

# Przed sezonem - garść informacji

## Zasady zwiedzania Tatrańskiego Parku Narodowego

- **Wędruj tylko po szlakach turystycznych.** Ich gęsta sieć pozwala zobaczyć niemal każdy zakątek Parku.
- W Tatrach znajdują się schroniska turystyczne, w których możesz odpocząć i spędzić noc. **Nie biwakuj - to zabronione.**
- **Nie niszczy wyposażenia szlaków.** Każdy zniszczony element infrastruktury turystycznej może doprowadzić do zagrożenia zdrowia bądź życia innego turysty.
- Kwiaty, owoce, fragmenty skał itp. są w Parku pod ochroną. **Nie zbieraj ich.**
- **Nie pal ognisk ani tytoniu, nie używaj otwartego ognia** z wyjątkiem wyznaczonych i oznakowanych miejsc.
- **Nie hałasuj.** W sąsiedztwie szlaków mieszkają zwierzęta - nie powinno się ich niepokoić.
- Spotkanie dzikiego zwierzęcia w Parku nie należy do rzadkości. Jeśli tak się zdarzy, w miarę możliwości spokojnie się oddal. **Nigdy nie podchodź do zwierzęcia**, np. aby zrobić mu zdjęcie. Pamiętaj, że dzikie zwierzęta bywają niebezpieczne dla człowieka.
- **Dokarmianie zwierząt nie poprawi ich losu.** Dzikie zwierzęta szybko przyzwyczajają się do łatwego zdobywania pokarmu, tracąc naturalny lęk przed ludźmi i samowystarczalność. Mogą stać się agresywne i domagać się pożywienia z rąk człowieka.
- W Parku nie znajdziesz koszy na śmieci. **Wszelkie odpadki zabierz ze sobą** i wyrzuć w domu, hotelu czy pensjonacie. Pozostawione śmieci stanowią zagrożenie dla zwierząt, które - skuszone zapachem - czasami je zjadają. Może to doprowadzić do choroby, a nawet śmierci dzikiego zwierzęcia.
- **Nie zabieraj psa na szlak.** Dzikie zwierzęta doskonale go wyczuwają. Jest to szczególnie niebezpieczne w okresie ich narodzin i prowadzenia młodych przez matki. Turysta zabierający psa naraża na niebezpieczeństwo siebie i swojego pupila. Na czas wycieczki w góry lepiej go zostawić pod fachową opieką w hotelu dla psów. Z psem można wędrować jedynie Drogą pod Reglami i szlakiem biegnącym dnem Doliny Chochołowskiej (z Siwej Polany do schroniska na Polanie Chochołowskiej). Pies musi być prowadzony na smyczy.
- **W zbiornikach wodnych i górskich rzekach nie można pływać, myć się ani płukać brudnych naczyń.** To źródło wody pitnej dla schronisk i miejsce życia rzadkich gatunków zwierząt.
- Wszystkie zorganizowane wycieczki piesze, w których biorą udział uczniowie szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych, muszą znajdować się **pod opieką przewodnika tatrańskiego.**

## Szlaki turystyczne

Do dyspozycji odwiedzających TPN jest 275 km znakowanych szlaków turystycznych o różnych stopniach trudności: od bardzo łatwych po bardzo trudne i te wyposażone w sztuczne ułatwienia (łańcuchy, kłamry, drabinki).

Większość szlaków turystycznych jest dwukierunkowa. Obowiązuje na nich ruch prawostronny. Jednokierunkowe są tylko niektóre fragmenty - poprawia to komfort przemieszczania się i zwiększa bezpieczeństwo.

