

Przedmowa	4
Trekking w Europie.....	6
Informacje ogólne.....	14

1. Arctic Circle Trail Grenlandia.....	32
2. Laugavegur – szlak gorących źródeł Islandia	40
3. Jotunheimen – tam, gdzie żyją dzikie trolle Norwegia.....	48
4. West Highland Way Szkocja.....	56
5. Pembrokeshire Coast Path Walia	64
6. South West Coast Path Anglia: Kornwalia	70

7. Ruta de la Reconquista Hiszpania: Picos de Europa.....	78
8. Przyrodnicze cuda Pirenejów Francja – Hiszpania.....	84
9. GR 221 – przez Serra de Tramuntana Hiszpania: Majorka	90
10. Selvaggio Blu Włochy – Sardynia	96
11. GR 20 – górski trawers Francja: Korsyka.....	104
12. Liguryjski Szlak Nadmorski Włochy: Riwiera Włoska – Cinque Terre	112
13. GTA – z Monte Viso do Valle di Stura Włochy: Piemont	120



14. Tour du Mont Blanc Francja – Szwajcaria – Włochy	128
15. Walker's Haute Route Francja – Szwajcaria	136
16. Bären trek Szwajcaria: Alpy Berneńskie	144
17. Wokół Berniny Szwajcaria: Engadyna	152
18. E5 – z Oberstdorfu do Merano Niemcy – Austria – Włochy	160
19. Wysokogórski Szlak Dolomitów numer 4 Włochy: Tyrol Południowy – Wenecja Euganejska	166
20. Wokół Königssee i Watzmann Niemcy: Alpy Berchtesgadeńskie	174

21. Wokół Dachsteinu Austria: Górna Austria – Styria	180
22. Przejście przez Tatry Słowacja – Polska	188
23. Szlak Zagoria Grecja: Pindos	196
24. E4 – wzdłuż południowego wybrzeża Krety Grecja: Wyspy Egejskie	202
25. Szlak Licyjski Turcja: wybrzeże Morza Śródziemnego	210
Indeks	218
Literatura	222

