

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI

# POLSKI ZWIĄZEK NARCIARSKI



ZAKOPANE 5-10-11-1929

VF 175008  
XX 00 2084022

Biblioteka Gł. AWF w Krakowie



1800052549

CONCOURS  
INTERNATIONAL DE SKI  
DE LA F. I. S.

ET X-E CONCOURS DU CHAMPIONNAT DE POLOGNE

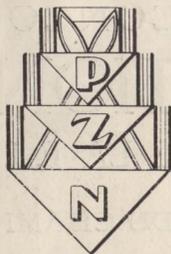
ZAKOPANE

5—10 FÉVRIER

1 9 2 9



PROGRAMME DU CONCOURS :  
INFORMATIONS  
TERRAINS DE SKI EN POLOGNE



[FÉDÉRATION POLONAISE DE SKI — WARSZAWA, RUE ŻÓRAWIA 23

*Polish Ski Federation*

*1929*



40292

SOUS LE HAUT PATRONAGE  
DE MONSIEUR LE PRÉSIDENT DE LA RÉPUBLIQUE  
DE POLOGNE

IGNACY MOŚCICKI

ET SOUS LA PRÉSIDENTE D'HONNEUR  
DU MARÉCHAL DE POLOGNE  
ET MINISTRE DES AFFAIRES MILITAIRES

JÓZEF PIŁSUDSKI

LA FÉDÉRATION POLONAISE DE SKI

SUIVANT LA RÉOLUTION PRISE PAR LE X-E CONGRÈS  
DE LA FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE SKI

ORGANISE

LE CONCOURS  
INTERNATIONAL DE SKI  
DE LA F. I. S.

ET LE X-E CONCOURS DU CHAMPIONNAT DE POLOGNE

A Z A K O P A N E

DU 5 AU 10 FÉVRIER 1929

RG. 92/1.93.093 (438) 1012 - 1929 / Akc. Nr 214/D / 82 r.

IV.C.5m  
IV.C.4d  
-br. górcza

## PROGRAMME DU CONCOURS

*Lundi 4. II. 1929:*

- 10:00. Consultation médicale (obligatoire) des concurrents inscrits pour la course de grand fond. *inscris*  
17:00. Instructions et tirage des numéros de l'ordre de départ pour la course de grand fond (50 km.).

*Mardi 5. II. 1929:*

- 8:01. Départ de la course de grand fond (50 km.).

*Jeu**di 7. II. 1929:*

- 17:30. Instructions sur la course de fond de 18 km.  
Tirage des numéros de l'ordre de départ pour la course de fond — 18 km. (simple).  
Tirage des numéros de l'ordre de départ pour la course 18 km. pour l'épreuve combinée. *preuve*

*Vendredi 8. II. 1929:*

- 8:00. Consultation médicale des équipes militaires.  
10:01. Départ de la course de fond 18 km. (simple et combinée).  
13:00. Rapport des équipes militaires, instruction et tirage des numéros de l'ordre de départ de la course militaire par équipes.

*Samedi 9. II. 1929:*

- 8:01. Départ de la course des équipes militaires.  
12:00. Concours de sauts pour l'épreuve combinée (tremplin de Krokiew).  
17:00. Tirage des numéros de l'ordre de départ pour le concours de sauts.  
19:00. Distribution des prix de la course militaire des équipes.

*Dimanche 10. II. 1929:*

- 12:00. Concours de sauts au tremplin de Krokiew.  
21:00. Distribution des prix.

\*

En dehors du programme ci-dessus auront lieu en concurrence internationale:

*Mercredi 4. II. 1929:*

- 11:31. Course de descente.

*Jeu**di 7. II. 1929.*

- 11:01. Course des dames.

## INFORMATIONS

### *Règlement du concours:*

Le concours se fait d'après le règlement obligatoire de la Fédération Internationale de Ski.

### *Déclarations:*

Les déclarations générales contenant le nombre des concurrents et des représentants officiels des Fédérations avec indication du nombre des concurrents destinées à chaque concurrence, doivent être envoyées avant.

le 1 janvier 1929.

Les déclarations personnelles contenant (suivant le règlement des concours de F. I. S.) la liste nominative détaillée des concurrents à chaque épreuve doivent être envoyées avant.

le 20 janvier 1929.

### *Adresse:*

L'adresse pour tout genre de correspondance est la suivante:  
Polski Związek Narciarski — Warszawa, rue  
Żórawia 23 — Téléphone 404-55.

Adresse téléphonique: SKIPOL — Warszawa.

### *Communications:*

Les moyens de communication sont indiqués ci-dessous.

### *Séjour à Zakopane:*

Les représentants officiels des Fédérations et les concurrents déclarés, seront pendant leur séjour en Pologne (dès leur passage par la frontière Polonaise) considérés comme hôtes de la Fédération Polonaise de Ski qui se chargera entièrement de leur logement, pension et trajets du 3 au 11 février 1929.

### *Logements pour les excursions étrangères:*

Les touristes venant de l'étranger pour le concours peuvent avoir leur logement et pension réservés sur demande préalable.

Pour toutes informations au sujet du logement prière de s'adresser:

„Zakopane—Klimatyka, Komisja Kwaterunkowa“.

Prix approximatif du logement avec pension par jour: 10—15 frs. suisses.

Les demandes de logement seront acceptés jusqu'au 10 janvier 1929.

### *Informations détaillées:*

Le informations détaillées concernant le point de départ, les consultations médicales, réunions, excursions etc., seront annoncées ultérieurement dans un programme détaillé du concours.

*Prix:* Dans chaque concurrence du programme, il y aura 6 prix d'honneur individuels, ainsi que des plaquettes, des diplômes et des médailles commémoratives pour tous les concurrents. En outre la Coupe de Pologne et quelques autres Coupes seront disputées à ce concours.

*Le tremplin de Krokiew:*

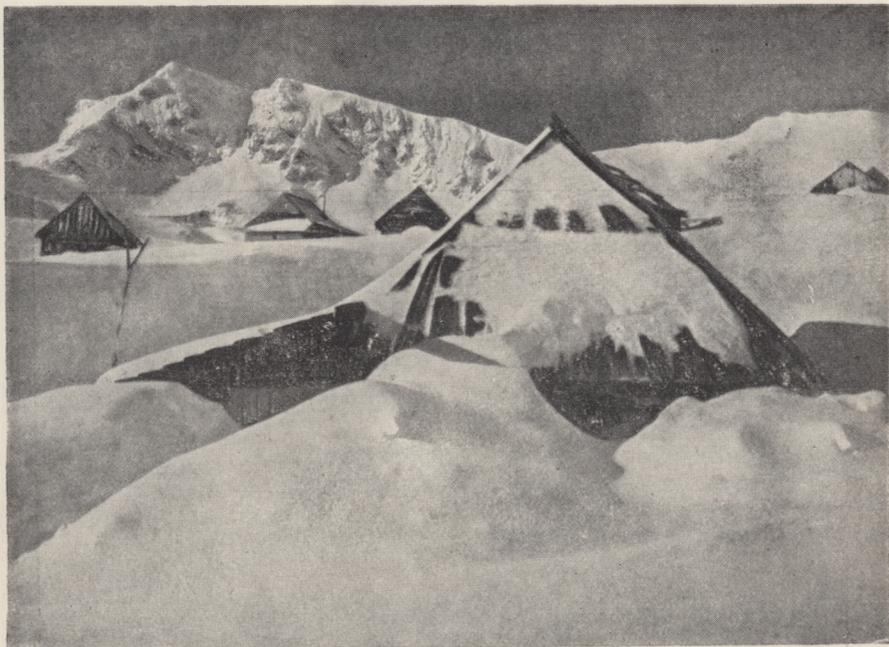


Description du tremplin: Piste d'élan: longueur 94 mètres, inclinaison 30 — Piste de descente: long. 135 m., inclinaison 38°.

