

trek&travel

TATRY ZACHODNIE

DOLINA KOŚCIELISKA

CZERWONE WIERCHY

GIEWONT

ROHACKIE STAWY

MUZEUM

WSI ORAWSKIEJ



ERGO
HESTIA

Autor przewodnika: Jan Krzeptowski-Sabała

Redaktor prowadzący: Łukasz Karolewski

Redakcja: Anna Młynowska

Opieka techniczna: Katarzyna Leja

Projekt graficzny serii: Sabina Suchy

Projekt okładki: Ewa Jarocka; materiały graficzne zostały wykorzystane
za zgodą Shutterstock.com

Opracowanie kartograficzne: Krzysztof Trojan

Źródło pochodzenia danych kartograficznych: OpenStreetMap.org

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz wydawca dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz wydawca nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Helion S.A.

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel.: 32 2309863

e-mail: redakcja@bezdroza.pl

księgarnia internetowa: <https://bezdroza.pl>

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres:

<http://bezdroza.pl/user/opinie/betz1v>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydanie I

ISBN: 978-83-289-1747-7

Copyright © Helion S.A., 2021, 2024

Kup książkę

Poleć książkę

Oceń książkę



Księgarnia
internetowa



Lubie to!
Nasza społeczność

SPIS TREŚCI

ZDOBĄDŹ I POZNAJ	8
 trek	14
TATRY ZACHODNIE W PIGUŁCE	16
TATRY ZACHODNIE	18
TOPOGRAFIA	18
JAK POWSTAŁY TATRY	21
KLIMAT	23
GLEBY	25
PRZYRODA OŻYWIONA	25
CZŁOWIEK W TATRACH	28
OCHRONA PRZYRODY	35
PRZYGOTOWANIE DO WYCIECZKI	38
CZAS PRZEJŚCIA	38
ZAMKNIĘCIA SZLAKÓW	39
POGODA	40
NIEZBĘDNIK TURYSTY	41

TRASY TREKKINGOWE

1	DROGA POD REGLAMI I DOLINKI REGLOWE	45
2	SPACER NA KOPIENIEC I NOSAL	55
3	MIEDZY TATRAMI WYSOKIMI A ZACHODNIMI	65
4	DOOKOŁA SARNIEJ SKAŁY	77
5	NA GIEWONT	87
6	PRZEZ WIERZCHOŁKI CZERWONYCH WIERCHÓW	101
7	DOLINA KOŚCIELISKA	113
8	DOLINĄ CHOCHOŁOWSKĄ NA STAROROBOCIAŃSKI WIERCH	127
9	ORAWSKIE REGLE Z TAJEMNICZYM WĄWOZEM	143
10	NAD ROHACKIE STAWY	151
11	ORLA PERĆ TATR ZACHODNICH	157
12	GRANIĄ TATR PRZEZ SALATYNY, SPALONĄ I PACHOŁ	167
13	KONIEC TATR I DZIKA DOLINA	175
14	SKALNĄ GRANIĄ PRZEZ TRZY KOPY I BANÓWKĘ	185
15	BARANIEC I DOLINA JAMNICKA	197
16	GRAŃ OTARGAŃCÓW I DOLINA RACZKOWA	207
17	NA BYSTRĄ OD POŁUDNIA	217
18	DOLINA CICHA	229

TRASY DODATKOWE

1	JASZCZURÓWKA – POLANA OLCZYSKA	238
2	PRZEZ BOCZAŃ NA PRZEŁĘCZ MIĘDZY KOPAMI	239
3	KOLEJKĄ NA KASPROWY WIERCH	240
4	GRANIĄ Z KASPROWEGO WIERCHU DO KONDRACKIEJ PRZEŁĘCZY	241
5	ŚCIEŻKA NAD REGLAMI: DOLINA BIAŁEGO – KALATÓWKI	242
6	NA GIEWONT ZE STRĄŻYSKIEJ	243

