

**BESKID WYSPOWY** to grupa góriska, ograniczona na zachodzie górnymi odcinkami dolin rzek Skawy i Raby, na wschodzie zaś Doliną Dunajca. Na południu doliny rzek: Mszanki i Kamienicy rozgraniczają Beskid Wyspowy od Gorców, ku północy zaś górzysty krajobraz przechodzi w łagodne sfałowania Pogórza Wielicko-Rożnowskiego.

Beskid Wyspowy graniczy więc : od północy z Pogórzem Wiśnickim, od południa z Gorcami i Beskidem Sądeckim, od wschodu z Pogórzem Rożnowskim a od zachodu z Beskidem Makowskim i na małym odcinku z Beskidem Żywieckim.

Charakterystyczną cechą Beskidu Wyspowego jest wyrastanie odosobnionych, „wyspowo“ wznoszących się szczytów z typowo pogórskiego krajobrazu. Szczyty te mają strome stoki, wierzchowina jednak z reguły jest płaska i wylesiona. Wyjątek stanowią trzy pasma: Łososińskie, Ostrej i Ciecienia.

Najwyższym szczytem Beskidu Wyspowego jest **Mogielica** (1171 m n.p.m.), do ważniejszych należą: **Luboń Wielki** (1023 m), **Szczebel** (977 m), **Lubogoszcz** (967 m), **Ćwilin** (1060 m), **Śnieżnica** (1006 m), **Łopień** (951 m), **Jasień** (1062 m), **Cichoń** (929 m), **Ostra** (928 m), **Modyń** (1032 m), **Jaworz** (921 m), **Salasz** (909 m), **Kamionna** (805 m), **Kostrza** (730 m) i **Ciecień** (835 m). Poszczególne szczyty czy grupy górskie oddzielone są od siebie dolinami rzek i potoków, z których najważniejszymi są: Raba (dopływ Wisły), Stradomka, Łososina, Smolnik, Słomka, Jastrzębik, Potok Zalesiański.

Głębokie doliny rzeczne, które oddzielają poszczególne szczyty górskie, od dawien dawna wykorzystywane były jako trakty komunikacyjne. Dzisiaj biegną nimi drogi, łączące poszczególne miejscowości tego regionu. Rzeki i potoki tego regionu należą do dorzecza Dunajca i Raby - prawobrzeżnych dopływów Wisły. Z wyspowym charakterem szczytów otoczonych głębokimi i szerokimi dolinami związana jest jeszcze jedna ważna cecha Beskidu Wyspowego "morza mgieł". Zjawisko tzw. inwersji temperatury polega na odwróceniu warunków termicznych, czyli zamiast spadku temperatury wraz z wzrostem wysokości n.p.m., co jest cechą charakterystyczną górskiego klimatu mamy coś zupełnie odwrotnego. Temperatura w obniżeniach górskich (doliny, kotliny) jest niższa (nawet do kilkunastu stopni) niż na szczytach gór i właśnie wtedy możemy obserwować "morza mgieł" - wtedy to odosobnione wyspowe szczyty wyrastają z mgły jak wyspy na morzu. Zjawisko inwersji występuje najintensywniej we wschodnich rejonach Beskidu Wyspowego, zwłaszcza na pograniczu z Kotliną Sądecką. Właśnie stąd wzięła się nazwa Beskid Wyspowy, którą wymyślił Kazimierz Sosnowski, wybitny nauczyciel w sądeckim gimnazjum. Nocując wraz z młodzieżą na Ćwilinie, rankiem roztoczył się przed turystami wspaniały widok - morze mgieł w dolinach ponad które wystawały tylko szczyty górskie, wyżej tylko błękitne niebo i słońce. Mieli wrażenie jakby przebywali na wyspie pośród bezkresnego morza.

Przeciętna wysokość szczytów Beskidu Wyspowego waha się od 900-1000 m n.p.m.

**Mszana Dolna** – Pierwszy dokument wzmiankujący Mszanę Dolną pochodzi z 1365. Jej lokacja w poł. XIV w. była zasługą Kazimierza Wielkiego. Prawa miejskie otrzymała jako Kinsbark (Königsberg) pod koniec panowania tego władcy lub pod koniec XIV w. decyzją Władysława Jagiełły. Jednak już w XV w. osada utraciła prawa miejskie, a pozostałość po mieście Kinsbark, zwana Mieściskiem, została w 1464 włączona do istniejącej równolegle starej wsi Mszany. Podczas potopu szwedzkiego miasto zostało doszczętnie zburzone.

Istnieją też źródła z 1254 roku mówiące o rzece Mszanka figurującej pod nazwą Mschena. Według niektórych źródeł słowo Mszana jest nazwą topograficzną i pochodzi od słowa Mech. W 1772, w wyniku I rozbioru Polski miejscowość przeszła pod władzę Austrii. 16 stycznia 1899 dobra Mszana Dolna, Glisne i Słomka należące dotąd do dr Władysława Szujskiego nabyła hr Maria z Łęckich Krasińska.