# INDICATEUR DES TRAINS

18 <sup>05</sup>	d. Oslo	a.	10 <sup>48</sup>	16 <sup>00</sup>	d. London	a.	16 <sup>30</sup>	
1 <sup>13</sup>	a. } d. } Gotenburg	}	d. 3 <sup>35</sup> a. 3 <sup>21</sup>	23 <sup>34</sup>	a. } d. } Brüssel	}	d. 8 <sup>30</sup> a. 0 <sup>15</sup>	
1 <sup>31</sup>				8 <sup>23</sup>				a. } d. } Köln
8 <sup>32</sup>	a. Trällenberg	d.	20 <sup>51</sup>	8 <sup>46</sup>	a. } d. } Berlin Schles. Bf.	}	d. 9 <sup>46</sup> a. 7 <sup>05</sup>	
21 <sup>25</sup>	d. Stockholm	a.	8 <sup>07</sup>	18 <sup>29</sup>				a. } d. } Katowice
8 <sup>27</sup>	a. Trällenberg	d.	21 <sup>05</sup>	23 <sup>47</sup>	a. } d. } Kraków	}	d. 17 <sup>35</sup>	
8 <sup>55</sup>	d. Trällenberg	a.	20 <sup>26</sup>	10 <sup>17</sup>				— Changement
19 <sup>25</sup>	a. } d. } Berlin Stet. Bf. Schles. Bf.	}	d. 9 <sup>55</sup> a. 7 <sup>05</sup>	10 <sup>45</sup>				
23 <sup>47</sup>				12 <sup>20</sup>	a. Kraków	d.	17 <sup>35</sup>	
10 <sup>17</sup>	a. } d. } Katowice	}	d. 19 <sup>58</sup> a. 19 <sup>20</sup>	— Changement				
10 <sup>45</sup>	a. Kraków							d.
12 <sup>20</sup>	a. Kraków	d.	17 <sup>35</sup>	8 <sup>55</sup>	d. München	a.	19 <sup>35</sup>	
Vagon direct 1, 2, 3 } Oslo-Berlin				17 <sup>50</sup>	a. } d. } Wien West Bf. Nord Bf.	}	d. 10 <sup>30</sup> a. 6 <sup>45</sup>	
Vagon lit 1 i 2 } Stockholm-Berlin				23 <sup>10</sup>				2 <sup>39</sup>
— Changement				3 <sup>11</sup>	a. } d. } Bohumin	}	d. 0 <sup>47</sup>	
8 <sup>55</sup>	d. Helsingfors	a.	11 <sup>49</sup>	4 <sup>54</sup>				22 <sup>15</sup>
22 <sup>30</sup>	a. Leningrad	d.	12 <sup>40</sup>	3 <sup>05</sup>	a. } d. } Prerov	}	d. 2 <sup>45</sup> a. 2 <sup>37</sup>	
10 <sup>00</sup>	d. Leningrad	a.	20 <sup>25</sup>	3 <sup>11</sup>				4 <sup>54</sup>
7 <sup>12</sup>	a. } d. } Niegorełoje §	}	d. 23 <sup>20</sup> a. 22 <sup>00</sup>	5 <sup>20</sup>	d. Bohumin	a.	0 <sup>08</sup>	
8 <sup>13</sup>				7 <sup>45</sup>	a. } d. } Stolpce	}	d. 20 <sup>15</sup> a. 19 <sup>30</sup>	9 <sup>45</sup>
18 <sup>30</sup>	a. } d. } Warszawa Gł.	}	d. 9 <sup>55</sup> a. 8 <sup>35</sup>	— Changement				
23 <sup>00</sup>								5 <sup>50</sup>
§ Temps d'Europe oriental				18 <sup>10</sup>	d. Roma	a.	12 <sup>30</sup>	
— Changement				6 <sup>00</sup>	a. Venezia	d.	23 <sup>58</sup>	
22 <sup>00</sup>	d. Madrid	a.	9 <sup>15</sup>	0 <sup>05</sup>	d. Milano	a.	6 <sup>00</sup>	
22 <sup>00</sup>	a. } d. } Paris	}	d. 10 <sup>00</sup> a. 6 <sup>43</sup>	5 <sup>50</sup>	a. Venezia	d.	0 <sup>05</sup>	
23 <sup>25</sup>				6 <sup>25</sup>	d. Venezia	a.	23 <sup>10</sup>	
22 <sup>08</sup>	a. } d. } Berlin Schles. Bf.	}	d. 9 <sup>46</sup> a. 7 <sup>05</sup>	21 <sup>55</sup>	a. Wien Süd Bf.	d.	7 <sup>35</sup>	
23 <sup>47</sup>				20 <sup>37</sup>	d. Zürich	a.	6 <sup>55</sup>	
10 <sup>17</sup>	a. } d. } Katowice	}	d. 19 <sup>58</sup> a. 19 <sup>20</sup>	14 <sup>55</sup>	a. Wien West Bf.	d.	13 <sup>40</sup>	
10 <sup>45</sup>				23 <sup>10</sup>	d. Wien Nord Bf.	a.	6 <sup>45</sup>	
12 <sup>20</sup>	a. Kraków	d.	17 <sup>35</sup>	4 <sup>54</sup>	a. } d. } Bohumin	}	d. 0 <sup>47</sup> a. 0 <sup>08</sup>	
— Changement				5 <sup>20</sup>				9 <sup>45</sup>

7 <sup>25</sup>	d.	Beograd	a.	22 <sup>00</sup>	20 <sup>30</sup>		d.	Tallin	a.		8 <sup>35</sup>			
15 <sup>52</sup>	a.	Budapest	d.	13 <sup>50</sup>	8 <sup>42</sup>		a.	Riga §	d.		21 <sup>13</sup>			
16 <sup>25</sup>	d.	Budapest	a.	13 <sup>10</sup>	13 <sup>08</sup>	23 <sup>20</sup>	d.	Riga §	a.	7 <sup>07</sup>	19 <sup>05</sup>			
20 <sup>57</sup>	a.	Wien Ost Bf. Nord Bf.	d.	8 <sup>25</sup>	18 <sup>40</sup>	4 <sup>28</sup>	a.	Zemgale	a.	1 <sup>30</sup>	13 <sup>45</sup>			
23 <sup>10</sup>	d.		a.	6 <sup>45</sup>	19 <sup>49</sup>	4 <sup>55</sup>	d.	Zemgale	d.	0 <sup>35</sup>	13 <sup>00</sup>			
4 <sup>54</sup>	a.	Bohumin	d.	0 <sup>47</sup>	6 <sup>55</sup>	18 <sup>30</sup>	a.	Warszawa Gl.	d.	9 <sup>55</sup>	23 <sup>50</sup>			
5 <sup>20</sup>	d.		a.	0 <sup>08</sup>			d.	Warszawa Gl.	a.	8 <sup>35</sup>	21 <sup>18</sup>			
9 <sup>45</sup>	a.	Kraków	d.	19 <sup>50</sup>	15 <sup>05</sup>	23 <sup>00</sup>	a.	Kraków	d.	0 <sup>15</sup>	14 <sup>20</sup>			
— Changement				§ Temps d'Europe oriental — Changement										
15 <sup>10</sup>	23 <sup>00</sup>	d.	Bucuresti §	a.	15 <sup>50</sup>	7 <sup>00</sup>								
5 <sup>31</sup>	12 <sup>01</sup>	a.	Śniatyn Zał.	d.	23 <sup>54</sup>	15 <sup>14</sup>								
5 <sup>52</sup>	13 <sup>03</sup>	d.		a.	23 <sup>39</sup>	14 <sup>14</sup>								
10 <sup>05</sup>	17 <sup>30</sup>	a.	Lwów	d.	19 <sup>25</sup>	9 <sup>40</sup>								
11 <sup>05</sup>	18 <sup>35</sup>	d.		a.	18 <sup>30</sup>	8 <sup>05</sup>								
17 <sup>05</sup>	0 <sup>35</sup>	a.	Kraków	d.	12 <sup>38</sup>	1 <sup>50</sup>	3 <sup>15</sup>	8 <sup>05</sup>	d.	Kraków	a.	22 <sup>30</sup>	2 <sup>00</sup>	
Temps d'Europe oriental								7 <sup>47</sup>	12 <sup>40</sup>	a.	Zakopane	d.	18 <sup>15</sup>	21 <sup>40</sup>
								*) Train express						
<b>KRAKÓW-ZAKOPANE*)</b>														



Tatry: Hala Gašienicowa avec coup d'oeil sur »Beskid«, »Skrajna« et »Pośrednia«

LE 12 FÉVRIER 1929

# A KRYNICA

AURA LIEU AU TREMLIN DE LA GÓRA KRZYŻOWA  
EN CONCURRENCE INTERNATIONALE

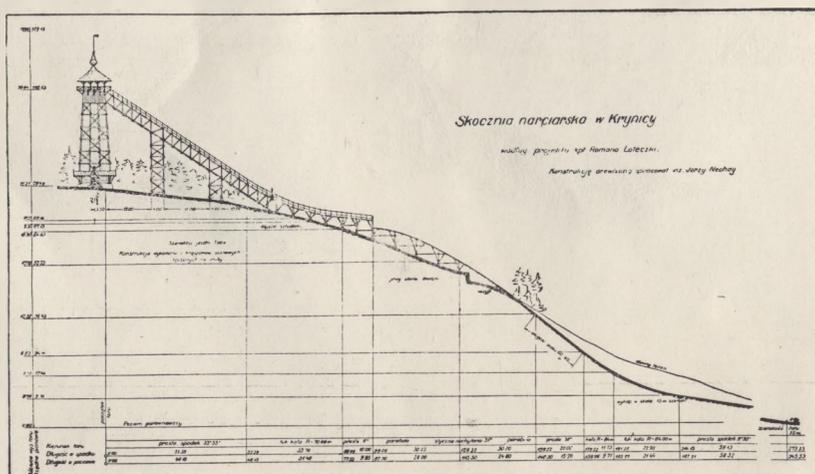
## UN CONCOURS DE SAUTS POUR LE PRIX DE KRYNICA

ORGANISÉ PAR LA

### FÉDÉRATION POLONAISE DE SKI

UN TRAIN DIRECT SPÉCIAL SERA ORGANISÉ POUR TRANSPORTER A KRYNICA LES DÉLÉGUÉS ET CONCURENENTS APRÈS CONCOURS DE ZAKOPANE.

LES CONCURENENTS DÉCLARÉS POUR CE CONCOURS AINSI QUE LES REPRÉSENTANTS OFFICIELS DES FÉDÉRATIONS SERONT CONSIDÉRÉS COMME HÔTES DE LA FÉDÉRATION POLONAISE DE SKI JUSQU'AU 13 FÉVRIER.



Description du tremplin à Krynica: Piste d'elan: longueur 99 mètres, inclinaison 33°. — Piste de descente: longueur 154 m., inclinaison 38°

UNIV. JAGIELL.  
MUSEUM WYCH. FIZ. U.A.



Les Tatras: Sur la »Hala Kondratowa«

## LES TERRAINS DE SKI EN POLOGNE

Les principaux terrains de ski en Pologne sont situés dans les Carpathes où l'élévation et le profil du sol, aussi bien que le climat contribuent à créer les meilleures conditions pour l'exercice de ce sport. D'autres localités aux terrains accidentés et dotées d'un hiver assez rigoureux tels que les environs de Lwów (Léopol) et de Wilno n'ont qu'une importance locale, tandis que partout ailleurs dans le pays l'enneigement est insuffisant ou le terrain peu approprié.

Les Carpathes qui forment la frontière méridionale de la Pologne, comprennent un secteur occidental — au sud de Cracovie — et un secteur oriental — au sud de Lwów, séparés par une partie médiane moins élevée ne présentant pas d'intérêt pour le skieur. Les deux grandes villes constituent donc des bases naturelles pour la visite des Carpathes, bien qu'on trouve échelonnées au pied même des montagnes plusieurs autres localités reliées par la voie ferrée dite Transversale. Un certain nombre de localités situées dans les montagnes mêmes, servent de point de départ pour les excursions en ski.