1	PRZEZ DOLINĘ TOMANOWĄ NA CHUDĄ PRZEŁĄCZKĘ	244
2	Z DOLINY LEJOWEJ NAD REGLAMI DO KOŚCIELISKIEJ	245
3	DOLINĄ STAROROBOCIAŃSKĄ NA SIWĄ PRZEŁĘCZ	246
4	Z POLANY CHOCHOŁOWSKIEJ NA GRZESIA I RAKOŃ	247
5	WOŁOWIEC – JARZĄBCZY WIERCH	248
6	ZWIERÓWKA – PRZEŁĘCZ POD OSOBITĄ – GRZEŚ	249
7	KOLEJKĄ NA SALATYŃSKI WIERCH	250
8	HUCIAŃSKA PRZEŁĘCZ – SIWY WIERCH	251
9	WYLOT DOLINY ŻARSKIEJ – BARANIEC	252
10	DOLINA JAMNICKA – JAMNICKA PRZEŁĘCZ	253
11	DOLINA GABOROWA – GABOROWA PRZEŁĘCZ	254
12	DOLINA CICHA – ZAWORY – DOLINA KOPROWA	255

travel

O REGIONIE

1	PODHAŁE	258
2	ORAWA I LIPTÓW	268

ATRAKCJE PODTATRZA

1	ZAKOPANE	278
2	KOŚCIELISKO	296
3	PRĘDÓWKA	300
4	PŁAZÓWKA	301
5	MAGURA WITOWSKA	302
6	CHOCHOŁÓW	303
7	BACHLEDÓWKA	306
8	TORFOWISKO BALIGÓWKA	307

9	SZLAK ROWEROWY WOKÓŁ TATR	309
10	TRZCIANA	310
11	NAMIESTÓW	311
12	JEZIORO DRAWSKIE	313
13	TWARDOSZYN	315
14	DRAWICE	316
15	SKORUSZYNA	318
16	ZUBERZEC	319
17	POLANA BRESTOWA	321
18	SKANSEN WSI DRAWSKIEJ	321
19	JASKINIA BRESTOSWSKA	322
20	PODBIEL	323
21	ZAMEK DRAWSKI	325
22	GÓRY CHOCHAŃSKIE	328
23	LIPTOVSKÁ MARA	330
24	SKANSEN ARCHEOLOGICZNY HAVRÁŇOK I KOŚCIÓŁ NMP	331
25	BESZENIOVA	332
26	TATRALANDIA	333
27	LIPTOWSKI MIKUŁASZ	336
28	KOŚCIÓŁ ARTYKULARNY W ŚWIĘTYM KRZYŻU	338
29	LIPTOWSKI GRÓDEK	340
30	MUZEUM WSI LIPTOWSKIEJ W PRZYBYLINIE	342
31	JASKINIA WAŻECKA	344
32	RAFTING NA BIAŁEJ LIPTOWSKIEJ	346
33	WYCHODNA	347

○	INFORMACJE PRAKTYCZNE	349
---	-----------------------	-----

○	INDEKS	362
---	--------	-----

Kup książkę

Poleć książkę

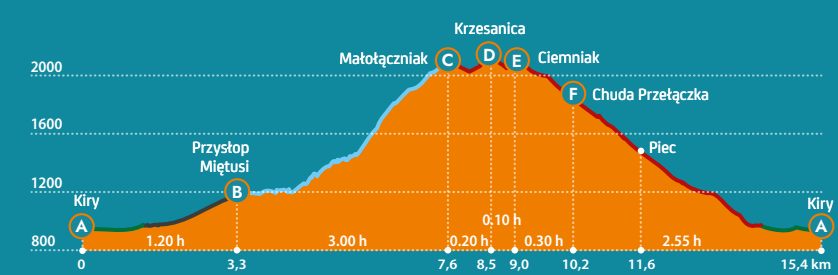




6 PRZĘZ WIERZCHOŁKI CZERWONYCH WIERCHÓW

- A KIRY PĘTLA
- B PRZYSŁÓP MIĘTUSI 15,4 km
- C MAŁOŁĄCZNIK 1458 m [1458 m]
- D KRZESANICA 8.30 h
- E CIEMNIAK ŚREDNIA
- F CHUDA PRZELĄCZKA
- A KIRY

Wycieczka przez trzy wierzchołki Czerwonych Wierchów – masywu o oryginalnej budowie geologicznej, z dużą ilością skał osadowych, a przez to bardzo cenną roślinnością. Zjawiska krasowe i ślady lodowców. Z wierzchołków rozległe widoki.



