

ZAŁĄCZNIK
WYKAZ TRAS DO ODZNAKI „WSTĘGA SUDETÓW POLSKICH”

Lp.	Makroregion	Mezoregion (pasmo, masyw, grzbiet, miejscowość)	Rodzaj i przebieg trasy	Dystans / przewyższenie
1.	Sudety Zachodnie	Góry Izerskie (Grzbiet Wysoki/Świeradów)	Trasa narciarska (utrzymywana) „Śladem Izerskiego Cietrzewia”: Stóg Izerski – Polana Izerska – Chatka Górzystów – Sina Droga – Jarząbcza Polana – Stóg Izerski	18 km/200 m
2.	Sudety Zachodnie	Góry Izerskie (Grzbiet Wysoki/Jakuszyce)	Trasa narciarska (utrzymywana) „Trasami Biegu Piastów”: Jakuszyce – Orle – Rozdroże pod Cichą Równią – Jakuszyce	12 km/140 m
3.	Sudety Zachodnie	Karkonosze (Przesieka)	Trasa narciarska (utrzymywana): Przesieka – Dolina Czerwonego Potoku – Droga Sudecka ¹⁾	7 km/350 m
4.	Sudety Zachodnie	Karkonosze (Śląski Grzbiet)	Trasa narciarska (oznakowana, strona polska): Śląski Dom – Spalona Strażnica – Pod Małym Szyszakiem ¹⁾	7 km/100 m
5.	Sudety Zachodnie	Góry Kaczawskie (Grzbiet Południowy)	Proponowana trasa narciarska (pieszy szlak turystyczny): Przeł. Widok – Baraniec – Przeł. Radomierska	11 km/200 m
6.	Sudety Zachodnie	Rudawy Janowickie (Janowicki Grzbiet)	Proponowana trasa narciarska (rowerowy szlak turystyczny i drogi): Przeł. Karpnicka – Polana Mniszkowska – Miedzianka	12 km/336 m
7.	Sudety Środkowe	Góry Kamienne (Góry Krucze)	Trasa narciarska (utrzymywana) „Podlesie”: Lubawka OW „Modrzew” – trawers Zasięka – Rozdroże Trzech Buków – Krucze Skały – OW „Modrzew”	15 km/120 m
8.	Sudety Środkowe	Góry Wałbrzyskie (Masyw Trójgarbu)	Proponowana trasa narciarska (szlak Ekomuzeum, piesze szlaki turystyczne): Witków – Trójgarb – Rozdroże Siedmiu Dróg – pod Jagodnikiem – Rozdroże – Witków	11 km/220 m
9.	Sudety Środkowe	Góry Kamienne (Masyw Dzikowca)	Trasa narciarska (utrzymywana) „Widokowa”: Grzędy (zalew) – trawers Dzikowca – trawers Wysokiej i Suchej Góry – Grzędy (zalew)	13 km/185 m
10.	Sudety Środkowe	Góry Kamienne (Góry Suche)	Trasa narciarska (utrzymywana): schr. „Andrzejówka” – Przeł. Pod Szpicakiem – schr. „Andrzejówka” – Przeł. Pod Turzyną – Hala pod Klinem – schr. „Andrzejówka”	10 km/165 m
11.	Sudety Środkowe	Góry Sowie (Bielawa)	Trasa narciarska (utrzymywana): Przeł. Jugowska – Pętla wokół Niedźwiedziej Skały (trasa „Niedźwiedź”) – Kozie Siodło – schr. „Sowa” (trasa „Sowa”) – Kozie Siodło – Przeł. Jugowska – Bielewa (trasa „Trzy Buki”)	16 km/320 m
12.	Sudety Środkowe	Góry Stołowe (Karlów)	Trasa narciarska (utrzymywana): Karlów – Łąka Pasterska – Pasterka – Droga nad Urwiskiem – Skalne Grzyby – Batorówek – Karlów	26 km/90 m
13.	Sudety Środkowe	Góry Orlickie (Zieleniec)	Trasa narciarska (częściowo utrzymywana): Zieleniec parking południowy – ponad wyciągami – Orlica ¹⁾	5 km/300 m
14.	Sudety Środkowe	Góry Bystrzyckie (Masyw Jagodnej)	Trasa narciarska (utrzymywana): schr. „Jagodna” – Popielna Droga – Jagodna – Sasin – schr. „Jagodna”	13 km/195 m
15.	Sudety Wschodnie	Góry Bardzkie (Grzbiet Wschodni)	Proponowana trasa narciarska (rowerowy szlak turystyczny): Bardo PKP – Przeł. Łaszczoza – trawers Kłodzkiej Góry – „Kukułka” – Mariańska Dolina – Kłodzko	15 km/310 m

Lp.	Makroregion	Mezoregion (pasmo, masyw, grzbiet, miejscowość)	Rodzaj i przebieg trasy	Dystans / przewyższenie
16.	Sudety Wschodnie	Góry Złote (Łądek-Zdrój)	Trasy narciarskie (oznakowane): Łądek-Zdrój – Rondo Duże – Droga Wielka Okólna – trawers Trojaka – Rozdroże Zamkowe – Łądek-Zdrój	14 km/220 m
17.	Sudety Wschodnie	Góry Bialskie (Bielice)	Trasa narciarska (utrzymywana) i rowerowa: Bielice (Ieśniczówka) – Dolina Białej Łądeckiej – Puszcza Jaworowa – trawers Rudawca – Czarny Dukt (trasa rowerowa znakowana) – Bielice (Ieśniczówka)	17 km/340 m
18.	Sudety Wschodnie	Masyw Śnieżnika (Kletno)	Trasa narciarska (utrzymywana) i szlak pieszy: Kletno – Rozdroże pod Porębkim – Kamienica – Droga nad Lejami – Rozdroże pod Porębkim – pętla góry Młyńsko – Kletno	20 km/300 m
19.	Sudety Wschodnie	Góry Opawskie (Głuchołazy)	Trasy narciarskie (utrzymywane): niebieska Głuchołazy – Podlesie – Głuchołazy (7 km) i zielona pętla na Górze Parkowej (5 km)	12 km/60 m
20.	Pogórze Sudeckie	Masyw Ślęży (Sobótka)	Trasa narciarska (oznakowana): Przeł. pod Wieżycą – Duża Pętla – Przeł. Tąpadła – Mała Pętla – Przeł. Pod Wieżycą	17 km/200 m
21.	Pogórze Sudeckie	Wzgórza Niemczańsko-Strzelińskie (Wzgórza Strzelińskie)	Proponowana trasa narciarska (piesze szlaki turystyczne): Ziębice – Gromnik – Biały Kościół	23 km/205 m

¹⁾ W przypadku krótkich tras, nietworzących zamkniętej pętli, można je wkomponować w dłuższą wycieczkę narciarską w terenie. Propozycje tras są dostępne na stronie internetowej Klubu Turystyki Narciarskiej „Psie Pole”: <http://www.pttk.wroclaw.pl/main/ktn/index.html>.