W rejonie miasta działania obronne w Kampanii wrześniowej prowadziła 10 Brygada Kawalerii pułkownika Stanisława Maczka. Dnia 4 września 24 Pułk Ułanów, wspomagany przez kompanię czołgów Vickers natarł z zaskoczenia na Niemców zdobywając wzgórza w rejonie Kasiny Wielkiej i Mszany Dolnej. Podczas ataku zniszczono 3 wrogie czołgi. Dwa silne niemieckie kontrataki pancerne odrzuciły ułanów na poprzednie pozycje, którzy nazajutrz wycofali się. W czasie II wojny światowej miasto straciło ok. 1/3 ludności. Niedaleko ul. Kościuszki i Mroza jest mogiła 881 Żydów z Mszany i okolic, zamordowanych przez hitlerowców 19 sierpnia 1942. W Kronice Mszany Dolnej zanotowano, że Żydzi przeczuwali nadchodzącą tragedię. Ludność ta od pierwszych tygodni okupacji była traktowana w okrutny sposób. Ulubioną rozrywką burmistrza było obcinanie im bród i pejsów. Wydawał często zarządzenia, by wszyscy Żydzi o godzinie 4 rano gromadzili się w rynku. Ustawiał ich w rzędy i komenderując prowadził z nimi męczącą gimnastykę. Trwało to kilka godzin, a doprowadzonych do kresu sił kazał polewać zimną wodą.

W 1952 ponownie przyznano Mszanie Dolnej prawa miejskie. Obiekty wpisane do rejestru zabytków

- cmentarz żydowski
- park podworski
- kościół parafialny pw. św. Michała Archanioła

Skansen Taboru Kolejowego - [Chabówka](#)

zwiedzanie od godz. 7 do zmroku, możliwość wynajęcia przewodnika

### [Rabka Zdrój](#)

Tężnia Solankowa i Pijalnia Wód Mineralnych

Muzeum Górali i Zbójników

ul. Sąddecka 4, 100 m od zabytkowego, drewnianego kościoła

### **TRASA DO WIEŻY WIDOKOWEJ**

**Rabka-Zdrój (N) – (N) Królewska Góra (N) – (N) Rabka-Zdrój**

**Znaki czarne i niebieskie; długość trasy: 7 km; czas przejścia: 2h**

Z Rabki znaki niebieskie, które poprowadzą nas ul. Kościuszki, a dalej przez przełęcz pod Grzebieniem. Następnie szlak niebieski schodzi w dół, w kierunku Rabki-Zarytego, a pośród drzew widzimy już drewniana wieżę widokową. Aby do niej dotrzeć musimy ok 200 m przejść leśną ścieżką bez znaków. 25-metrowa wieża widokowa usytuowana jest obok górnej stacji wyciągu narciarskiego "Polczakówka". Z jej szczytu rozpościerają się piękne widoki na okoliczne pasma górskie.

Dużą atrakcją [Limanowej](#) i okolic są przepiękne zabytkowe kościółki i kapliczki z ciekawym wystrojem i polichromią, które posiadają znaczną wartość historyczną i artystyczną. Są one świadectwem tradycji i bogatą skarbnicą wiedzy o tym regionie. Dominującą budowlą w centrum Limanowej zdecydowanie jest Bazylika - Sanktuarium

Matki Boskiej Bolesnej. Stanowi ona pomnik 200 lecia Konstytucji 3-go Maja. Monumentalności świątyni dodaje wysoka, 60 metrowa wieża. W bogato zdobionym wnętrzu kościoła na szczególną uwagę zasługuje otoczona wielką czcią gotycka figura Pieta zwana Matką Boską Limanowską z XIV wieku.

Na ulicy Marka położone są zabytkowe budynki browaru limanowskiego, a tuż za nimi Dworek Marsów, w którym obecnie znajduje się Muzeum Ziemi Limanowskiej.

Ciekawym miejscem spacerowym w Limanowej jest też Miejska Góra, na szczycie której widnieje potężny krzyż. Upamiętnia on przejście w XXI wiek, jego wysokości to aż 35 metrów czyli dwukrotnie więcej niż ma krzyż na Giewoncie.

### **Tymbark Cmentarz wojenny nr 365**

Cmentarz wojenny z okresu I wojny światowej, położony jest na stromym zboczu, opadającym ku małemu potokowi. Powstał jako wydzielona kwatera obok istniejącego cmentarza parafialnego w Tymbarku. Z pierwotnego kształtu zachował się wysoki drewniany krzyż (zapewne element centralny cmentarza) o wspaniałej koronkowej formie, z dwustronną falistą glorią. Na podstawie zachowanych fragmentów odtworzono jeden z trzech typów krzyży, wieńczących mogiły. Na cmentarzu spoczywają przede wszystkim żołnierze austriaccy z 13 pułku huzarów i innych jednostek oraz kilku oficerów. Od sierpnia 2007 r. trwają tu prace konserwatorskie.