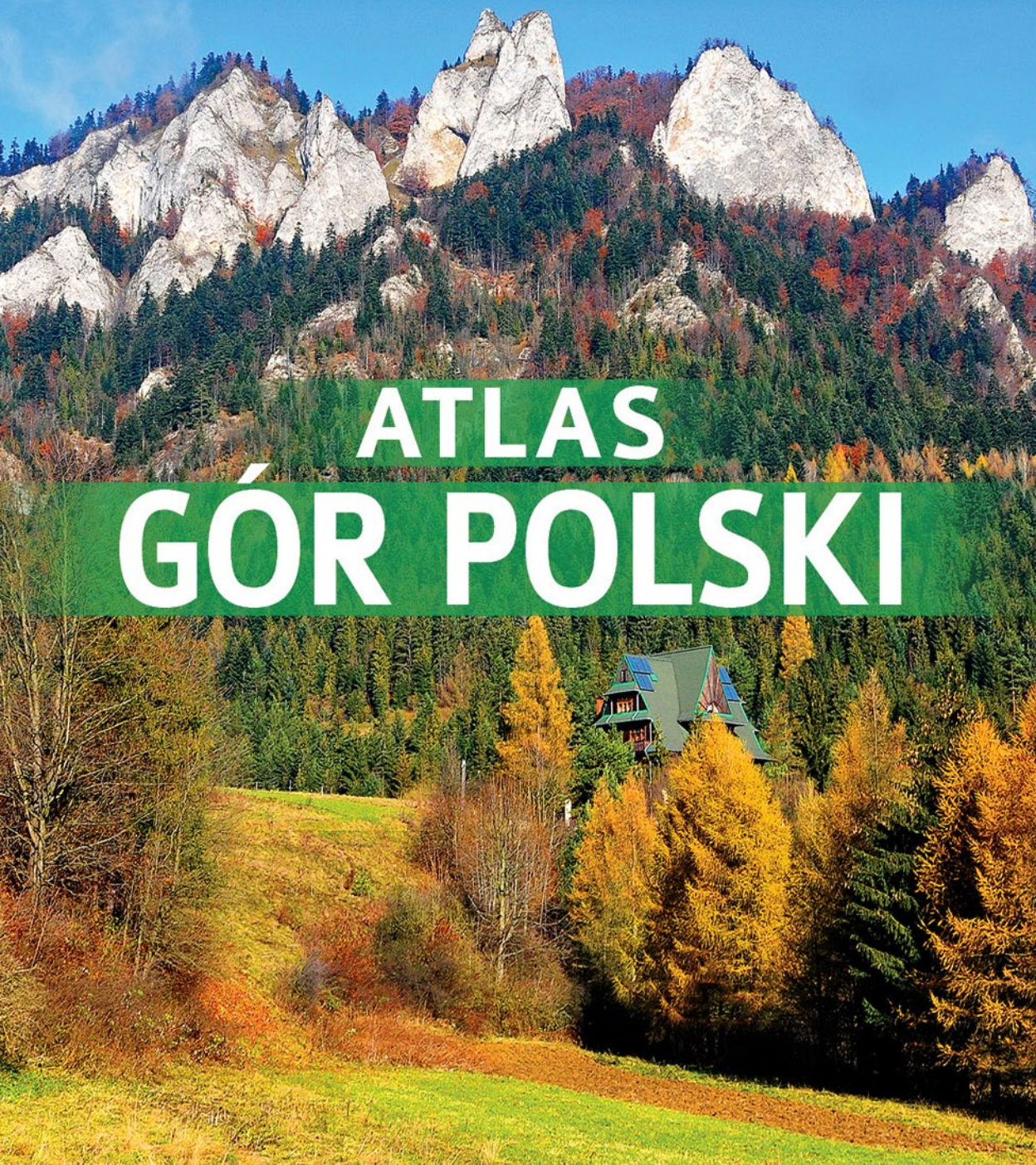


OD GÓR IZERSKICH PO BIESZCZADY



ATLAS GÓR POLSKI

BARBARA ZYGMAŃSKA



OD GÓR IZERSKICH PO BIESZCZADY

ATLAS GÓR POLSKI



Spis treści

WSTĘP	3	BESKIDY	19
GÓRY ŚWIĘTOKRZYSKIE	4	BESKID ŚLĄSKI	94
SUDETY		BESKID MAŁY	100
GÓRY IZERSKIE	12	BESKID MAKOWSKI	106
KARKONOSZE	18	BESKID ŻYWIECKI	112
GÓRY KACZAWSKIE	26	BESKID WYSPOWY	120
RUDAWY JANOWICKIE	32	GORCE	126
GÓRY KAMIENNE	38	BESKID SĄDECKI	132
GÓRY WAŁBRZYSKIE	44	BESKID NISKI	140
GÓRY SOWIE	48	BIESZCZADY I GÓRY	
GÓRY BARDZKIE	52	SANOCKO-TURCZAŃSKIE	148
GÓRY STOŁOWE	56	TATRY I OKOLICE	19
GÓRY BYSTRZYCKIE	62	POGÓRZE SPISKO-	
GÓRY ORLICKIE	67	-GUBAŁOWSKIE	156
MASYW ŚNIEŻNIKA	70	PIENINY	162
GÓRY BIALSKIE	76	TATRY	170
GÓRY ŻŁOTE	80	INDEKS NAZW	188
PASMO ŚLĘŻY	86		
GÓRY OPAWSKIE	90		

Wstęp

Polska jest krajem nizinnym. Obszary górskie, czyli te, których wysokość przekracza 500 m n.p.m., zajmują zaledwie około 3% powierzchni kraju. Mimo niewielkiej powierzchni polskie góry stanowią rejon bardzo ważny pod względem kulturowym, będący dla twórców inspiracją do powstania wielu dzieł sztuki – utworów muzycznych, dzieł malarskich, poezji i literatury.

Góry są bardzo często odwiedzane z powodu walorów krajoznawczych i krajobrazowych. Turyści lubią podziwiać tam piękne widoki, chcą się sprawdzić w trudniejszych warunkach, lubią odetchnąć na tonie przyrody od codziennych obowiązków. Niektórzy koncentrują się na poznawaniu przyrody, zabytków historii i kultury, a innym wystarczą spacer w miejsca nieskażone cywilizacją.

