



# TATRY

## I PODTATRZE

### PEŁNE WRAŻEŃ

Jan Krzeptowski-Sabała  
Krzysztof Bzowski

**ERGO**  
HESTIA



**Autorzy przewodnika:** Jan Krzeptowski-Sabała (*Wędrówki w Tatrach Zachodnich i Wysokich*), Krzysztof Bzowski (*Wycieczki w Tatrach Reglowych i na Podtatrzu, Rowerowa przygoda z widokiem na Tatry, Spróbuj czegoś nowego*)

**Redaktor prowadzący:** Łukasz Karolewski

**Redakcja:** Anna Młynowska

**Projekt graficzny serii i skład:** Sabina Suchy

**Opracowanie kartograficzne:** Krzysztof Trojan, Jan Leja

**Źródło pochodzenia danych kartograficznych:** OpenStreetMap.org

**Projekt okładki:** Jan Paluch; materiały graficzne zostały wykorzystane za zgodą shutterstock.com, stock.adobe.com

Zdjęcia: shutterstock.com, stock.adobe.com

Wikimedia Commons: Jerzy Opioła, CC BY-SA 4.0 (s. 188, 217), Rafał Kozubek, CC BY-SA 4.0 (s. 238), Slavo Haladej (s. 243)

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.

Autorzy 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. Autorzy 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/?betpab>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydanie I

ISBN: 978-83-283-8720-1

Copyright © Helion S.A., 2022



- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę
- Księgarnia internetowa
- Lubię to!
- Nasza społeczność

Jan Krzeptowski-Sabała  
Krzysztof Bzowski



**WĘDRÓWKI W TATRACH ZACHODNICH I WYSOKICH**

**Wędrowki w Tatrach Zachodnich i Wysokich 8**

- 1 Doliną Chochołowską na Wołowiec 12
- 2 Tropem geologii Tatr Zachodnich 18
- 3 Kwitnące Czerwone Wierchy 24

**Tatry i Podtatrze – topografia i położenie 30**

- 4 Giewont 36
- 5 Między Tatrami Zachodnimi i Wysokimi 42

**Jak powstały Tatry? 48**

- 6 Pojezierze Gąsienicowe 52
- 7 Orla Perc 59
- 8 Pięć Stawów i Morskie Oko 66

**Tatrzańska przyroda 72**

- 9 Przez Rysy 76
- 10 Tatry Bielskie 82
- 11 Doliną Kieżmarską na Jagnięcy Szczyt 88
- 12 Widoki z Czerwonej Ławki 94

- 13 W cieniu Gerlacha na Małą Wysoką 100
- 14 Dolina Młynicka i Furkotna 108
- 15 Krywań 114
- 16 Bystra od południa 118

**Na wysokogórskich halach i w góralskiej chacie 124**

- 17 Grań Otargańców i Dolina Raczkowa 130

- 18 Z Doliny Żarskiej na Trzy Kopy i Banówkę 136

- 19 Salatyny, Spalona i Pachot 142

- 20 Rohacze 148

**WYCIECZKI W TATRACH REGLOWYCH I NA PODTATRZU**

**Wycieczki w Tatrach Reglowych i na Podtatrze 154**

- 21 W cieniu śpiącego rycerza 156
- 22 Z wizytą u pluszcza 161
- Mozaika kulturowa Podtatrze 164**

- 23 U bacy pod Gęsią Szyją 168

- 24 Polany i lasy Pasma Gubałowskiego 172

- 25 Grzbietem Orawicko-Witowskich Wierchów 176

- 26 Przez najwyżej położoną polską wieś 180

- 27 Najpiękniejsza panorama Tatr 183

- 28 Podniebną ścieżką 187

- 29 W cieniu Tatr Bielskich 190

- 30 Z widokiem na zachodnie krańce Tatr 193

- 31 W ciemnych czeluściach skalnych kanionów 195

**ROWEROWA PRZYGODA Z WIDOKIEM NA TATRY**

**Rowerowa przygoda z widokiem na Tatry 204**

- 32 Drogą pod Reglami do Doliny Chochołowskiej 206

- 33 Kiedy woda jest sucha? 210

- 34 Wspinaczka na Gubałówkę 212

- 35 Na równinie pod Tatrami 215

- 36 Spiskie panoramy 220

- 37 Ciągle w dół! 226

- 38 Między dwoma zamkami 229

- 39 W cieniu skalnych urwisk 234

- 40 Nad Zielonym Stawem 236

- 41 Tatrzańskie pojezierze 239

- 42 W czeluściach największych dolin tatrzańskich 242

- 43 Droga nad Łąkami 245

- 44 Kanion na krańcu Tatr 249

- 45 W cieniu Grani Rohaczy 253

**SPRÓBUJ CZEGOŚ NOWEGO**

- Wspinaczka 260

- Wycieczki poza szlakami 264

- Via ferraty w Tatrach 266

- Dla zdobywców koron górskich 268

- Tatrzańskie podziemia 270

- Taternictwo jaskiniowe 274

- Zimowe wycieczki 276

- Na raketach śnieżnych 280

- Skitury i skialpinizm 284

- Kulig 288

- Psie zaprzęgi 290

- W górach nad wodą 292

- Rafting i kajaki górskie 296

- W gorących wodach mineralnych źródła 298

- Loty widokowe 302

- Paralotnie i spadochrony 304

- Jazda konna 306

- Indeks 308

- Legenda 312

- O autorach 313

**Kup książkę**

**Poleć książkę**



1	Wspinaczka	260
2	Zwiedzanie jaskiń	270
3	Skitury i skialpinizm	284
4	Kulig	288
5	Rafting i kajakarstwo górskie	296
6	Kąpiel w basenach termalnych	298
7	Lot widokowy	302
8	Jazda konna	306