### Szlaki jednokierunkowe:

- szlak Orla Perć na odcinku od przełęczy Zawrat do Koziego Wierchu – ruch odbywa się w kierunku wschodnim, czyli od Zawratu w stronę Koziego Wierchu
- szlak przez jaskinię Smocza Jama na odcinku od drabinki w Wąwozie Kraków do Polany Pisanej – ruch odbywa się w kierunku od drabinki do polany
- szlak przez Jaskinię Mylną na odcinku od wejścia do jaskini do zejścia do Doliny Kościeliskiej – ruch odbywa się w kierunku od wejścia do jaskini do zejścia do doliny
- szlak przez Jaskinię Mroźną na odcinku od wejścia do jaskini do zejścia do Doliny Kościeliskiej – ruch odbywa się w kierunku od wejścia do jaskini do zejścia do doliny
- szlak przez kopułę szczytową Giewontu – ruch odbywa się w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

Szlaki turystyczne są oznakowane pięcioma kolorami: czarnym, czerwonym, zielonym, niebieskim i żółtym. **Kolory nie wskazują trudności szlaku. Służą jedynie do identyfikacji danego szlaku w terenie.**

Szlaki są oznakowane również za pomocą kierunkowskazów, które znajdują się zwykle na początku, na końcu, a także na skrzyżowaniach szlaków. Na kierunkowskazach widnieją: nazwa punktu docelowego i czas potrzebny na dotarcie w to miejsce. Symbol schroniska oznacza, że jest to punkt docelowy, a podane minuty i godziny dotyczą średniego czasu potrzebnego do dojścia do tego punktu.

Pamiętaj: w przypadku długich odpoczynków na trasie lub pogorszenia warunków pogodowych będziesz potrzebować więcej czasu, niż podano na kierunkowskazie.

### Ograniczenia ruchu turystycznego

**Od 1 marca do 30 listopada** wszystkie szlaki turystyczne, rowerowe i narciarskie są zamknięte od zmierzchu do świtu.

### Bądź bezpieczny. Zasady bezpieczeństwa w górach

- Wybierz trasę turystyczną odpowiednią do swoich możliwości i doświadczenia górskiego.
- Unikaj samotnych wypraw.
- Poinformuj zaufaną osobę o dniu i godzinie wyjścia, planowanej trasie, przewidywanej godzinie powrotu i ewentualnych zmianach trasy.
- Zapoznaj się z prognozą pogody, warunkami i utrudnieniami na szlakach turystycznych oraz sposobem ich oznakowania.
- Nie licz na niezawodność telefonu komórkowego – w górach nie zawsze jest zasięg.
- Nie wahaj się zawrócić w przypadku gorszego samopoczucia, zmiany pogody, nieprzewidzianego opóźnienia czy wątpliwości co do wybranej trasy.
- Wyjdź w góry właściwie wyposażony (odzież, obuwie, sprzęt, prowiant, naładowany telefon itd.) i odpowiednio wcześniej.
- Szczegółowe informacje o aktualnych warunkach w Tatrach, a także porady przydatne przed wyjściem w góry możesz uzyskać na stronie [www.tpn.pl](http://www.tpn.pl), telefonicznie w Informacji Turystycznej

TPN 18 20 23 300 lub mejlowo infotur@tpn.pl.

### W razie wypadku

- Zachowaj spokój i oceń sytuację.
- Wezwij pomoc.
- Telefon ratunkowy w górach: 601 100 300.
- Telefon alarmowy: 985 lub 112.
- Pobierz aplikację Ratunek (ratunek.eu).
- Nie ma zasięgu? Przekaż informację o wypadku przechodzącym turystom.
- Sprawdź, czy możesz pomóc, nie narażając siebie i innych.
- Jeżeli to możliwe, udziel pierwszej pomocy.
- Zabezpiecz ranego przed wychłodzeniem lub przegrzaniem. Zadbaj o komfort psychiczny poszkodowanej osoby.