Jednak wybierając się w góry, należy się rozwaźnie zachowywać, np. mieć odpowiednią do pory roku odzież i obuwie dostosowane do marszu po kamienistych górskich ścieżkach. Nawet przy pięknej pogodzie trzeba zabrać cieplejszą odzież i okrycie od deszczu, gdyż aura w górach bywa bardzo zmienna. Na wypadek niespodziewanego przedłużenia się wycieczki warto mieć ze sobą niewielką latarkę, przyda się również kilka kanapek i słodycze oraz zapas picia. Niezbędna jest również mapa. Wszystkie zapasy należy nosić ze sobą w niewielkim plecaku, gdyż torby lub reklamówki nie tylko są niewygodne, ale noszenie ich w rękach może być niebezpieczne w razie ewentualnego upadku.

Wskazane jest również zabranie ze sobą telefonu komórkowego, aby w razie jakiegokolwiek wypadku lub urazu móc wezwać pomoc. Służby, które w razie wypadku lub

zabłądzenia udzielają turystom pomocy w górach, to: **Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (GOPR)** na terenie całych Beskidów i Sudetów oraz **Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (TOPR)** – na terenie Tatr. **Akcje ratunkowe GOPR oraz TOPR są bezpłatne.** Numery do GOPR oraz TOPR najlepiej na stałe dodać do listy kontaktów swojego telefonu komórkowego. Są to **601 100 300** lub **985**, który łączy z najbliższą terenową grupą GOPR lub TOPR, z pracującym całodobowo ratownikiem dyżurnym. Po zgłoszeniu zdarzenia ratownik przekazuje instrukcje dotyczące dalszego postępowania. Można również połączyć się z numerem ratunkowym 112, spod którego rozmowa zostanie przekierowana do najbliższej placówki GOPR lub TOPR. Nową możliwością jest zainstalowanie (niestety, tylko w smartfonach z systemem operacyjnym Android powyżej 4.0) **aplikacji Ratunek** umożliwiającej szybkie połączenie się ze służbami ratowniczymi jak GOPR, TOPR, WOPR, MOPR, z jednoczesną lokalizacją miejsca, gdzie znajduje się dzwoniący z dokładnością do 3 m.

Autorzy opracowania życzą wszystkim czytelnikom, aby nigdy nie musieli korzystać w górach z pomocy służb ratunkowych, a górskie spacer i wycieczki przynosiły im wiele radości i satysfakcji.

Góry Świętokrzyskie

Położenie, granice, podział

Masyw Gór Świętokrzyskich położony jest w środkowej Polsce, w znacznym oddaleniu od pozostałych pasm górskich, na północnej krawędzi Wyżyny Małopolskiej. Są to najniższe góry Polski – tylko jeden szczyt, **Łysica**, nieznacznie przekracza wysokość 600 m n.p.m. (612 m n.p.m.), druga pod względem wysokości jest **Łysa Góra** (595 m n.p.m.).

Góry Świętokrzyskie są najstarszymi górami w Polsce – niektóre budujące je skały pochodzą z okresu kambryjskiego i mają około 500 mln lat. Nazwa gór pochodzi od usytuowanego na Łysej Górze klasztoru benedyktyńskiego Świętego Krzyża, według legendy ufundowanego przez Bolesława Chrobrego w 1006 r., a także od relikwii Drzewa Krzyża Świętego, które zakonnikom ofiarował węgierski król wicz św. Emeryk.

Pasma Gór Świętokrzyskich rozpościera się równoleżnikowo na długości około 70 km. Zwykle jest dzielone na prawie 30 krótkich pasm o długości od kilku do kilkunastu kilometrów. Najdłuższy, centralnie usytuowany ciąg to pasmo główne, które rozpoczyna od zachodu Pasmem Dobrzeszowskim, o maksymalnej wy-

NAJCIEKAWSZE ATRAKCJE

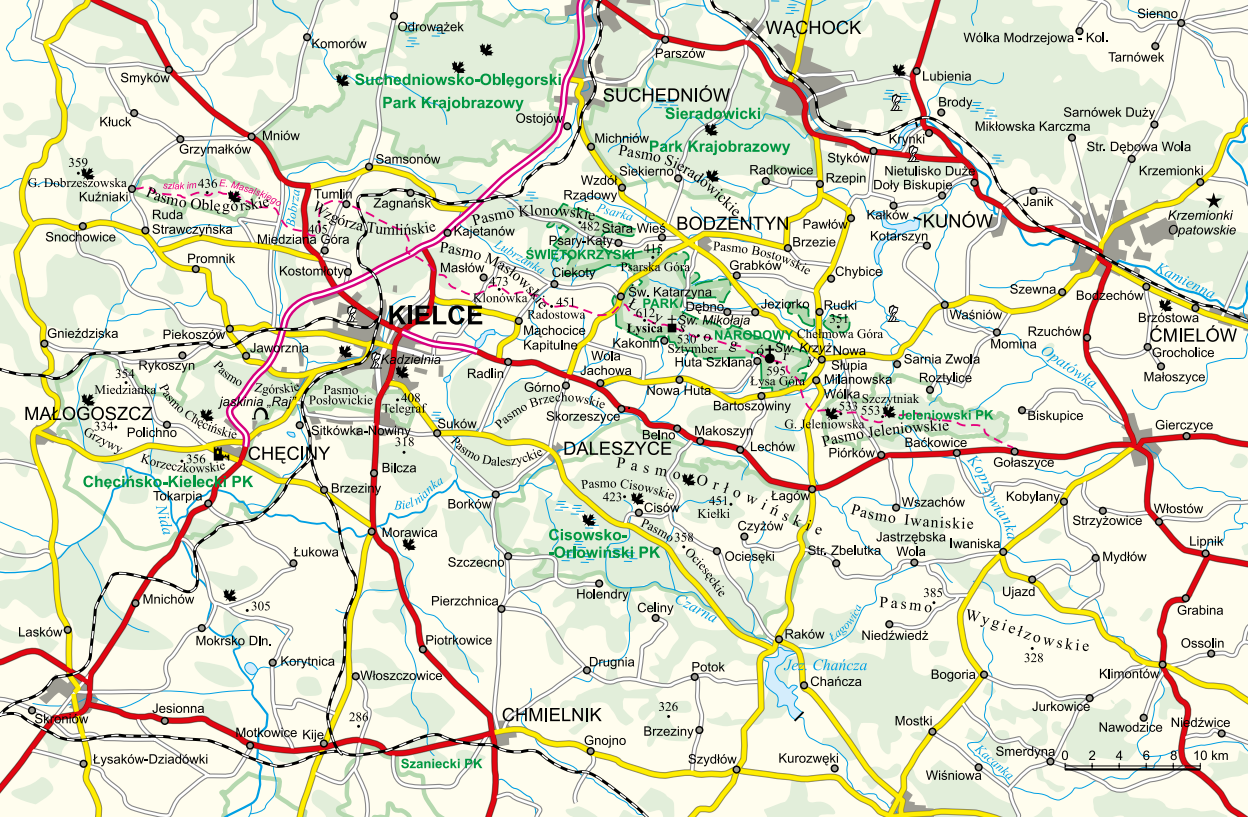
- Łysa Góra z klasztorem Świętego Krzyża
- gołoborza
- dymarki w Nowej Słupi
- kopalnie krzemienia pasiastego w Krzemionkach Opatowskich
- dworek Henryka Sienkiewicza w Oblęgorku
- jaskinia Raj
- zamek w Chęcinach

