

# Spis treści

Od autorki 6

## Podhale 10

Czerwony szlak pieszo-rowerowy 16

Kumoterki 19

Góralski kulig 22

Dom z widokiem na Tatry 25

Narty w Białce 29

Rezerwat Przełom Białki 32

Góralski Karnawał 35

Głodówka 37

Baseny termalne w Bukowinie 40

Skywalk Serce Poronina 43

Muzeum Oscypka 46

Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziemi

Górskich 48

Cafe Tygodnik Podhalański 51

Kaplica Witkiewiczowska 54

Centrum Edukacji Przyrodniczej TPN 57

Skoki narciarskie na Wielkiej Krokwi 60

Plaża z widokiem na Tatry 64

Cmentarz na Pęksowym Brzyzku 68

Polaniarski Osod 71

Jaskinia Mylna i Smocza Jama 75

Drewniane chałupy i termy

w Chochołowie 79

# Orawa 84

- Torfowisko Baligówka 90
- Opony w kościele 93
- Madejowe Łoże 96
- Moskole w skansenie 100
- Polana Stańcowa 104
- Zdjęcie z Tatrami w ramce 109
- Rejs po Jeziorze Orawskim 112
- Huštawka z widokiem na Babią 116
- Drewniany kościół z listy UNESCO 120
- Podbiel 123
- Jaskinia, narty i skansen 126
- Zamek Orawski 130
- Kubińska Hala 134
- Orawska kolejka leśna 137
- Masyw Szipu i osada Podšíp 140
- Wyprawa po 1000 m przewyższenia 144

# Liptów 148

- Wodospad Luczański 154
- Wysoki zamek ponad Liptowem 158
- Słynny żywy skansen 162
- Letni tor bobslejowy Žiarce 165
- Najbardziej znana góra w Niżnych  
Tatrach 168
- Jaskinie Demianowskie 172
- Liptowska Mara 178
- Celtyckie grodzisko 182
- Tatralandia 186

- Młyny w Dolinie Kwaczańskiej 190  
Najnowocześniejsze muzeum Słowacji 194  
Liptowski Gródek 198  
Muzeum Wsi Liptowskiej 203  
Konno z widokiem na Krywań 207

## Spisz 210

- Krywań 218  
Szczyrbskie Jezioro 221  
Schronisko pod Soliskiem 225  
Popradzki Staw 229  
Poprad 232  
Słowacki Raj 236  
Kąpielisko termalne dla starszych 241  
Stary Smokowiec 244  
Z dziećmi na Hrebienok 248  
Łomnicki Staw 254  
Magistrala Tatrzańska 260  
Kieżmark 264  
Bachledka 268  
Wycieczka w Tatry Bielskie 273  
Widokowa Przełęcz nad Łapszanką 279  
Lotnicy i narty na Litwince 284  
Zachód słońca na Grandeusie 287  
Spływ Dunajcem 291  
Bór na Czerwonem 295  
Rowerem dookoła Tatr 298  
Indeks 302