

# OBSAH

Kraj, jež zveve Máchovým . . . . .	3
A. VŠEOBECNÁ ČÁST	
I. Určení a vymezení oblasti . . . . .	4
II. Přírodní poměry . . . . .	5
III. Historický obraz . . . . .	17
IV. Ze současného života . . . . .	33
V. Hospodářský ráz . . . . .	38
VI. K umělecko-historickým památkám . . . . .	42
VII. Mácha a Máchův kraj . . . . .	44
B. TURISTICKÁ ČÁST	
I. Přehled turistických možností a zajímavostí	49
II. Turisticky značené cesty . . . . .	53
a) Přehled a charakteristiky značených cest . . . . .	53
b) Popisy značených cest . . . . .	58
Dokská pahorkatina . . . . .	69
Pojizeří . . . . .	81
Podještědí . . . . .	86
III. Návrhy výletových a vycházkových okruhů	87
IV. Možnosti ostatních přesunů . . . . .	95
a) Mototuristika . . . . .	95
b) Turistika na kole . . . . .	96
c) Lyžařské terény a zimní turistika . . . . .	97
d) Vodní turistika . . . . .	97
e) Horolezecké možnosti . . . . .	98
V. Seznamy turistických zajímavostí . . . . .	99

## C. PŘEHLED PRAKTICKÝCH INFORMACÍ

I. Seznamy míst s ubytovacími možnostmi . . . . .	102
II. Informační kanceláře . . . . .	102
III. Přehled železniční a silniční sítě . . . . .	103
Železniční tratě . . . . .	103
Silniční síť . . . . .	104
Autobusové spoje . . . . .	106
IV. Muzea . . . . .	111
V. Seznam míst se zdravotnickými zařízeními . . . . .	111
VI. Seznam míst s poštovním úřadem . . . . .	112
VII. Seznam benzinových čerpacích stanic, mo- toopraven a cyklistických opraven . . . . .	112
VIII. Organisovaná turistika v oblasti . . . . .	112
D. MÍSTOPISNÝ SEZNAM . . . . .	114
Prameny a doplňková literatura . . . . .	185
Klíč k průvodci . . . . .	187