

# OBSAH

Ocelové srdce republiky . . . . .	3
<b>A. VŠEOBECNÁ ČÁST</b>	
I. Určení a vymezení oblasti . . . . .	4
II. Přírodní poměry . . . . .	4
III. Historický obraz . . . . .	15
IV. Ze současného života . . . . .	27
V. Hospodářský ráz . . . . .	30
VI. K umělecko-historickým a národopisným památkám . . . . .	37
VII. Beskydy a Ostravsko v krásné literatuře . . . . .	39
<b>B. TURISTICKÁ ČÁST</b>	
I. Přehled turistických možností a zajímavostí . . . . .	44
II. Turisticky značené cesty . . . . .	46
a) Přehled a charakteristiky značených cest . . . . .	46
b) Popisy značených cest . . . . .	52
Beskydská oblast . . . . .	52
Povodí Olše . . . . .	59
Povodí Morávky a Ostravice . . . . .	70
Povodí Odry . . . . .	97
Povodí Bečvy . . . . .	106
Ostravsko-opavská oblast . . . . .	112
III. Návrhy výletových a vycházkových tras . . . . .	118
IV. Možnosti ostatních přesunů . . . . .	120
a) Mototuristika . . . . .	120
b) Turistika na kole . . . . .	121
c) Lyžařské terény a zimní turistika . . . . .	122

d) Vodní turistika a sporty . . . . .	123
e) Horolezecké možnosti . . . . .	124
V. Seznamy turistických zajímavostí . . . . .	125
<b>C. PŘEHLED PRAKTICKÝCH INFORMACÍ</b>	
I. Seznam míst s ubytovacími možnostmi . . . . .	128
II. Informační kanceláře . . . . .	128
III. Přehled železniční a silniční sítě . . . . .	128
IV. Muzea . . . . .	129
V. Seznam míst se zdravotnickými zařízeními . . . . .	129
VI. Horská služba . . . . .	130
VII. Seznam míst s poštovním úřadem . . . . .	130
VIII. Seznam benzinových čerpacích stanic, mo- toopraven a prodejen motorových součástí . . . . .	131
IX. Organizovaná turistika v oblasti . . . . .	131
<b>D. MÍSTOPISNÝ SEZNAM . . . . .</b>	<b>134</b>
Prameny a doplňková literatura . . . . .	217
Klíč k průvodci . . . . .	219