

# Tartalomjegyzék

<b>Bevezetés</b>	<b>6</b>
<b>Általános tudnivalók a Bélai-Tátráról</b>	<b>7</b>
<b>Völgyek</b>	<b>12</b>
Hátsó-Rézaknák völgye . . . . .	12
János-vályú . . . . .	15
István-völgy . . . . .	17
Bujak-vályú . . . . .	18
Falközi-völgy . . . . .	19
Barlang-völgy . . . . .	20
Holló-pataki-völgy . . . . .	25
Fekete-pataki-völgy . . . . .	30
Béla-pataki-völgy . . . . .	32
Trisztarszki-völgy . . . . .	35
Madár-völgy . . . . .	36
Retes-völgy . . . . .	37
<b>Csúcsok és hágók</b>	<b>40</b>
Széles-nyereg (1830 m) . . . . .	40
Sirató (2142 m) . . . . .	43
Kápolna-átjáró (kb. 1820 m) . . . . .	53
Bélai-Kápolna (kb. 1830 m) . . . . .	54
Hangzó-átjáró (kb. 1650 m) . . . . .	57
Hangzó-szirt (1660 m) . . . . .	57
Hangzó-kapu (kb. 1530 m) . . . . .	59
Hangzó-torony (kb. 1560 m) . . . . .	59
Felső-Meder-nyereg (kb. 1350 m) . . . . .	60
Meder-tornyok (1401 m) . . . . .	61
Meder-nyereg (kb. 1270 m) . . . . .	62
Nagy-Retes (kb. 1310 m) . . . . .	63
Kis-Retes (1187 m) . . . . .	64
Sirató-nyereg (1969 m) . . . . .	65
Holló-kő (2151 m) . . . . .	67

---

Alsó-Holló-nyereg (kb. 1790 m) . . . . .	72
Alsó-Holló-kő (1814 m) . . . . .	73
Felső-Holló-csorba (kb. 1730 m) . . . . .	75
Hátsó-Holló-fog (kb. 1740 m) . . . . .	76
Alsó-Holló-csorba (kb. 1710 m) . . . . .	76
Elülső-Holló-fog (kb. 1720 m) . . . . .	76
Szarvas-nyereg (kb. 1480 m) . . . . .	77
Szarvas-púp (kb. 1490 m) . . . . .	78
Fekete-nyereg (kb. 1355 m) . . . . .	78
Fekete-domb (kb. 1364 m) . . . . .	78
Ó-réti-nyereg (1411 m) . . . . .	79
Kis-Jávor-hegy (1505 m) . . . . .	81
Sáros-nyereg (kb. 1155 m) . . . . .	83
Kis-Rakás (kb. 1165 m) . . . . .	84
Zúgó-nyereg (kb. 1100 m) . . . . .	85
Széles-domb (kb. 1128 m) . . . . .	86
Zári-szoros (1077 m) . . . . .	86
Holló-csorba (kb. 2120 m) . . . . .	87
Holló-púpocska (kb. 2120 m) . . . . .	88
Alsó-Holló-csomópont (kb. 2000 m) . . . . .	88
István-hát . . . . .	88
Holló-nyereg (1919 m) . . . . .	89
Barlang-hegy (2009 m) . . . . .	94
Felső-Barlang-csorba (kb. 1960 m) . . . . .	99
Barlang-Manó (kb. 1980 m) . . . . .	99
Középső-Barlang-csorba (kb. 1960 m) . . . . .	100
Barlang-púp (kb. 1995 m) . . . . .	100
Alsó-Barlang-nyereg (kb. 1830 m) . . . . .	101
Barlang-fog (kb. 1830 m) . . . . .	102
Alsó-Barlang-csorba (kb. 1815 m) . . . . .	102
Barlang-bástya (kb. 1830 m) . . . . .	103
Alsó-Barlang-átjáró (kb. 1780 m) . . . . .	104
Alsó-Kémények (kb. 1785 m) . . . . .	105
Kis-nyereg (kb. 1155 m) . . . . .	106
Kis-hegy (1176 m) . . . . .	106
Barlang-átjáró (kb. 1855 m) . . . . .	107
Barlang-nyereg (1845 m) . . . . .	107

---

Murányi-púpok (kb. 1860 m) . . . . .	108
Bujak-átjáró (kb. 1850 m) . . . . .	110
Murány (1890 m) . . . . .	111
Északnyugati fal . . . . .	114
Északi fal . . . . .	118
Keleti fal . . . . .	119
Hajlott-él . . . . .	119
Falközi-tornyok (kb. 1270 m) . . . . .	120
Falközi-nyereg (kb. 1150 m) . . . . .	121
Kicsora (1283 m) . . . . .	123
Hátsó-Murányi-nyereg (kb. 1370 m) . . . . .	124
Murányi-torony (kb. 1400 m) . . . . .	126
Középső-Murányi-nyereg (kb. 1370 m) . . . . .	127
Murányi-púpok (kb. 1390 m) . . . . .	127
Elülső-Murányi-nyereg (kb. 1340 m) . . . . .	127
Kis-Murány (kb. 1365 m) . . . . .	128
Roga-nyereg (kb. 1245 m) . . . . .	129
Roga-hegy (1268 m) . . . . .	129
<b>Barlangok</b>	<b>131</b>
<b>Jelzett turistaösvények</b>	<b>132</b>
<b>Ábrák és vázlatok jegyzéke</b>	<b>133</b>
<b>Névmutató</b>	<b>194</b>