On y trouve des hôtels et des pensions, ou bien seulement des chalets-refuges. On s'acquiert des objets d'équipement à Cracovie, à Lwów et à Zakopane. En général l'hiver du skieur commence dans les Carpathes vers le commencement du mois de décembre, dans les montagnes des Tatras et des Gorgany souvent plus tard encore, il dure jusqu'à la moitié du



mois de mars. dans les Gorgany et le Czarnohora jusqu'à la mi-avril et dans les Tatras jusqu'à la fin du mois d'avril. Pour les courses plus longues il est indispensable de se munir des cartes détaillées de la région. Pour les Carpathes entières il n'existe actuellement que d'anciennes cartes militaires autrichiennes à l'échelle de 1 : 75.000, mais pour certaines régions on trouve déjà des cartes spéciales pour touristes.

## Partie occidentale des Carpathes

La partie occidentale des Beskides polonais, avec sa chaîne de 200 km. de Cieszyn à Krynica et le défilé de Tylicka possède toute une série de terrains pour ski et présente une contrée superbe en hiver.

En ces dernières années des grandes améliorations ont été apportées dans l'organisation et l'administration des Beskides occidentaux. De nouveaux refuges commodes et bien aménagés ont été installés et des chemins spéciaux ont été tracés. En ajoutant à cela de bonnes communications ferrées par trains spéciaux pour skieurs on peut voir que ces montagnes sont pour toute la partie sud-ouest de la Pologne un lieu de sport de premier ordre. La plupart des alpinistes viennent de Górny Śląsk, Zagłębie et Kraków. En plus, toute une série de bourgs situés au pied même des montagnes forment également des centres naturels de ski. Ces petites villes possèdent des clubs qui organisent des excursions, des concours, construisent des tremplins et occupent le premier rang dans le développement du sport de ski. Parmi ces centres on peut citer: CIESZYN, BIELSKO, BIAŁA, ŻYWIEC, RABKA, NOWY TARG.

### BESKID ŚLĄSKO-ŻYWIECKI

#### CIESZYN:

situé au pied du Beskid Śląski, sur la frontière méridionale de la Pologne offre un bon point de départ autant pour les montagnes de Pologne, que pour les montagnes de Tchécoslovaquie. Dans les environs les plus proches de Cieszyn deux stations climatériques:

USTROŃ et WISŁA, reliées par une voie ferrée locale (de Golezów) ont une valeur spéciale pour le ski en Silésie. De ces deux villes partent de multiples chemins marqués, conduisant aux pics environnants tels que: Równica, Czantorja, Stożek, et Barania Góra qui possèdent chacun un refuge qui reste ouvert toute la saison hivernale.

#### Excursions:

De Ustroń près de „Kamień“ à Równica (883 m.) — 2 heures (marques: bleu-blanc). Au dessous du sommet: refuge P. T. T. (Société Polonaise du Tatra). Sur la crête: excellent terrain de descente.

De Ustroń par Poniwiec à Czantorja (995 m.) — 3 heures (marques: bleu-blanc) refuge B. V. (Association du Beskide) — Descente par Mała Czantorja à Bażanowice.

De Wisła par Dziehcinka à Stożek (975 m.) — 2 h. (marques: jaune-blanc). Du refuge au sommet vaste vue sur la chaîne des Tatras et montagnes longeant la Wisła.

## BIELSKO-BIAŁA:

deux villes jumelles situées au pied du Beskid Śląski et du Beskid Mały, possèdent plusieurs sociétés de tourisme et de ski et sont animées d'une grande activité d'excursionnisme.

Sur les prés environnants tels que *Klimczok*, *Magóra*, *Skrzyczne* et *Magórka* on trouve des refuges bien approvisionnés pendant tout l'hiver. Un vrai labyrinthe de chemins tracés y conduit.

### Excursions:

De Wilkowice à *Magórka* (913 m.) avec „chemin de Klobus“ — 2 h. (marques: rouge-blanc). Du refuge glissade sur piste de traineaux jusqu'à *Straconka* —  $\frac{1}{2}$  h. (marques: vert-blanc).

De Wilkowice près de *Szczyrk* à *Skrzyczne* (1250 m.) — 4 h. (de *Szczyrk*), (marque: vert-blanc) — superbe vue sur les montagnes de Silésie et de Żywiec. Descente par *Małe Skrzyczne* à *Szczyrk*, — chemin non marquée.

## ŻYWIEC:

petite ville, agréable située au milieu même de la plaine de Żywiec, possède des conditions idéales pour être dans l'avenir le principal centre du ski dans tous les Beskides occidentaux.

Dans les environs de Żywiec s'élèvent les plus hauts pics tels que: *Babia Góra*, *Pilsko*, *Romanka* et dans le coin le plus éloigné *Wielka Racza*.

### Excursions:

De MAKÓW à *Babia Góra*:

de Maków à *Zawoja* en traineaux (3 h.) et par *Czatoża* au refuge du P. T. T. — 2 h. (marques: jaune-blanc). De là par *Izdebczyńska* au pic de *Babia Góra* — 2 h. (marques: blanc-rouge-blanc). Le meilleur point de vue de toute la Pologne donnant une panorama splendide sur les Tatras — Manifique descente par l'arête orientale à *Krowiarki* (15 min. — marques: blanc-rouge-blanc) et par *Policzne* à *ZAWOJA* — 1 h.  $\frac{1}{2}$  (marques: bleu-blanc).

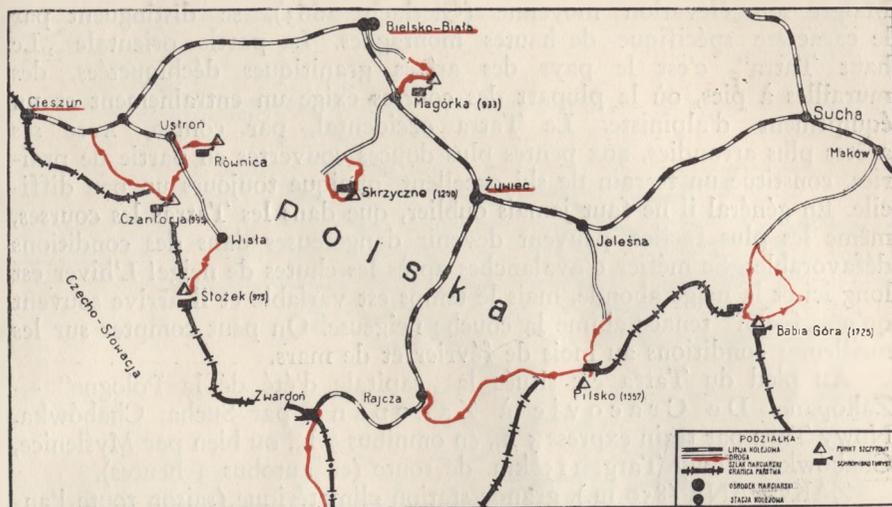
De JELEŚNIA à *Pilsko*:

De *Jeleśnia* à *Korbielów* en traineaux (10 km. — 1 h.) et par *Uszczorny* à *Pilsko* (1557 m.) — 4 h. (marques: vert-blancs). — Même point de vue que de *Babia Góra*. Sur la route P. T. T. sur l'alpe *Miziowa*. — Très bonne descente par *Lipowska* (nombreuses alpes) jusqu'à *RAYCZA* 5 h. (marques: blanc-rouge-blanc, de *Lipowska* jaune-blanc).

Dans le coin le plus au midi de Żywiec, sur le col de la principale crête des Carpathes (par lequel passe la voie ferrée de Żywiec à *Czaca*) se trouve une station climatérique et un poste de frontière *ZWARDON*, où l'on a construit ces derniers temps un tremplin et où pendant la saison d'été comme d'hiver circulent de *Górny Śląsk* des trains spéciaux pour touristes. Principal point de départ pour *Wielka Racza* (1236 m.). Cet endroit possède tous les avantages pour devenir une grande station pour le sport de ski dans les Beskides.

### Excursions:

De *Zwardoń* par *Kukul* à *Wielka Racza* — 4 h. (marques: blanc-bleu-



Le Beskid Śląsko-Żywiecki: La carte des excursions de ski

blanc) — vue très originale sur Mała Fatra; à l'approche du sommet: refuge C. S. K. T. Descente par Upratisko á Oszczadnica (Tchécoslovaquie) — 3 h. (marques: blanc-vert-blanc).

## GORCE

RABKA et NOWY TARG:

Deux centres de ski très développés depuis ces dernières années et situés au pied de Gorce (chaîne caractéristique dans le groupe des Beskides occidentaux).

Rabka, grande ville d'eau (l'eau salique-jodo-brôme); dans ces dernières années on a profité de son admirable situation pour y attirer les sports d'hiver en construisant un tremplin, une piste pour bobsleigh etc. Point de départ pour *TURBACZ*.

Nowy Targ „Chef-lieu de Podhale“ et le meilleur point de départ pour Gorce.

Excursions:

De Rabka á *Turbacz* (1311 m.) — 6 h. (marques: blanc-rouge-blanc). La meilleure vue sur la chaîne du Tatra. Descente par l'alpe Waksmundzka (refuge de P. T. T.) et l'alpe Bukowina á Nowy Targ — 2 h. (sans marques).

De Nowy Targ par Dziubasówki et l'alpe Waksmundzka á *Turbacz* 4 h. (marques: jaune-blanc) descente comme ci-dessus.

## LES TATRAS

Les Tatras — la partie des Carpathes la plus élevée — surgit au sud de la chaîne principale à peu près au milieu des Beskides occidentaux.

Malgré son élévation moyenne (Gierlach 2663), se distinguent par le caractère spécifique de hautes montagnes. La partie orientale „Le haut Tatra“, c'est le pays des arêtes granitiques déchiquetées, des murailles à pics, où la plupart des courses exige un entraînement et un équipement d'alpiniste. Le Tatra occidental, par contre, avec ses arêtes plus arrondies, aux pentes plus douces couvertes en partie de prairies, constitue un terrain de ski excellent, quoique toujours un peu difficile. En général il ne faut jamais oublier, que dans les Tatras les courses, même les plus faciles, peuvent devenir dangereuses dans des conditions défavorables. Se méfier d'avalanches après les chutes de neige! L'hiver est long ici et la neige abonde, mais le temps est variable et il arrive souvent qu'un „foehn“ tenace abîme la couche neigeuse. On peut compter sur les meilleures conditions au mois de février et de mars.

