

# Spis treści

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| Wstęp                                    | 3  |
| Układ przewodnika                        | 5  |
| Położenie                                | 9  |
| Warunki naturalne                        | 10 |
| Mapa                                     | 24 |
| 1 Przez Starohorskie Wierchy             | 26 |
| 2 Kozi Grzbiet z Donowal                 | 28 |
| 3 Kozi Grzbiet z Hiadela                 | 30 |
| 4 Wielka Chochula                        | 32 |
| 5 Raztockie Łazy                         | 34 |
| 6 Dziurkowa z Jasenia                    | 36 |
| 7 Skalka                                 | 38 |
| 8 Wokół Krpaczowa i Lehot                | 40 |
| 9 Wokół Krpaczowa i Tal                  | 42 |
| 10 Baba                                  | 44 |
| 11 Dziumbir i Chopok z Trángoszki        | 46 |
| 12 Chopok i Deresze z Serduska           | 48 |
| 13 Dziumbir z Mýta pod Dziumbirem        | 50 |
| 14 Kraliczka                             | 52 |
| 15 Beniuszka                             | 54 |
| 16 Z Bacucha do Wyżniej Bocy             | 56 |
| 17 Homolka                               | 58 |
| 18 Wielka Wapientca                      | 60 |
| 19 Andrejcowa                            | 62 |
| 20 Kralowa Hola z Telgartu               | 64 |
| 21 Kralowa Hola z Liptowskiej Ciepliczki | 66 |
| 22 Okolice Liptowskiej Ciepliczki        | 70 |
| 23 Kozi Kamień                           | 72 |
| 24 Wielki Bok                            | 74 |
| 25 Równa Hola                            | 76 |
| 26 Ścieżką dydaktyczną wzdłuż Wagu       | 78 |
| 27 Ohnište                               | 80 |
| 28 Smrekowica                            | 82 |
| 29 Dziumbir z Liptowskiego Jana          | 84 |
| 30 Południca                             | 86 |
| 31 Demianowska Góra                      | 88 |
| 32 Demianowska Jaskinia Lodowa           | 90 |
| 33 Pusté                                 | 92 |

|    |                                              |     |
|----|----------------------------------------------|-----|
| 34 | Krakowa Hoła                                 | 94  |
| 35 | Siná i Bôr                                   | 96  |
| 36 | Doliná Demianowską i Doliná Jańską           | 98  |
| 37 | Ścieżka dydaktyczna Dolina Demianowska       | 100 |
| 38 | Chopok z Jasnej                              | 102 |
| 39 | Deresze z Jasnej                             | 104 |
| 40 | Przednia Magura                              | 106 |
| 41 | Sliackie trawertyny                          | 108 |
| 42 | Dzhurkova z Magurki                          | 110 |
| 43 | Salatyn z Ludrowej                           | 112 |
| 44 | Salatyn z Żelaznego                          | 114 |
| 45 | Branków i Wodospad Brankowski                | 116 |
| 46 | Niżnotatrzańska trasa graniowa (cz. 1)       | 118 |
| 47 | Niżnotatrzańska trasa graniowa (cz. 2)       | 122 |
| 48 | Niżnotatrzańska trasa graniowa (cz. 3)       | 126 |
| 49 | Niżnotatrzańska trasa graniowa (cz. 4)       | 128 |
| 50 | Niżnotatrzańska trasa graniowa (cz. 5)       | 130 |
|    | Atrakcje przyrodnicze i propozycje wycieczek | 133 |
|    | Indeks                                       | 142 |
|    | Słownik                                      | 145 |
|    | Informacje praktyczne                        | 146 |

## Układ przewodnika

Seria „Z plecakiem po Słowacji” jest przeznaczona przede wszystkim dla tych turystów, którzy preferują turystykę pieszą.

Część wstępna przewodnika jest poświęcona informacjom ogólnym o układzie poszczególnych tras i o podstawowych zasadach poruszania się w terenie. Pierwszy rozdział zaznajamia krótko z warunkami naturalnymi terenu (od rzeźby przez charakterystykę wód, klimatu, gleb, fauny i flory aż po ochronę przyrody). Po zwięzłej charakterystyce przyrodniczej następuje mapa regionu w skali 1:50 000 z zaznaczonymi i ponumerowanymi trasami turystycznymi.

Po części ogólnej następuje opis poszczególnych tras. Na wstępie każdej z nich można znaleźć najważniejsze informacje ułożone według hasel. Pierwszym hasłem jest pozycja określająca teren, na którym trasa jest usytuowa-