### W trosce o dzieci

- Przed wyruszeniem na szlak odpowiednio się przygotuj. **Trasę wycieczki dostosuj do aktualnych warunków, wieku i umiejętności dziecka**, a nie do swoich ambicji i oczekiwań wobec niego. Zbyt długa wycieczka może zniechęcić dziecko do wędrowania i odbić się na jego zdrowiu.
- Dziecko nie potrafi ocenić swoich możliwości, a zatem nawet bez wcześniejszych sygnałów ostrzegawczych może dojść do wyczerpania lub odwodnienia organizmu. **Rób więc wystarczająco dużo przerw na odpoczynek.**
- W górach może nastąpić nagle załamanie pogody, więc jeśli planujesz wycieczkę z dzieckiem, bądź przygotowany na każdą ewentualność. **Okrycie przeciwdeszczowe, ciepły polar, czapka i rękawiczki** w plecaku mogą okazać się niezbędne. Podczas słonecznej pogody chroń dzieci przed słońcem (**okulary przeciwsłoneczne, nakrycie głowy, krem z wysokim filtrem UV**).
- Wycieczka z dzieckiem na pewno zajmie więcej czasu, niż podają przewodniki. Czas podany na mapie należy pomnożyć przez dwa. Przy szlakach znajdują się miejsca przeznaczone na odpoczynek (ławy, ławostoły). Nie można tam jednak schronić się przed deszczem czy zrobić zakupów.
- **Nie podawaj dziecku wody ze strumieni i potoków. Nie karm go znalezionymi jagodami.**
- Jeśli korzystasz z nosidełka, pamiętaj, że **długotrwałe unieruchomienie dziecka może spowodować niedokrwienie nóg, odwodnienie, udar cieplny i oparzenia słoneczne**, a zimą - wychłodzenie, przemarznięcie albo nawet odmrożenia.
- **Sprawdź prognozę pogody.** Informacje o warunkach na szlakach i pogodzie uzyskasz w Informacji Turystycznej TPN.

### Przyjaciół Parku

Aby urozmaicić najmłodszym pobyt w Tatrach, Park przygotował książeczki z zadaniami. Jeżeli dziecko w wieku 3-11 lat chciałoby zostać Przyjacielem Parku, może pobrać odpowiednią dla swojego wieku bezpłatną książeczkę w Wozowni w Kuźnicach (Kolekcja Antoniego Kocyana). Dziecko rozwiązuje wybrane zadania z książeczki, a później w tym samym miejscu odbiera

pamiątkowy dyplom i medal „Przyjaciela Parku”.

### Gdzie w Tatry z wózkiem?

W TPN na niektóre szlaki można wejść z dzieckiem w wózku. **Pamiętaj, że nie są to szlaki wyasfaltowane** (oprócz drogi do Morskiego Oka i fragmentu Doliny Chochołowskiej), **więc wymagają od opiekunów wysiłku i czujności**. Nie wszystkie wózki nadają się na górskie trasy. Wózek musi być sprawny, stabilny, tak aby łatwo było go prowadzić po nierównym podłożu. Lepiej sprawdzają się wózki z dużymi kołami niż te z małymi. Przez cały czas trzeba dbać o bezpieczeństwo dzieci. W trakcie wycieczki powinny być one przypięte pasami bezpieczeństwa do wózka, co zapobiegnie wypadnięciu w przypadku najechania na większy kamień lub inną przeszkodę.

### Szlaki, na które można wybrać się z wózkiem:

- **Dolina Chochołowska** – długość trasy z Siwej Polany do schroniska na Polanie Chochołowskiej: **7,5 km**, przewyższenie: **ok. 220 m**. Na odcinku 3,5 km, z parkingu na Siwej Polanie do Polany Huciska, droga prowadząca dnem doliny do schroniska jest drogą asfaltową. Powyżej przechodzi w drogę kamienistą, więc wózek napotka trudności w postaci wystających kamieni (szczególnie uciążliwe dla wózków z małymi kółkami).
- **Dolina Kościeliska** – długość trasy: **6 km**, przewyższenie: **130 m**. Z Kir do Polany Pisanej na odcinku ok. 4 km biegnie droga bita, po opadach deszczu może występować błoto. Na kolejnych 2 km, do schroniska Ornak, droga przechodzi w szlak z wystającymi kamieniami.
- **Dolina Rybiego Potoku (droga do Morskiego Oka)** – długość trasy: **9 km**, przewyższenie: **470 m**. Trasa z parkingu na Palenicy Białczańskiej do schroniska nad Morskim Okiem w całości jest drogą asfaltową i nie stwarza żadnych problemów dla wózków, choć miejscami jest nieco pod górę.

