

SPIS TREŚCI

O górach

Dokąd jedziemy?	9
Skąd się wzięły góry w Polsce?	10
Skały i formacje skalne	12
A co to jest, tam daleko?	14
Tam idziemy!	16
Jaskinie	18
Kto się kryje w jaskiniach	20
Co krok, to nowy widok	21
Dzika przyroda z bliska	22
Kolorowe łąki	23
Co to za katastrofa!	24
Tropem dzikich zwierząt	25
Skrzydłaci mieszkańcy gór	26
Mali, ale ważni	28
Wierni przyjaciele	30
Od chałupy do chałupy	31
Na góralskiej biesiadzie	32
Powrót do rycerskich czasów	34
Poszukiwacze skarbów	35
Na tropie dinozaurów	36
Góry pełne zagadek	38
	39

Przygotowania do wędrowki

	41
Od czego by tu zacząć?	42
Na cebulkę	44
Ubieramy się!	45
W co się ubrać zimą?	46
Warstwa obowiązkowa	48
Jakie buty?	49
Po pierwsze: napoje!	50
Woda mocy doda	51
Pakujemy prowiant	52
Obiad pod chmurką	53
Ekwipunek	54
Bingo! Mamy to!	55
Pakowanie plecaka	56
Kije włóczykije	57
Zdobywcy najwyższych gór świata	58
Przygotowania do wspinaczki	59



Wpisano do Księgi Akcesji

Akc. K1 nr 179.../2025/20



Na szlaku

Którędy na szczyt?	61
Oznaczenia pieszych szlaków	62
Daleko jeszcze?	64
Dokąd prowadzi ten szlak?	65
Za mną!	66
Wędrówkę czas zacząć!	68
Zimowisko	70
Nie ma nudy!	72
Postój w schronisku	74
Nocleg w schronisku górskim	75
Noc pod gwiazdami	78
Szczyty i zachwyty	80
	82

Bezpieczeństwo w górach

	85
Bezpiecznie do celu	86
Górska pogodynka	88
Gdy idzie burza, nikt się w góry nie wynurza!	90
Gdy halny dmucha, nie spotkasz żywego ducha!	91
Iść czy nie iść?	92
Uwaga, zima!	93
Zimowe zagrożenia	94
Ups, zgubiliśmy się!	96
Niedźwiedzia przysługa	98
Oko w oko ze zwierzem	99
Ratunku, na pomoc!	100
Sygnały alarmowe	101
GOPR & TOPR	102
Apteczka	104
Moje górskie wędrówki	105
Odznaki turystyczne PPTK	106
Korona Gór Polski	107
Moja lista rzeczy do spakowania	108
Rozrywki u podnóży gór	110