Au pied du Tatra est située la „capitale d'été de la Pologne“ — Zakopane. De Cracovie à Zakopane par Sucha, Chabówka. Nowy Targ par train express 5 h., en omnibus 7 h., ou bien par Myślenice, Chabówka, Nowy Targ, 115 km. de route (en autobus 3 heures).

ZAKOPANE (850 m.), grande station climaterique (saison toute l'année), belle situation (vue sur une partie des Tatras compte 15.000 habitants des population fixe et env. 50.000 de population saisonnière. Plusieurs grands hôtels, restaurants, beaucoup de magasins, env. 250 pensions de famille, trois grands sanatoriums. Fabriques de ski et d'équipement sportif. Pour les touristes, simples logements à l'hôtel du „Polskie Towarzystwo Tatrzańskie“ (Société polonaise du Tatra): Dworzec Tatrzański — 40 lits, restaurant, renseignements gratuits, clefs des refuges, poste de secours. — A Zakopane et dans les villages de „Podhale“ (région située aux pieds du Tatra) les montagnards ont conservé dans leur costume et leur musique, dans leur patois et dans l'architecture de leurs habitations en bois, un style particulier, ancien, plein de charme et d'originalité. On peut voir des objets d'art et des costumes anciens ainsi que des collections d'histoire naturelle du Tatra au Musée Chałubiński à Zakopane près du Dworzec Tatrzański. L'École nationale des arts décoratifs de Zakopane et des artistes séjournant à Zakopane s'inspirent dans leurs oeuvres des motifs populaires.

On fait d'agréables promenades en ski, à Zakopane même, aux lieux dits *Lipki*, *Koziniec*, *Antałówka*, *Gładkie*. Zakopane possède deux tremplins pour les concours de sauts: le grand tremplin de Krokiew (15 min. du centre de Zakopane, sauts jusqu'à 70 m.) et un autre plus petit dans la vallée de Jaworzynka près de Kuźnice (1<sup>1</sup>/<sub>4</sub> h. de Zakopane). Des championnats nationaux et internationaux ont lieu, chaque année, de même que des cours de ski civils et militaires. De Zakopane comme base on peut faire des courses les plus variées.

Excursions:

LA VALLÉE DE CHOCHOŁÓW (Dolina Chochołowska). De Zakopane on prend la route vers l'ouest jusqu' à la prairie Polana Huciska (2 h.). D'ici vers le S pour atteindre un petit refuge de P. T. T. (1 h.) situé au commencement de la vallée *Dolina Starorobociańska*. Lits de camp pour 30 personnes. couvertures, vaisselle; clefs au bureau de PTT. à Zakopane.



*Rakoń* (1879 m.). Du refuge, — après avoir traversé l'alpe Polana Chochołowska (1140), on monte l'arête de Długi Uplaz et on continue jusqu'au sommet de *Rakoń* (3 h. 30). D'ici on peut gravir (souliers cloutés) par son arête N. le *Wołowiec* (2065 m.). Descente par le même chemin ou du côté de *Wołowiec* dans la vallée *Jarząbca*.

*Wierch Trzydniowiński* (1176 m.). Du refuge on s'engage dans la vallée *Starorobociańska* pour prendre l'arête N du pic l'on suit jusqu'au sommet (2 h. 30). Même chemin au retour.

Le col *Przełęcz Iwaniacka* (1441 m.). Du refuge on atteint l'alpe *Iwanówka* et on monte par la vallée latérale au col situé au S E (2 h.). Descente par le même chemin ou bien vers l'est dans la vallée de *Kościeliska*, en suivant la rive droite du torrent.

La vallée *KOŚCIELISKA* jouit d'une grande renommée à cause de ses pittoresque parois rocheuses, qui se rapprochent par endroits jusqu'à ne laisser passer qu'une route étroite à côté du torrent. De *Zakopane* par la route de *Chochołów* jusqu'au restaurant à l'entrée de la vallée 1 heure 15 en traineau (quelques chambres pour touristes). D'ici, par l'alpe *Pisana* à la *Croix de Pol* (poète et géographe 1807—1872) où finit le chemin accessible aux traîneaux (50 m.). On continue par *Hala Smytnia* vers *Hala Pyszna* (1350 m.). Quelques minutes avant de l'atteindre, à droite (1 h. 15) le petit refuge de P. T. T. Lit de camp pour 20 personnes, couvertures, vaisselle. Plus haut, magnifique terrain pour ski.

*Przełęcz Pyszniańska* (1789 m.), *Kamienista* (2128 m.). On monte du refuge par *Hala Pyszna* en suivant la rive droite du ruisseau au col (1 h. 15); d'ici par la crête du côté S, au sommet de *Kamienista* (1 h.). Retour par le même chemin.

*Przełęcz Tomanowa* (1689 m.). En aval du refuge on quitte l'alpe *Smytnia* vers le S E pour atteindre les alpages de *Hala Tomanowa Wyżnia* et on continue par le côté Est de la vallée jusqu'au col (2 h. 15). On peut descendre par le même chemin, ou sur le côté Tchécoslovaque par la vallée *Cicha* jusqu'à la maison forestière *Pod Bańska* (4 h.), d'où on atteint (en 3 h. 30) le lac *Strbske Pleso* ou la station *Varec* du chemin de fer.

La petite localité *KUŹNICE* située au S de *Zakopane* (3,5 km. de bonne route) sert de point de départ des nombreuses excursions. Restaurant.

L'Alpe *KALATÓWKI*, bon terrain d'exercices. Refuge *Ing. A. Bobkowski* du *Tatrzański Towarzystwo Narciarzy*. Restaurant, 18 lits, lit de camp; à atteindre en partant de *Kuźnice* par une route forestière sur la rive droite du torrent *Bystra* ( $\frac{1}{2}$  h.).

*Giewont* (1900 m.). De *Kuźnice* on monte par *Kalatówki* ou par la rive E. de la *Bystra*, dans la vallée de *Kondratowa*, pour atteindre sous les pentes S du *Giewont* les alpages de *Hala Kondratowa* (2 h.). On continue vers l'ouest, par une pente toujours plus raide, au col de *Przełęcz Kondracka* (1 h.) entre le *Giewont* et la *Kopa Kondracka*. Du col au sommet vers le N ( $\frac{1}{2}$  h.). Descente par le même chemin ou par la brèche entre les deux sommets du *Giewont* dite *Szczerba*. Ne jamais s'engager sur la muraille N très à pic.

*Czerwone Wierchy* (2100 m.). Jusqu'à Hala Kondratowa comme ci-dessus. Ici on tourne vers le S O puis vers le S en longeant les pentes de Suchy Kondracki pour monter ensuite au col qui s'ouvre au S O (de 3 h. de Kuźnice). Petit abri. Du col on atteint ( $\frac{1}{2}$  h.) la Kopa Kondracka (2004 m.) par son arête N E. On la quitte en glissant vers l'ouest pour monter à *Małolączniak* (2001 m.), sommet E. de Czerwone Wierchy (4 h. 30). Descente par le même chemin ou par l'arête O. en passant par les deux autres sommets: *Krzesanica* (2128 m.,  $\frac{1}{2}$  h.) et *Ciemniak* (2099 m.,  $\frac{1}{4}$  h.), d'où on descend par l'arête N O sur la crête de Twardy Uplaz pour continuer dans la même direction jusqu'à la croupe de Gładkie Uplazińskie. Ici on s'engage dans la petite vallée qui se creuse entre cette dernière et Uplaz Miętsi, par laquelle on gagne (au début à droite, ensuite par le milieu) la vallée Kościeliska. Course superbe à entreprendre seulement par beau temps, demandant de Kuźnice jusqu'au restaurant de Kościeliska 9—10 h.

*Kasprowy* (1989 m.). Belle course, assez facile et très fréquentée. De Kuźnice on commence dans la direction de Hala Kondratowa pour prendre, 10 min. en amont de Kalatówki, au croisement des routes, à gauche et atteindre par la forêt les chalets de l'alpe *Goryczkowa* ( $\frac{1}{4}$  h.). On monte au cirque de Goryczkowa, superbe terrain de ski, abrité et sans danger d'avalanches, par lequel on atteint la pente O du Kasprowy qu'on remonte jusqu'au sommet (3 h. de Kuźnice). Descente par le même chemin ou vers E sur Hala Gąsienicowa (voir ci-après). En cas de brouillard se méfier des à-pics N.

**HALA GAŚIENICOWA**, alpe située admirablement, excellents terrains. Superbe refuge-hôtel de P. T. T., ouvert toute l'année (1520 m.), 80 lits, restaurant, téléphone.

Voies d'accès:

1) par la grande route de Morskie Oko jusqu'à la maison forestière de *Brzeziny* au 8 km. 4, d'où par une route latérale, praticable en traineau jusqu'au refuge (3 h.). Itinéraire long, sans intérêt, recommandable en cas de mauvais temps.

2) De Kuźnice on monte vers le S E par les lacets d'une route forestière, ensuite par la crête du *Boczań* et *Skupniów Uplaz*. On coupe la pente N de Wielka Kopa pour atteindre le col *Przełęcz między Kopami* (1500 m.). Petite descente d'abord à l'E, ensuite en tournant au S, sur Hala Gąsienicowa (2 h.).

3) De Kuźnice suivant la rive E de Bystra, que l'on quitte à la hauteur de Kalatówki pour s'engager à gauche dans la vallée Kasprowa. On monte par une route forestière jusqu'à l'alpe *Stare Szalasiska* et on continue toujours vers l'E., le long d'un ravin, au col de *Mechy*. Descente de l'autre côté tout droit sur Hala Gąsienicowa (2 h. 30).

Les routes 2) et 3) se prêtent bien à la descente.

