

OBSAH

Vymezení a charakteristika oblasti	8
1. Nejkrásnější hřebenovkou	
a) Z Šeráku na Červenohorské sedlo (Šerák – Keprník – Trojmezí – Vřesová studánka – Červenohorské sedlo).....	15
b) Z Červenohorského sedla na Ovčárnu (Červenohorské sedlo – Klínovec – Švýčárna – Praděd, vrchol a zpět – Ovčárna).....	19
c) Od Ovčárny ke Skřítku (Ovčárna – Vysoká hole – Jelení studánka – Ztracené kameny – Skřítek).....	25
2. Vzhůru na Šerák (Šerák – Obří skály – Ramzová)	29
3. Za zkamenělým vozkou (Šerák – Keprník – Trojmezí – Vozka – Banjaluka – Branná).....	34
4. Branná – půvabná brána (Branná – Pasák – Branná)	38
5. Ze Starého Města do údolí Telčavy a Branné (Staré Město – Ostružná – Staré Město)	44
6. Nahlédnutí do Rychlebských hor (Ramzová – Paprsek – Adamovské údolí – Malé Vrbno – Branná)	50
7. Za dalekými výhledy k Paprsku (Staré Město – Paprsek – Medvědí bouda – Kladská brána – Stříbrnice – Staré Město)....	55
8. Na Králický Sněžník východní cestou (Staré Město – Stříbrnice – Králický Sněžník a zpět – Sušina – Kaskády Prudkého potoka – Staré Město – Stříbrnice)	62
9. Na tajemný Sněžník a k pramenům Moravy	
(/a/ Dolní Morava – st. hranice Velká Morava/ Jodlów – Schronisko Na Śnieżniku – Králický Sněžník)	
(/b/ Dolní Morava – Sušina – Králický Sněžník)	
sestupová trasa: Králický Sněžník – Pod Vilemínkou – Dolní Morava)	66
10. Okolo Srázné k vodopádům Malé Moravy (Podlesí – vodopády Malé Moravy – Sklené – Malá Morava – Malá – Podlesí).....	79
11. Za houslistou a medvědem (Podlesí – Sv. Trojice – Podlesí)...	84
12. Za betlémy, za pevnostmi – i za Panenkou Marií (Králíky – Hora Matky Boží – Val, rozhledna – Králíky)	88
13. Na „nejnižší nejvyšší tisícovku“ Jeřáb (Červená Voda – pramen Tiché Orlice – Jeřáb – Křížová hora – Červená Voda)...	97
14. Na Nový hrad (Hanušovice – Nový hrad – Hanušovice)	104

15. Po stopách poutníků (<i>Ruda nad Moravou – Jakubovice – Horní Studénky – Klášterec – Bohutín</i>)	109
16. Ze Štítů na Lázek (<i>Štíty – Cotkytle – Lázek a zpět – Štíty</i>)	117
17. Šumperk – brána Jeseníků (<i>Prohlídkový okruh městem</i>)	122
18. Ze Šumperka na Háj (<i>Šumperk – Bludov – Háj – Šumperk</i>) ...	130
19. Vzhůru na Kamenec (<i>Vikýřovice – přehrada Krásné – Kamenec – Vikýřovice</i>)	135
20. Za klenotem moravské renesance (<i>Lázně Velké Losiny – Pekařov – Pekařovský vrch – Tři kameny a zpět – Loučná nad Desnou</i>)	20
21. Na hrad Rabštejn (<i>Skřítek – hrad Rabštejn a zpět – Skřítek</i>) .	149
22. Na moravský Blaník (<i>Libina – Tři kameny – Bradlo a zpět – Libina</i>)	152
23. Dlouhé Stráně	156
Další doporučené cíle	160
Přes hranice do Kladska	181
Praktické informace	
Bezpečnost v horách	186
Autem, autobusem, vlakem	187
Na kole, na sněhu, na vodě, na laně, na vozíku	192
Sport pro volný čas (výběr), koupání	201
Lázně	204
Volný čas	204
Pravidelně pořádané kulturní a sportovní akce (výběr)	205
Naučné stezky	206
Rozhledny a výhledová místa	207
Divadla, kina a ostatní kulturní zařízení	208
Hrady, zámky, muzea a galerie	209
Infocentra, bankomaty	212
Zdravotnictví	213
Ubytování (výběr), stravování (výběr)	214
Veřejný internet, důležité www stránky	228
Rejstřík	280