Kup książkę

Poleć książkę

Wycieczkę rozpoczynamy w **A Kirach**, przy wylocie Doliny Kościeliskiej (930 m n.p.m.). Dochodzimy do rozdroża szlaków za Wyżnią Kirą Miętusią zgodnie z opisem w trasie 7, zob. s. 113. Szlak zielony prowadzi dalej drogą przez most, a my skręcamy w lewo na czarno znakowaną **Ścieżkę nad Regłami**. Po lewej rozciąga się Polana Zahradziska, a w prawo przez mostek odchodzi czerwony szlak na Ciemniak – będziemy nim schodzić. Wchodzimy w tym miejscu do **Doliny Miętusiej**, która jest największą odnogą Doliny Kościeliskiej. Wcina się ona w masyw Czerwonych Wierchów, między Małotączniak a Ciemniak. Jej nazwa pochodzi od Miętusów – sotyśów z Cichego,

którzy mieli tu niegdyś pastwiska. Po lewej z masywu Hrubego Regła wystaje Kończysta Turnia. Po prawej widać grzbiet Adamicy opadający z Ciemniaka.

Wiatry halne i atak kornika usunęły praktycznie sztuczną świerczynę, ale też odstąpiły efekty przebudowy gatunkowej lasu prowadzonej przez TPN. Przy szlaku i na stokach widać sporo młodych jodeł, buków, jaworów. Odstąpił się także widok na wyrastającą na wprost przed nami przewieszoną ścianę Niżniej Zawiesistej Turni. W miejscu, gdzie dolina skręca w prawo, szlak opuszcza jej dno i zaczyna się wspinać po stoku. Pośród wykrotów po halnym z 2013 r. docieramy do **Miętusiej Polany**,

porośniętej przez świeżą i wilgotną łąkę utrzymaną przez regularne koszenie.

Warto zatrzymać się w miejscu, gdzie szlak skręca w prawo (jest tu ławeczka). Widać tu wyraźny wał moreny bocznej lodowca Miętusiej. Stało tu niegdyś wielkie schronisko prowadzone przez Bronisławę Staszela-Polankową – utytułowaną narciarkę z Kościeliska – budynek spłonął w 1987 r. i nie został odbudowany. Pamiętką po serwowanej w nim szarlotce są rachityczne jabłotki, które rosną na skraju polany. Powyżej wznosi się Zawiesista Turnia ze śladem po obrywie skalnym z wiosny 2007 r. Na południu otwiera się widok na górną część Doliny Miętusiej – nad lesistym progiem kocioł Wielkiej Świstówki, a powyżej nad pionowymi skalnymi progami dwie doliny zawieszone: Mułowa i Litworowa. Nad nimi górują wierzchołki Czerwonych Wierchów: Małotączniak, Krzesanica, Ciemniak oraz Twarda Kopa.

W kilka minut osiągamy szerokie siodło przełęczy **B Przystop Miętusi** (1189 m n.p.m.) pomiędzy Skoruśniakiem i Hrubym Regłem, w grzbiecie oddzielającym Dolinę Kościeliską od Doliny Małej Łąki.

Po zachodniej stronie widzimy otoczenie Doliny Kościeliskiej – Zadnią Kopkę, Kominiarski Wierch, Ornak. Po przeciwnej stronie za Doliną Małej Łąki pokazuje się Giewont. Przy stołach i ławach dla turystów jest skrzyżowanie szlaków – Ścieżka nad Regłami prowadzi dalej w kierunku Wielkiej Polany Małotąckiej, niebieski szlak z Małej Łąki biegnie na Małotączniak, a znaki czerwone wiodą przez Staników Żleb do Kościeliska.