Les deux cirques autour de Hala Gąsienicowa, celui de *Świnica* et l'autre du *Czarny Staw*, offrent de bons terrains d'exercice et d'agréables promenades. Mais c'est surtout le point de départ des nombreuses excursions.

*Kasprowy* peut être atteint d'ici avec moins de peine encore, en suivant

la rive N du torrent Sucha Woda, puis en obliquant sous le col du Beskid, entre le sommet du même nom (2012 m.) et le Kasprowy et puis vers l'ouest jusqu'au sommet. Au retour même chemin ou celui décrit, ci-dessus par Goryczkowa.

Col *Liliowe* (1960 m.). On suit la Sucha Woda sans s'élever notablement. Arrivé sous le sommet du Beskid, on traverse sa pente N E en montant à gauche, pour gagner la pente du col au dessus des rochers qui surplombent le lac Zielony Staw. La partie est assez raide, Arrivé au col (2 h.), on peut suivre, un peu à droite de l'arête S E jusqu'à Skrajna Turnia (2099 m.). Les alpinistes exercés peuvent dans la suite gravir d'ici les deux sommets de *Swinica* (2306 m.). Chaussures cloutées ou crampons et piolets indispensables.

**ZAWRAT** (2158 m.). Passage classique, très fréquenté en été, assez sérieux en hiver. Du refuge on monte quelques dizaines de mètres vers le S sur la croupe descendant du Mały Koscielec, pour glisser à gauche par un passage ouvert dans les sapins sur une moraine qu'on suit vers le S. On continue le long du torrent pour monter ensuite sur le barrage du Czarny Staw (1/2 h.). On traverse le lac au S pour s'engager de l'autre côté dans le couloir du torrent du lac Zmarzły Staw. Suivant les conditions on peut aussi se tenir plus à l'ouest, en empruntant par endroits le sentier d'été. Arrivé au Zmarzły Staw (1 h.), on remonte la pente d'abord douce, ensuite de plus en plus raide, du grand couloir de Zawrat. Les derniers 50 m. étant souvent en glace, on est obligé de déchausser les ski. Du col (4 h. de Hala), on jouit d'une vue incomparable sur toute la chaîne du Tatra. Superbe descente de l'autre côté, dans la vallée de Pięć Stawów (Cinq Lacs) d'abord obliquement, ensuite tout droit par le fond de la petite vallée Pod Kołem. On laisse à gauche l'aiguille du même nom, sans toutefois atteindre le Czarny Staw, devant lequel on tourne à l'est pour arriver, le long du Grand Lac („Wielki Staw“), au refuge de P. T. T. (20 lits, vaisselle, bois de chauffage). On peut descendre d'ici par la vallée de Roztoka sur la chaussée de Morskie Oko ou bien passer par les crêtes de *Swistówka* et *Opalona* à *Morskie Oko*. L'un et l'autre dans de bonnes conditions seulement, à cause du danger d'avalanches.

**MORSKIE OKO** (1393 m.), le plus beau lac du Tatra perd beaucoup de son charme en hiver. Il est relié à Zakopane par une chaussée de 31 km., passant par Lysa Polana (petit hôtel, jonction avec le territoire Tchécoslovaque) et Roztoka (refuge), praticable en traîneau en partie on entièrement — suivant les conditions. Se renseigner à Zakopane. Refuge—Hôtel de Pol. Tow. Tatr. ouvert toute l'année, 50 lits, restaurant, téléph. Le lac est entouré des murailles à-pics, ou des montagnes aux pentes très raides, il y tombe souvent des avalanches. Ce n'est donc pas un terrain de ski proprement dit, il y a pourtant de belles promenades dans la vallée avec une vue superbe sur les sommets environnants.

**Żółta Turnia** (2088 m.). Encore une belle course à faire du refuge de Hala Gąsienicowa. On accède tout droit ou en passant par Czarny Staw sous la crête N de la montagne que l'on contourne vers le N un peu au-dessus de la limite des forêts pour gagner le grand couloir N. On monte, sans le traverser, en lacets dans la direction S, à proximité de l'arête,

jusqu'au sommet (2 h. 30). Vue superbe sur les cirques de Pańszczyca et de Czarny Staw. Excellente glissade par le même chemin.

## LES BESKIDES DE KRYNICA

Les Beskides de Krynica situés sur les confins Est des Beskides occidentaux forment un petit massif aux pentes douces, boisées ou couvertes de prairies. Le développement de ce pays est favorisé par sa richesse en sources minérales dont celles de Krynica sont les plus connues. De Cracovie à Krynica par Tarnów et Nowy Sącz en chemin de fer (express 5½ h. omn. 8 h.).

*Krynica* (600 m.), la plus grande ville d'eau de Pologne, aménagée selon les exigences modernes, est située à 12 km. au N de MUSZYNA station frontière de la ligne Nowy Sącz—Orłowa. Grand Établissement de bains d'État, plusieurs sources (celle de Zuber, eau alcaline carbonatée la plus forte d'Europe), grand Casino, théâtre, plusieurs grands hôtels, nombreuses pensions de famille et villas. Env. 40.000 baigneurs par an. Saisons: été et hiver. Grâce à ses beaux terrains et son long hiver, neigeux et stable, Krynica se développe dernièrement comme station de sports d'hiver. Grand tremplin de concours pour sauts jusqu'à 70 m., de type demi-artificiel, grande construction en bois avec descente parabolique. Patinage, piste de bobs. Chaque année grand concours de ski, cours civils et militaires. Bureau de renseignements pour tourisme et ski, de la Section „Beskid“ de Pol. Tow. Tatr. Bons terrains d'exercices sur la Góra Krzyżowa sur les terrains accidentés à l'Est de la ligne de chemin de fer sur la Góra Parkowa.

### Excursions:

*Góra Krzyżowa — Dolina Czarnego Potoku.* Le sentier (marques bleues) commence à côté de l'école (poteau indicateur) et continue à côté du tremplin jusqu'au sommet de *Krzyżowa*. Le long de la route et du haut du tremplin vue sur les Tatras. On descend sur la vallée de *Czarny Potok*. Retour par le même chemin ou en suivant la vallée, par Krynica—Wieś (marques: rouge-blanc). Bonne et longue glissade de *Krzyżowa*; autre descente par *Holica* sur Krynica—Wieś.

*Jaworyna* (1116 m.). Sommet le plus haut du massif et le meilleur pour ski, belle vue panoramique. Itinéraires: 1) Par *Krzyżowa* et la vallée de *Czarny Potok* en suivant les marques bleues, jusqu'à la buvette (cascade de *Czarny Potok*). De là, monter à gauche (marques: blanc-rouge-blanc) en traversant le ruisseau. On passe à mi-chemin près d'un bloc de rocher „*Kamień djabelski*“ en haut de l'alpe *Prehyba*. 2) Par *Krzyżowa*, *Przysłop*, *Runek* en suivant les marques jaunes jusqu'au refuge „*Zochna*“ de Pol. Tow. Tatr., lit de camp, poêle. Clefs au bureau de la Section de P. T. T. Ensuite vers E en suivant les marques blanc-rouge-blanc. Descente de préférence par le chemin.

*Wierch nad Kamieniem* (1083 m.), *Pisana Hala* (1044 m.). Le refuge de *Runek* peut servir comme base d'une course par *Pisana Hala* à *Rytró*, qui comprend la visite de la chaîne entière de *Jaworyna* et demande 10 h. environ. On monte du refuge (marques: blanc-rouge-blanc) au N sur

le sommet de Runek (1082 m.) tout proche. Descente un peu à droite sur les sources du Klenow dans la forêt ensuite montée à l'alpe Juchnowka et puis, par une forêt de hêtres au milieu de laquelle se trouve l'alpe Hala Łabowska, au sommet Wierch nad Kamieniem. Ici on se porte vers l'ouest sur Pisana Hala (1 h.) pour suivre les marques rouges par Makowica à Rytro (retour à Krynica par le train).

*Parchowatka* (1005 m.). On peut faire une belle glissade de la chaîne de Jaworyna en quittant la crête à Hala Łabowska, d'où on atteint par son arête S. O. le sommet de Parchowatka. Pour la descente on a le choix entre deux itinéraires, à Wierhomla au S ou à Łomnica au S E d'où on traverse par quelques coteaux dénudés à Piwniczna (retour par chemin de fer).

## La partie orientale des Carpathes

La partie orientale des Carpathes polonaises peut être divisée en trois secteurs dont le plus à l'ouest est celui de

### BIESZCZADY

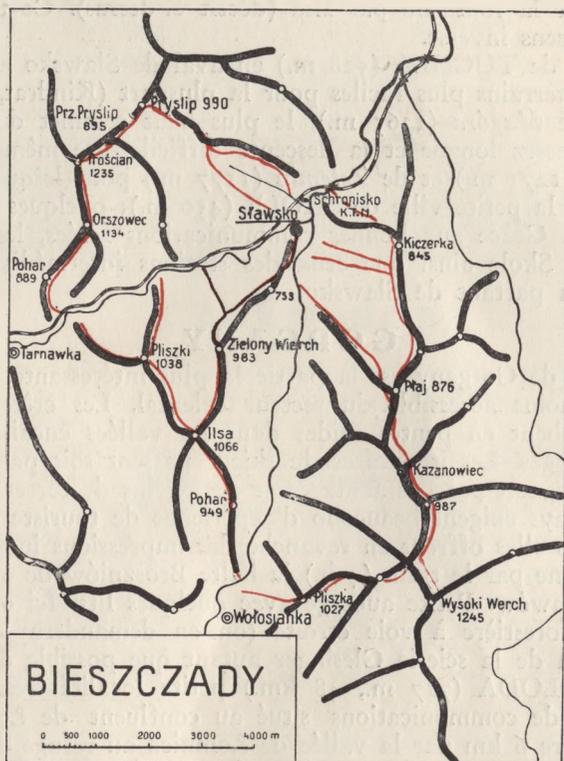
Les parties les plus visitées de cette chaîne sont situées des deux côtés du ch. de fer Stryj—Ławoczne dont l'avant-dernière station Sławsko est le centre principal du sport de ski à l'est. Ce massif est de moins en moins boisé à mesure qu'on s'approche de la ligne de partage de sorte qu'aux environs de Sławsko les sommets (hauts de 1200 m.) sont couverts de prairies parsemées des bosquets qui contribuent à protéger la neige. C'est là un véritable Eldorado pour le skieur entraîné aussi bien que pour le débutant. De Lwów par Stryj à Sławsko en chemin de fer (4 h.).