TATRY ZACHODNIE

## Kwitnące Czerwone Wierchy



Wycieczka przez trzy wierzchołki Czerwonych Wierchów, polecana miłośnikom górskiej flory. Ze szczytów rozciągają się rozległe widoki.



pętla



15,4 km



1458 m



8.30 h

Czerwone Wierchy to masyw złożony z czterech głównych wierzchołków wznoszących się w głównej grani Tatr Zachodnich. Ze wschodu na zachód są to: Kopa Kondracka, Małoleźniak, najwyższa Krzesanica i Ciemniak. Odchodzą od nich liczne boczne grzbiety, które opadają do Doliny Kościeliskiej, Doliny Małej Łąki i Doliny Bystrej po stronie polskiej oraz do Doliny Cichej na Słowacji. Czerwone Wierchy zbudowane są głównie ze skał osadowych. Cechą charakterystyczną tego masywu są szerokie, trawiaste wierzchołki i grzbiety, poniżej których w wielu miejscach znajdują się ściany skalne, niektóre wysokie na kilkaset metrów. Przez Czerwone Wierchy prowadzą liczne

szlaki turystyczne. Zimą to popularny cel wycieczek skitowych. Rejon chętnie odwiedzają również taternicy jaskiniowi. Specyfiką wycieczek na Czerwone Wierchy jest to, że nie musimy przechodzić długich dolin, ale dość szybko zaczynamy nabierać wysokości. Najbardziej męczące są więc pierwsze kilometry trasy, lecz nagrodą będą piękne widoki, a latem bardzo bogata flora.

### ! UWAGI DO TRASY

trasa górską, wymagająca kondycyjnie, z niewielkimi trudnościami – krótki odcinek z łańcuchami





Okres kwitnienia roślin w piętrze hal trwa krótko: w maju leży tam wciąż śnieg, a we wrześniu wszystko jest już przekwitnięte. Na wycieczkę botaniczną najlepiej wybrać się więc pod koniec czerwca lub w pierwszej połowie lipca – wtedy ta trasa to prawdziwy ogród botaniczny.



## Z WIDOKIEM NA CZERWONE WIERCHY

Wycieczkę rozpoczynamy w Kirach, przy wylocie **Doliny Kościeliskiej** (930 m n.p.m.). Głównym, zielonym szlakiem prowadzącym dnem tej doliny przechodzimy przez **Bramę Kantaka**

• Przystop Miętusi

i polaną **Wyżnią Kirę Miętusią**. Za nią skręcamy w lewo na czarno znakowaną **Ścieżkę nad Reglami**. Przechodzimy przez polanę Zahradziska i Dolinę Miętusią podchodzimy na **Przystop Miętusi** (1189 m n.p.m.). Polanę z pięknymi widokami na Czerwone Wierchy porasta głównie świeża łąka mieczykowa, która jest utrzymywana przez regularne koszenie i usuwanie biomasy. Tutaj skręcamy na niebieski szlak prowadzący z Doliny Małej Łąki na Małołączniak. Wąska ścieżka trawersuje lesiste stoki Skoruśniaka, a potem stopniowo prowadzi do góry. Przechodzimy przez Żleb Wodniściak. Za nim, po prawej stronie, jest mała polanka z widokiem na wapienne urwiska.



• Kobylarzowy Żleb

## PODZIEMIA CZERWONYCH WIERCHÓW

Masyw Czerwonych Wierchów to jeden z najbogatszych w Polsce rejonów krasowych. Występowanie skał węglanowych – wapieni i dolomitów – oraz duża wysokość masywu powodują, że zjawiska krasowe są tutaj bardzo intensywne. Speleolodzy odkryli i zbadali kilkaset jaskiń. Jest wśród nich najdłuższa i najgłębsza jaskinia Polski – system Jaskini Wielkiej Śnieżnej o długości 23 km i głębokości 850 m. Jaskinie te tworzą system odwodnienia Czerwonych Wierchów – woda krąży głęboko pod ziemią i wypływa w dolinach w postaci wywierzysk. Dlatego na powierzchni nie widać żadnych cieków wodnych. Kilkanaście jaskiń w tym rejonie jest udostępnionych dla grotolazów.



## KOBYLARZOWYM ŻŁEBEM NA CZERWONY GRZBIET

Podchodzimy do **Kobylarzowego Żlebu**. Znika las i pojawia się kosodrzewina. Szlak prowadzi po prawej stronie żlebu, którego dno wypełniają aktywne piargi. Pokonujemy skalny prożek z kilkoma

łańcuchami. Obok niego piękne żłobki krasowe utworzone przez wodę spływającą po powierzchni skał. Powyżej progu dno żlebu jest bardziej stabilne. Pojawiają się bogate gatunkowo murawy nawapienne. Warto też rozglądać się za kozicami, które chętnie tu bywają, szczególnie przy wietrznej pogodzie. Krótkimi zakosami po wapiennych stopniach wychodzimy na



Kup książkę

Poleć książkę

**INFORMACJE  
PRAKTYCZNE**

W Kirach, przy wylocie Doliny Kościeliskiej, znajduje się kilka parkingów. Można tu łatwo dojechać bussem relacji Zakopane – Dolina Kościeliska / Dolina Chochołowska / Czarny Dunajec.