sokości poniżej 400 m n.p.m. Dalej ku wschodowi ciągną się: Pasma Oblęgorskie, Wzgórza Tumlińskie i Pasma Masłowskie, nieznacznie przekraczające 400 m n.p.m., najwyższe i najrozleglejsze tysogóry oraz drugie pod względem wysokości Pasma Jeleniowskie, które kończy się w okolicach Opatowa. Na południe od Łysogór znajduje się jeszcze niewielkie Pasma Bielińskie.

Na południe od pasma głównego znajdują pasma: Zgórskie, Pośłowickie, Dymińskie, Daleszyckie, Cisowskie, Brzechowskie, Orłowińskie i Wygietzowskie. Na północ od Pasma Wygietzowskiego usytuowane jest Pasma Iwańskie. Na południe od Pasma Orłowińskiego leży Pasma Ociesęckie, na południowy zachód od Pasma Dymińskiego rozpościerają się pa-

Klasztor benedyktyński Świętego Krzyża na Łysej Górze ▼





sma Zelejewskie i Chęcińskie, na zachód od Chęcin – dwa niewielkie, zbudowane z jurajskich wapieni pasma: Grzywy Korzeczkowskie i Grząb Bolmińskie. Na północny wschód od Chęcin znajduje się Pasma Bolechowskie. Wszystkie wymienione pasma nie przekraczają wysokości 400 m n.p.m.

Na północ od pasma głównego rozpościerają się pasma: Klonowskie, Bostowskie oraz Pokrzywiańskie, a dalej na północ Pasma Sieradowickie. Jedyne wzniesienia w Paśmie Klonowskim dochodzą do prawie 500 m n.p.m.

Na terenie Kielc oraz w ich najbliższych okolicach znajdują się: Pasma Kadzielniańskie oraz Wzgórza Szydłowskie, których wysokości nie przekraczają 350 m n.p.m.

Warunki naturalne

Góry Świętokrzyskie nie są górami w rozumieniu fizycznogeograficznym – stanowią najwyższe wzniesienia małopolskich wyżyn, a w szczególności makroregionu Wyżyna Kielecka. Jednak ich najwyższe szczyty, czyli Łysica i Łysa Góra, oraz łączący je grzbiet wyraźnie dominują nad otaczającym je lekko pofalowanym krajobrazem co sprawia, że turyści uznają je za góry.

Budowa geologiczna Gór Świętokrzyskich jest urozmaicona. Najwyższe pasmo, Łysogóry, jest zbudowane z najstarszych w Polsce skał kambryjskich. Pozostałe pasma tworzą przeważnie skały osadowe ery paleozoicznej – od ordo-

Pasma Kadzielniańskie (Rezerwat Przyrody Kadzielnia) ▼





Krajobraz Gór Świętokrzyskich ▲

wiku aż do permu. Na obrzeżach występują młodsze utwory jurajskie i kredowe.

Góry Świętokrzyskie powstały podczas fałdowania kaledońskiego, które trwało od późnego kambru po wczesny dewon i spowodowało wykształcenie w Europie m.in. gór Skandynawii, Gór Kaledońskich i Grampianów w Szkocji. O ile pasma na północy Europy zachowały dość znaczne względne różnice wysokości i typowo wysokogórski charakter, to Góry Świętokrzyskie uległy erozji. Ponownie zostały wydzwignięte i odmłodzone w czasie orogenezy hercyńskiej pomiędzy sylurem a permem. Prawdopodobnie krajobraz Gór Świętokrzyskich przypominał wtedy wysokie góry dzisiejszych stref tropikalnych.

W epoce plejstocenu na terenie obecnej Polski wystąpił cykl kilku zlodowaceń, podczas których cały niż europejski, częściowo lub niemal całkowicie, pokrył lodolód. W czasie zlodowacenia Nidy lodolód oparł się o Góry Świętokrzyskie, a w kolejnych zlodowaceniach południowopolskich zostały one całkowicie pokryte lodem, co niewątpliwie przyczyniło się do silnej erozji.

Obszar na którym znajdują się Góry Świętokrzyskie od czasów prehistorycznych jest zamieszkały i zagospodarowany. W bezpośrednim sąsiedztwie gór, w Krzemionkach Opatowskich, odkryto kopalnie krzemienia pasiastego, które były eksploatowane w latach 3900–1600 p.n.e., a wydobywany w nich wyjątkowo cenny kamień służący do produkcji neolitycznych narzędzi odnaleziono w odległości nawet 660 km od kopalni. Około 1500 r. p.n.e. w Górach Świętokrzyskich wydobywano miedź służącą do produkcji narzędzi z brązu. W okresie rzymskim w północno-wschodniej części gór rozwijało się górnictwo rud i hutnictwo żelaza, czego ślady do dziś można oglądać w Nowej Słupi. W średniowieczu zaczęło się rozwijać rolnictwo, pociągające za sobą wyręby lasów na niżej usytuowanych terenach, głównie w dolinach rzek. W XVI i XVII w. u podnóża Gór Świętokrzyskich rozwinięto się hutnictwo szkła pochłaniające bardzo duże ilości drewna bukowego i przyczyniające się do zwiększenia w drzewostanach udziału jodły w stosunku do buka.