SŁAWSKO (60 m.), village en voie de développement comme station estivale et hivernale. Refuge de Karpackie Towarzystwo Narciarzy (Soc. de skieurs des Carpathes), 50 lits, restaurant. Refuge-hôtel du club „Czarni“ en construction. Il y a chaque année des concours de ski, entre autre la traditionnelle course de Trościan. Terrains d'exercices et promenades très variées autour du village.

#### Excursions:

*Trościan* (1235 m.), sommet le plus visité. Du refuge K. T. N. par des chemins vicinaux sur l'une ou l'autre des deux crêtes qui descendent dans la vallée, ensuite par leur jonction, en tournant vers la fin à gauche, vers le col Prysłip (895 m.). De là montée par la large pente N E de Trościan par les prés ou le bois au sommet (2 h. 30). Belle vue panoramique. Descente assez raide par le même chemin; très belle et longue glissade sur l'arête S jusqu'à Orszowiec (1134 m.), ensuite au S O par Pohar (889 m.) dans la vallée d'Opór, près du village Tarnawka. Retour à Sławsko par la route (5 km., traîneau) ou par Pliszki (voir ci-après).

*Zielony Wierch—Ilsa* (1066 m.)—*Pliszki*. Montée par le chemin vicinal près de l'église et du cimetière au S près de la cote 753, ensuite vers le S O, en contournant par les pentes le chemin trop entaillé au sommet de Zielony Wierch (895 m.). On continue par sa crête S acci-



dentée et la pente N. E. de l'Ilsa. Vue sur la chaîne de Borsawa au delà de la frontière. Du sommet d'Ilsa belle glissade vers l'ouest, puis au N par les trois sommets des Pliszki. Du dernier (1038 m.) excellente glissade dans la vallée par les arêtes N ou N O (3 h.). Retour par la route comme ci-dessus. La descente d'Ilsa peut se faire aussi bien vers le S E sur Wołosianka d'où on retournera à Sławsko par la route (7 km.).

*Wysoki Wierch* (1245 m.). Par la vallée de la rivière Sławsko au S 1 km. 5, puis au S E par un sentier le long d'une crête descendant du sommet du Płaj (876 m.). Ici on tourne droit au S et, après avoir fait une courte descente, de nouveau vers le S à côté des maisons situées sous le sommet du Kazanowiec (2 h.) au point 997 m. Au col, derrière et par la pente même de Wysoki Wierch au S. O. en passant par deux clairières, sur le plateau dénudé du sommet. Le point culminant en partie boisé, se trouve un peu plus au S. (3 h. 45). Excellente glissade par le même chemin. Du sommet du Płaj on peut aussi bien prendre au N par la longue arête de Kiczerka en descendant par une des ses crêtes O, ou par la pente N. directement sur le refuge si le fleuve est gelé, autrement par le pont à droite. On peut aussi descendre du sommet par l'arête O en passant par Pliszka (1027 m.) sur Wołosianka d'où retour

à Sławsko par la route ou par Ilsa (décrit ci-dessus). Ce trajet se fait aussi dans le sens inverse.

Le village de TUCHLA (528 m.) en aval de Sławsko est également doté de bons terrains plus faciles pour la plupart (Kindrat, Putyszczce). L'ascension de *Magóra* (1365 m.), le plus haut sommet du massif, est au contraire assez longue et la descente difficile. De même les courses de *Paraszka* (1271 m.) et de *Zelamin* (1177 m.) pour lesquelles on part d'habitude de la petite ville de SKOLE (450 m.): quelques petits hôtels et restaurants. Grâce aux bonnes communications ferées, les terrains de Tuchla et de Skole ainsi que ceux des stations intermédiaires peuvent être visités en partant de Sławsko.

## GORGANY

La chaîne de Gorgany est la partie la plus intéressante, la plus sauvage et la moins accessible du secteur oriental. Les crêtes étroites et rocheuses tombent en pentes raides dans les vallées encaissées, tapissées des forêts vierges. Les itinéraires du skieur passent soit par des sentiers mal entretenus, soit par des abatages et des ravins de torrents. Les courses dans ce pays exigent beaucoup d'expérience de touriste et d'habileté de skieur mais elles offrent en revanche des impressions inoubliables. De Lwów on gagne par le train (4 h.) la halte Broszniów de la voie ferrée Stryj—Stanisławów. Petite auberge avec quelques lits. Ici on prend une ligne ferrée forestière à voie étroite (on en demandera la permission à la Direction de la scierie Glesinger autant que possible d'avance, par écrit). OSMOŁODA (717 m., 48 km.) petite localité, restaurant modeste, nœud de communications situé au confluent de Łomnica et de Mołoda. Encore 6 km par la vallée de Łomnica au refuge de Pol. Tow. Tatr. au lieu dit „Na Jalu“ (10 lits, repas modestes, ouvert toute l'année).

*Wysoka* (1805 m.). Du refuge 3 km. au S jusqu'à l'embouchure de Bystryk que l'on suit jusqu'au ruisseau Łopuszna. Par la vallée de celui-ci et le ravin Carynka on monte au col de Borewki (1344 m.) entre les sommets Ithrowyszczce et Sywula (3 h. 30). D'ici par la pente S au sommet d'Ithrowyszczce (1807 m.) et dans la même direction par une arête étroite, au sommet de *Wysoka* (1805 m.). Belle et longue descente (2—4 h.) par la crête de Matachów et un bon sentier sous le sommet de *Faszory*, sur *Kuźminiec*, maison forestière située à 4 km. en aval d'Osmołoda.

*Sywula* (1836 m.) le plus haut sommet du massif. Itinéraires: 1) Du col de Borewki (3 h. 30, v. ci-dessus) on gravit en biais les pentes N E de Sywula pour atteindre son arête vers le point 1772 m. On suit l'arête jusqu'au sommet (2 h. 30). Cette voie exige une neige sûre à cause du danger d'avalanches. 2) Du confluent de Łopuszna et de Bystryk (v. ci-dessus) par un sentier vers l'est jusqu'à ce que celui-ci cesse de monter, puis tout droit sur le petit sommet de Borewka (1595 m.) d'où on suit l'arête entière de Sywula (5—6 h.). Descente par une des deux routes décrites, ou bien au S par le col *Ruszczyna*, puis par la vallée de *Sala-truk* sur *RAFAJŁOWA*, petite localité reliée par une ligne forestière à la station *Nadwórna* du chemin de fer *Stanisławów—Worochta*.

*Popadja* (1742 m.). Du refuge „Na Jalu“ on remonte la vallée du Pietros jusqu'au confluent de Pareńki (894 m.). Ici commence l'arête N du Wierch Pietros que l'on suit jusqu'au sommet (1708 m., 4 h.). D'ici le long des arêtes par Koretwyna (1591 m.) sur Popadja (1 h. 30). Du sommet de cette dernière on jouit d'une vue panoramique exceptionnellement vaste sur toute la chaîne. Descente par le même chemin ou vers N O sur Mała Popadja, d'où par les vallées du Kłębak et de Pareńki au refuge, ou bien par la vallée du torrent Popadja à l'ouest sur la station forestière Spiskawa dans la vallée de Mołoda, ou bien finalement par le sommet de Pareńki (1737 m.) sur Płyśce (v. ci-après).

## CZARNOHORA

*Czarnohora* est le plus haut massif oriental du côté polonais, mais ce massif a moins d'allure que la chaîne de Gorgany à cause de ses sommets arrondis aux larges croupes. C'est par contre un très bon terrain de ski, surtout parce que la limite des forêts est située assez bas — vers 1300 m. De Lwów à Worochta par train (5 h.).

*Worochta* (839 m.), station climatérique estivale et hivernale dans un élargissement de la vallée du Prut. Refuge-hôtel (Dworek Czarnohorski) de Pol. Tow. Tatr., 30 lits, simple restaurant, quelques petits hôtels et restaurants, plusieurs pensions de famille, sanatoriums. Entourée de bons terrains d'exercices, cours militaires de ski. Les communications avec la chaîne principale de Czarnohora, située à la frontière, sont facilitées par un chemin de fer forestier (demander la permission à la Direction de la scierie, 2 km. au S E de la gare de Worochta). De la scierie jusqu'à la maison forestière du terminus 13 km. (1 h. 30, — 2 h. par le train), si le train ne va pas, on voyage en traineau par la route parallèle à la voie, ou en auto. On peut aussi aller à pied par la montagne (8 h.): du premier viaduc en amont de la gare de Worochta par un sentier allant au S. vers le sommet (1205 m.) de *Kiczera*, puis à l'autre sommet (1248 m.). Descendre un peu au S. et continuer dans la même direction jusqu'au sommet du *Kukul* (1548 m.). Glisser au sud dans la vallée de Foroszczenek que l'on descend jusqu'à la vallée du Prut. On trouve la maison forestière à 1 km. en amont. Il est préférable d'utiliser cet itinéraire dans le sens inverse pour le retour. On quitte la maison forestière en remontant la rive O du Prut (d'abord vers le S, ensuite en tournant à l'Ouest), par une mauvaise route ou par le raccourci des piétons en passant au-dessus du poste des douaniers.

*Zaroślak* (1300 m.), 1 h. 30, refuge de Pol. Tow. Tatr., 20 lits, restaurant, ouvert en pleine saison d'hiver. Sinon, clefs à Dworek Czarnohorski. C'est une base très commode pour beaucoup de courses.

