

SPIS TREŚCI

Spis mappek, planów i rzutów	9
Spis rysunków i panoram	11
Od Autorów	12
Oblicze gór	13
Nazwa	13
Położenie	13
Geologia	14
Rzeźba	15
Hydrografia	15
Klimat	16
Roślinność	17
Świat zwierzęcy	19
Człowiek w Sudetach	20
Komunikacja	23
Szlaki turystyczne	24
Na narty w Sudety	26
Informacja turystyczna	28
Ważniejsze schroniska turystyczne	29
Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe	30
Na sudeckim szlaku	32
1. Świeradów Zdrój	32
Wycieczki ze Świeradowa Zdr.	34
2. Świeradów Zdr. — Stóg Izerski — Przed- nia Kopa — Wysoki Kamień — Szklar- ska Poręba	35
3. Świeradów Zdr. — Sępia Góra — Roz- droże Izerskie — Piastów	38
3a. Piastów — Wojcieszycy — Rybnica — Barcinek — Jezioro Pilchowskie — Strzyżowiec	42
4. Szklarska Poręba	45
Wycieczki ze Szklarskiej Poręby	48
5. Szklarska Poręba — Szrenica — Śnieżne Kotły — Przełęcz Karkonoska	50

6. Szklarska Poręba — schronisko pod Łabskim Szczytem — rezerwat Śnieżnych Kotłów — Czarny Kocioł Jaganiątkowski — Bażynowe Skały — Przełęcz Karkonoska	60
7. Przełęcz Karkonoska — Tępy Szczyt — Słonecznik — Równia pod Śnieżką — dolina Łomniczki — Karpacz	63
8. Karpacz	67
Wycieczki z Karpacza	70
9. Karpacz — Dobre Źródło na Grabowcu — Mysłakowice	82
9a. Mysłakowice — Bukowiec — Skalnik — Szarocin	86
10. Karpacz — Sowią Przełęcz — Skalny Stół — przełęcz Okraj	90
10a. Przełęcz Okraj — Przełęcz Kowarska — przełęcz pod Bobrzakiem — Wilkowyja — Szarocin	93
11. Jelenia Góra	94
Wycieczki z Jeleniej Góry	99
12. Cieplice Śląskie Zdrój	99
Wycieczki z Cieplic Śl. Zdr.	104
13. Sobieszów	105
Wycieczki z Sobieszowa	105
14. Jelenia Góra — schronisko „Perła Zachodu” — Siedlęcin — Strzyżowiec — Chrośnica	108
14a. Chrośnica — Widok — Skopiec — Różanka — Janowice Wielkie	112
14b. Janowice Wlk. — zamek Bolczów — Starościńskie Skały — schronisko „Szwajcarka” — Karpniki — Skalnik — Szarocin	115
15. Karpacz — Krzaczyzna — Uroczysko — Kowary	122
16. Kowary — Skalnik — Pisarzowice — Kamienna Góra	126
17. Kamienna Góra	130
Wycieczki z Kamiennej Góry	133
18. Kamienna Góra — Czarny Bór — Gorce — Chełmiec — Szczawno Zdrój	134
19. Szarocin — Lubawka — Krzeszów	138

20. Krzeszów — Grzędy — Lesista Wielka — Sokołowsko — schronisko „Andrzejówka”	146
21. Krzeszów — Chełmsko Śląskie	152
22. Przełęcz Okraj — Rozdroże Kowarskie — Paczyn — Błażkowa — Lubawka	155
22a. Lubawka — rezerwat Kruczy Kamień — Błażejowa — Chełmsko Śląskie	157
22b. Chełmsko Śląskie — Czartowskie Skały — Mieroszów — schronisko „Andrzejówka”	158
23. Schronisko „Andrzejówka” — zamek Rogowiec — Jedlina Zdrój	161
23a. Jedlina Zdrój — Jedlinka — Jedlińska Kopa — Rzeczka — Wielka Sowa — schronisko „Zygmuntówka”	164
24. Schronisko „Andrzejówka” — zamek Rogowiec — Przeł. Kozia — Wałbrzych	169
25. Wałbrzych	170
Wycieczki z Wałbrzycha	174
26. Szczawno Zdrój	175
Wycieczki ze Szczawna Zdr.	178
27. Wałbrzych — Rusinowa — Zagórze Śląskie	186
27a. Zagórze Śląskie — Glinno — Wielka Sowa — schronisko „Zygmuntówka”	192
28. Schronisko „Zygmuntówka” — Kalenica — Przełęcz Woliborska — Szeroka — Przełęcz Srebrna (Srebrna Góra)	193
29. Przełęcz Srebrna — Przełęcz Wilcza — Bardo Śląskie	198
30. Bardo Śląskie — Kłodzka Góra — Przełęcz Kłodzka — Jaskinia Radochowska — Łądek Zdrój	201
31. Bardo Śląskie — Kalwaria — Ostra Góra — Kłodzka Góra — Kłodzko	206
32. Kłodzko	207
33. Przełęcz Srebrna — Słupiec — Góra Wszystkich Świętych — Ścinawka — Wambierzyce	214
33a. Wambierzyce — Studzienno — Skalne Grzyby — Karlów	220
Wycieczki z Karlowa	223

34. Karlów — Błędne Skały — Jakubowice — Kudowa Zdrój	225
35. Kudowa Zdrój	229
Wycieczki z Kudowy Zdr.	231
36. Kudowa Zdrój — Dańczów — Zamek Lewiński — Duszniki Zdrój	233
37. Duszniki Zdrój	234
Wycieczki z Dusznik Zdr.	238
38. Karlów — Wielkie Torfowisko Batorowskie — Batorów — Polanica Zdrój	238
39. Polanica Zdrój	240
Wycieczki z Polanicy Zdr.	244
40. Polanica Zdrój — Szczytnik — Duszniki Zdrój	245
41. Duszniki Zdrój — Gajowa Góra — Kozia Hala — Zieleniec	247
41a. Zieleniec — Lasówka — Przełęcz Spalona	250
42. Przełęcz Spalona — Ponikwa — Długopole Zdrój	251
Wycieczki z Długopola Zdr.	253
43. Przełęcz Spalona — Łysoń — Bystrzyca Kłodzka	254
44. Bystrzyca Kłodzka	255
Wycieczki z Bystrzycy Kł.	258
45. Długopole Zdrój — Wilkanów — Igliczna — Międzygórze	259
Wycieczki z Międzygórza	262
46. Międzygórze — Śnieżnik Kłodzki	262
47. Śnieżnik Kł. — Jaskinia Niedźwiedzia — Kletno — Stronie Śląskie	265
48. Stronie Śląskie	267
Wycieczki ze Stronia Śl.	267
49. Śnieżnik Kł. — Czarna Góra — przełęcz Puchaczówka — Łądek Zdrój	272
50. Łądek Zdrój	273
Wycieczki z Łądka Zdr.	277
51. Łądek Zdrój — Jawornik Wielki — Żłoty Jar — Żłoty Stok	278
52. Żłoty Stok — Paczków	282
Literatura	288
Indeks	289