

Spis treści

Słowo wstępne 5

Wprowadzenie, ustalenie pojęć 7

Obszar turystyczny, region turystyczny, rejon turystyczny, miejscowość turystyczna, atrakcyjność turystyczna terenu, walory turystyczne

Walory wypoczynkowe – turystyka wypoczynkowa 9

Kategorie obszarów wypoczynkowych

Walory krajoznawcze – turystyka krajoznawcza 10

Walory krajoznawcze środowiska przyrodniczego 10

Ochrona przyrody 12

Parki narodowe 14

Walory krajoznawcze dziedzictwa kulturowego (dóbr kultury) 26

Parki kulturowe 26

Zabytki archeologiczne 28

Zabytki techniki i współczesne osiągnięcia człowieka 29

Obiekty historyczno-wojskowe 29

Nekropolie 30

Zabytki historii najnowszej 31

Muzea 31

Kultura i sztuka ludowa 33

Imprezy kulturalne 34

Trasy podziemne 34

Architektura i budownictwo 34

Lista Pomników Historii 40

Obiekty z Listy Światowego Dziedzictwa Kultury i Natury UNESCO 43

Szlaki turystyczne 45

Walory specjalistyczne – turystyka specjalistyczna	47
Turystyka i sporty wodne (żeglarstwo, kajakarstwo, wędkarstwo)	
Narciarstwo (zjazdowe i biegowe)	48
Taternictwo, speleologia	48
Łowiectwo	49
Jeździectwo	49
Turystyka zdrowotna – walory turystyczne miejscowości uzdrowiskowych	50
Turystyka religijno-pielgrzymkowa	61

Wybrane rejony turystyczne – układ administracyjno-krajobrazowy

Makroregiony turystyczne	65
Pomorze (<i>zachodniopomorskie, pomorskie, kujawsko pomorskie</i>)	66
Zachodniopomorskie	66
Pomorskie	69
Kujawsko-pomorskie	76
Warmia i Mazury	80
Wielkopolska (<i>lubuskie, wielkopolskie</i>)	86
Lubuskie	86
Wielkopolskie	89
Mazowsze i Podlasie (<i>łódzkie, mazowieckie, podlaskie</i>)	94
Łódzkie	94
Mazowieckie	98
Podlaskie	102
Śląsk (<i>dolnośląskie opolskie, śląskie</i>)	108
Dolnośląskie	108
Opolskie	116
Śląskie	118
Małopolska (<i>świętokrzyskie, lubelskie, małopolskie, podkarpackie</i>)	122
Świętokrzyskie	122
Lubelskie	126
Małopolskie	129
Podkarpackie	133

Literatura	139
-------------------	------------