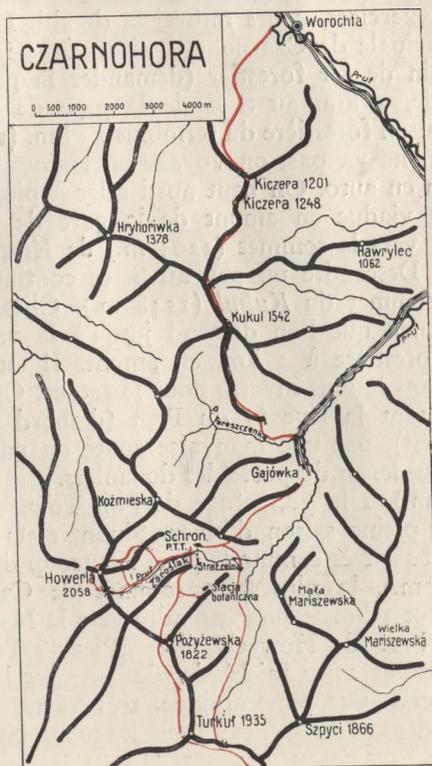
*Howerla* (2058 m.), le plus haut sommet de Czarnohora. 1) On monte le long du Prut 1 km. 5 pour prendre vers le N O la partie inférieure de la crête N E de Howerla, dite „Plecy“. Par cette crête qui devient (après un ressaut assez raide) de plus en plus large on monte au sommet (3 h.). Superbe vue panoramique, très vaste. 2) On peut aussi suivre le Prut en dépassant ses cascades jusqu'au cirque supérieur et

gagner de là la partie supérieure de „Plecy“. Cette voie offre la meilleure glissade. 3) On peut également prendre l'arête S E jusqu'au col entre Howerla et Breskuł et descendre dans le cirque, au-dessus des cascades.

### Petit vocabulaire du skieur:

Narta — ski  
 narciarz — skieur  
 narciarstwo — sport de ski  
 uprzęż — attache  
 kijek — bâton  
 smar — cirage, fart  
 szreń — tôle, neige dure  
 puch — neige poudreuse  
 szczyt, wierch — pic  
 grań — arête  
 czekan — piolet  
 raki — crampons  
 schronisko — refuge

podjeście — montée  
 zjazd — descente, glissade  
 stok — pente  
 grzbiet — crête  
 przełęcz — col  
 skok — saut  
 skocznia — tremplin  
 zawody — concours  
 zawodnik — concurrent  
 bieg — course  
 meta — but  
 żleb — couloir  
 hala — alpe





# ZAKOPANE

Zakopane całoroczne uzdrowisko wysoko-górskie 800 do 1000 m. nad poziom morza. Idealne miejsce wypoczynkowe. Rendez-vous elity towarzystwa. Hotele, Pensjonaty, Kawiarnie, Restauracje, Dancingi, Park, Koncerty orkiestry wojskowej, Kinematograf, Sale teatralne i koncertowe, Biblioteki publiczne, Wystawa sztuki, Muzeum tatrzańskie, Gimnazjum państwowe, Sanatorium, Szkoła koronkarska, Szkoła przemysłu drzewnego, Centrum turystyki tatrzańskiej, Stolica sportów zimowych. Narty, Saneczki, Slizgawka, Dwie skocznie narciarskie, Korty tenisowe, Boisko sportowe, Tow. Tatrzańskie, Sokół, Dom wycieczkowy im. ks. Stolarczyka, Stacja meteorologiczna, Schronisko przy Morskiem Oku i na Hali Gąsienicowej. Idealne miejsce klimatyczne o specjalnych warunkach leczniczych. Niskie ciśnienia, Mała wilgotność, Silna insolacja, Mała ilość wiatrów, Duże opady śnieżne, czystość powietrza, rzadkie mgły. Wskazania lecznicze, choroby płuc, zwłaszcza gruźlica w stadjach początkowych. Doskonałe rezultaty w sprawach kataralnych oskrzeli i górnych dróg oddechowych, oraz rekonwal. po zapaleniu płuc i grypie. Dobre warunki do leczenia malarji, anemji, blednicy, neurastenji, choroby Basedowa i czynnych zaburzeń narządów trawienia. Doskonałe wyniki u dzieci wątłych i obciążonych dziedziczną skłonnością do chorób piersiowych



Sanatorja: Czerwonego Krzyża, Dłuskich, Związku Naucz. Odrodzenie. Dla dzieci: KBK., Bratnia Pomoc Akad., Szpital Uzdrowiska, Zakłady roentgenologiczne, Pracownia chemiczno-bakterjologiczna, Diatermia, Elektryzacja, Fizykoterapia, Łazienki miejskie, Poradnia przeciwgruźlicza dla niezamożnych

**Prospekty wysyła Zarząd Uzdrowiska — Zakopane, Rynek**



## SANATORJUM POLSKIEGO „CZERWONEGO KRZYŻA“ W ZAKOPANEM

Sanatorium jest Zakładem leczniczym przeznaczonym dla osób, u których wskazane jest leczenie klimatyczno-dietetyczne. W szczególności Zakład przyjmuje: chorych z zamkniętą gruźlicą płuc, z wykluczeniem t. zw. gruźlicy otwartej i chirurgicznej; ozdrowieńców po wszystkich chorobach dróg oddechowych, profilaktyków tj. osoby dotknięte dziedzicznym obciążeniem względnie skłonnością do schorzeń gruźliczych, a wreszcie osoby wyczerpane, niewymagające żadnego szczególnego leczenia, a tylko potrzebujące wytchnienia i odpoczynku. Obłożnie chorych, względnie chorych, u których leczeniem klimatycznym nie można spodziewać się osiągnięcia poprawy, jak również dzieci do lat 15 Sanatorium nie przyjmuje. Przyjęcie uzależnia się od poprzedniego badania lekarskiego na miejscu.

Zakład posiada 120 gościnnych pokoi, z których większość dwuosobowych, urządzonych wygodnie i zaopatrzonych w wodę bieżącą zimną i gorącą, elektryczne oświetlenie i centralne wodne ogrzewanie, wielką salę jadalną, liczne piękne salony, salę teatralną i własne kino. Piętra budynku są połączone dźwigiem elektrycznym, Liczne balkony, jak i rozległy otaczający Sanatorium park, pozwalają kuracjom korzystać z górskiego powietrza i słońca.

W pokojach przeprowadza się gruntowne odkażenie po wyjeździe każdej osoby. Pokoje zamawiać można osobiście w Zarządzie Sanatorium lub drogą listowną.

**Ceny wraz z opieką lekarską od 16 do 26 zł.** Szczegóły w ilustr. prospektach.

La Sanatorium est un Etablissement sanitaire destiné pour les personnes chez lesquelles est indiqué le traitement climatique et diététique. L'établissement reçoit particulièrement les malades avec la tuberculose dite fermée, à l'exclusion de la tuberculose dite ouverte-chirurgique. Les convalescents après toutes les maladies des organes respiratoires. prophylactique, c'est-à-dire des personnes affligées par une maladie héréditaire, relativement avec les dispositions pour les maladies tuberculeuses, enfin pour les personnes surmenées ayant tout simplement besoin de repos. Le sanatorium n'admet point des malades qui sont forcés de garder le lit, chez lesquelles on ne peut pas espérer l'amélioration de la santé par la cure proprement climatique, ainsi que les enfants jusqu'à l'âge de 15 ans. L'admission dépend de l'examen précédent du médecin dans le sanatorium même.

L'établissement possède 120 chambres pour ses malades, dont la plupart à deux lits, aménagés avec tout le confort moderne, munies de conduites d'eau froide et chaude, de éclairage électrique et de chauffage central à l'eau. Ilya en outre une grande salle à manger, plusieurs salons fort jolis, une salle de théâtre et cinéma. Un ascenseur électrique assure la communication entre les étages. On peut commander les chambres personnellement dans l'Administration du Sanatorium ou par lettre.

Le prix avec les soins du médecin **sont de 16 à 26 zł.** Les détails dans les prospectus illustrés.

Mapy, Przewodniki, Podręczniki Narciarskie i Literaturę Tatrzańską  
poleca w największym wyborze:

# L. ZWOLIŃSKI

Księgarnia, skład nut, papieru, materiałów piśmiennych,  
malarskich i szkolnych, Wypożyczalnia książek

Telefon Nr. 22 ZAKOPANE, KRUPÓWKI 39 Konto P.K.O. 404.872

**Filija: „Księgarnia Nowa“ L. Zwolińskiego, Krupówki 51**

W plecaku każdego narciarza i turysty tatrzańskiego znaleźć się powinny: 1) **Mapa: T. Zwoliński, Tatry Polskie**, wielobarwna mapa warstwicowa Tatr środkowych i Zakopanego w podziale 1:37.500, z oznaczeniem wszystkich szczegółów terenu, dróg, kolorów znaków itd. Wydanie VI-te, 1929. Cena 5 Zł. — 2) **T. i S. Zwoliński: Przewodnik po Tatrach i Zakopanem** z mapką Tatr w podziale 1:100.000, planem Zakopanego i ilustracjami. Najpopularniejszy dziś przewodnik, obejmujący cały obszar Tatr (także czeskosłowacką stronę). Przeszło 300 opisów dróg turystycznych i wszelkie potrzebne informacje

Polecamy nadto: **Pocztówki** z widokami Tatr i Zakopanego, fotograficzne ze zdjęć własnych, rotogravjury i pocztówki artyst. **Panoramy Zakopanego i Tatr** oraz **Morskiego Oka** wykonane rotogr., w dużym formacie z podpisami nazw szczytów oraz powiększenia fotogr. ze zdjęć własnych z całego obszaru Tatr w wielkim wyborze

## *Pensjonat „Małopolanka“ Krynica*

*Telefon Nr. 47*

*Otwarty cały rok*



*Ceny przystępne*

*Tuż przy deptaku i Łazienkach. Nowoczesny komfort.  
Centralne ogrzewanie. Woda zimna i gorąca bieżąca.  
Kuchnia pierwszorzędna*

