

Obsah:

ÚVOD.	5
Co je dolina Ostravice?	9
Zeměpis. Podnebí. Srážky. Geologie	10
Obyvatelstvo. Nářečí	13
Květena	15
Zvířena	16
Místopis doliny Ostravice	17
Odboj za druhé světové války a osvobození	23
PŘÍJEZD A UBYTOVÁNÍ	26
Jízda drahou Frýdlant-Bílá	26
Hotely a hostince	28
Útulny a horské hostince	29
Koupání	31
Mapy a orientační pomůcky	31
PROCHÁZKY ZE STANICE OSTRAVICE	33
1. K vodopádu Satiny	33
2. Na louky „V potocích“	34
3. Na Skalku	35
4. K panským drvařům a na Horku	36
5. Na Žár a k hotelu Smrček	36
6. Přes Sepetný okružním chodníkem k Mazáku a Bučacímu	37
7. Sepetným a spojkou k zastávce Ostravice	38
VÝSTUPY NA HORY Z DOLINY OSTRAVICE	40
Rady pro začátečníky	41
VÝSTUPY ZE STANICE OSTRAVICE	45
8. Na Ostrou a Staškov	45

9. Přes „dolního“ a „horního“ Moravce kolem kotle Satiny na Malchor a na Lysou horu 47
10. Sepetným k usedlosti „Tkáč“ a přes Lukšinec dále obvyklou cestou na Lysou horu 50
11. Obvyklou cestou Sepetným přes osadu Butořonka (Ostravská chata) a Lukšinec na Lysou horu 51
12. Přes Smrčinu a starým lesem nad dolinou Medvědonky kolem lovecké chaty na vrchol Lysé hory 55
13. Ústím potoka Mazák na Smrčinu 60
14. Údolím potoka Mazák k Ostravské chatě a dále obvyklou cestou na Lysou horu 61
15. Údolím Mazáku a hřebenem mezi potoky Mazáku na Kobylík a na Lysou horu 61
16. Ústím údolí Mazáku a dále rovnou hřebenem na Čupel neb na sedlo za Čupel (Mazácký gruník). 65
17. Na Smrk kolem Skalky, hřebenem Malého Smrku a kolem Hubertky 68
18. Na Smrk obvyklou cestou Bučacím a přes velké sedlo vedle Malého Smrku 71

VÝSTUPY Z OSTATNÍCH STANIC A ZASTÁVEK DRÁHY FRÝDLANT-BÍLÁ

VÝSTUPY ZE STANICE FRÝDLANT N. O.

19. Přes Borovou, Ivančenu a Malchor na Lysou horu 74
20. Přes Borovou, údolím Satiny na Lukšinec a na Lysou horu 75
21. Přes Staškov, Lukšinec na Lysou horu 76
22. K chatě na Ondřejníku 76

VÝSTUPY ZE ZASTÁVKY ŘEČICA

23. Na Čupel 78
24. Přes „Dolního“ Charbuláka na sedlo za Čupel (Mazácký gruník) a dále přes Kobylík na Lysou horu 78
25. Údolím Jatného na Kobylík a Lysou horu 79
26. Přes sedlo 723 m na Visalajích na Lysou horu 81
27. Na Visalaje a Travný 82
28. Přes Visalaje na Bílý Kříž (Sulov) 83
29. Přes Poledněný na Gruň 83
30. Na Muchovec přes Poledněný 84

31. Na Muchovec přímo hřebenem 85
 32. Na Smrk 85

VÝSTUPY ZE ZASTÁVKY HUTĚ POD SMRKEM 87

33. Na Muchovec přes vrch 810 m 87
 34. Na Muchovec přímo na hlavní vrchol 88
 35. Na Muchovec přes sedlo pod Gruní 88
 36. K boudě „V Klínu“ a přes Hubertku na Smrk 89
 37. Na Smrk (značenou cestou) 92

VÝSTUPY ZE STANICE STARÉ HAMRY

38. Na Gruň (Janikulu) přes severní svah 93
 39. Na Gruň (Janikulu) přes západní hřeben 94
 40. Na Bílý Kříž přes Gruň 95
 41. Na Javořinu 96
 42. Přes Trojačku, Lhotskou Kladnatou, Hlavatou, na Vysokou . . . 96
 43. Na Smrk 99

VÝSTUPY ZE STANICE BÍLÁ

44. Na Gruň (Janikulu) 100
 45. Na Bílý Kříž silnicí na severním svahu Černé 100
 46. Potokem Černá na Bílý Kříž 101
 47. Údolím Černé přes Vrchní Predmer, Uhorskou,
 kolem Malého Polomu na Bílý Kříž 101
 48. Na Konečnou a po hřebenech zadních hor na Bobek 104
 49. Přes Bobek přímo lesem a dále hřebenem
 na Masarykovu chatu 106
 50. Přimo na Masarykovu chatu 108
 51. Přes usedlost Čistý, Salajku a Bumbalku
 na Masarykovu chatu 108
 52. Na Salajku, Třeštíka a na Vysokou 110
 53. Přes Mezivodí, přehradu a Třeštíka na Vysokou 111
 54. Přes Mezivodí, přehradu, Třeštíka na Hlavatou
 a Kladnatou 112
 55. Na Javořinu 112

VYJÍŽDKY AUTEM ZE STANICE OSTRAVICE 114

- Slovní seznam 119