Pierwotnych lasów zachowało się stosunkowo niewiele, wśród nich wyróżnia się Puszcza Jodłowa porastająca zbocza najwyższego pasma Łysogór i pozostająca pod ścisłą ochroną w Świętokrzyskim Parku Narodowym. Jest to unikatowy w skali światowej bór jodłowo-bukowy, zwany jedliną polską. Inne fragmenty dawnej Puszczy Świętokrzyskiej, które obecnie nie stanowią zwanego kompleksu leśnego, są chronione w kilku rezerwach na obszarze Suchedniowsko-Oblęgorskiego Parku Krajobrazowego oraz Konecko-Łopuszniańskiego Obszaru Chronionego Krajobrazu.

Pierwsze rezerwy przyrody powstały w Górach Świętokrzyskich już w latach 20. XX w., najpierw na Chełmowej Górze, a potem na Łysej Górze i Łysicy. Stanowiły zalążek przyszłego parku narodowego. Świętokrzyski Park Narodowy powołano 1 maja 1950 r. jako drugi park narodowy w Polsce (po Białowieskim). Obecnie park, który zajmuje obszar 76,26 km², a jego otulina 207,86 km², obejmuje pasmo Łysogór, część Pasma Kłownowskiego, Doliny Wilkowskiej i Doliny Dębniańskiej, a także trzy dawne rezerwy – Górę

Chełmową, Las Serwis i Skarpę Zapusty. Około 95% powierzchni parku zajmują lasy, 23% stanowi strefa ochrony ścisłej, w której nie jest dozwolona jakakolwiek działalność ludzka, dzięki czemu można tam podziwiać prawdziwie pierwotny las. Na martwych drzewach żyją cenne gatunki owadów, grzybów i mszaków, niespotykane w lasach gospodarczych, gdzie martwe drzewa są uprzęta. Stanowiącą trzon parku Puszcza Jodłowa znana jest także z okazałych drzew. Najpotężniejsze jodły i buki rosną na Łysej Górze, a najpotężniejsze modrzewie na Chełmowej Górze.

Oprócz lasów i innych zbiorowisk roślinnych w Świętokrzyskim Parku Narodowym chronione są zupełnie unikatowe gołoborza kamienne. Świętokrzyskie gołoborza powstały w surowym klimacie epoki lodowcowej, w wyniku wietrzenia późnokambryjskich piaskowców kwarcytowych. Największe świętokrzyskie gołoborze w pobliżu Łysej Góry udostępnione jest do zwiedzania ze specjalnie zbudowanej galerii widokowej, która jednocześnie chroni je przed niszczeniem. W pobliżu znajduje się również pogański walec kultowy z VII–XI w. n.e.

Turystyka

Ogółem na terenie samego tylko Świętokrzyskiego Parku Narodowego udostępniono turystom około **30 km szlaków pieszych**.

Najdłuższy i najważniejszy szlak turystyczny w Górach Świętokrzyskich to znakowany czerwono **Główny Szlak Świętokrzyski im. Edmunda Massalskiego**. Szlak ma 105 km długości, na zachodzie rozpoczyna się w Kuźniakach, na wschodzie kończy w Gołoszyczach w pobliżu Opatowa. Prowadzi przez pasma Obłęgorskie, Masłowskie, Łysogóry, gdzie wspina się na dwa najwyższe szczyty Gór Świętokrzyskich, oraz przez Pasma Jeleniowskie. Wycieczkę tym szlakiem warto rozłożyć na przynajmniej trzy dni, gdyż cała trasa obfituje w liczne atrakcje – rezerваты przyrody i zabytki. Podczas wędrówki z zachodu na wschód pokonuje się około 2400 m podejścia i nieznacznie więcej zejścia.

Zarówno punkt startowy, jak i końcowy szlaku są dobrze skomunikowane z Kielcami. W Kuźniakach, przy rozpoczęciu trasy, można zobaczyć ruiny XVIII-wiecznego pieca hutniczego. Następnie szlak wznosi się w Pasma Obłęgorskie, a po około 3 km dociera do geologiczno-leśnego **rezerwatu przyrody Perzowa Góra**, na którego terenie znajdują się odsonięte bloki piaskowca triasowego. W jednej z grot znajduje się kapliczka św. Rozalii. Z platformy widokowej na stokach **Baraniej**

Góry (426 m n.p.m.) można podziwiać ładną panoramę. Około 3 km dalej od czerwonych znaków odgałęzia się czarny szlak do **Obłęgorka**. We wsi, w dworcu подарowanym przez polskie społeczeństwo w 1900 r. Henrykowi Sienkiewiczowi, znajduje się muzeum pisarza.

Wkrótce szlak czerwony opuszcza Pasma Obłęgorskie, prowadzi około 5 km asfaltem, przekracza drogę krajową nr 74, po czym wznosi się na urozmaicone Wzgórza Tumlińskie z **rezerwatem Kamienne Kręgi**. W Tumlinie-Węgle można zobaczyć **renesansowy kościół** z 1599 r. Drogę ekspresową S7 szlak przekracza kładką dla pieszych, następnie prowadzi około kilometra wzdłuż drogi nr 73, przekracza ją po przejściu dla pieszych, po czym znowu zagłębia się w lasy w Paśmie Masłowskim. Następny odcinek szlaku ze względu na liczne śródleśne polany i roztaczające się z nich ciekawe widoki jest bardzo malowniczy. W Paśmie Masłowskim znajduje się m.in. platforma widokowa na **Klonówce** (473 m n.p.m.) oraz **Dia-belski Kamień** (460 m n.p.m.), którym według legendy czarty chciały zniszczyć klasztor na Łysej Górze. Z ostatniego wzniesienia, Dąbrówki (441 m n.p.m.), szlak sprowadza do przełomu Lubrzanki. Tu od czerwonych znaków odgałęzia się szlak niebieski, który wiedzie równolegle (w Świętej Katarzynie szlaki ponownie się łączą). Czerwony prowadzi aż do Świętej Katarzyny wzniesieniami Radostowej i Wymyślonej, które

Łysica, najwyższe wzniesienie Gór Świętokrzyskich w zimowej szacie ▼





Widok z platformy widokowej pod Łysą Górą na gołoborze i otoczenie pasma Łysogór ▲

należą już do Łysogór. U stóp Radostowej, we wsi **Ciekoły** wychowywał się pisarz Stefan Żeromski. W miejscu dawnego dworu należącego do jego rodziców obecnie znajduje się centrum edukacyjne i rekonstrukcja dworku szlacheckiego. W Świętej Katarzynie jest bogata infrastruktura noclegowa.

