

SPIS RZECZY

	str.
Uzdrowiska dolnośląskie	3
Informacje geograficzne	4
Położenie uzdrowiska	4
Budowa geologiczna, ukształtowanie, fauna i flora	5
Klimat	6
Rys historyczny	6
Wiadomości ogólne o Świeradowie	10
Dojazd	10
Uzdrowisko	11
Wskazania lecznicze	11
Przeciwwskazania	13
Skierowania na pobyt w uzdrowisku	13
Źródła i urządzenia lecznicze	14
Wczasy	17
Rozrywki kulturalne i urządzenia sportowe	18
Turystyka	19
Ochrona przyrody	19
Zdobywanie odznak turystycznych	21
Zakwaterowanie	21
Wyżywienie	21
Oddział PTTK „Ziemi Lwóweckiej”	21
Szlaki turystyczne	22
Spacery	22
1. Spacer po Świeradowie Źdroju	22
2. Spacer „drogą sercową”	24
3. Na szczyt Zajęcznika	25
4. Do Czerniawy Źdroju	25

Wycieczki dalsze	27
1. Do Rozdroża Izerskiego	27
2. Do schroniska na Stogu	27
3. Na Sępia Górę	28
4. Do Rozdroża Izerskiego przez Sępia Górę	28
5. Rozdroże Izerskie — Wysoki Kamień — Szklarska Poręba	30
6. Rozdroże Izerskie — Bobrowe Skaly — Piechowice	31
7. Mirsk i zamek Gryf	32
8. Gryfów Śląski i Lubomierz	34
9. Do Lwówka Śląskiego	36
10. Przełom Kwisy — zamek Sucha — Leśna — zamek Świecie — Lubań	38
Turystyka narciarska	41
Najważniejsze adresy	42