

OBSAH

Vymezení a charakteristika oblasti	8
1. Přes sedmero vrchů (<i>Dobkovice – Borek – Sedmihorí – Javory – Javorský vrch – Javory – Stará Bohyně – Chmelník – Děčín-Chrochvice</i>)	15
2. Od šumění Labe za válečným rykem na Blansko (<i>Neštěmice – Mojžíř – Neštědice – Pod Kozím vrchem – Mírkov – Pod Blanskem – Blansko – Žežice – Peklo – Ústí nad Labem-sever</i>)	19
3. Pod dohledem Bukové hory (<i>Povrly – Bradlo – Maškovice – Borek – Malšovice – Vilsnice</i>)	26
4. Objevený zámek (<i>Jílové – Výrovna – Čermná – Pod Strážištěm – Malé Chvojno</i>)	29
5. Toulání Ústím (<i>Ústí nad Labem – Mariánská skála – Dobětice – Erbenova vyhlídka – Stříbrníky – Ústí nad Labem</i>)	33
6. Za Přemyslem Oráčem a jeho voly (<i>Trmice – u Milbohova – Pod kameny – Pod Homolkou – Suchá – Stadice – Královský pramen – Koštov – Trmice</i>)	39
7. Ke kamenným vějířům a největšímu vodopádu (<i>Ústí nad Labem – Větruše – Soudný vrch – Vrkoč – Vaňov – U buku – Dolní Zálezly – Dubičky – Moravany – Stebno – Milbohov – Soudný vrch – Větruše – Ústí nad Labem</i>)	45
8. Jakoubkův duch s kalichem (<i>Kostomlaty pod Milešovkou – Štěpánov – Lukov – Březina – Vojenský rybník – Kostomlaty pod Milešovkou</i>)	55
9. Za královnou Českého středohoří (<i>Velemín – Březno – Ostrý – Milešov – Nad Velemínem – Velemín</i>)	59
10. Jak Paška a Pole kata obelstili (<i>Bořislav – Bilka – Paškapole – Kletečná – Radejčín – Žim – Bořislav</i>)	64
11. Granáty slečny Ulriky (<i>Třeбенice – Vlastislav – Děkovka – Hrádek (Oltářík) – Dřemčice – Třebívlice</i>)	68
12. Vrchy bílým vínkem zdobené (<i>Medvědice – Lhota – Skalice – Dřevce – Hradišřany – Štěpánov – Lukov – Medvědice</i>)	75
13. Českou bránou a Oparenským údolím (<i>Malé Žernoseky – Litochovice nad Labem – Chotiměř – Velemín – Oparenské údolí – Oparno – Oparenské údolí – Malé Žernoseky</i>)	80

14. Lovoš, strážce Středohoří (<i>Lovosice-město – Lovoš – Režný Újezd – Boreč – Košťálov – Radostice – Vchynice – Lovosice</i>)..	85
15. Na hlavě lva (<i>Bílina – chata Pod Bořeni – Bořeň – Bílina</i>)	93
16. Seznámení s Mosteckem (<i>Autem: Most – Obrnice – České Zlatníky – Braňany – Kaňkov – Bílina – Světec – Hostomice – Křemýž – Všechlapy – Teplice – Stadice – Řehlovice – Brozánky – Rtyně nad Bílinou – Žalany – Kostomlaty pod Milešovkou – Milešov – Skalka – Vlastislav – Třebenice – Dlažkovice – Třebívlice – Kamenná slunce – Libčeves – Želkovice – Mukov – Hrobčice – Mirošovice – Chrámce – Bedřichův Světec – Milá – Bečov – Korozluky – Most</i>)	98
17. Vybírání perliček (<i>Autem: Ústí nad Labem – Trmice – Předlice – Chabařovice – Všebořice – Skorotice – Habrovice – Arnultovice – Radešín – Lipová – Mirkov – Povrly – Mojžíř – Neštětice – Ústí nad Labem</i>).....	107

Praktické informace

Vlakem, autobusem, autem	110
Na kole, na lyžích, po vodě, na laně, na vozíčku	112
Sport pro volný čas, sportovní akce; koupání	114
Rozhledny	114
Divadla, kina; kulturní akce	115
Infocentra	117
Ubytování (výběr); hospody a restaurace (výběr)	117
Zdravotnictví	120
Rejstřík	121