

SPIS RZECZY

CZĘŚĆ OGÓLNA	3
Położenie	3
Kraina wzgórz i jezior	4
Szata roślinna i zabytki przyrody	8
Z przeszłości	10
Wykopaliska i zabytki	14
Ludność, podział administracyjny	15
Życie gospodarcze	15
Kąpieliska i sporty wodne	18
Komunikacja	19
Informacje	20
CZĘŚĆ SZCZEGÓŁOWA	22
Ińsko	22
Przechadzka po Ińsku	23
1. Wycieczka na plażę	28
2. Wycieczka do rezerwatu głazów narzutowych	29
3. Wycieczka na Zamczysko i jezioro Piesna	31
4. Wycieczka do Brzeźniaka przez Storkowo	33
5. Wycieczka do Węgorzyna przez pasmo moren czołowych	36
6. Wycieczka na Głowacz — najwyższe wzniesienie Wyżyny Ińskiej	39
7. Wycieczka do Cieszyna nad jeziorem Woświn	41
8. Wycieczka dookoła jeziora Ińsko	44
9. Wycieczka do Linówka i Białej	47
10. Wycieczka do Chociwła przez Kamienny Most	50
11. Wycieczka do Kóz Pomorskich	55
12. Wycieczka nad jezioro Stubnica	58
13. Wycieczka do Dobrzan i Szadzka	59
14. Wycieczka do Krzemienia	64

15. Wycieczka do Recza Pomorskiego	67
16. Wycieczka do Puszczy nad Drawą	70
17. Wycieczka do Studnicy	72
18. Szlaki kajakowe	74
Szlak do jeziora Zamczysko	74
Szlak Północną zatoką jeziora Ińsko do osady Orzeszki	75
Szlak zatoką Ostrowską do osady Ostrowie	75
Szlak zatoką Długą do Ściennego	76
Szlak zatoką Południową do Linówka	76
Szlak wokół jeziora Stubnica	76
Szlak wokół jeziora Krzemieńskiego	77
Szlak wokół jeziora Woświn	77
19. Znakowane szlaki turystyczne na Wyżynie Ińskiej	
Szlak moreny czołowej	77
Szlak Stefana Czarnieckiego	78
Literatura	79
Indeks nazw	80

SPIS MAPEK I PLANÓW

Krajobraz polodowcowy okolic Ińska	str. 4
Plan Ińska	25
Mapka okolic Ińska	27
Plan Węgorzyna	38
Jezioro Ińsko	44
Plan Białej	49
Plan Chociwła	53
Plan Dobrzan	60
Plan Szadzka	63
Plan Recza Pomorskiego	69