

## Śnieżnica (górną stacją wyciągu orczykowego – 885m) – przełęcz Gruszowiec (660 m)

Droga do przejścia w około 1 godz. Jest to najkrótsze dojsię do ośrodka na Śnieżnicy. Fragment trasy prowadzi wspólnie ze szlakiem niebieskim, którym można wejść na szczyt Śnieżnicy.

## Łososina Górna (340m) – Dzielec (625m) – przełęcz pod Sałaszem (670m)

Wycieczka na 2 godz. Prowadzi z doliny Łososiny na główny grzbiet Pasma Łososińskiego. Z przełęczy jest blisko w rejon Łysej Góry, a idąc dalej za niebieskimi znakami można zejść w kierunku centrum Limanowej.

## Pisarzowa (450m) – Sałasz (909m)

Wycieczka na niecałe 2 godz. Najkrótsze znakowane dojsię na Sałasz. Choć droga prowadzi lasem, spotykamy po drodze zaskakująco uroczę zakątki, a także dwa osiedla: Chudówkę i Sejemówkę.

## SZLAKI ŻÓŁTE

### Rabka Zaryte (470m) – Perć Borkowskiego (750m) – Luboń Wielki (1022m) – Mszana Dolna (400m) – Czarny Dział (673m) – Ćwilin (1072)

Z Rabki na Luboń – 3 godz. Jest to pierwszy szlak turystyczny wyznakowany w Beskidzie Wyspowym 6 lipca 1929r. z inicjatywy Stanisława Dunin-Borkowskiego. Jest jedynym w Beskidzie Wyspowym szlakiem „skalnym”, prowadzi przez rezerwat przyrody „Luboń Wielki”. Z Doliny Mszanki dalej szlak żółty łagodnie prowadzi na Ćwilin (4 godz.) i stopniowo nabiera wysokości. Trasa wymarzona do uprawiania narciarstwa śladowego i turystyki rowerowej. Jedynym zjazd do Jurkowa (jedyny możliwy z tej trasy) trzeba pokonywać ostrożnie.

### Tymbark(390m) – Słopnice Królewskie (560m) – Mogielica (1170m) – Krzystonów (1011m) – (Polana Wały (970m) – Jasień (1062m) – przełęcz Przysłop (750m) – Nowy Targ

Dalekobieżny szlak z Tymbarku, przez Beskid Wyspowy i Gorce do Kowańca (Nowy Targ). Na przejście z Tymbarku do przełęczy Przysłop trzeba przeznaczyć ok. 8 godz. Odcinek pierwszy, to najtrudniejsze z istniejących podejście na Mogielicę (ponad 4 godz.) Prowadzi najpierw trawersem wschodniego szczytu Łopienia z zejściem do Słopnic Królewskich, a stąd ostro w górę na szczyt Mogielicy. Za to z Mogielicy na polanę Wały wędruje się przez najpiękniejsze uroczyska centralnych partii Beskidu Wyspowego. Rejon Krzystonowa jest ostoją zwierzyzny. Ten fragment znakomicie nadaje się do turystyki narciarskiej. Z Polany Wały na Przysłop nad Lubomierzem przechodzi się w rejonie Jasienia przez piękne widokowo zakątki.

### Łososina Górna (340m) – Pasierbiec (470m) – Kamionna (802m) – Żegocina (310m)

Wycieczka na 3 1/2 godz. Trasa malownicza i widokowa, o łagodnym przebiegu. Najpierw z Doliny Łososiny prowadzi na Pasierbiec, do sanktuarium Matki Bożej Pocieszenia. Stąd dalej na Kamionną i do doliny Sanki

### Nowy Krzyż na Miejskiej Górze (716m) – Łysa Góra (782m) – Stary Krzyż (ok. 730m) – ośrodek wypoczynkowy (ok. 560m) – Nowy Krzyż

To około półtorejgodzinny spacer nad Limanową. Szlak okrężny prowadzi stokami Łysej Góry, której pd-zach. ramię zwane jest też Miejską Górą. Na trasie

Seria informatorów „Atrakcje powiatu limanowskiego”, wydana została staraniem Starostwa Powiatowego w Limanowej.  
Tekst i opracowanie: Anna Witalis-Zdrzenicka.

