



REGULAMIN ODZNAKI „ZDOBYWCA POLSKICH POGÓRZY”

§ 1

Odznaka „Zdobycza Polskich Pogórzy” jest odznaką ustanowioną i przyznawaną przez Podkarpacką Fundację Rozwoju „Beskid” z siedzibą w Jaśle, zwaną dalej Fundacją.

§ 2

Celem ustanowienia Odznaki „Zdobycza Polskich Pogórzy” jest popularyzacja turystyki pieszej w Polskich Pogórzach oraz poznawanie ich walorów przyrodniczych, krajoznawczych, kulturowych i historycznych.

§ 3

Odznaka „Zdobycza Polskich Pogórzy” jest jednostopniowa.

§ 4

Do Odznaki można zaliczyć szczyty zdobyte przed uchwaleniem niniejszego regulaminu pod warunkiem ich odpowiedniego udokumentowania. Okres zdobywania Odznaki jest nieograniczony.

§ 5

Odznakę „Zdobycza Polskich Pogórzy” uzyskuje się poprzez zdobycie 15 z 20 najwyższych szczytów spośród wszystkich polskich pogórzy według zamieszczonego wykazu (załącznik 1). Kolejność zdobywania szczytów jest dowolna. Wysokości są zgodne z Richling Andrzej, Solon Jerzy, Macias Andrzej, Balon Jarosław, Borzyszkowski Jan, Kistowski Mariusz (red.), *Regionalna geografia fizyczna Polski*, Bogucki Wyd. Naukowe, Poznań 2021.

§ 6

Szczyty można zdobywać indywidualnie lub zespołowo, z przodownikiem GOT, przewodnikiem lub bez ich udziału od 7. roku życia.

§ 7

Do prowadzonej Książeczki „Zdobycza Polskich Pogórzy” wpisuje się datę wejścia oraz potwierdzenie zdobycia szczytu. Potwierdzeniem tym może być: podpis przodownika GOT lub przodownika turystyki kwalifikowanej PTTK, pieczęć, fotografia, przebyta trasa GPS.

§ 8

Ubiegający się o Odznakę „Zdobycza Polskich Pogórzy” po zebraniu potwierdzeń ze wszystkich wymienionych szczytów przedstawia książeczkę do weryfikacji w siedzibie Fundacji. Weryfikacja odbywa się nieodpłatnie, a osoba ubiegająca się o weryfikację ponosi ewentualne koszty korespondencji lub przesyłki oraz koszty zakupu Odznaki „Zdobycza Polskich Pogórzy”.

§ 9

Książeczka po pozytywnym zweryfikowaniu jest równocześnie legitymacją uprawniającą do nabycia i noszenia Odznaki „Zdobycza Polskich Pogórzy”. Lista zdobywców publikowana jest na stronie Fundacji.

§ 10

Odznakę można zdobywać wielokrotnie. Kolejne zdobywanie Odznaki można rozpocząć dzień po pozytywnej weryfikacji poprzedniej odznaki.

§ 11

Prawo do interpretacji oraz wszelkie wątpliwości, które mogą wynikać z interpretacji powyższego regulaminu, rozstrzyga Zarząd Fundacji.

§ 12

Informacje związane z Odznaką „Zdobycia Polskich Pogórzy” można uzyskać w siedzibie Fundacji, telefonicznie, mailowo oraz na stronie: www.fundacijabeskid.org.pl.

Załącznik 1

Wykaz szczytów do Odznaki „Zdobycia Polskich Pogórzy”

Lp.	Pasmo	Nazwa szczytu	Wysokość [m n.p.m.]	Dojście	Oznaczenie
1.	Pogórza Przedtatrańskie	Magura Witowska	1232	szlak	tabliczka inna
2.	Pogórze Popradzkie	Eliasówka	1023	szlak	tabliczka PTTK
3.	Pogórze Orawsko-Jordanowskie	Kiełek	961	bez szlaku	tabliczka inna
4.	Międzygórze Jabłonowsko-Koniakowskie	Ochodźta	895	droga szutrowa	charakterystyczny punkt
5.	Pogórze Orlickie	Grodziec (Grodzcyń)	803	szlak	tabliczka PTTK
6.	Pasma Pewelsko-Krzeszowskie	Bąków (Czeretnik)	766	szlak	tabliczka inna
7.	Pogórze Bukowskie	Rozróg Jawornika (Jawornik)	693	bez szlaku	brak
8.	Pogórze Przemyskie	Roztoka	642	szlak	tabliczka PTTK
9.	Pogórze Dynowskie	Sucha Góra	585	szlak	tabliczka PTTK
10.	Pogórze Rożnowskie	Dąbrowska Góra	583	szlak	charakterystyczny punkt
11.	Pogórze Wielickie	Barnasiówka	566	szlak	tabliczka PTTK
12.	Pogórze Ciężkowickie	Liwocz	562	szlak	tabliczka PTTK
13.	Pogórze Izerskie	Srocza	542	bez szlaku	tabliczka inna
14.	Pogórze Wiśnickie	Jaszczurówka	538	bez szlaku	brak
15.	Pogórze Strzyżowskie	Bardo	534	szlak	tabliczka PTTK
16.	Pogórze Jasielskie	Franków (Liwocz)	533	droga szutrowa	tabliczka PTTK
17.	Pogórze Śląskie	Jasieniowa (Goleszowska Górka)	521	ścieżka przyrodnicza	tabliczka inna
18.	Pogórze Wałbrzyskie	Sas	515	bez szlaku	tabliczka inna
19.	Pogórze Kaczawskie	Ostrzyca	501	szlak	tabliczka PTTK
20.	Pogórze Szydlowskie	Kamienna Góra	328	bez szlaku	brak

Wysokości zgodne z Richling Andrzej, Solon Jerzy, Macias Andrzej, Balon Jarosław, Borzyszkowski Jan, Kistowski Mariusz (red.), *Regionalna geografia fizyczna Polski*, Bogucki Wyd. Naukowe, Poznań 2021, ISBN 978-83-7986-381-5.

Tabela zawiera informacje pomocnicze dotyczące szlaków i oznaczeń w terenie. Dane przedstawiają stan na początek 2026 r. Jeśli ktoś posiada inne lub bardziej aktualne informacje, prosimy o kontakt mailowy – zaktualizujemy dane w tabeli.

Wyjaśnienie!

Niektóre ze szczytów wymienionych w wykazie są mało popularne. Nie prowadzi na nie żaden szlak turystyczny ani nie są oznaczone w terenie. Mimo to są najwyższymi wzniesieniami w swoich pasmach pogórzy. Choć do każdego z nich można dotrzeć i zdobyć szczyt, uznaliśmy, że poszukiwanie ich wśród drzew, poza szlakiem, może być trudne dla osób nieznających danego terenu, a także kłopotliwe pod względem potwierdzenia zdobycia.

Dlatego do zdobycia odznaki wymagane jest wejście na 15 z 20 wymienionych szczytów. Każdy może sam zdecydować, które z nich pominąć i nie zdobywać.