Za wsią zaczyna się najciekawsza, a jednocześnie najbardziej zatłoczona część szlaku. Obok klasztoru szlak wchodzi na teren **Świętokrzyskiego Parku Narodowego**, mija kapliczkę oraz źródło św. Franciszka i wspina się na najwyższą w Górach Świętokrzyskich **Łysicę**. Od kapliczki św. Mikołaja trasa schodzi

Szczyt Łysicy ▼



do Kakonina, omijając główny grzbiet Łysogór i dalej prowadzi skrajem lasu do Huty Szklanej, skąd wiedzie asfaltową drogą na Łysą Górę.

W centralnym punkcie parku warto wejść na platformę widokową nad **gołoborzem** oraz zwiedzić Muzeum Przyrodnicze Świętokrzyskiego Parku Narodowego oraz słynny **klasztor Świętego Krzyża**. Dalej szlak schodzi do Trzcianki i opuszcza teren parku oraz pasmo Łysogór.

Następnie trasa wznosi się na Kobylą Górę, a potem schodzi do Paprocic, za którymi zaczyna się Pasma Jeleniowskie. Jest to drugie co do wysokości pasmo Gór Świętokrzyskich, jest jednak w całości zalesione, nie można więc liczyć na ciekawe widoki. Szlak wiedzie głównym grzbietem, mija **Górę Jeleniowską** (533 m n.p.m.), najwyższy punkt w paśmie Szczytniak (554 m n.p.m.), gdzie podobnie jak w Łysogórach występują **gołoborza**, oraz kilka niższych wzniesień, aż w końcu z Truskolaski schodzi w kierunku Gołoszyc. Trasa wiedzie obok cmentarza wojennego z czasów I wojny światowej, a następnie wzdłuż obsadzonej lipami alei. Na jej skraju znajduje się kamień

z oznaczeniem **końca szlaku**. Czerwone znaki prowadzą wprawdzie dalej, aż do **zamku Krzyżtopór** w Ujeździe, ale nie jest to już Główny Szlak Świętokrzyski.

Inne ciekawe szlaki w Górach Świętokrzyskich:

- ☒ **niebieski długodystansowy szlak Chęciny–Łagów** o długości około 70 km. Prowadzi m.in. na zamek w Chęcinach i do jaskini Piekło w pobliżu Chęcin. Wiedzie przez Dolinę Chęcińską i pasma: Skibskie, Bolechowickie, Zgórskie, Połowickie, Dymińskie, Daleszyskie, Lisowskie i Orłowińskie. Na środkowym odcinku staje się szlakiem okrężnym wokół Kielc
- ☒ **czerwony szlak im. Sylwestra Kowalczeńskiego** o długości 20 km. Prowadzi z Chęcin, nad którymi górują ruiny XIII-wiecznego zamku, przez rezerwat przyrody nieożywionej Góra Zelejowa i dalej obok Jaskini Raj na Górę Karczówka, do zespołu klasztornej księży pallotynów, skąd rozpościera się widok na panoramę Kielc.

Fragment Głównego Szlaku Świętokrzyskiego, między Łysicą a Świętą Katarzyną ▼





Wzłaz szlaków turystycznych w Puszczy Jodłowej pod Łysą Górą ▲

Jaskinia Raj, jedna z najpiękniejszych jaskiń krasowych w Polsce, udostępniona jest do zwiedzania z przewodnikiem i mimo iż jest niewielka, z pewnością warta odwiedzenia

- ☒ **niebieski szlak** w północnej części Gór Świętokrzyskich: Łysa Góra (Święty Krzyż)–Nowa Słupia–Pętkowice o długości około 80 km
- ☒ **niebieski szlak** w północnej części Gór Świętokrzyskich: Wąchock–Wykus–Święta Katarzyna–Cedzyna o długości 45 km
- ☒ **żółty szlak Chęciny–Wierna Rzeka** o długości 18 km, prowadzący przez urozmaicone wapienne wzgórza Grzyw Korzeczkowskich i Grzqbów Bolnińskich, a następnie przez wzgórze Miedzianka ze sztolnią, w której od średniowiecza do lat 50. XX w. wydobywano miedź (obiekt wkrótce ma zostać udostępniony do zwiedzania). Szlak kończy się na przystanku PKP Wierna Rzeka linii Kielce–Częstochowa. Nazwa stacji, przepływającej w pobliżu rzeki i parafii, pojawiła się w latach międzywojennych i ma ścisły związek z powieścią Stefana Żeromskiego *Wierna rzeka*. Pisarz nad rzeką Łośną, nazwaną później Wierną, umieścił akcję swojej powieści, której fabuła rozgrywa się w czasach powstania styczniowego.

W Górach Świętokrzyskich wyznakowane są także liczne krótsze szlaki tęcznikowe, **ścieżki przyrodnicze i geologiczne ścieżki dydaktyczne**. W ostatnich latach zbudowano także wiele **ścieżek rowerowych** prowadzących do najciekawszych zakątków gór. Szlaki są zwykle dobrze oznakowane, często opatrzone tablicami informacyjnymi. Zbudowano też wiele wiat dla turystów i usytuowanych w najciekawszych miejscach platform widokowych. Szlaki Gór Świętokrzyskich nie są trudne i każdy turysta może znaleźć tam odpowiednią dla siebie trasę.

