

SPIS TREŚCI

Wstęp	6
1. Pobrzeża i pojezierza — część zachodnia	8
Trasa 1. Szczecin–Świnoujście	10
Trasa 2. Koszalin–Trzęsacz	14
Trasa 3. Drawsko Pomorskie–Świdwin	16
Trasa 4. Słupsk–Łeba	18
Trasa 5. Gdańsk–Hel	22
Trasa 6. Kartuzy–Wdzydze Kiszewskie	30
Trasa 7. Grudziądz–Tleń	33
2. Pobrzeża i pojezierza — część wschodnia	36
Trasa 8. Elbląg–Pasłęk	38
Trasa 9. Lidzbark Warmiński–Ostróda	43
Trasa 10. Giżycko–Pisz	47
Trasa 11. Prostki–Stańczyki	51
Trasa 12. Włocławek–Golub-Dobrzyń	53
Trasa 13. Augustów–Błaskowizna	57
3. Niziny — część zachodnia	60
Trasa 14. Gorzów Wielkopolski–Lubniewice	62
Trasa 15. Pszczew–Babimost	66
Trasa 16. Krosno Odrzańskie–Żary	70
Trasa 17. Poznań–Powidz	74
Trasa 18. Lewków–Pyzdry	78
Trasa 19. Winna Góra–Konarzewo	82
Trasa 20. Morasko–Czarnków	85
Trasa 21. Biskupin–Mogilno	88
Trasa 22. Poddębice–Wieluń	91
Trasa 23. Opole–Brzeg	93
4. Niziny — część wschodnia	98
Trasa 24. Piotrków Trybunalski–Boguszyce	100
Trasa 25. Tum–Skierniewice	104
Trasa 26. Łask–Lipce Reymontowskie	109
Trasa 27. Płock–Serock	114

Trasa 28. Warszawa–Brochów	117
Trasa 29. Czarnolas–Powsin	121
Trasa 30. Ciechanów–Brok	125
Trasa 31. Kruszyniany–Kopna Góra.....	128
Trasa 32. Drohiczyn–Białowieża.....	132
Trasa 33. Lublin–Dęblin	135
Trasa 34. Firlej–Okuninka.....	140
Trasa 35. Neple–Kock	142

5. Wyżyny..... 144

Trasa 36. Sandomierz–Wiślica.....	146
Trasa 37. Chęciny–Niekłań Wielki	152
Trasa 38. Nowa Słupia–Nagłowice.....	156
Trasa 39. Zamość–Janów Lubelski.....	159
Trasa 40. Zawiercie–Złoty Potok.....	163
Trasa 41. Częstochowa–Toszek	169
Trasa 42. Gliwice–Jastrzębie Zdrój.....	173
Trasa 43. Olkusz–Krzeszowice	177
Trasa 44. Leżajsk–Baranów Sandomierski.....	181

6. Sudety 186

Trasa 45. Oleśnica–Ślęza.....	188
Trasa 46. Jelenia Góra–Szklarska Poręba–Jelenia Góra.....	192
Trasa 47. Legnica–Głuszyca	195
Trasa 48. Kłodzko–Karłów	198
Trasa 49. Opole–Jarnołtówek.....	202

7. Karpaty 206

Trasa 50. Babice–Kraków	208
Trasa 51. Bielsko-Biała–Międzybrodzie Bialskie	214
Trasa 52. Wieliczka–Ciężkowice	218
Trasa 53. Zakopane–Jaworki.....	222
Trasa 54. Ustrzyki Górne–Komańcza.....	228
Trasa 55. Krasiczyn–Polańczyk-Zdrój.....	231
Trasa 56. Sanok–Jasło.....	237