Ruszamy dalej szlakiem niebieskim. Na skraju polany, na lewo od szlaku, stoi krzyż upamiętniający wizytę Jana Pawła II w Tatrach w 1983 r. Ten odcinek szlaku to dawna hawarska droga prowadząca do kopalni żelaza działającej od końca XVII do połowy XIX w. Wąska ścieżka trawersuje stoki Skoruśniaka, wiodąc na początku przez dość gęstą monokulturę świerkową, a nieco dalej fragmenty młodej buczyny. Szlak stopniowo się pnie, a przez luki w lesie odśladają się widoki na Dolinę Miętusią – polanę Miętusia Równie, a wyżej Wantule.

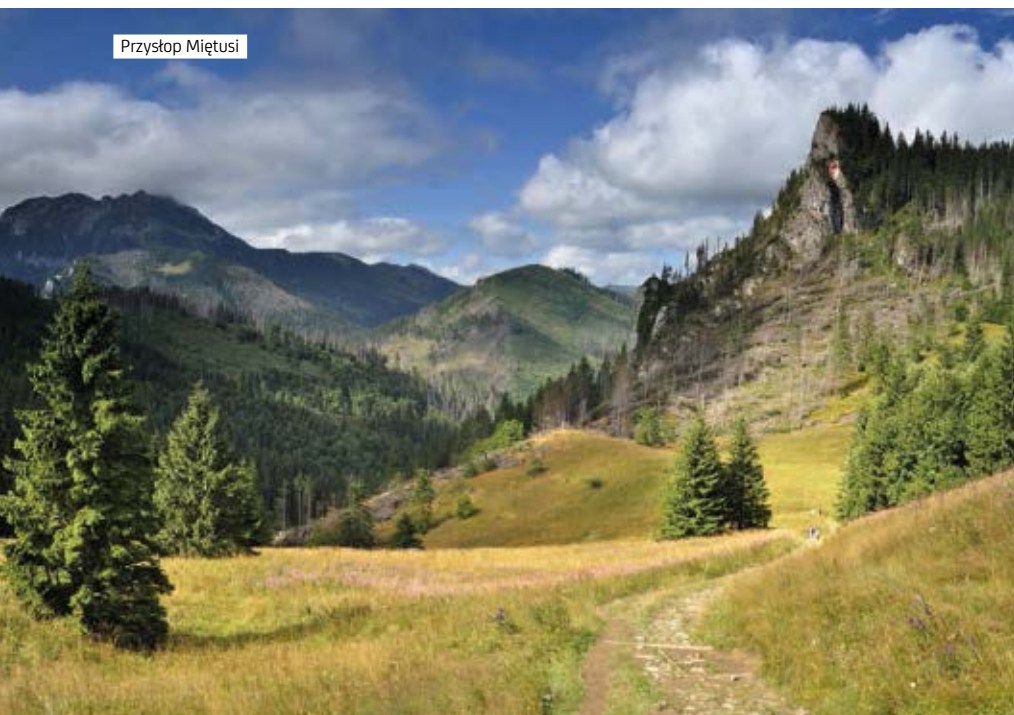
Przechodzimy przez Żleb Wodniściak. Jest to ostatnie miejsce, gdzie możemy nabrać wody, wyżej nie spotkamy już jej na



WANTULE

Słowo „wanta” po góralsku oznacza duży głaz, więc „Wantule” to głazowisko. Nazwa odnosi się do ustatnego olbrzymimi głazami dna Doliny Miętusiej. Jest to pozostałość obrywu skalnego, do którego doszło pod koniec epoki lodowcowej. Runęła wtedy ściana skalna z zachodniej strony doliny (dziś to miejsce nazywamy Dziurawe), 22 mln m³ skał spadło na topniejący jezioro lodowca i wraz z nim przesunęło się pół kilometra niżej, osiadając na dnie doliny na powierzchni około 25 ha. Na cmentarzysku głazów powstały unikatowe gleby butwinowo-wapienno-rumoszowe, na których wyrósł bór górnoreglowy, podziwiany przez naukowców i turystów za swoją naturalność i ciekawe formy korzeni kotwiczących drzewa na głazach. W dużej części został on powalony przez wiatr halny w 1968 r. Obecnie wiatrołom porastają wierzy i jarzębiny. Przez Wantule nie prowadzi żaden szlak turystyczny, a jedynie ścieżka używana przez grotolazów. Jest to więc miejsce, gdzie obserwuje się rzadkie, unikające człowieka gatunki ptaków i ssaków, np. głuszka i rysia.