Łysa Góra (Święty Krzyż) – widok z okolic Starej Słupii ▼



Góry Izerskie

Położenie, granice, podział

Góry Izerskie, na pograniczu Polski i Czech, są najbardziej wysuniętą na zachód częścią polskich Sudetów Zachodnich. Całe pasmo ma powierzchnię nieznacznie przekraczającą 1000 km², z czego do Polski należy 385 km². Od zachodu Góry Izerskie ogranicza Brama Żytawska, od wschodu od Karkonoszy oddzielone są Przełęczą Szklarską (886 m n.p.m.), przez którą przebiega droga krajowa nr 3 łącząca Szklarską Porębę z Harrachowem. Na północy Góry Izerskie przechodzą w Pogórze Izerskie, po stronie czeskiej graniczą na południu z Przedgórzem Karkonoskim, a na zachodzie z Kotliną Żytawską.

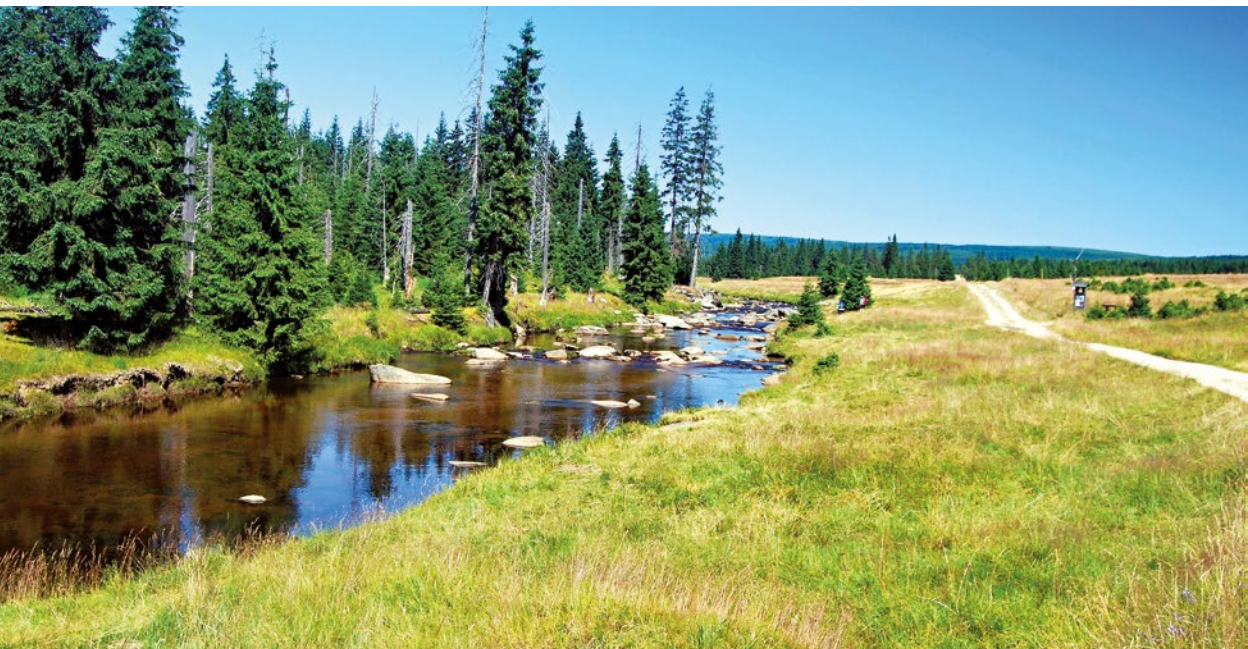
Góry Izerskie składają się z kilku grzbietów o przebiegu północny zachód-południowy wschód. Dwa z nich usytuowane są po stronie polskiej – na północy **Grzbiet Kamienicki** o długości około 18 km, z najwyższym szczytem **Kamienicą** (973 m n.p.m.), oraz położony na południe od niego **Grzbiet Wysoki** o długości około 30 km z najwyższym szczytem **Wysoką Kopą** (1126 m n.p.m.), zarazem najwyższym szczytem całego pasma. Te dwa grzbiety są

NAJCIEKAWSZE ATRAKCJE

- Hala Izerska, czyli polski biegun zimna
- słynne naleśniki w schronisku Chatka Górzystów na Hali Izerskiej
- torfowiska Doliny Izery
- Ośrodek Narciarstwa Biegowego w Jakuszycach
- Bieg Piastów
- Bieg na nartach retro

oddzielone dolinami górskich rzek: płynącej na północny zachód Kwisy i płynącej na południowy wschód Małej Kamienniej. Grzbiety łączą się ze sobą w szerokim siodle zwanym Rozdroże Izerskie. Obniżeniem przebiega droga wojewódzka nr 358 zwana Drogą Sudecką, łącząca dwa ważne ośrodki turystyczne – Szklarską Porębę i Świeradów-Zdrój. Droga znana jest między innymi z zakrętu śmierci – ostrego zakrętu drogowego w pobliżu Szklarskiej Poręby, gdzie szosa zatacza łuk 180°. Zakręt bywa celem wybieżek i spacerów, prowadzą do niego aż dwa szlaki turystyczne – czarny i żółty, gdyż roztacza się z niego ładny widok na Karkonosze i Kotlinę Jeleniogórską.

Rzeka Izera w rejonie Hali Izerskiej ▼





Granica państwa przebiega na południowy zachód od Grzbiecia Wysokiego. Na długości około 15 km stanowi ją rzeka Iżera, która ma swoje źródła pod Stogiem Iżerskim (1107 m n.p.m.), jest dopływem Łaby i jako jedna z nielicznych rzek w Polsce należy do zlewiska Morza Północnego. Grzbieć Wysoki poprzez graniczną kulminację **Smreka** (Smrk, 1124 m n.p.m.) łączy się z grupą **Walońskiego Grzbiecia** (Vlašský hřeben) usytuowanego na terytorium Czech. Głębiej po stronie czeskiej znajdują się kolejne grzbieity, m.in. **Średni Grzbieć** (Sřednř jřerský hřeben) i **Hejnicki Grzbieć** (Hejnický hřeben).

W całych Górach Iżerskich jest 28 szczytów o wysokości przekraczającej 1000 m n.p.m., z tego 13 po stronie polskiej lub na granicy państwa.