Na trasie nie ma schroniska, więc trzeba spakować do plecaka prowiant oraz napoje na cały dzień (na większości trasy nie ma dostępu do wody).

wypłaszczenie, z którego na lewo opada urwisko do Doliny Małej Łąki, za którą widać masyw Giewontu. Wyżej krajobraz zupełnie się zmienia. Zamiast ścian skalnych mamy szeroki trawiasty **Czerwony Grzbiet**. Zmienia się też roślinność, ponieważ w podłożu pojawiają się skały metamorficzne.



**TIP AUTORA** Ponieważ Czerwony Grzbiet to najbardziej rozdeptany szlak w Tatrach, TPN zabezpieczył jego sąsiedztwo siatkami jutowymi, które przyspieszają regenerację roślinności. Jej powodzenie zależy też od nas – trzymajmy się ściśle wyznaczonej ścieżki, nie rozdeptujmy jej sąsiedztwa.

**PRZEZ MAŁOŁĄCZNIK  
NA KRZESANICĘ**

Po ponad kilometrze podejścia i przejściu przez kilka „wierzchołków”, które okazują się tylko wypukłościami grzbietu, osiągamy rozległy wierzchołek **Małołączniaka** (2096 m n.p.m.). Jesteśmy na

głównej grani Tatr i granicy ze Słowacją. Możemy podziwiać widok na Dolinę Cichą Liptowską, Kopy Liptowskie i Tatry Wysokie. Tutaj kończy się szlak niebieski. Teraz będziemy wędrować za znakami czerwonymi. Skręcamy na zachód, schodzimy na szerokie siodło Litworowej Przełęczy i wchodzimy na **Krzesanicę** (2122 m n.p.m.) – najwyższy wierzchołek Czerwonych Wierchów i jednocześnie najwyższy szczyt w Polsce zbudowany ze skał osadowych. Na północ opada z Krzesanicy 200-metrowe urwisko. Rośnie tu wiele rzadkich roślin, jak na przykład mak tatrzański i głodek mrzygłód, które w Polsce występują tylko w Tatrach.

**POŚRÓD MURAW  
NAWAPIENNYCH**

Z wierzchołka Krzesanicy szlak prowadzi na Mułową Przełęcz, oddalając się nieco na lewo od urwiska, a potem wraca na grań i wyprowadza na szeroki, płaski wierzchołek **Ciemniaka** (2096 m n.p.m.). Widać z niego dobrze otoczenie górnej części Doliny Kościeliskiej – Tomanowy i Smreczyński Wierch, Kamienistą i Bystrą z Błyszczem. Z Ciemniaka schodzimy bocznym grzbietem przez Twardą Kopę, z której zakosami ścieżka sprowadza na Chudą Przełęczkę (1850 m n.p.m.). Dalej szlak wiedzie wschodnimi stokami Chudej Turni i Upłaziańskiej Kopy. Alpejskie hale porastają tutaj murawy nawapienne – jedno z najbogatszych gatunkowo zbiorowisk roślinnych w Tatrach. W jednym płacie roślinności występuje nawet sto gatunków. W szczycie kwitnienia, pod koniec czerwca, jest tu kolorowo od kwiatów gnidosza okółkowego, dębika

**DLACZEGO CZERWONE?**

Nazwa masywu pochodzi od rośliny, która licznie porasta jego szczytową część. Jest to sit skucina. Gatunek ten w Polsce występuje głównie w Tatrach, Sudetach i na Babiej Górze, na podłożu bezwęglanowym. To bylina dorastająca do 10–30 cm, o wąskich, rylnikowato zwiniętych liściach wyrastających gęsto z korzeni. Jest ona bardzo odporna na surowe górskie warunki – silny wiatr, mróz, suszę, silne promieniowanie słoneczne. Sit skucina porasta w Tatrach bardzo duże powierzchnie. W piętrze hal tworzy często murawy, wyżej w turniach występuje w postaci pojedynczych kęp. W połowie lata zmienia kolor z zielonego na rudy i wtedy całe wierzchy stają się „czerwone”.



ośmiopłatkowego, bartsji alpejskiej, siekiernicy górskiej i wielu innych. Niżej przekraczany żleb opadający do kotła Małej Świstówki. Za żlebem wchodzimy w kosodrzewinę. Szlak schodzi na Rówień nad Piecem i do wapiennej skałki **Piec** (1460 m n.p.m.). Niżej przechodzi skrajem polany Upłaz, za którą czeka nas zejście

▼ Czerwone Wierchy

przez lesisty Upłaziański Wierszyk i Adamicę. Dochodzimy do polany Zahradziska, gdzie zamykamy pętlę i przez Wyżnią Kirę Miętusią wracamy do Kir przy wylocie **Doliny Kościeliskiej**.