### Opłaty za wstęp

W TPN od turystów pobierane są opłaty. Park przeznaczona je na tworzenie i utrzymanie infrastruktury edukacyjnej i turystycznej – wynajem przenośnych toalet, sprzątanie i remonty szlaków, wymianę oznakowań – oraz na ochronę przyrody. 15 proc. wpływów z opłat za wstęp wspiera działalność ratowniczą Tatrzaskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego.

### Ceny biletów wstępu:

- bilet normalny – 5 zł
- bilet ulgowy – 2,50 zł
- bilet 7-dniowy normalny – 25 zł, ulgowy – 12,50 zł
- bilet grupowy (10 osób) – normalny 45 zł, ulgowy 22,50 zł.

### Bilety ulgowe przysługują:

- uczniom i studentom
- emerytom i rencistom
- osobom niepełnosprawnym
- żołnierzom służby czynnej.

### Zwolnieni z opłat są:

- mieszkańcy gmin położonych w granicach parku narodowego i gmin graniczących z parkiem narodowym – Zakopane, Kościelisko, Poronin, Bukowina Tatrzańska, Biały Dunajec
- dzieci w wieku do 7 lat
- posiadacze Karty Dużej Rodziny (więcej informacji tu: [tpn.pl/nawosci/karta-duzej-rodziny](http://tpn.pl/nawosci/karta-duzej-rodziny))
- osoby udające się najkrótszą drogą do wyznaczonych miejsc kultu religijnego. Z Zazadniej na Wiktorówki oraz z Kuźnic do kaplicy Albertynek i Albertynów na Kalatówkach

Warunkiem zwolnienia z opłaty lub sprzedaży biletu ulgowego jest okazanie osobie sprzedającej bilety dokumentu uprawniającego do zastosowania ulgi.

Wstęp do Jaskini Mroźnej jest płatny – 4 zł od osoby. Dzieci do lat sześciu – wstęp bezpłatny.

### Parkingi

Na terenie Parku działają parkingi dla samochodów osobowych i autobusów:

- **Dolina Kościeliska** (Kiry) – płatny
- **Dolina Małej Łąki** – płatny
- **Jaszczurówka** (obok kaplicy) – bezpłatny
- **Wierch Poroniec** – płatny
- **Łysa Polana** (dawne przejście graniczne) – płatny
- **Palenica Białczańska** – płatny.

Informacje na temat aktualnych opłat parkingowych można znaleźć na stronie [www.tpn.pl](http://www.tpn.pl) lub uzyskać w Punkcie Informacji Turystycznej TPN.

W sąsiedztwie punktów wejścia do Parku działają również parkingi prywatne.

### Schroniska i punkty gastronomiczne

Na terenie Parku działa osiem schronisk turystycznych, należących do Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego (PTTK). Są też cztery punkty gastronomiczne.

### Schroniska turystyczne:

- **Dolina Rybiego Potoku** – Schronisko nad Morskim Okiem,  
tel. (+48) 18 20 77 609, (+48) 602 260 757
- **Dolina Roztoki** – Schronisko im. Wincentego Pola na polanie Stara Roztoka,  
tel. (+48) 609 001 760, (+48) 600 443 733
- **Dolina Pięciu Stawów Polskich** – Schronisko w Dolinie Pięciu Stawów Polskich,  
tel. (+48) 18 20 77 607, (+48) 781 055 555
- **Hala Gąsienicowa** – Schronisko Murowaniec,

tel. (+48) 18 20 12 633

- **Polana Kalatówki** - Hotel Górski na Kalatówkach,  
tel. (+48) 18 20 63 644, (+48) 18 20 12 827
- **Dolina Kondratowa** - Schronisko na Hali Kondratowej,  
tel. (+48) 18 20 19 114
- **Dolina Kościeliska** - Schronisko na Hali Ornak,  
tel. (+48) 18 20 70 520
- **Dolina Chochołowska** - Schronisko na Polanie Chochołowskiej,  
tel. (+48) 18 20 70 510.