Warunki naturalne

Polska część Gór Iżerskich jest zbudowana głównie ze starych skał metamorficznych otaczających od północy i zachodu młodsze skały granitowe Karkonoszy i czeskiej części Gór Iżerskich. W skałach metamorficznych – gnejsach,

granitognejsach oraz łupkach tyszczkowych – można znaleźć cenne okazy minerałów i kamieni półszlachetnych, m.in. szcztoki kwarcowe, turmaliny i granaty, znajdowano również ametysty, awanturyny, chalcedony, chryzoprazy, kryształy górskie, granaty, cyrkonie, turmaliny, a nawet pojedyncze niewielkie rubiny i szafiry.

Schronisko PTTK na Stogu Iżerskim ▼





Krajobraz Gór Izerskich ▲

Góry Izerskie charakteryzują się niewysokimi grzbietami o łagodnych wierzchołkach, do których powstania przyczynił się ostry i sprzyjający erozji klimat panujący tu w okresie zlodowaceń, chociaż lodowce nie objęły samych gór. Wschodnia część Grzbietu Wysokiego, zbudowana ze skał bardziej odpornych na wietrzenie, tworzy wąski grzebień z licznymi skałkami. W skałki obfituje również południowo-zachodnia, zbudowana z granitów karkonoskich część Gór Izerskich, położona w pobliżu granicy z Czechami.

Klimat Gór Izerskich jest wyjątkowo surowy jak na ten rejon geograficzny. Szczególnie zimnym miejscem, uważanym za polski biegun zimna, jest Hala Izerska w dolinie Izery, usytuowana w zagłębieniu pomiędzy grzbietami górkami. Na wysokości zaledwie 840–850 m n.p.m. panuje klimat subalpejski (w innych polskich górach takie średnie temperatury występują około 500 m wyżej). W lipcu na Hali Izerskiej temperatura w nocy spada niejednokrotnie poniżej zera, np. 20 lipca 1996 r. zanotowano temperaturę $-5,5^{\circ}\text{C}$, a w lutym 2012 r. spadła do -36°C .

Przyroda Gór Izerskich została w znaczący sposób przekształcona w wyniku gospodarczej działalności człowieka, szczególnie na przełomie XIX i XX w., kiedy wycięto naturalne lasy składające się z buka, świerka i jodły, a w ich miejsce nasadzono monokultury świerkowe. W latach 60. i 70. XX w. zanieczyszczenia z pobliskich kopalń, elektrowni i fabryk z terenów zarówno Polski, ówczesnych Czechosłowacji i NRD spowodowały prawdziwą klęskę ekologiczną. Osłabione drzewostany zostały zaatakowane przez groźnego szkodnika, wskaźnicę modrzewianeczkę, a później przez kornika drukarza. Lasy świerkowe zaczęły masowo obumierać, na górskich grzbietach powstały całe połacie martwych, suchych drzew. Góry Izerskie stanowią pierwszą przeszkodę na drodze napływających z zachodu wilgotnych mas powietrza, niestety, wraz z niesionymi przez nie zanieczyszczeniami, które pogłębiły fatalną sytuację. Dzięki długoletniej pracy leśników las na grzbietach Gór Izerskich powoli się odradza. Restytuowana jest naturalna dla tego rejonu jodła oraz buk. Jednak na pełne odnowienie naturalnego lasu trzeba jeszcze poczekać kolejne 100 lat.



Ekosystemem szczególnie wyróżniającym florę Gór Izerskich są **torfowiska wysokie**, rozpościerające się po obu stronach granicy, na powierzchni około 350 ha. Mają po kilka tysięcy lat, a wiek najstarszych z nich oblicza się nawet na 10 tys. lat. Na torfowiskach rosną m.in. sosna błotna, brzoza karłowata, która występuje w tundrze na dalekiej północy, a w Góry Izerskie została przyniesiona przez lodowiec podczas ostatniego zlodowacenia, poza tym malina moroszka, jałowiec halny, rosiczki, węlnianeczka darniowa i wiele innych ciekawych roślin. Część torfowisk porośnięta jest kosodrzewiną, znaną z innych, znacznie wyższych gór, na przykład Tatr lub Karkonoszy. Występowanie tego krzewu na wysokości 800–840 m n.p.m. stanowi przyrodniczy fenomen Gór Izerskich, są to bowiem najniżej usytuowane stanowiska tego gatunku sosny w Sudetach.

W 2000 r. w dolinie Izery utworzono rezerwat **Torfowiska Doliny Izery** o powierzchni 485 ha, który razem z czeskim rezerwatem **Rašeliniště** Jizery tworzy największy tego typu obszar w Sudetach. Torfowiska Gór Izerskich objęte są również ochroną jako **obszar ochro-**

ny siedliskowej Natura 2000. Obszar o powierzchni 47,7 km² obejmuje całość torfowisk doliny Izery, w jego granicach znajduje się cała wewnętrzna część Gór Izerskich, od Wysokiego Grzbietu na południe do Izery stanowiącej granicę państwową.

Kolejny rezerwat – **Krokusy w Górze** – chroni jedyne w tej części Sudetów stanowisko szafranu spiskiego. Po czeskiej stronie Gór Izerskich większość terenu objęta jest ochroną krajobrazową w parku Jizerské hory, ustanowionym w 1968 r.

Turystyka

Góry Izerskie rozpościerają się pomiędzy dwoma znanymi sudeckimi miejscowościami turystycznymi, Świeradowem-Zdrojem i Szklarską Porębą, dlatego są bardzo popularne jako teren wycieczek i spacerów. W latach 2007–2008 zbudowano kolej gondolową ze Świeradowa-Zdroju na Stóg Izerski, a na stokach powstało kilka tras narciarskich. Przez góry prowadzi też wiele szlaków turystycznych.

Czerwony Główny Szlak Sudecki im. Mieczysława Orłowicza rozpoczyna się na

zachodnim obrzeżu Gór Izerskich, w Świeradowie-Zdroju. Następnie, ścinając serpentyny asfaltowej drogi, prowadzi z uzdrowiska na Stóg Izerski, gdzie znajduje się jedyne w Górach Izerskich schronisko PTTK, dostępne również kolejką gondolową. Wierzchołek znajduje się poza szlakiem czerwonym, ale można tam dotrzeć w 5 minut od schroniska za znakami żółtymi i zielonymi. Od schroniska szlak czerwony prowadzi Grzbietem Wysokim, trzymając się mniej więcej jego przebiegu, ale omija najwyższy szczyt Gór Izerskich – Wysoką Kopę. Jej szczyt można zdobyć w około 10 minut ścieżką bez szlaku, która odbija od znajdującej się obok szlaku wiaty. Idąc dalej grzbietem, szlak dociera na Wysoki Kamień (1058 m n.p.m.), gdzie jest budowane prywatne schronisko (w 2015 r. schronisko nie oferowało noclegów, ale czynny był bufet). Następnie w około godzinę sprowadza do Szklarskiej Poręby, skąd dalej podąża w Karkonosze. Długość Głównego Szlaku Sudeckiego na terenie Gór Izerskich wynosi około 25 km, a pokonując go według powyższego opisu, trzeba pokonać deniwelację około 900 m.