**TIP AUTORA** Na wycieczkę warto zabrać podręczny atlas roślin.





## TATRY REGLOWE

# U bacy pod Gęsią Szyją

1  
PALENICA  
BIAŁCZAŃSKA2  
RUSINOWA  
POLANA3  
GĘSIA SZYJA

6

TOPOROWA CYRHŁA

5

PSIA TRAWKA

4

WAKSMUNDZKA RÓWIEŃ

Pierwszą część wycieczki – do Rusinowej Polany – można polecić jako niedługi spacer, z którego następnie można wrócić tą samą drogą. Rusinowa Polana, na której do dziś istnieje latem bacówka i pasają się owce, stynie z fantastycznego widoku na Tatry Wysokie, zaś górująca nad nią Gęsia Szyja zapewni nie tylko zadyszkę na ostrym podejściu, ale i kolejne piękne widoki. Dalej czeka nas za to długi marsz pośród przepastnych lasów tatrzańskich i wizyta na dwóch kolejnych ładnych polanach o bujnej roślinności.



tranzyt



10,9 km



550 m



4 h

Wyruszamy na wędrowkę od parkingu na polanie **Palenica Białczańska** – stąd większość turystów idzie drogą w kierunku Morskiego Oka, my jednak zaraz za szlabanem i postojem konnym fiaszógów odbijamy w prawo niebieskim

szlakiem. Niegdyś prowadził on przez zwarty bór świerkowy, dziś większość drzew obumarła. Obok szlaku huczy pośród zwalisk granitowych głazów Waksmundzki Potok. Gdy oddalimy się od jego biegu, to znak, że już wkrótce wydo-  
staniemy się na dolny skraj Rusinowej Polany.



## RUSINOWA POLANA

Rozległa **Rusinowa Polana**, położona na północno-wschodnim skłonie Gęsiej Szyi, to miejsce słynne – gdy

### Rusinowa Polana

podejrzmy wyżej, za nami ukaże się ponad lasem wspaniała panorama wysokogórska: widać stąd doskonale potężne szczyty w otoczeniu dolin Białej Wody i Jaworowej, rozdzielone rozsiadłym, łagodniejszym masywem Szerokiej Jaworzyńskiej. Patrząc stąd, można odnieść wrażenie, że najwyższym szczytem Tatr jest ogromny Lodowy Szczyt, imponująco prezentują się też ściany

Młynarza, tworzące pionowe urwisko ponad U-kształtną, polodowcową Doliną Białej Wody. Prócz widoku Rusinowa Polana ma też i inne atrakcje: gdy zielenie się trawa, pasa się tu duży kierdel – jak mówią górale na stado owiec. Obok skrzyżowania niebieskiego i zielonego szlaku stoi bacówka, w której można spróbować owczych serów, a czasem i napić się żętycy.

## U KRÓLOWEJ TATR

Niecały kwadrans spaceru od Rusinowej Polany niebieskim szlakiem, w górnej części Doliny Żłotej, w miejscu zwanym Wiktorówkami, na małej polanie stoi kaplica – Sanktuarium Matki Boskiej Jaworzyńskiej, zwanej Królową Tatr. Podobno około roku 1860 góralskiej dziewczynce, pasającej krowy na Rusinowej Polanie, zagubione w lesie stado pomogła odnaleźć Matka Boska. Na pamiątkę tego zdarzenia najpierw na drzewie ustawiono obraz Maryi, pod którym modlili się pasterze. W 1902 r. stanęła mała kaplica, która potem spłonęła. Nową zbudowano po I wojnie światowej. Stopniowo rozbudowywana, dziś pozostaje pod opieką dominikanów, a kilka razy w roku – w najważniejsze maryjne święta – odbywają się do niej góralskie pielgrzymki.







**Uwaga, spragnieni!** Na halach bacowie i juhasi nieraz pili żętycę – to serwatka z mleka owczego, pozostała po wyrobieniu oscypków i bundzu. Ten pasterski przysmak u nieprzewyczajonej osoby wywoła solidną „rewolucję” w brzuchu, nieraz działając jak mocny środek przeczyszczający!



## GĘSIA SZYJA

Z Rusinowej Polany ruszamy zielonym szlakiem ostro do góry na Gęsią Szyję. Ścieżka wiedzie bardzo stromo schodkami ku wąskiej przecince leśnej. W końcu docieramy na zwieńczony dolomitowymi Waksmundzkimi Skałkami wierzchołek **Gęsiej Szyi** (1490 m n.p.m.). Tą oryginalną nazwą górale określali początkowo wąski i faliście wygięty wyrównany fragment grzbietu od strony

• Droga prowadząca do Gęsiej Szyi



## INFORMACJE PRAKTYCZNE

Najlepszym rozwiązaniem, by dostać się do polany Palenica Białczańska, jest skorzystanie z komunikacji publicznej: z Zakopanego jeżdżą do parkingu na polanie liczne busy i autobusy. Samochód można wówczas zostawić na parkingu na końcu szlaku w Toporowej Cyrhli. Na wycieczkę lepiej zabrać prowiant i napoje, bo na trasie nie ma żadnego schroniska.

Rusinowej Polany, potem dopiero rozciągnięto ją na szczyt. Stojąc na skałkach szczytowych, możemy podziwiać znacznie szerszy widok niż z Rusinowej Polany. Tuż przed nami wyrastają ogromne – bo bliskie – masywy Koszystej i Wołoszyna, między które wciną się Dolina Waksmundzka. To właśnie z Gęsiej Szyi

najłatwiej obejrzeć wnętrze tej doliny: nie prowadzi do niej żaden szlak, bo to ściśły rezerwat przyrody i królestwo niedźwiedzia brunatnego. Warto pamiętać, by tam, gdzie szlak schodzi poniżej skałek, nie wdrypać się na ich grań: Gęsia Szyja to miejsce występowania wielu bardzo rzadkich roślin naskalnych!



## WAKSMUNDZKA RÓWIEN

Schodzimy z Gęsiej Szyi zielonym szlakiem na przełęcz i polanę zwaną **Waksmundzką Równię** (1405 m n.p.m.). To głębokie rozcięcie w miękkich łupkach, oddzielających dolomitowy masyw regłowy Gęsiej Szyi od trzonu krystalicznego Tatr Wysokich – czyli wyrastającej tuż ponad polaną stromizny Koszystej. Na polanie spotykamy szlak czerwony, którym będziemy teraz szli na zachód, w kierunku Toporowej Cyrhli, przechodząc wkrótce skrajem kolejnej, znacznie rozleglejszej otwartej przestrzeni: **Waksmundzkiej Polany**. Obie sąsiadujące polany były dawniej wypasane, lecz dziś stopniowo zarastają lasem. Wciąż jednak bujnie kwitną na nich latem różne górskie kwiaty. Potem długo maszeruje się przez świerkowe lasy, przetrzebione wiatrołomami. Za mostkiem przez Pańszczycki Potok pofałdowane, bardzo szerokie dno doliny miejscami jest podmokłe – niektóre młaki są tak wilgotne, że nie mogą rosnąć na nich drzewa. W innych miejscach mijamy z kolei granitowe głazy – to szerokie wypłaszczenie między Pańszczyckim Potokiem a bliskim już biegiem potoku Sucha Woda wyrównał jeźor ogromnego lodowca spływającego przed tysiącami lat z dolin Pańszczycy i Gąsienicowej.

Poleć książkę



## PSIA TRAWKA

Na niemal doszczętnie zarośniętej polance **Psia Trawka** docieramy do bitej drogi z Brzezin do schroniska Murowaniec na Hali Gąsienicowej. Szlak czerwony przecina drogę i zaraz potem przechodzimy ponad korytem – nieraz zgodnie z nazwą niemal zupełnie suchym – potoku Sucha Woda. Koryto suche jest jednak tylko na powierzchni: woda cały czas płynie, ale pod warstwą głazów i żwirów. Następnie szlak czerwony prowadzi nas przez zniszczone świerkowe lasy i po falistych, niskich pagórkach, czyli śladach moren pozostawionych przez lodowiec, aż w końcu wychodzimy z lasów ponad zabudowaniami **Toporowej Cyrhli**. Szlak kończy się na szosie – a o 300 m w prawo znajduje się przystanek autobusowy.

• Przejście nad potokiem Sucha Woda



Kup książkę



SPISZ

## Spiskie panoramy



Bardzo wymagająca kondycyjnie i długa, lecz i niezwykle ciekawa trasa przez Spisz. Choć region sąsiaduje z Podhalem, szybko przekonamy się, jak bardzo się od niego różni: niemal tysiąc lat odrębnej historii zrobiło swoje – i to mimo że większość terenów, przez które będziemy jechać, od stu lat należy do Polski. A czeka nas tu atrakcji co niemiara: kilka zabytkowych świątyń, wśród nich uroczy drewniany kościółek z najstarszym widokiem Tatr oraz najprawdziwsza cerkiew, bajkowa, kolorowa wieś drewnianych chat łemkowskich, olśniewające panoramy Tatr i szerokie widoki niezabudowanych przestrzeni pastwisk i zielonych łąk, wreszcie malownicze skałki Pienin Spiskich.



pętla



50 km



900 m



5.30 h



mapa s. 256–257

Wycieczkę rozpoczynamy w **Krempachach**. Ta spiska wieś leży na wschodnim brzegu rzeki Białki i podobnie jak pozostałe części polskiego Spiszu znalazła się w granicach naszego kraju dopiero w 1920 r. Pośrodku wsi stoi **kościół św. Marcina** z 1. poł. XVI w. z wysoką wieżą, zwieńczoną typową dla regionu renesansową atyką. Obok świątyni możemy zostawić samochód i skierować się do pobliskiego skrzyżowania z drogą do Dursztyna oraz mniejszą, wiodącą

### ! UWAGI DO TRASY

**NAWIERZCHNIA:** asfalt, ok. 3 km drogi gruntowej  
**STROMIZNA:** 4 strome podjazdy  
**ROWER:** trekkingowy, ewentualnie MTB  
 Trasa transgraniczna przez Polskę i Słowację – należy mieć dokumenty tożsamości; kilka kilkukilometrowych odcinków drogami publicznymi o średnim i małym natężeniu ruchu.

[Kup książkę](#)


### 📍 Dursztyn

wzdłuż obmurowanego Dursztyńskiego Potoku ul. Tatrzańskiej. Prowadzi tam Szlak Wokół Tatr i tam też kierujemy się i my. To odcinek wygodnej, asfaltowej drożki rowerowej. Za niewielką strzelnicą naszym oczom pokazują się rozrzucone tu i tam wapienne skałki, ukryte pośród pól kępy drzew i krzewów. To już Pieniny Spiskie, a dokładniej ich zachodnia część z pasmem **Dursztyńskich Skałek**. Nie są one szczególnie efektowne czy wielkie, lecz ciekawie prezentują się pośród rozległych, pustych przestrzeni pól i łąk. Tu już mamy okazję przekonać się, jak odmienny jest krajobraz Spiszu, ze zwartą zabudową miejscowości i ogromną przestrzenią niezabudowanych pól, od Podhala, gdzie wsie rozciągają się na wiele kilometrów z nieraz mocno rozproszoną zabudową.



### DURSZTYN I ŁAPSZE NIŻNE

Za zakrętem doliny zza niepozornego wzgórze wyłania się niespodziewanie

okazała skalna baszta, zwana **Gęśle** – od kształtu mającego przypominać ten góralski instrument muzyczny. Tu zaczyna się pierwszy długi podjazd na naszej trasie, prowadzący w pobliżu kolejnych skałek aż po trawers najwyższej, lecz prawie całkiem zalesionej **Czerwonej Skały**. Na południu ponad odkrytymi grzbietami Magury Spiskiej pojawiają się też po raz pierwszy odległe tatrzańskie granie. Kierując się Szlakiem Wokół Tatr, przejeżdżamy przez niewielką miejscowość **Dursztyn**. To kolejna obok Krempachów wieś, której nazwa pochodzi z języka niemieckiego – bo Spisz to region wielokulturowy (zob. ramka *Spiski tygiel kulturowy*, s. 223). Za miejscowością podjeżdżamy na widokowy grzbiet **Wichrowki**. Najpierw widać stąd po lewej, zaraz za płytką dolinką, niskie, lecz śmiałe kształty pasma Pienin Spiskich, zwanych Hombarkami, oraz wyłaniające się za nimi Gorce, na grzbiecie przykuwa jednak uwagę odległy łańcuch tatrzańskich szczytów. Następnie zaczyna się długi, bardzo

[Poleć książkę](#)

urozmaicony i miejscami dość kręty zjazd gładką smugą asfaltu aż do **Łapsz Niżnych**. Tam warto zatrzymać się na chwilę obok gotyckiego **kościółka św. Kwiryna**, którego budowę zaczęto ok. 1310 r. Potem świątynię rozbudowano, lecz i tak w prezbiterium zachowało się gotyckie sklepienie. Jest tu również wiele cennych zabytków sztuki sakralnej, a sam kościół włączony jest do szlaku zabytków gotyckich Spiszu. Uliczką przez wieś, którą prowadzi cały czas Szlak Wokół Tatr, zmierzamy do podnóża Glizówki. Tu znów jechać będziemy nową asfaltową dróżką rowerową. Szlak wiedzie pośród wzgórz Magury Spiskiej do Kacwina.



## KACWIN

**Kacwin** – ta oryginalna nazwa to spolszczona wersja niemieckiej nazwy Katzwin-keel, czyli... Koci Zakątek – leżący na końcu drogi w dolinie potoku Kacwinianka, od czasu gdy w 1920 r. Spisz podzieliła granica między Polską a Czechosłowacją, znalazł się na „końcu świata”. Odcięty od większej części regionu Spiszu z jego najważniejszymi ośrodkami miejskimi, stał się zapomnianą wsią z dala od szlaków turystycznych. Niestety, także i dziś jedna z tutejszych atrakcji, czyli wodospad na Kacwiniance, jest praktycznie niedostępna. Warto natomiast obejrzeć kryty gontowym dachem **kościół Wszystkich Świętych**, który oryginalnie powstał już w XIV w. jako budowla gotycka. Pod kościołem wraz ze Szlakiem Wokół Tatr skręcamy w prawo, by jechać w górę doliny do krańców miejscowości i do granicy ze Słowacją. Tuż przed granicą

warto zatrzymać się nad rzeką, by obejrzeć niewielki, lecz malowniczy **wodospad**. Będąc już na Słowacji, trafimy do szosy z Hanuszowców (słow. Spišské Hanušovce) do Osturni (słow. Osturňa) i kierujemy się w prawo, właśnie w stronę tej ostatniej miejscowości.



## OSTURNIA

**Osturnia** to kolejny fenomen spiski – położona najdalej na zachód wieś rusińska (czasem tutejszą ludność zalicza się wręcz do Łemków). Założona została pod koniec XVI w. na prawie wołoskim – bo osiedlili się tu pasterze pochodzenia wołoskiego. Do dziś używana jest tu gwara rusińska, a większość mieszkańców Osturni wyznaje religię greckokatolicką i gromadzi się na nabożeństwa w znajdującej się w środkowej części wsi murowanej **cerkwi św. Michała** z 1796 r. Przemierzając Osturnię, co innego jednak rzuci się nam w oczy: dziesiątki zachowanych tradycyjnych **drewnianych chałup**, budowanych na zrąb i nieraz połączonych z zabudowaniami gospodarskimi w zwarty, zamknięty bramą czworobok zabudowań wokół niewielkiego podwórza. Dzięki temu wieś wygląda niemal jak skansen, lecz wciąż żywy!



## PRZEŁĘCZ NAD ŁAPSZANKĄ I RZEPISKA

Około 1 km za cerkwią w Osturni Szlak Wokół Tatr odbija w lewo, ku najwyższemu grzbiecowi Magury Spiskiej i podtatrzańskiej wsi Zdziar (słow. Ždiar), ale nasza trasa wiedzie prosto

## SPISKI TYGIEL KULTUROWY

Spisz to bardzo rozległy i niesamowicie różnorodny region, który rozciąga się głównie na terenie Słowacji. Są w jego granicach śródgórskie kotliny ze starymi, pełnymi zabytków miastami jak Lewocza czy Kieżmark, są i malownicze, niewysokie góry o charakterze zbliżonym do Beskidów – Magura Spiska czy Góry Lewockie – są też urokliwe wapienne masywy Pienin czy wreszcie potężne skaliste szczyty Tatr Wysokich i Bielskich. Spisz to jednak nie tylko mozaika krajobrazów, ale i swoisty tygiel kultur: ludność miejską tworzyli tu przez stulecia głównie Niemcy i Węgrzy, mieszkała też garstka Żydów. Wsie zamieszkiwali miejscowi górale: część mówiła gwarą zbliżoną do obecnego słowackiego, część podobną do podhalańskiej, a część rusińską. Wreszcie gdzieś „na obrzeżach” społeczeństwa żyli przybyli przed wiekami z Indii Romowie. Także i dziś o wielokulturowej przeszłości przypominają pozostałe ślady: na włączonej do Polski w 1920 r. części Spiszu, na tzw. Zamagurzu, wciąż mieszka sporo ludzi uważających się za Słowaków i posługujących się językiem słowackim, mieszkają też Romowie, których spotkać można m.in. w dolnej części wsi Czarna Góra, zaś w znajdującej się na Słowacji wsi Osturnia mieszkają Rusini, wyznający religię greckokatolicką.



• Kacwin





na ekspozycję i wymagania kondycyjne, ale nie trudność – jest zainstalowana latem 2021 r. pierwsza prawdziwa tatrzańska via ferrata. Poprowadzono ją na przełęcz Czerwona Ławka (słow. Priečne sedlo), na którą wiedzie też zwykły żółty szlak między dolinami Pięciu Stawów Spiskich (słow. kotlina Piatich Spišských plies) a Staroleśną (słow. Veľká Studená dolina). Ta „żelazna droga” oceniona jest w skali trudności jednak tylko na „A”. Kolejnych via ferrat trzeba szukać na Słowacji nieco dalej od Tatr – w Polsce w Tatrach niestety w ogóle ich nie ma – na krańcach Liptowa w Wielkiej Fatrze w miejscowości Liptovské Revúce oraz na Spiszu w popularnym parku narodowym Słowacki Raj w wąwozie Kyseľ.



Przejsie takiej trasy wymaga pewnych podstawowych umiejętności wspinaczkowych, przede wszystkim umiejętności korzystania z zestawu do autoasekuracji, wpinanej do stalowej liny asekuracyjnej: uprząży i lonży zabsorberem na szlaku. Konieczny jest także kask. Oczywiście, jak każdy rodzaj drogi wspinaczkowej, również via ferraty mają swoje określone stopnie trudności – najczęściej używa się skali od „A” (bardzo łatwa, zwykle autoasekuracja dla wprawnej osoby nie jest tu nawet potrzebna) do „F” (bardzo trudna, wymaga umiejętności wykorzystania różnych technik wspinaczkowych).

Do niedawna w Tatrach w ogóle nie było tego typu szlaków, ale obecnie po słowackiej stronie granicy można zmierzyć się z takim wyzwaniem – na początek można spróbować swych sił na dwóch krótkich via ferratach w małym, nieczynnym kamieniołomie tuż obok szosy w Tatrzańskej Kotlinie (słow. Tatranská Kotlina) u stóp Tatr Bielskich. Jest tu jedna via ferrata, która w górnej części dzieli się na dwa warianty – łatwiejszy „A” i trudniejszy „C”. Większym wyzwaniem – ze względu



## Via ferraty w Tatrach

„Żelazne drogi” to specyficzny rodzaj górskiego szlaku – kojarzony najczęściej z Alpami. Czasem można spotkać się z twierdzeniem, że również Orla Perć jest rodzajem via ferraty, to jednak nie do końca prawda. Faktycznie via ferraty to trasy wspinaczkowe, przy których umieszczono stałą stalową linkę do autoasekuracji oraz stałe, sztuczne ułatwienia: kłamry, drabinki, kładki nad przepaściami.



INSTRUKTOR:  
NIE



SPRZĘT:  
TAK



ADRENALINA:  
●●●○○



KONDYCJA:  
●●●○○

Kup książkę

### WYPOŻYCZALNIE SPRZĘTU W ZAKOPANEM

Tatry Rent  
[tatryrent.pl](http://tatryrent.pl)

Wataha Tatry Travel  
[www.watahatatrytravel.pl](http://www.watahatatrytravel.pl)

KURSY WSPINACZKOWE, TAKŻE PO VIA FERRATACH  
Mountain Climbing School  
z Zakopanego  
[mountainclimbingschool.pl](http://mountainclimbingschool.pl)

Poleć książkę



## Kulig

Kiedy zimowa aura ogarnie drogi i grzbiety Podhala, górale zapraszają na tradycyjny kulig. Choć to nie szalony sport, zapewniający ogromną dawkę adrenaliny, zabawy jest przy tym co niemiara! Oczywiście dla każdego, kto lubi towarzystwo, ognisko na mrozie – bo to nieodłączne elementy udanego kuligu.



INSTRUKTOR:  
NIE



SPRZĘT:  
TAK



ADRENALINA:  
●○○○○



KONDYCJA:  
●○○○○



Kup książkę

Poleć książkę

Tradycyjny kulig powinien odbywać się w drewnianych saniach, do których zaprzężono konie. I koniecznie gnać trzeba nie ulicami Zakopanego, lecz pośród śniegu i mrozu malowniczych grzbietów, polan i lasów z widokami ku Tatom – najlepiej oświetlonych światłem gwiazd i księżyca w pełni, w świetlistą i mroźną zimową noc.

Kiedy już trafimy do malowniczego miejsca pośród ośnieżonych gór – porządny kulig musi zakończyć się biesiadą przy ognisku z kiełbaskami, bigosem i herbatą (mniej lub bardziej po góralsku...) oraz regionalną muzyką na żywo! Niestety, zima nie zawsze dopisuje – czasem gdy zabraknie śniegu, trzeba udać się na biesiadę wozami zaprzężonymi w konie. Zresztą, przejażdżki bryczką pośród podtatrzańskich krajobrazów, zakończone góralską biesiadą to też ciekawa opcja, którą można zorganizować nawet latem. Aby wziąć udział w kuligu, najlepiej zgłosić się do zajmujących się tym od dawna górali: ale da się to załatwić już nie tradycyjnie, a przez internet.

