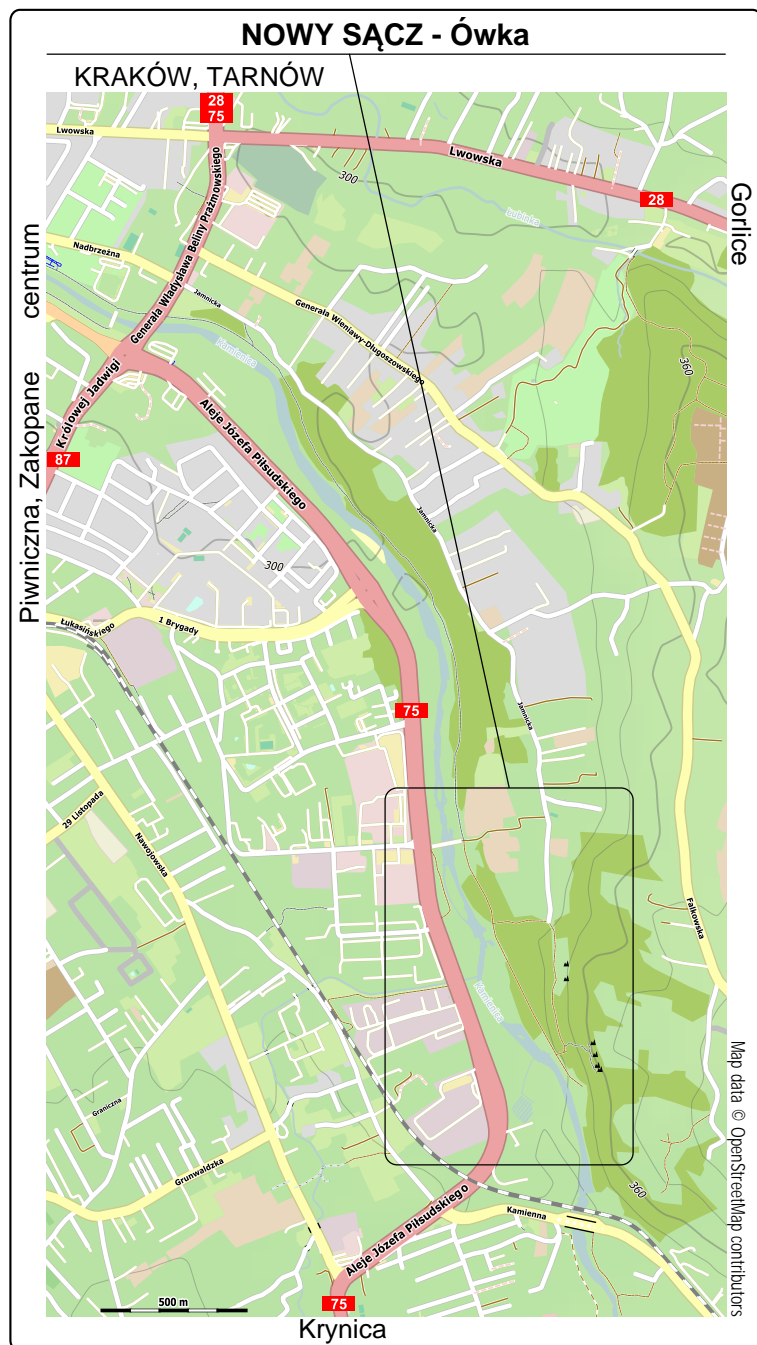


ÓWKA

W **Nowym Sączu** kierujemy się na ulicę Jamnicką, biegnącą od dwupasmówki Gen. Wł. Beliny Prażmowskiego równolegle do rzeki Kamienicy. Jedziemy do końca asfaltu gdzie znajduje się spory plac z możliwością zaparkowania samochodu. Będąc w Nowym Sączu warto skorzystać z komunikacji miejskiej - do przystanku "Aleja Piłsudskiego" można dojechać liniami autobusowymi 35, 36, 41 i 44. Z przystanku trafimy pod skały, przechodząc nad Kamienicą kładką dla pieszych a następnie idąc drogą gruntową w górę biegu rzeki a dalej ścieżką według opisu poniżej.