Przystop Miętusi



powierzchni. Rejon ten porasta nawapienna świerczyna górnoeregłowa, charakteryzująca się występowaniem w runie gatunków buczynowych. Po wyjściu ze żlebu po prawej stronie mamy małą polankę, nad urwiskiem opadającym do Wielkiej Świstówki. Możemy się stąd bliżej przyjrzeć otoczeniu kotła – po przeciwnej stronie wznoszą się pionowe turnie z potężną, 300-metrową Kazalnicą Miętusią. Na lewo od niej znajdują się progi dolin: Mułowej i Litworowej rozdzielone Ratuszem Mułowym. Cały

ten krajobraz jest zbudowany z wapienia. W urwiskach są otwory wielu jaskiń, m.in. Studni w Kazalnicy i Ptasiej Studni. Jest to piękne połączenie krajobrazu krasowego i polodowcowego.

Podchodzimy do **Kobyłarzowego Żlebu**. Pod nogami mamy miękkie łupki margliste rozpadające się na duże brązowe płytki. Bardzo szybko znikają świerki i pojawia się kosodrzewina. Wyżej szlak prowadzi po prawej stronie żlebu, pod ścianami Ratuszowego Grzbietu. Dno żlebu wypełniają

aktywne piargi, można więc zobaczyć typową roślinność piargową, która musi sobie radzić z zasypywaniem przez materiał skalny oraz małą dostępnością wody, po opadach przenikającej w głąb piargów. W miejscach, gdzie piarg jest aktywny, rośnie lepnica piargowa, a na jego skraju – arcydzięgiel litwor.

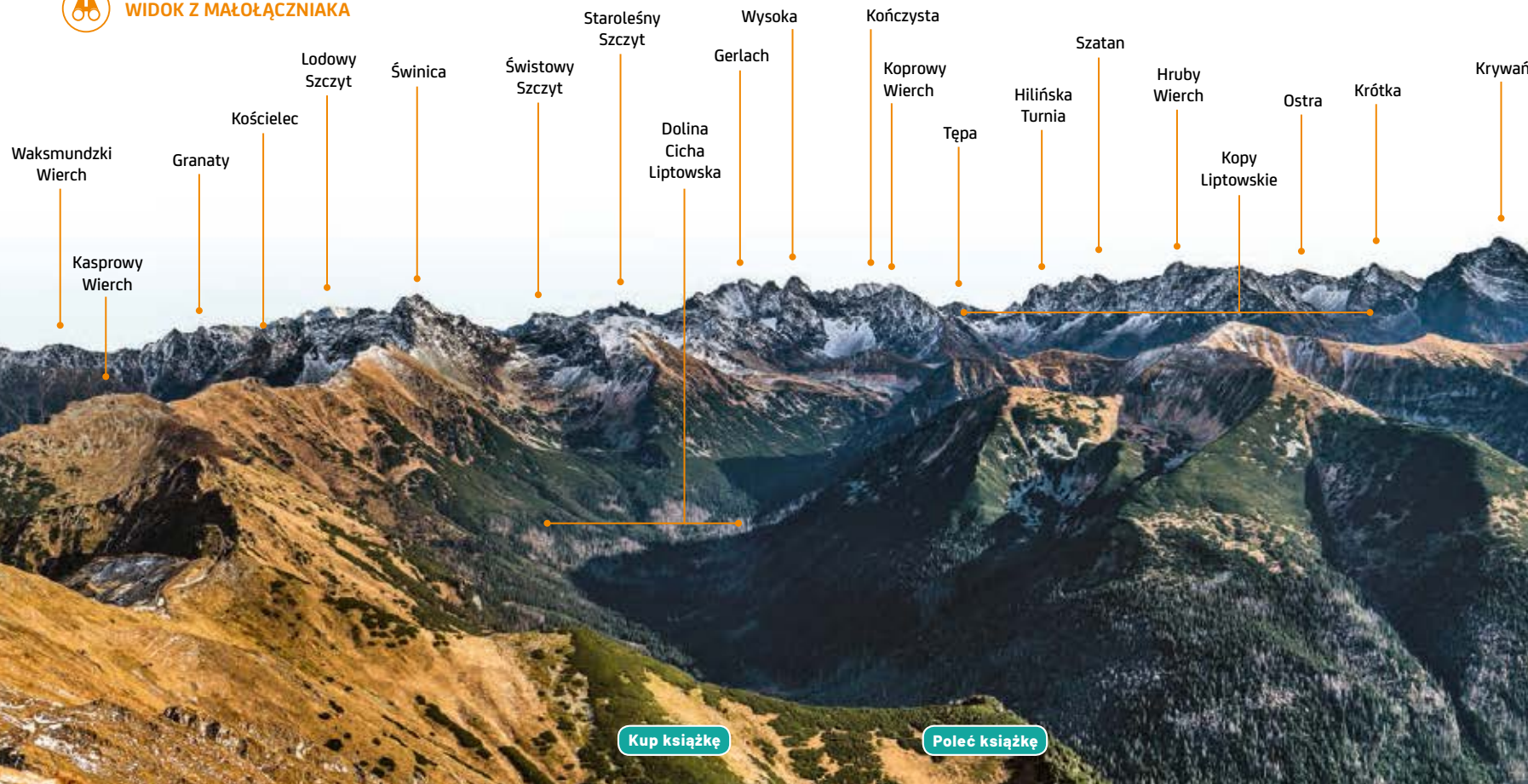
Pokonujemy skalny prożek z kilkoma łańcuchami. Obok niego znajdują się piękne żłobki krasowe utworzone przez wodę spływającą po powierzchni skał. Powyżej

