska: Termy Bukovina

Termy bukowińskie łączą pod jednym dachem centrum rozrywki z ośrodkiem uzdrowskim i rehabilitacyjnym. Do dyspozycji gości pozostaje 20 basenów z wodą termalną, która osiąga temperaturę 30-36°C.

W Bukowinie Tatrzańskiej pozyskiwana jest woda typu siarczanowo-chlorkowo-wapniowo-sodowa o wysokim stopniu mineralizacji. Ze względu na unikalny skład mikroelementów i pierwiastków, niski charakter zasadowy oraz specyficzną twardość jest ona doskonałym środkiem leczniczym i rehabilitacyjnym. Nowoczesny kompleks saunowy oferuje osiem kabin różnego rodzaju oraz atrakcje relaksacyjne, gdzie w ciszy i spokoju można odpocząć od gwaru codziennego życia i nabrać sił przed kolejnymi aktywnościami. Do dyspozycji gości oddano:

- **Saunę Fińską** o temperaturze do 100°C;
- **Saunę Góralską** z temperaturą do

110°C, która znajduje się w osobnym domku;

- **Łozpoloną Marynę** o temperaturze do 100°C, przygotowaną w góralskim stylu;
- **Łaźnie Parowe** oferujące kąpiel ciepłą w pomieszczeniu nasyconym gorącą parą wodną. Zabieg ten sprzyja oczyszczeniu ciała i pobudzeniu krążenia. Do dyspozycji gości jest łaźnia bez zapachu o temperaturze 50° C, odświeżająca łaźnia parowa z zapachami roślinnymi (temperatura 45° C) oraz zmysłowa łaźnia parowa przygotowana z myślą o paniach, w której dominują zapachy kwiatowe (temperatura 45°C);
- **Kabinę na podczerwień**, czyli suchą kabinę, w której naświetla się całe ciało promieniami podczerwonymi w temperaturze do 60°C;
- **Lakonium** – pomieszczenie relaksacyjne z podgrzewanymi łózkami i odprężającym sklepieniem zmieniającym kolor, w którym stosowana jest chromoterapia – czyli leczenie kolorami;
- **Strefę schładzania** – trzy baseny z zimną wodą idealną po odbyciu sauny – dwa w środku i jeden oświetlony na zewnątrz;
- **Strefę wypoczynku** – wygodne leżaki i relaksacyjną muzykę pozwalającą na wypoczynek pomiędzy poszczególnymi sesjami sauny.

Obiekt czynny jest przez cały rok od poniedziałku do niedzieli, w godzinach od 9.00 do 22.00.



Moje notatki



Zagadki

Mamy nadzieję, że wizyta w naszym regionie dostarczyła Wam wielu niezapomnianych wrażeń. Udany wyjazd warto w odpowiedni sposób podsumować. Zachęcamy do tego, by zmierzyć się ze specjalnie przygotowanymi zagadkami.

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny”

1. Urocze Krościenko już za czasów Piasta, miało zacny tytuł _____.

Tutejsze pejzaże równe widokówkom, z nich słynie _____ – zwana „Gubałówką”.

Niższa _____ znana dziś jest wszystkim. Tam swoją Oazę tworzył ksiądz _____.

_____.

Prawy brzeg _____ – uzdrowisko dawne – ma na swym terenie trzy _____

sławne.

2. Otoczona _____ turystów zachwyca. Najdłuższa wieś w Polsce piękna _____.

Kaplica drewniana, kuźnia oraz domki - dużo jest atrakcji w Skansenie _____.

_____ to najstarsza chatka. Miała tu schronienie polska partyzantka.

3. Czorsztyńska warownia – obiekt królom znany. _____ się chronił tutaj

przed Szwedami.

Z zamkowych dziedzińców widok jest wspaniały, na _____ -

akwen okazały.

Hala z owieczkami – widok to typowy, na Majerzu spotkasz _____.

Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy

1. Z jednej Obłazowa, z drugiej jest _____. Ten piękny rezerwat każdego zachwyca.

Malowniczy _____, jaki tworzą skałki powstał dzięki sile górskiej rzeki _____.

Jej wody, co płyną z fantazją ułańską, dzielą kraj na _____ i ziemię podhalańską

2. Już od _____ wieków wiarę w nas rozpala, cudowna figurka _____ Podhala.

Co roku w pielgrzymkach lud wierny tu zmierza. Nawet Papież Polak przybył do _____.

Odmówił modlitwę w miejscu wyjątkowym. Pamiątką jest piękny Ogród _____.

3. Stary ród Berzeviczych, dawny włodarz Spisza, miał swoją siedzibę tam, gdzie wieś _____.

Niedaleko miejsca, gdzie płynie _____, który dawno temu oddzielał dwa kraje.

W warowni, co strzegła _____ granicy, znaleziono „klucz” do _____ tajemnicy.

Wydawca: Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania „Gorce-Pieniny”
oraz Stowarzyszenie Rozwoju Spisza i Okolicy

Produkcja: OPEN group - www.opengroup.com.pl

Wydanie: 2013 ROK



Produkcja:

 OPEN group www.opengroup.com.pl

egzemplarz bezpłatny



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa Inwestująca w Obszary Wiejskie. Przewodnik Turystyczny realizowany w ramach Projektu Współpracy pn. „Kraina Niezapomnianych Chwil” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach działania 421 „Wdrażanie projektów współpracy” Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013

Institucja zarządzająca PROW na lata 2007-2013 – Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi.