

Spis treści

3	Jak korzystać z przewodnika
6	Ikony stosowane w przewodniku
7	Jak korzystać z opisu tras
8	Przygotowanie do wycieczki
9	Wybór trasy
10	Klasyfikacja trudności tras
11	Górska Odznaka Turystyczna PTTK

12 Turystyka w Beskidach

12	Letnia turystyka piesza
22	Turystyka narciarska
32	Turystyka rowerowa

37 Bieszczady

38	Informacje krajoznawcze
38	Topografia
43	Przyroda
45	Historia i zabytki sztuki
50	Informacje praktyczne
50	Dojazd
51	Noclegi
53	Stadniny koni

54	Trasa 1. Jezioro Duszałyńskie
58	Trasa 2. Na szczyt Korbani
62	Trasa 3. Południowy kraniec Polski
66	Trasa 4. Na Smerek
71	Trasa 5. Połonina Wetlińska
78	Trasa 6. Połonina Caryńska
84	Trasa 7. Na dach Bieszczadów
90	Trasa 8. Rozsypaniec i Halicz
96	Trasa 9. Na Kremenaros i Rawki
102	Trasa 10. Przez Wysoki Dział
108	Trasa 11. Widoki w drodze na Jasło
112	Trasa 12. Przez Bukowe Berdo
116	Trasa konna. Bieszczady w siodle
120	Trasa samochodowa. Samochodem dokoła Bieszczadów

125

Beskid Niski

126

Informacje krajoznawcze

126

Topografia

130

Przyroda

132

Historia i zabytki sztuki

135

Informacje praktyczne

135

Dojazd

136

Noclegi

137

Stadniny koni

138

Trasa 13. U łemkowskich kamieniarzy

142

Trasa 14. W Magurskim Parku Narodowym

146

Trasa 15. Z uzdrowiska na wschód

152

Trasa 16. Najwyżej w Niskim

158

Trasa 17. Przez dolinę Zawoi

164

Trasa 18. Przez Polanę

170

Trasa 19. U źródeł Jasiołki i Wisłoka

174

Trasa 20. Od Jana do Piotrusia

180

Trasa 21. Herbata w bazie w Radocynie

186

Trasa rowerowa. Łemkowszczyzna i uzdrowiska

194

Trasa samochodowa. Cerkiewnym szlakiem

201

Miejscowości regionu

225

Atlas Bieszczadów i Beskidu Niskiego 1:75 000

295

Indeks wybranych nazw geograficznych