progu dno żlebu jest bardziej stabilne. Pojawiają się bogate gatunkowo murawy nawapienne oraz szpalerowe wierzby. Warto się też rozglądać za kozicami, które chętnie tu bywają, szczególnie przy wietrznej pogodzie.

Krótkimi zakosami po wapiennych stopniach wychodzimy na trawiaste wypłaszczenie, z którego na lewo opada urwisko do Doliny Małej Łąki. To dobre miejsce, żeby odpocząć, podziwiać widok na masyw Giewontu po drugiej stronie doliny. Z tej



WIDOK Z MAŁOŁĄCZNIAKA



Kup książkę

Poleć książkę

27 LIPTOWSKI MIKUŁASZ

Liptovský Mikuláš to miasto położone w centrum Kotliny Liptowskiej, nad brzegiem Wagu. Jest największą miejscowością na Liptowie – liczy ponad 31 tys. mieszkańców – i stanowi centrum regionu. Pierwsza wzmianka o Liptowskim Mikulášu pochodzi z 1286 r., czasów Władysława IV Kumana. Miasto miało spore znaczenie handlowe – w 1424 r. otrzymało prawo organizowania dwóch targów w ciągu roku. W XVI w. rozwinęło się w Mikulášu rzemieślnicze miasto. W 1677 r. miasto stało się siedzibą

władz komitatu Liptów. W 1713 r. stracono tu legendarnego słowackiego zbrojnika Juraja Jánošíka (pol. Jerzy Janosik).

Liptowski Mikuláš odgrywał ważną rolę w czasie słowackiego odrodzenia narodowego w XIX w. W roku 1829 powstała tu słowacka biblioteka, a rok później pierwszy słowacki teatr. W 1844 r. utworzono słowackojęzyczny związek literacko-kulturalny Tatrin. 10 maja 1848 r. właśnie w Liptowskim Mikulášu ogłoszono postulaty słowackiego ruchu narodowego. Po koniec II wojny światowej, w czasie słowackiego powstania narodowego, w okolicy miasta działały liczne oddziały powstańcze, a od

lutego aż do kwietnia 1945 r. trwały ciężkie walki o wyzwolenie miasta. Po wojnie rozwinął się tu przemysł, a obecnie Liptowski Mikuláš jest także ważnym ośrodkiem turystycznym i rekreacyjnym.