■ mijamy Stary Krzyż oraz Nowy Krzyż – dar limanowian.

## SZLAKI CZARNE

### Jasień (1062m) – Lubomierz – Kudłoń-Konina w Gorcach (por. szlak czarny gorczański)

Dogodny szlak z Jasienia w Gorce, na Kudłoń. Do początkowych znaków szlaku na Przełęczy pod Kobylką dochodzi się z Jasienia szlakiem zielonym (ok. 20 min.). Trasa może być wykorzystywana przez doświadczonych narciarzy oraz sprawnych kolarzy górskich.

### Lubogoszcz Zachodni (935) – Ośrodek na Lubogoszczu (700m) - Kasinka Mała (380m) – Szczebel (976) – Zimna Dziura (650m) – Lubień

Trasa na około 6 godz. Z Lubogoszczu do Kasinki droga łagodna, z pięknymi widokami na Szczebel, a później Lubogoszcz Zachodni. Podejście z granicy Kasinki Małej i Mszana Dolnej prowadzi po ostrym urwisku, a następnie wspina się oryginalnym, dzikim grzbiecikiem Szczebła, oddzielonym od sąsiedniego ramienia Małej Góry głęboką doliną potoku. Ze Szczebła strome zejście do Lubnia obok Zimnej Dziury – jaskini, w której w jednym z korytarzy przez większą część roku utrzymuje się lód, co jest ewenementem na tej wysokości.

### Laskowa (310m) – Rozpite – Sałasz (909m)

Wycieczka na ok. 3 godz. Jedyny znakowany szlak wprowadzający w Pasma Łososińskie od strony północnej. Najbardziej urozmaicona z okolicznych ścieżek i dosyć ładna widokowo. Duża różnica wzniesień i stosunkowo małe zalesienie szlaku pozwalają na uprawianie tu narciarstwa i kolarstwa górskiego.

### Szczyrzyc (360m) – Pogorzany (350m) – Przełęcz nad Grodziskiem (570m)

Wycieczka półtorejgodzinna. Rozpoczyna się od oglądania Diabiego Kamienia i pustelni szczyrzyckiej i dalej prowadzi na piękną krajobrazowo przełęczkę na południowych stokach Grodziska. Stąd urzekająca panorama Pasma Łysiny i Lubomira w Beskidzie Średnim.

### Przyszowa (420m) – Łyżka (803m)

Urokliwy łącznik między szlakiem z Łukowicy przez Pępówkę (777m) i Łyżkę do Przyszowej. Limanowski PTTK przez wiele lat zabiegał o jego wyznakowanie.

Oprac. na podstawie przewodnika:  
Andrzej Matuszyński: *Beskid Wyspowy*. Pruszków 2001.  
Konsultacja merytoryczna Kazimierz Sowa

Starostwo Powiatowe, 34-600 Limanowa, ul. Józefa Marka 9;

tel. 018 33 75 360, fax. 018 33 75 880

Centrum Informacji Turystycznej tel. 018 33 75 800

e-mail: [promocja@powiat.limanowa.pl](mailto:promocja@powiat.limanowa.pl);

[turystyka@powiat.limanowa.pl](mailto:turystyka@powiat.limanowa.pl);

[www.powiat.limanowa.pl](http://www.powiat.limanowa.pl).



MAŁOPOLSKA

POWIAT LIMANOWSKI

# POWIAT LIMANOWSKI



Fot. M. Bieglika

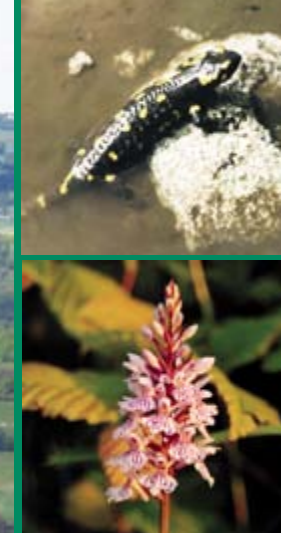


Fot. andrzejmatuszynski



Fot. andrzejmatuszynski

# SZLAKI PIESZE BESKIDU WYSPOWEGO



Beskidzka panorama (fot. archiwalna) z zarysem pieszych szlaków turystycznych; Szafran górski – krokus; Gołąbek czerwony; Salamandra plamista; Kukułka plamista. Fot. P. Sadowski