Kuligi.pl

🏠 ul. Nowotarska 27b/11, Zakopane  
🌐 [www.kuligi.pl](http://www.kuligi.pl)

Trio Travel

🏠 ul. Kościuszki 23a, Zakopane  
🌐 [www.triotravel.pl](http://www.triotravel.pl)

Majer Centrum Turystyki

🏠 ul. Kościuszki 19a, Zakopane  
🌐 [www.ctmajer.pl](http://www.ctmajer.pl)





## Rafting i kajaki górskie

Spieniona woda, huczająca pośród głazów, a na niej przemykają łupinki kajaków i lekkie pontony, ocierające się niemal o skalne ściany kanionów – taką wizję raftingu i spływów górskimi kajakami pewnie ma wielu z nas. W Polsce ani na Słowacji nie ma tras o najwyższym stopniu trudności – tym lepiej dla osób, które chciałyby zacząć przygodę z takimi ekstremalnymi spływami.



INSTRUKTOR:  
NIE



SPRZĘT:  
TAK



ADRENALINA:  
●●●●○



KONDYCJA:  
●●●●○

Kup książkę

Poleć książkę

W okolicach Zakopanego na Podtatrzu jedyną rzeką, po której można pływać przez cały rok, jest **Dunajec**. Oczywiście, najlepsze spływy są latem, szczególnie dla osób początkujących czy rodzin z dziećmi – gdy poziom wody jest niższy, a rzeka spokojniejsza. Płynie się w fantastycznej scenerii, przez słynny Pieniński Przełom Dunajca. To niewątpliwie ciekawsza i bardziej emocjonująca przygoda niż tradycyjne spływy drewnianymi tratwami, sterowanymi przez flisaków. Organizacją spływów zarówno pontonowych, jak i kajakowych zajmują się firmy głównie ze Szczawnicy, ale i w Zakopanem można zgłosić się do odpowiednich organizatorów.

Na bardziej doświadczonych amatorów raftingu czekają dwie podtatrzańskie rzeki – **Białka** w Polsce i **Belá** (Biała Liptowska) na Słowacji, po południowej stronie Tatr Zachodnich. Obie są oceniane w sześciostopniowej skali trudności raftingu maksymalnie na trzeci stopień. Niestety, zazwyczaj jest w nich za niski do spływania poziom wody, dlatego spływy raftingowe organizowane są tylko w okresie topnienia śniegów w Tatrach – zwykle w maju i czerwcu.

Rafting.pl

🏠 ul. Na Gubałówkę 2a/22,  
Zakopane

🌐 [www.rafting.pl](http://www.rafting.pl)

Fun and Race

🌐 [funrace.pl](http://funrace.pl)

Rivent-Sport

🌐 [www.rivent.pl](http://www.rivent.pl)





Kup książkę

# 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>

GRUPA  
**Helion**

# TATRY I PODTATRZE PEŁNE WRAŻEŃ

Piesze wycieczki pośród górskich krajobrazów są niezapomnianą przygodą – jednak będąc w Tatrach i na Podtatrzu, warto też spróbować czegoś nowego! Na zdobycie czekają tatrzańskie „ośmiotysięczniki”, via ferraty, a dla spragnionych mocniejszych wrażeń drogi dla taterników i tajemnicze jaskinie. Pięknam górskiej przyrody można rozkoszować się podczas wycieczek rowerowych, na końskim grzbiecie oraz psim zaprzęgiem. Zimą – na raketach śnieżnych, nartach czy podczas kuligu. Latem można korzystać z wodnych atrakcji: żeglować, wybrać się w rejs gondolą, na rafting lub spływ kajakiem górskim. Warto też spojrzeć na tatrzańskie szczyty z góry – podczas lotu na paralotni. Region ma mnóstwo do zaoferowania miłośnikom wszelkich aktywności!

## NAJLEPSZY RELAKS? OCZYWIŚCIE AKTYWNIE!

**activebook** to przewodnik dla tych, którzy w ruchu odpoczywają najlepiej. Dla uprawiających sport, dla szukających nowych doznań, dla wszystkich pełnych energii. Jeśli nie lubisz siedzieć w miejscu i chcesz zacząć wypoczywać intensywniej – ten przewodnik jest właśnie dla Ciebie!



**TRASY  
PIESZE**



**TRASY  
ROWEROWE**



**ATRAKcje  
DLA  
AKTYWNYCH**



W przewodniku **kody QR**, dzięki którym zobaczysz **przebieg trasy na mapie** i pobierzesz plik **GPX** na smartfona lub zegarek sportowy



Księgarnia internetowa:  
<http://bezdroza.pl>

Zamówienia telefoniczne:  
**0 801 339900**  
**0 601 339900**

Sprawdź najnowsze promocje:  
<http://bezdroza.pl/promocje>  
Przewodniki najchętniej czytane:  
<http://bezdroza.pl/bestsellery>  
Zamów informator podróźniczy:  
<http://bezdroza.pl/newsletter>

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [bezdroza@bezdroza.pl](mailto:bezdroza@bezdroza.pl)  
<http://bezdroza.pl>

ebook dostępny na  
**ebookpoint**

ISBN 978-83-283-8720-1



9 788328 387201

Cena 54,90 zł