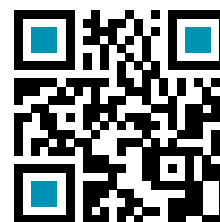
Odległości od centrum:

Limanowej – 31 km, Gorlic – 42 km, Krakowa – 108 km

Koordynaty geograficzne:

miejsce postojowe - 49°35'59.3"N, 20°44'06.8"E
(49.59980, 20.73522)

Ówka - 49°35'42.5"N, 20°44'15.1"E
(49.59514, 20.73752)

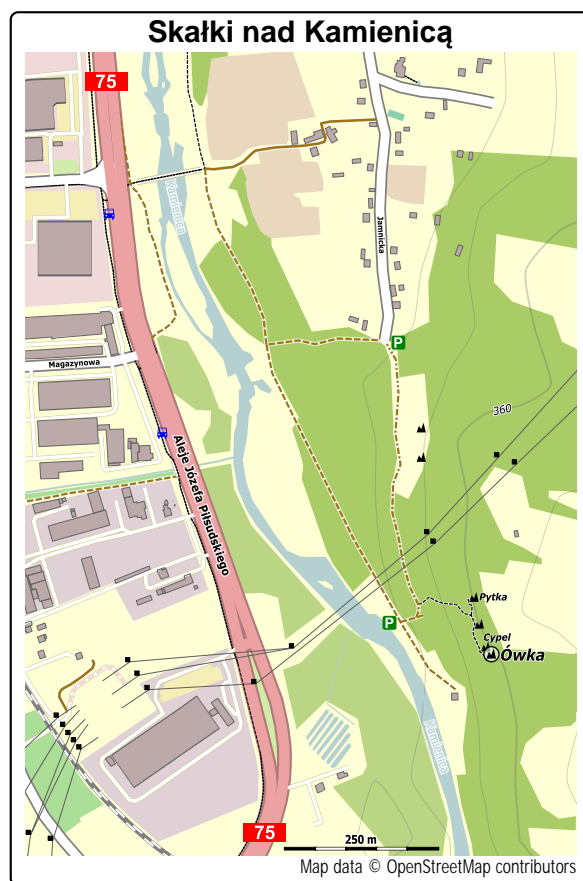


Z miejsca postojowego idziemy dalej prosto (względem drogi, którą przyjechaliśmy) w stronę polany ponad którą po lewej stronie widoczne są niewielkie wychodne skalne. Mijamy polanę i po 450 metrach od parkingu skręcamy w lewo na widoczną ścieżkę, którą podchodzimy stromo do góry oraz w prawo, by po niemal 200 metrach osiągnąć cel.



Piaskowcowa Ówka o wysokości do 10 metrów znajduje się na końcu pasa wychodni skalnych ciągnących się na stoku ponad rzeką Kamienicą. Jest nasłoneczniona i ma wystawę południowo-zachodnią oraz oferuje kilka linii z których przejścia doczekała się jedna droga o trudności VI+. Więcej możliwości wspinania zapewnia sąsiedni *Cypel*. Skały zostały przygotowane do wspinaczki w 2005 roku przez lokalnych eksploratorów.