### SZLAK CZERWONY

**Luboń Wielki (1022m.n.p.m.) – przełęcz Glisne (634m) – Mszana Dolna (400m) – Lubogoszcz Zachodni (935m) – Lubogoszcz (968m) – Kasina Wielka (480m) – Wierzbanowska Góra (778m) – Przełęcz Wierzbanowska (596m) – Lubomir (904m) – Malinowska Skała w Beskidzie Śląskim**

W sumie trasa od Lubonia Wielkiego do Lubomira obliczona jest na 12 i 3/4 godz. Szlak bywa nazywany Małym Szlakiem Beskidzkim. Na jego trasie znajduje się jeden z najbardziej stromych fragmentów szlaków turystycznych w Beskidach Zachodnich, między przełęczą Glisne, a schroniskiem na Luboniu. Również stromo przy tzw. *Zapadliskach* na zachodnim szczycie Lubogoszcza i od strony Kasiny Wielkiej. Trudy wycieczki rekompensują efektowne widoki, szczególnie piękne nad Kasiną Wielką, na Śnieżnicę, Ćwilin oraz Ciecień. Bardzo malowniczy jest również odcinek między Mszaną, a Glisnem. Z Kasiny Wielkiej w stronę Lubomira pokonać trzeba dwa wierzchołki, natomiast od Lubomira w stronę Beskidu Śląskiego, trasa prowadzi obok schroniska PTTK na Kudłaczach ze wspaniałymi punktami widokowymi w stronę Tatr.

### SZLAKI NIEBIESKIE

**Myślenice – Ciecień (829m) – Dzielec (649m) – Kasina Wielka (470m) – Śnieżnica (1006m) – Przełęcz Gruszowiec (660m) – Ćwilin (1072m) – Jurków (530m) – Cyrla (850m) – Mogielica (1170m) – Przełęcz pod Krzystonowem (900m) – Szczawa (520m)**

Trasa na około 16 godz. Rozpoczyna się w paśmie Cietnia od strony Szczyrzyca. Najwygodniej dostać się tam od strony Myślenic. Do Kasiny Wielkiej wędrowka cały czas pasmem Cietnia, które doprowadza do stoków Śnieżnicy w Kasinie Wielkiej. Następnie szlak wiedzie koło ośrodka rekreacyjno-rekreacyjnego na Śnieżnicy i przez siodło Gruszowca. Z tego odcinka doskonale widać ogrom stoków Ćwilina. Z przełęczy na Ćwilin trasa bardzo atrakcyjna widokowo, malowniczo jest też zejście do Jurkowa. Od Jurkowa na Mogielicę względnie krótko, ale bardzo stromo. Odcinek od Mogielicy do Szczawy nadaje się także do uprawiania zaawansowanego narciarstwa śladowego i jako trasa dla kolarstwa górskiego.

**Tarnów – Babią Góra (727m) – Jaworz (918m) – Sałasza (909m) – Limanowa – Jabłowiec (624m) – Golców (752m) – Przełęcz Jana Pawła II (Ostra/Cichoń – 800m) – Modyń (1029m) – Kamienica (600m) – Ochotnica Dolna – Pieniny**

Odcinek w powiecie Limanowskim od rejonu Babiej Góry do Kamienicy obliczany jest na około 12 i 1/2 godz. Dalekobieźny szlak niebieski z Tarnowa do Wielkiego Rogacza. Prowadzi ona prawie całym grzbietem pasma Łososińskiego na polanę Stoły pod szczytem Sałasza. Pomiędzy kulminacją Jaworza, a Babią Górą można oglądać najpiękniejsze panoramy Beskidu Wyspowego. Na odcinku od centrum Limanowej do grzbietu Cichonia i Ostrej trasa wiedzie przez tereny szczególnie tragicznie doświadczone podczas pierwszej wojny światowej (zachowane cmentarze). Między Modynem, a Kamienicą szlak gwałtownie wytraca wysokość, a od wsi Złubzda, szosą asfaltową od Kamienicy. Trasa prowadzi w Pieniny, ocierając się o Gorce.