# Bracia Schiele i Ska

Zakopane, Kasprusie 46

Największa wytwórnia  
sportowa w Polsce

/ NARTY /

Wszelki sprzęt narciarski  
Saneczki sportowe

Wypożyczalnia, warsztaty reperacyjne

# „RENOMA“

Zakopane, Krupówki 69

Właściciel: Jan Dmochowski

poleca Szan. P. T. Klienteli swój bogato zaopatrzonej sklep  
w **pamiątki zakopiańskie, rzeźby** od najtańszych do naj-  
więcej artystycznych, **kosmetykę i przybory piśmienne**

**SPECJALNOŚĆ SEZONU ZIMOWEGO**

**Sprzedaż oraz wypożyczalnia nart i saneczek**

Proszę o zwiedzenie składu bez zobowiązania kupna

**SZYBKA I RZETELNA OBSŁUGA!**

RENDEZ-VOUS SPORTOWCÓW W KRYNICY

# Kotel - Pensjonat „Lwigród“ w Krynicy

Adres pocztowy i telegr.: »Lwigród« Krynica. Teleton 63 lub 64



Największy i najwspanialszy nowo wybudowany Hotel-Pensjonat w Polsce, **otwarty przez cały rok**, urządzone z komfortem o 200 pokojach (300 łózkach) z balkonami, światło elektryczne, centralne ogrzewanie, sygnalizacja świetlna, wodociągi, kanalizacja, woda bieżąca gorąca i zimna, jakoteż radio w każdym pokoju, własna stacja telefoniczna, wanny i pokoje kąpielowe, windy elektryczne, własna mechan. pralnia, salon fryzjerski, własne auta, fortepian do ćwiczeń, gry towarzyskie, wspaniała sala jadalna, sala dancinowa, czytelnia (czasopisma wszelkiego rodzaju), wspaniały hall, kuchnia francusko-polska (na życzenie jarska), kawiarnia i restauracja czynne cały dzień, bufet, własna piwnica zaopatrzona w dobor. wina, w czasie obiadu i kolacji przygrywa salonowa orkiestra. W salonach »Lwigrodu« zbiera się najlepsze towarzystwo, odbywają się koncerty, dancinigi, bale, atrakcje artystyczne. W stadjum organizacji znajdują się: garaże gościnne, biblioteka, sala gimnastyczna, sala bilardowa, kąpiele piankowe, masaże, hydropatja, kuchnia djefyczna itp. Zarząd czyni starania o kąpiele mineralne w swoim zakładzie. Oddalenie »Lwigrodu« od Nowych Łazienek wynosi ok. 200 m. Zaznaczyć należy, że do zorganizowania na wzór zagraniczny hotelu-pensjonatu »Lwigród«, został powołany b. naczelný dyrektor Sp. Akc. Hotelu Europejskiego w Warszawie p. Władysław Berger.

# Gebethner i Wolff

Księgarnia i skład nut  
Zakopane, Krupówki

Telefon 109. — P. K. O. Warszawa 150.670, Kraków 401.442

Poleca:

Wydawnictwa z wszystkich dziedzin wiedzy — krajowe  
i zagraniczne. Materiały piśmienne, widokówki, rzeźby.

Ostatnie nowości stale na składzie

Wydawnictwa:

»TYGODNIK ILUSTROWANY«,

miesięcznik

»NAOKOŁO ŚWIATA«, »CO CZYTAĆ?«

Hotel  
i Restauracja „SPORT“

Stanisław Karpowicz i Syn  
w Zakopanem  
Krupówki 46  
Telefon 29

Miejsce spotkań wszystkich narciarzy

# Hotel „BRISTOL“ ZAKOPANE

Luksusowy Hotel-Pensjonat. Otwarty cały rok

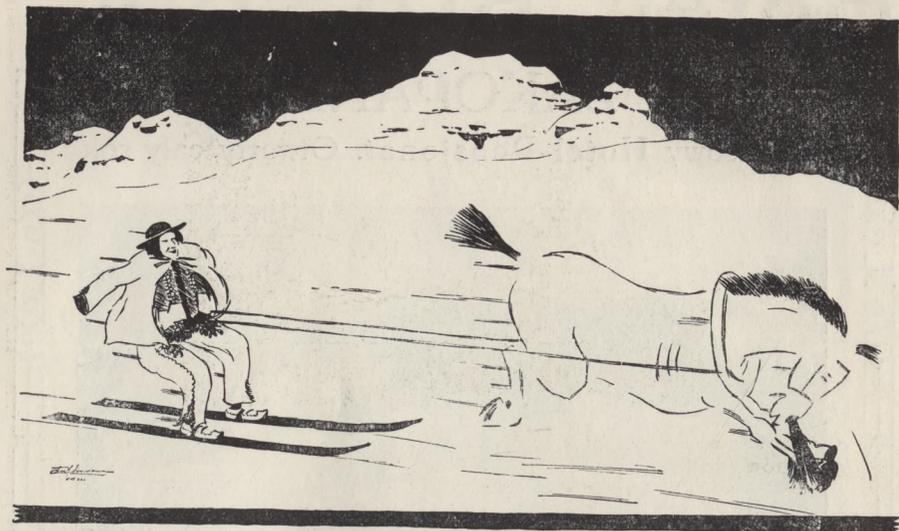


Restauracja-Kawiarnia • Doborowa orkiestra •  
Five o'clocki • Dancinigi, codziennie Bale •  
Rendez-vous elity towarzyskiej Polski i zagranicy

Position incomparable dans les forêts des  
pins • Cuisine francais renommée • Chaque  
jour Concert et Dancing • Appartements pour  
banquets • Rendez-vous de la meilleurs société

# Hotel „BRISTOL“

*Wszelkie przybory sportowe i podrózne*



KRAK 16/  
PRZEDM 18

**TWO KOMISPOD S.A.** Tel. 28-74  
WARSAWA

**NAGRODY I UPOMINKI W WIELKIM WYBORZE**

**„META“ GARAŻE**  
AUTOMOBILOWE

Sp. z o. o.

Kraków, Kościuszki 49. Telefon 37-20

Urządzone według nowoczesnych wymogów  
Boksy na stałe i dla przyjezdnych  
dzień i noc otwarte

Przybory samochodowe, Opony wszystkich marek, Stacja  
benzynowa i oliwy, — Pokoje gościnne dla PP. Szoferów

**„Meta“ Garage Cracovie**  
Kościuszki 49. Tel. 37-20

Garage par jour et par mois. — Boxes — Service de jour et nuit. — Atelier  
de réparation d'automobiles. — Dépot de pièces compasantes — Poste de  
benzine et d'huile. — Stock Pneumatiques de toutes les marques

# FRANCISZEK BUJAK



Własna wytwórnia nart hickorowych i z jesionu górskiego wszelkich gatunków i fasonów (do biegów, skoków i turystyki). Na składzie również wszelkie artykuły sportowe i turystyczne. Wypożyczalnia nart

## ZAKOPANE, UL. KRUPÓWKI

Restauracja i Kawiarnia

# MORSKIE OKO

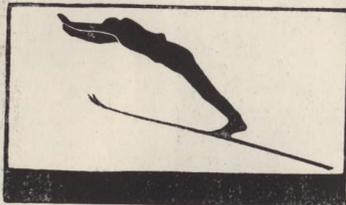
Zakopane — Krupówki

Telefon Nr. 166

Lokal komfortowy  
Codziennie dancing

Zarząd przyjmuje zamówienia na  
zjazdy, wesela, rauty i t. d. — Sala  
o pomieszczeniu 500 osób. — Dla  
Związków turyst. odpowiedni opust

# SKŁADNICA SPORTOWA



**SPORT**  
**KATOWICE**



Ulica 3-go Maja L. 22 — Telefon Nr. 22-50

Poleca w wielkim wyborze wszelkie artykuły sportowe  
Lekka atletyka, Piłka nożna, Lawn tennis, Gimnastyka  
Kolarstwo, Rugby, Boks, Szermierka oraz wyekwipowanie  
turystyczne i do sportu zimowego

Dostawa dla Szkół, Klubów i Stowarzyszeń

Rok założenia 1892

Telefon Nr. 53-41

# „CAMERA“

Poznań, ul. Ratajczaka 3

Wszelkie artykuły sportowe letnie i zimowe  
Fotografia, Projekcja, Sport

Aparaty fotograficzne i przybory do tychże

# La Société pour l'Encouragement du Tourisme en Pologne

Cracovie 36, rue Szpitalna T. 1385

est particulièrement recommandée pour toutes les informations concernant les voyages en Pologne, curiosités et **excursions**. Elle rétient des chambres d'avance sur la demande des voyageurs, **procure des guides** pour les courses en ville et renseigne sur les villes d'eaux, stations thermales et climatiques en Pologne. **Service d'autobus, qui parcourent toutes les lignes principales. Vante des billets pour les chemins de fer, les autobus et les aéroplans**



Pensjonat i Restauracja

# SCHWARZ

Krynica, Zdrój

Telefon Nr. 15

Otwarty przez cały rok

Poleca pokoje z komfortem nowoczesnym — po cenach umiarkowanych



## Przybory sportowe Sprzęty do gimnastyki

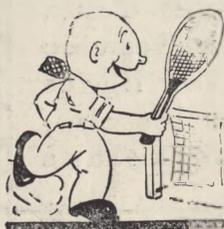


**Na sezon zimowy:** Narty, Łyżwy, Saneczki. Kompletny ekwipunek do hokeja na lodzie, szermierki i boksu

**Na sezon letni:** Rakiety tenisowe krajowe i zagraniczne  
Wszelkie przybory do lekkiej atletyki, piłki nożnej, hokeja na trawie, przybory do nauki pływania oraz wszelkie przybory do wszystkich sportów, turystyki i wychowania fizycznego

### KOMPLETNE URZĄDZENIA SAL GIMNASTYCZNYCH

Na życzenie wysyłamy do porady fachowca i służymy kosztorysami i rysunkami bezpłatnie



## Dom Sportowy, Poznań

ul. św. Marcina L. 14

Tel. 5571

Na życzenie katalogi  
i cenniki bezpłatnie



**ŻĄDAJCIE WSZĘDZIE**



**WYROBU POLSKIEGO**



