

Obsah

Všeobecné informace	6
Systém průvodce	6
Náročnost	7
Čas	7
Převýšení	7
Turistické informace	8
Pravidla pohybu v národním parku	8
Lesní kalamity	9
Lanovky	11
Táboření	13
Horské chaty a útulny	13
Medvědi	15
Přírodní poměry	19
Vymezení území	19
Povrch	20
Geologická stavba a reliéf	22
Krasové jevy	24
Podnebí	26
Vodstvo	28
Flóra	29
Fauna	31
Ochrana přírody	33
Obyvatelstvo, hospodářství	35
Osídlení oblasti	35
Vývoj společnosti a hospodářství v moderní době	36
Hornictví	38
Cestovní ruch	39
Povážská lesní železnice	40
1 Brankov, 1 177 m	44
2 Salatín, 1 630 m	48
3 Latiborská hoľa, 1 643 m	50
4 Ďurková, 1 750 m	54
5 Demänovská hora, 1 304 m	56
6 Dračí jeskyně	58
7 Perla Demänovského krasu	60
8 Siná, Bôr a Poľana	62
9 Traverz úbočím Dereší a Chopku	64

10	Chopok, 2 024 m, a Ďumbier, 2 043 m	68
11	Velká demänovská hřebenovka	70
12	Ostredok, 1 167 m	74
13	Dolina Vyvieranie	76
14	Přes Krakovu hoľu na Ďumbier	78
15	Il'anovskou dolinou na Poludnicu, 1 549 m	82
16	Poludnica z Liptovského Jána	84
17	Dolina Bielo	86
18	Smrekovica, 1 285 m	88
19	Ohnište, 1 538 m	90
20	Jánskou dolinou na Ďumbier	94
21	Naučná stezka podél Váhu	96
22	Rovná hoľa, 1 723 m	99
23	Naučná stezka Zlatnica	101
24	Čertova svadba a Lajštroch	104
25	Ramža	108
26	Veľký bok, 1 727 m	112
27	Veľká Vápenica, 1 691 m	116
28	Panská hoľa, 1 429 m	118
29	Prameny Hnilce a Váhu	121
30	Kráľova hoľa, 1 946 m	125
31	Kráľovohoľská hřebenovka	128
32	Z Priehyby na Priehybku	132
33	Veľký bok z Horehroní	134
34	Beňuška, 1 542 m	138
35	Králička a Zelenská Mlynná	142
36	Traverz jižními svahy Ďumbiera	146
37	Ďumbier, Chopok a Dereše z jihu	148
38	Jaskyňa mŕtvych netopierov	152
39	Veľký jižní traverz	154
40	Pálenica, 1 654 m	156
41	Tále a Krpáčovo	158
42	Skalka, 1 980 m	160
43	Chabenec, 1 955 m	164
44	Jasenianské hole	168
45	Ráztocké lazy	172
46	Veľká Chochuľa, 1 753 m	174
47	Kozí chrbát	177
48	Donovalská hřebenovka	180
49	Starohorské vrchy	184
50	Přechod hlavního hřebene Nízkých Tater	188
	Rejstřík	198