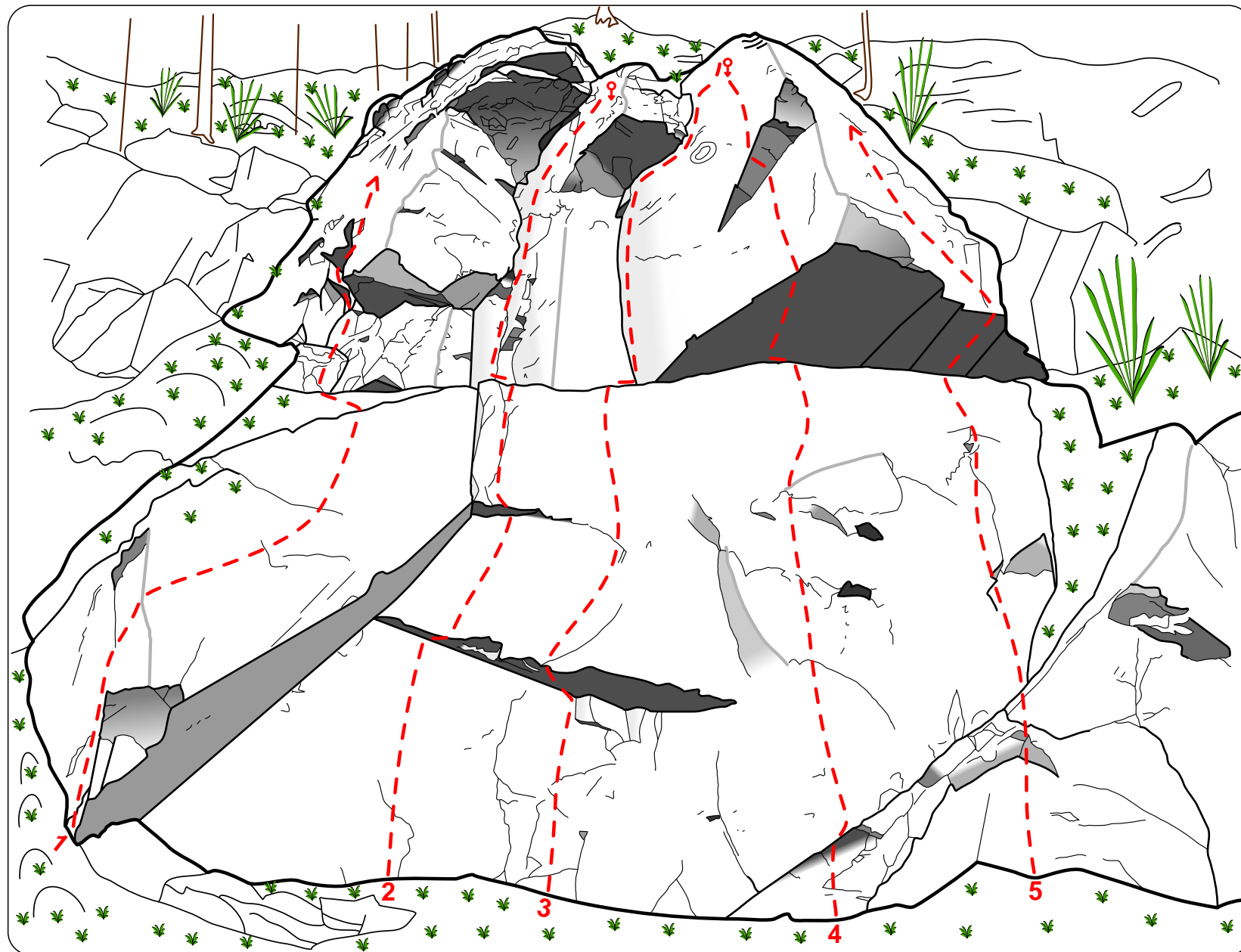
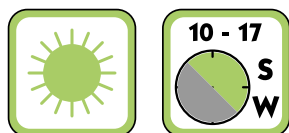
wspinka.org



MAŁOPOLSKA

Skałoplan zrealizowany przy wsparciu finansowym
Województwa Małopolskiego

Ówka



1. projekt

2. *Pyśna Gimnastyka* VI+ (4R + RZ)

5. projekt

3. projekt (4R + RZ)

4. projekt (4R + RZ)