Fragment **europejskiego szlaku E3 Atlantyk–Morze Czarne**, który prowadzi przez Górę Izerskie, jest tu oznakowany najpierw **kolorem zielonym**, a potem **niebieskim**. Z przejścia granicznego w Jakuszycach E3 wiedzie zgodnie z przebiegiem szlaku zielo-

nego na Rozdroże Pod Cichą Równią, skąd biegnie dalej wzdłuż niebieskich znaków przez Hałę Izerską, Polanę Izerską, Świeradów-Zdrój i dalej Grzbietem Kamienickim przez Sępią Górę, Żelazny Most, Rozdroże Izerskie, Bobrowe Skaty do Wojcieszyc w pobliżu Jeleniej Góry, aby dalej podążyć w kierunku doliny rzeki Bóbr. Długość tej trasy wynosi 43 km, a deniwelacja nieco ponad 1000 m.

W Górach Izerskich nie brakuje wygodnych szutrowych i wąskich asfaltowych dróg prowadzących zarówno dolinami, jak i grzbietami, co stwarza wyjątkowo dogodne warunki do uprawiania turystyki rowerowej. W okolicach Szklarskiej Poręby, Świeradowa-Zdroju i Piechowic wyznakowano około **20 tras rowerowych**, każdą w formie pętli rozpoczynającej i kończącej się w jednej z wymienionych miejscowości. Trasy mają długości od 10 do 60 km i różnicowany stopień trudności. W większości są jednak poprowadzone nietrudnymi drogami, dostępnymi dla każdego rowerzysty.

Niezwykle popularne w Górach Izerskich są **narciarskie trasy biegowe**, wytyczone w okolicach Jakuszy, gdzie znajduje się znany w całym kraju Ośrodek Narciarstwa Biegowego. Trasy nadają się do uprawiania narciarstwa biegowego zarówno przez amatorów, jak i wyczynowców. Dzięki doskonałym warunkom klimatycznym śnieg zalega tu grubą warstwą aż do późnej wiosny. Narciarskich

Wysoki Kamień ▼





Hala Izerska ▲

tras spacerowo-turystycznych jest 14, o łącznej długości około 100 km. Wszystkie tworzą pętle w kształcie listka koniczyny i łączą się ze sobą, co daje możliwość dowolnego wyboru dróg. Najwyżej położony punkt na trasach ma 1003 m n.p.m., najniższy – 752 m n.p.m. Ponadto na terenie ośrodka wytyczone są cztery wyczynowe trasy biegowe z homologacją światową FIS (Międzynarodowej Federacji Narciarskiej), o długości 7500 m, 5005 m, 5090 m i 1000 m.

Od wielu lat na terenie Ośrodka Narciarstwa Biegowego rozgrywana jest znana wśród miłośników narciarstwa biegowego impreza sportowa **Bieg Piastów**. Od 2004 r. odbywa się też **Bieg na nartach retro**, w którym prawo startu mają zawodnicy na starych nartach (hasłem przewodnim jest „zero plastiku w sprzęcie”) i ubrani w stroje narciarskie ze minionych epok.

Na trasach Gór Izerskich każdego roku rozgrywane są również **zawody psich zaprzęgów** o randzie międzynarodowej.

Wyścigi psich zaprzęgów w Jakuszytach ▼



Karkonosze

Położenie, granice, podział

Karkonosze, najbardziej rozległa i najwyższa grupa górską w całych Sudetach, należą do Sudetów Zachodnich. Rozpościerają się na długości około 70 km po obu stronach granicy polsko-czeskiej, którą wyznacza ich główny grzbiet, pomiędzy **Przełęczą Szklarską** (Novosvetský promyk, 886 m n.p.m.) na zachodzie a **Przełęczą Lubawską** (Královecké sedlo, 516 m n.p.m.) na wschodzie. Przełęcz Szklarska oddziela Karkonosze od Gór Izerskich, a Przełęcz Lubawska od Gór Kamiennych. Głównym grzbietem Karkonoszy przebiega jednocześnie wododział pomiędzy zlewiskami Bałtyku i Morza Północnego. Cieki północnych stoków grzbietu zasilają dopływy Odry, a stoki południowe – dopływy Łaby, która ma źródła tuż pod **Łabskim Szczytem** (czes. Violík lub Łabský štít, 1471 m n.p.m.) w głównym grzbiecie Karkonoszy.

Północną granicę Karkonoszy stanowi na zachodzie dolina Kamiennej, która oddziela je od Gór Izerskich, następnie linia uskoku tektonicznego pomiędzy Pogórzem Karkonoskim i Kotliną Jeleniogorską, a na wschodzie dolina Jedlicy i **Przełęcz Kowarska** (727 m n.p.m.), oddzielające pasmo od znacznie niższych

Krajobraz Karkonoszy z lotu ptaka ▼



NAJCIĘKAWSZE ATRAKCJE

- Śnieżka, najwyższy szczyt Karkonoszy
- Droga Jubileuszowa na Śnieżkę
- schronisko Samotnia w Kotle Małego Stawu
- Śnieżne Kotły
- świątynia Wang
- źródła Łaby pod Łabskim Szczytem
- wodospad Kamieńczyka.

Rudaw Janowickich. Na wschodzie Karkonosze poprzez dolinę Złotnej sąsiadują z Wzgórzami Bramy Lubawskiej, za którą położone są Góry Krucze (część Gór Kamiennych), należące do Sudetów Środkowych. Na południu, po stronie czeskiej Karkonosze łagodnie przechodzą w bardzo rozległe i skomplikowane topograficznie **Pogórze Karkonoskie**.