PLAC WYZWOLICIELI

Zwiedzanie Mikuláša warto rozpocząć od placu Wyzwolicieli (Námestie osloboditeľov), który stanowi historyczne centrum miasta. Tu właśnie stoi najstarszy zabytek architektury w mieście – **kościół pw. św. Mikołaja**. Został wybudowany

ok. 1270 r. jako kościół parafialny dla mieszkańców okolicznych wsi, a jednocześnie stał się ośrodkiem formowania późniejszego miasta. Gotycki gmach wystawiono w miejscu dawniejszej świątyni romańskiej. Później został przebudowany w stylu renesansowym i barokowym. Ołtarz główny jest neogotycki, ale posiada malowane skrzydła gotyckie z lat 1500–1510, a w centrum gotycką rzeźbę św. Mikołaja. Cenne są również boczne ołtarze – Matki Boskiej z lat 1470–1480 i Najświętszego Sakramentu z ok. 1520 r. Innym ciekawym elementem wyposażenia jest kamienna chrzcielnica z 1490 r. z miedzianą barokową pokrywą z XVII w., znajdująca się w kaplicy południowej. Wokół kościoła stoją trzy pomniki: św. Mikołaja, Janka Kráľa i Gaspara Féjerpataky-Belopotockiego.

Tuż obok kościoła, w południowo-zachodniej części placu, wznosi się najstarszy świecki zabytek miasta – **Dwór Pongráców**, który przez kilka stuleci byli właścicielami Liptowskiego Mikuláša. Budynek jest z początków XV w., został przebudowany w 1713 r. Wewnątrz znajduje się stała wystawa prac wybitnego słowackiego grafika i malarza Kolomana Sokola (1902–2003), który urodził się w Liptowskim Mikulášu, a mieszkał i tworzył w Pradze, Paryżu, Meksyku i USA.

Pośrodku placu stoi dawny **Dom Żupny** wzniesiony w XVIII w., a przebudowany na początku XX stulecia. Obecnie jest to siedziba władz powiatowych. W zachodniej pierzei placu wyróżnia się okazały renesansowy budynek z arkadowymi – tzw. kamienica Seligowskiej, gdzie na przełomie

Plac Wyzwolicieli w Liptowskim Mikulášu



GALERIA KOLOMANA SOKOLA

- Námestie osloboditeľov 28
- www.galeriam.sk
- wt.–sob. 10.00–17.00
- 2,50–9 euro

