

Spis treści

Wstęp	3
Układ przewodnika	5
Położenie	9
Warunki naturalne	10
Mapa	20
1 Doliną Ciemnosmreczyńską	22
2 Na Krywań z Trzech Źródeł	26
3 Na Krywań ze Szczyrbskiego Jeziora	28
4 Magistralą Tatrzańską – część zachodnia	30
5 Na Skrajne Solisko	32
6 Do wodospadu Skok	34
7 Dolinami Młynicką i Furkotną	36
8 Wokół Szczyrbskiego Jeziora	38
9 Nad Popradzki Staw	40
10 Nad Hińczowe Sławy	42
11 Na Koprowy Wierch	44
12 Na Rysy	48
13 Do Batyzowieckiego Stawu	51
14 Schronisko Wielkie z Tatrzańskiej Polanki	54
15 Na Małą Wysoką	56
16 Schronisko Wielkie ze Starego Smokowca	59
17 Wokół Smokowców	61
18 Na Sławkowski Szczyt	64
19 Do Wodospadów Zimnej Wody ze Starego Smokowca	66
20 Do Łomnickiego Stawu ze Starego Smokowca	68
21 Do Łomnickiego Stawu z Łomnicy Tatrzańskiej	71
22 Do Wodospadów Zimnej Wody z Łomnicy Tatrzańskiej	74
23 Wokół Łomnicy Tatrzańskiej	76
24 Doliną Małej Zimnej Wody i Doliną Staroleśną	79
25 Do Zielonego Stawu Kieżmarskiego	82
26 Do Wielkiego Białego Stawu z Matlarów Tatrzańskich	85
27 Na Jagńięcy Szczyt	88
28 Do Jaskini Bielskiej	92
29 Do Białego Stawu Kieżmarskiego z Tatrzańskiej Kotliny	94
30 Okolice Zdziaru	98
31 Ze Zdziaru do Łomnicy Tatrzańskiej	100
32 Ze Zdziaru do Osturni	104
33 Ze Zdziaru do Wielkiej Frankowej	106

34	Jeziersko ze Zdziaru	108
35	Granią Magury Spiskiej - część zachodnia	110
36	Granią Magury Spiskiej - część wschodnia	112
37	Dolną Jaworową i Dolną Małej Zimnej Wody	114
38	Przez Zadnie Koperszady i Dolinę Kieżmarską	118
39	Dolną Białej Wody i Dolną Staroleśną	122
40	Na Wietrzny Wierch	126
41	Z Niżnych Rużbachów do Starej Lubowli	128
42	Przełomem Popradu	130
43	Jarzębińskim Wąwozem do zamku lubowelskiego	132
44	Małymi Pieninami	134
45	Przełomem Pienińskim na Haligowskie Skały	136
	Atrakcje przyrodnicze i propozycje wycieczek	139
	Indeks	145
	Słownik	147
	Informacje praktyczne	148