### **Punkty gastronomiczne:**

- **Dolina Strążyska** - herbaciarnia
- **Palenica Białczańska** - punkt gastronomiczny przy parkingu
- **Włosienica** - pawilon gastronomiczny PTTK
- **Kasprowy Wierch** - budynek górnej stacji kolei.

### **Transport konny**

W następujących miejscach można skorzystać z dorożek konnych:

- **Dolina Chochołowska** - zasady wykonywania usług określa zarząd Wspólnoty Leśnej Uprawnionych 8 Wsi w Witowie ([www.wspolnotalesna8wsi.pl/](http://www.wspolnotalesna8wsi.pl/))
- **Dolina Kościeliska** - na odcinku od wejścia do Parku (Kiry) do Polany Pisanej; usługi całoroczne, latem dorożki, a zimą sanie
- **Dolina Bystrej** - z Kuźnic na Kalatówki, tylko zimą
- **Morskie Oko** - na odcinku od wejścia do Parku (Palenica Białczańska) do Włosienicy. Usługi całoroczne, latem dorożki, a zimą sanie. Ceny za przejazd ustala się indywidualnie z dorożkarzami.

### **Turystyka rowerowa**

W Tatrach turystykę rowerową można uprawiać tylko na udostępnionych do tego celu szlakach lub drogach. Większość udostępnionych tras to jednocześnie szlaki turystyczne, na których obowiązuje bezwzględne pierwszeństwo ruchu pieszego.

- Droga pod Reglami: od Murowanicy (w Dolinie Bystrej) do Siwej Polany w Dolinie Chochołowskiej
- Dolina Chochołowska: od Siwej Polany do schroniska na Polanie Chochołowskiej
- Kuźnice - schronisko na Polanie Kalatówki
- Dolina Suchej Wody - Brzeziny schronisko Murowaniec na Hali Gąsienicowej
- Małe Ciche - Zazadnia - Wierch Poroniec - Zgorzelisko - Tarasówka
- Małe Ciche - Lichajówki - Murzasichle

### Przejścia graniczne

Na terenie TPN granicę ze Słowacją można przekraczać w miejscach, gdzie spotykają się szlaki turystyczne dwóch parków narodowych, z zachowaniem przepisów w nich obowiązujących. Samochodem granicę można przekraczać na pobliskich przejściach granicznych:

- **Chochołów - Suchá Hora**
- **Łysa Polana - Tatranská Javorina**
- **Jurgów - Podspády.**

### Ważne telefony i strony WWW

- **Informacja Turystyczna TPN:** (+48) 18 20 23 300
- **Dyrekcja TPN:** (+48) 18 20 23 200
- **TOPR: (+48) 601 100 300**, nr alarmowy **985**, [www.topr.pl](http://www.topr.pl)
- **Informacja dotycząca kolei linowej** na Kasprowy Wierch i Gubałówkę: (+48) 22 44 46 666, [www.pkl.pl](http://www.pkl.pl)

### Przydatne aplikacje

- **Twój Tatrański PN** - zawiera opisy, zdjęcia i mapy wszystkich szlaków na terenie TPN, a także informacje o ciekawych miejscach. Przed wyjściem w góry warto pobrać darmową mapę Tatr i Zakopanego, z której można korzystać bez dostępu do sieci komórkowej. Ponadto aplikacja pozwala na nagrywanie i zapisywanie wycieczek, wraz ze zdjęciami i notatkami, które po zalogowaniu do **Trail.pl** można oglądać i edytować w przeglądarce internetowej. Więcej informacji: [www.tpn.pl/zwiedzaj/aplikacje-mobilne](http://www.tpn.pl/zwiedzaj/aplikacje-mobilne).
- **Ratunek** - umożliwia wzywanie pomocy przez automatyczne połączenie telefoniczne ze służbami ratowniczymi (TOPR, GOPR) i równoczesne wysyłanie współrzędnych GPS. Więcej informacji: [www.ratunek.eu](http://www.ratunek.eu).

**Życzymy udanych i bezpiecznych wycieczek!**