

# Obsah

Úvod .....	3
System sprievodcu .....	5
Poloha .....	9
Prírodné pomery .....	10
Tipy na výlety .....	28
Mapa .....	43
<b>1</b> Hrebeňom Spišských Pienin .....	44
<b>2</b> Na Žar .....	47
<b>3</b> Od hradu Niedzica k hradu Czorsztyń .....	50
<b>4</b> Czorsztyńskými Pieninami .....	53
<b>5</b> Na Sokolicu .....	56
<b>6</b> Na Tri koruny .....	59
<b>7</b> K Pieninskému hradu .....	62
<b>8</b> Na Šafranovku .....	64
<b>9</b> Prielomom Dunajca .....	66
<b>10</b> K Haligovským skalám .....	70
<b>11</b> Cez Haligovské skaly k Dunajcu .....	73
<b>12</b> Okolo Lesnice .....	76
<b>13</b> Okolo Holice .....	78
<b>14</b> Na Vysoké skalky zo Stráňan .....	80
<b>15</b> Na Čubky .....	83
<b>16</b> Na Vysoké skalky z Jaworiek .....	86
<b>17</b> Hrebeňom Pienin – 1. časť .....	89
<b>18</b> Hrebeňom Pienin – 2. časť .....	93
<b>19</b> Okolo Osturne .....	96
<b>20</b> Okolo Ždiaru .....	98
<b>21</b> Naprieč Spišskou Magurou – západná časť .....	100
<b>22</b> Hrebeňom Spišskej Magury – západná časť .....	103
<b>23</b> Hrebeňom Spišskej Magury – východná časť .....	106
<b>24</b> Na Veterný vrch .....	109
<b>25</b> Naprieč Spišskou Magurou – východná časť .....	111
<b>26</b> Jarabinským prielomom .....	114
<b>27</b> Okolo Starej Ľubovne .....	117
<b>28</b> Náučným chodníkom Ľubovnianske kúpele .....	120
<b>29</b> Prielomom Popradu .....	122
<b>30</b> Na Eliášovku .....	125
<b>31</b> Okolo Livova .....	128
<b>32</b> Na Minčol .....	132

<b>33</b> K dvom hradom . . . . .	135
<b>34</b> Na Lysú . . . . .	138
<b>35</b> Náučným chodníkom Baranie . . . . .	140
<b>36</b> Náučným chodníkom Tokáreň . . . . .	142
<b>37</b> Na Čergov . . . . .	145
<b>38</b> Náučným chodníkom Kamenná Baba . . . . .	148
<b>39</b> K Šarišskému hradu . . . . .	151
<b>40</b> Cez Stráže . . . . .	154
Register . . . . .	158
Praktické informácie . . . . .	159