

1/5 – Bardzo łatwy

Charakter szlaku:

Szlaki spacerowe lub rekreacyjne, bez trudności technicznych.

Cechy terenu:

- Szerokie, wygodne ścieżki lub drogi (asfalt, szuter, ubita ziemia)
- Łagodne podejścia, niewielkie przewyższenia
- Brak ekspozycji (brak urwisk i stromych zboczy)
- Brak elementów ubezpieczających (łańcuchy, klamry)

Wymagania techniczne:

- Brak konieczności używania rąk
- Nie wymaga doświadczenia górskiego

Zagrożenia:

- Minimalne
- Główne ryzyko: zmęczenie, poślizg na mokrej nawierzchni

Dla kogo:

- Rodziny z dziećmi
- Osoby starsze
- Początkujący turyści

Przykłady:

- Droga do Morskiego Oka
- Dolina Kościeliska
- Dolina Chochołowska

2/5 – Łatwy

Charakter szlaku:

Szlaki górskie o niewielkich trudnościach, wymagające podstawowej ostrożności.

Cechy terenu:

- Węższe ścieżki
- Miejscami strome podejścia
- Sporadyczna ekspozycja (urwiska obok ścieżki)
- Kamieniste fragmenty

Wymagania techniczne:

- Sporadyczne użycie rąk do utrzymania równowagi

- Dobra kondycja fizyczna

Zagrożenia:

- Poślizg na luźnych kamieniach
- Ryzyko potknięcia przy zmęczeniu

Dla kogo:

- Turyści początkujący, ale sprawni fizycznie
- Osoby z podstawowym obyciem górskim

Przykłady:

- Nosal
- Giewont (do Przełęczy Kondrackiej)
- Kasprowy Wierch od Myślenickich Turni

3/5 – Średnio trudny**Charakter szlaku:**

Szlaki wymagające obycia z ekspozycją i elementami technicznymi.

Cechy terenu:

- Wąskie przejścia
- Strome ściany i zleby
- Obecność łańcuchów (pomocniczo)
- Krótkie odcinki łatwej wspinaczki (I stopień)

Wymagania techniczne:

- Użycie rąk jako standard
- Brak lęku wysokości
- Umiejętność poruszania się w trudnym terenie

Zagrożenia:

- Upadek z wysokości przy błędzie technicznym
- Śliskie skały (deszcz, śnieg, lód)

Dla kogo:

- Turyści średniozaawansowani
- Osoby z doświadczeniem w górach wysokich

Przykłady:

- Czerwone Wierchy (przy złej pogodzie)
- Świnicka Przełęcz

- Rysy od strony polskiej (latem)

4/5 – Trudny

Charakter szlaku:

Szlaki o wysokim stopniu trudności i dużej ekspozycji.

Cechy terenu:

- Duże urwiska i przepaście
- Intensywne użycie łańcuchów, klamer i drabin
- Długie odcinki eksponowane

Wymagania techniczne:

- Bardzo dobra kondycja
- Doświadczenie w ekspozycji
- Opanowanie psychiczne
- Pewne poruszanie się po skale

Zagrożenia:

- Śmiertelne konsekwencje błędu
- Tłok na szlaku
- Zmienne warunki pogodowe

Dla kogo:

- Doświadczeni turyści wysokogórscy
- Osoby bez lęku wysokości

Przykłady:

- Kozi Wierch od Doliny Pięciu Stawów
- Przełęcz Krzyżne
- Rysy od strony słowackiej

5/5 – Bardzo trudny / ekstremalny

Charakter szlaku:

Najtrudniejsze znakowane szlaki turystyczne, balansujące na granicy taternictwa.

Cechy terenu:

- Skrajna ekspozycja
- Bardzo wąskie półki skalne
- Liczne elementy wspinaczkowe

- Ciągła praca rękami
- Długie, męczące technicznie odcinki

Wymagania techniczne:

- Bardzo duże doświadczenie
- Doskonała koordynacja i siła
- Pełna koncentracja przez wiele godzin
- Umiejętność oceny ryzyka

Zagrożenia:

- Każdy błąd może być śmiertelny
- Obrywy skalne
- Zmęczenie psychiczne
- Nagłe załamania pogody

Dla kogo:

- Eksperci
- Osoby przygotowane fizycznie i psychicznie

Przykłady:

- Lodowa Przełęcz
- Rohatka
- Czerwona Ławka
- Słowacki Raj

Stopień	Opis ogólny	Teren i ekspozycja	Elementy techniczne	Wymagania	Przykłady szlaków
1/5	Bardzo łatwy	Szerokie drogi, brak urwisk	Brak	Podstawowa sprawność	Droga do Morskiego Oka, Dolina Chochołowska
2/5	Łatwy	Strome podejścia,	Sporadyczne	Dobra kondycja	Nosal, Kasprowy

Stopień	Opis ogólny	Teren i ekspozycja	Elementy techniczne	Wymagania	Przykłady szlaków
		lokalna ekspozycja	podparcie rękami		Wierch
3/5	Średnio trudny	Wąsko, stromo, ekspozycja	Łańcuchy, łatwa wspinaczka	Doświadczenie, brak lęku wysokości	Czerwone Wierchy
4/5	Trudny	Duża przepaściowość	Liczne łańcuchy, klamry, drabiny	Bardzo dobra technika	Kozi Wierch, Rysy od Słowacji
5/5	Ekstremalny	Skrajna ekspozycja	Wspinaczka, techniczne przejścia	Ekspertskie umiejętności	Czerwona Ławka, Słowacki Raj