**Tymbark (400m) – Rupniów (480m) – Kamionna (802m) – Łopuszne (661m) – Paprotna (Kamienie Brodzińskiego 460m) – Bochnia**

Z Tymbarku na Paprotną około 7 godz. Jest to długi i mocno urozmaicony szlak łączący okolice Tymbarku z terenami Pogórza Wielkiego, który wiedzie aż do Bochni.

### SZLAKI ZIELONE

**Lubień (350m) – Czechówka (710m) – Szczebel (976m) – Przełęcz Glisne (634m) – Raba Niżna (430m) – Nowy Targ**

Od Lubnia do Raby Niższej trasa obliczana jest na około 5 godz. Podejście na Szczebel od strony Lubnia jest najdogodniejszym spośród trudnych podejść od strony doliny Raby. Grzbiet Czechówki nagradza trudy pięknymi widokami na dolinę Tenczyńskiego potoku, Zembalową oraz część doliny Raby z pasmem Łysiny i Lubomira. Za Glisnem rozpoczyna się sympatyczna trasa spacerowa na odkrytym terenie, dogodna dla narciarstwa śladowego i turystyki rowerowej.

**Lubogoszcz (968m) – Mszana Dolna (400m) – Ogorzała (806m) – Ostra (780m) – Kobylica (924m) – Jasień (1062m)**

Trasa obliczona na około 7 i 1/2 godz. wędrowki. Na odcinku Mszana – Lubogoszcz jest również dostępna dla turystów na rowerach i nartach, w stronę Jasie-

nia malowniczo prowadzi wzdłuż doliny Maszanki aż do jej źródeł, z których część znajduje się na stokach Jasienia. Szczególnie atrakcyjny krajobrazowo odcinek znajduje się między Kobylicą, a Jasieniem.

**Półrzeczki (680m) – polana Wały (970m) – Szczawa Białe (620m)**

Wycieczka na około 2 i 1/2 godz. Jest to nowy szlak z położonej na zachód od Jurkowa wsi Półrzeczki. Na polanie Wały w sezonie letnim znajduje się baza namiotowa. Najkrótsze zejście z bazy do najbliższego przystanku PKS w Szczawie Białym. Jest ono strome i nadaje się wyłącznie dla turystów pieszych. Czas przejścia około 50 min.

**Dobra (460m) – Łopień (951m) – Przełęcz Rydza-Śmigłego (700m) – Mogielica (1170m) – Przełęcz Słopnicka (766m) – Cichoń (928m) – przełęcz Jana Pawła II (Cichoń/Ostra – 800m) – Ostra (929m) – Łukowica (450m) – Łyżka – Limanowa (400m) – Paproć (645m) – Tymbark (400m) – Kostrza (730m) – Jodłownik (350m) – Szczyrzyc (360m) – Ciecień (829m) – Lubomir (904m)**

Całość trasy wymaga przynajmniej 23 godz. marszu – jest to długa wędrowka z doliny Łososiny przez zachodni szczyt Łopienia i bardzo atrakcyjnie położoną między Jurkowem, a Słopnicami przełęcz Rydza Śmigłego. Z Mogielicy na przełęcz między Cichoniem i Ostrą trasa prowadzi grzbietami o niewielkiej różnicy wzniesień. Odcinek bardzo atrakcyjny widokowo, bardzo dobry także dla turystyki narciarskiej i rowerowej. Między przełęczą, a Łukowicą urozmaicona wędrowka grzbietami, odcinek słynący z doskonałych panoram na Beskid Wyspowy, Gorce, Kotlinę Sądecką, Beskid Sądecki, Pieniny i Tatry. Piękne widoki spotykamy także w rejonie Lipowego i pod szczytem Paproci. Odcinek między Tymbarkiem, a Jodłownikiem należy do tras stosunkowo rzadko uczęszczanych przez turystów, a jest to teren bardzo atrakcyjny pod względem przyrodniczym, co pozwala na prawdziwy i niezmacony kontakt z przyrodą. Z Jodłownika do Cietnia przechodzi się przez Szczyrzyc z zabytkowym zespołem kościelno-klasztornym oo. Cystersów z XVII w., a następnie dogodnym połączeniem trasa prowadzi w pasmo Lubomira.