31 JASKINIA WAŻECKA

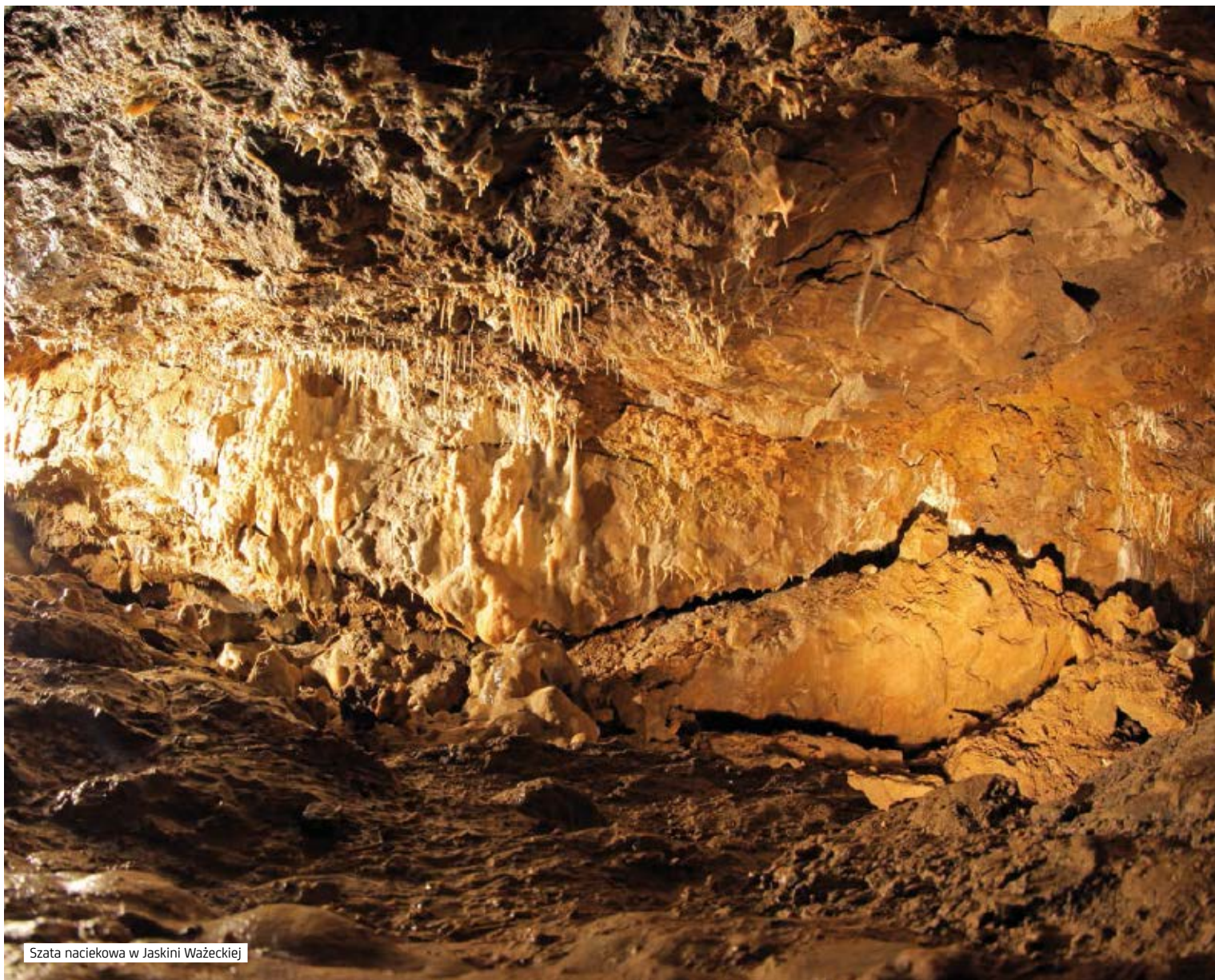
Na zachodnim krańcu miejscowości Wažec (Važec) znajduje się otwór jednej z najbardziej znanych słowackich jaskiń – Jaskini Wažeckiej (Važecká jaskyňa). Należy ona do obszaru krasowego „Wažecký Kras” (Važecký Kras) obejmującego masyw Kozích Grzbietów (Kozie chrbty). Uformowały ją wody bocznego ramienia Białego Wągu. Otwór jaskini był znany mieszkańcom okolic od dawna, ale jej eksploracja rozpoczęła się dopiero w 1922 r. W 1934 r. została ona udostępniona do zwiedzania.

Jaskinia nie jest bardzo rozległa – całkowita długość korytarzy wynosi około 530 m, z czego 235 m udostępnione jest dla turystów. Korytarze są rozwinięte poziomo. Bardzo bogata jest natomiast szata naciekowa. Główną ozdobę podziemnych przestrzeni stanowią liczne stalaktyty, makarony, stalagmity, kolumny i jeziora naciekowe. Nacieki mają miejscami ciekawą barwę: szklisto-przezroczystą, jasnobłękitną lub woskowożółtą. Temperatura wewnątrz jaskini wynosi 6,5–7°C, a wilgotność względna przekracza 94%. Atrakcją tego miejsca jest również kolekcja skamieniałości zwierząt plejstocénskich, w tym niedźwiedzia jaskiniowego, którego liczne szczątki są datowane na ponad 50 tys. lat. Obecnie w jaskini sporadycznie występuje kilka gatunków nietoperzy. Ciekawostką jest stanowisko unikatowego na skalę europejską, małego bezkręgowca *Eukoeneria spelaea*.



JASKINIA WAŻECKA

- Važec
- www.ssj.sk
- II–XI wt.–nd., kilka wejść dziennie, czas zwiedzania – 30 min
- 2,50–5 EUR



Szata naciekowa w Jaskini Wažeckiej



PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!

<http://program-partnerski.helion.pl>

Kup książkę

Poleć książkę

GRUPA
Helion