

## Obsah

<b>Predhovor</b> .....	7
<b>Poľana – slovenská mať</b> .....	8
<b>PRÍRODA</b> .....	<b>16</b>
Stvorená živlami .....	16
Pupok Slovenska .....	22
Ani voda neobišla skrátka .....	24
Potoky a rieky .....	24
<b>Vodopády</b> .....	27
Bystrô .....	27
Spády .....	28
<b>Výhľad cárovnej hory – polianske výhľady a scenérie</b> .....	29
<b>Doliny Poľany</b> .....	32
Hrochotská dolina .....	32
Kamenistá dolina .....	39
<b>Pozoruhodné rastlinstvo, unikátne lesy a pralesy</b> .....	42
Bohatstvo lesov a jedinečné pralesy na Poľane .....	43
Treťohorné tisy .....	46
Gaštan spod Poľany .....	47
Keď buriny potešia .....	48
Rastlinstvo mokradí .....	48
<b>Živočíšstvo</b> .....	50
Medveď – šelma obávaná i uctievaná .....	52
Operený symbol lazov – strakoš kolesár .....	58
<b>ĽUDIA</b> .....	<b>59</b>
<b>Stopami predkov</b> .....	59
Hradisko Kalamárka .....	59
Strážcovia Zvolenského lesa .....	61
Vznik obcí a miest .....	65
Padli Turci na Poniky... .....	68
Legends a povesti .....	71
Daj bohu dušu! (Polianski zbojníci) .....	72
<b>Folklór a tradície</b> .....	76
Detvianska fujara .....	77
<b>Podpolianske muziky a muzikanti</b> .....	78
Úspešný štvorlístok .....	81
Hrochotské rómske (cigánske) kapely .....	81
Folklórne súbory – šíritelia tradícií .....	82
Jeden spevák a dve vysokoškolské Poľany .....	84
<b>Prehliadky tradícií, šikovnosti i krásy</b> .....	85
Folklórne slávnosti pod Poľanou v Detve .....	86
Tradičná chuť Podpoľania .....	87
<b>Šikovné ruky podpolianskych remeselníkov</b> .....	90
Detvianske vyrezávané kríže .....	90
Drevo a jeho spracovanie .....	92
Osadníci na Čiernych Handľoch .....	93

Uhliari a ich dymiace míle	95
Spútanie vody (fflúdre a tajchy)	96
Tajch Hrončok	100
Vodárenská nádrž Hriňová	101
<b>Nech to para tlačí – podpolianske úzkokoľajky</b>	<b>104</b>
Čiernohronská lesná železnica	105
Od zámku až do hôr	110
Hriňovská úzkokoľajka	114
Lesnícky skanzen Vydrovská dolina	116
<b>Medené a železné bane i nenásytné huty</b>	<b>120</b>
Žabica – potaš – sklo (sklárne pod Poľanou)	124
<b>Unikátne lazy</b>	<b>126</b>
Tvrдый život na lesných samotách	131
Kyslinky – osada v srdci Poľany	132
Valasi a ich putovanie po vrchoch, salašníctvo	133
Polia a políčka	136
<b>Turistika</b>	<b>137</b>
Chata pod Hrbom	137
Chata na Poľane	140
Horskí záchranári	143
Ako dnes na Poľanu	145
Náučné chodníky	147
Kalamárka – mekka horo(skalo)lezcov	148
Národná prírodná pamiatka Vodopád Bystrého potoka	153
Poľanou na bicykli	153
Ponad Poľanu	155
Balet na oblohe (Očovskí bačovia)	156
<b>Na Poľane sa rodila slovenská ekológia</b>	<b>157</b>
Ochrana prírody Poľany	160
Perla Poľany – národná prírodná rezervácia Zadná Poľana	163
Chránená krajinná oblasť Poľana	167
Poľana ako biosférická rezervácia	169
(rezerva biosféry) UNESCO	169
– príklad vydarenej spolupráce	169
Natura 2000 a Poľana	172
<b>Poľovníctvo na Poľane</b>	<b>175</b>
Trofej neznámeho strelca	177
Pytliaci na Poľane	178
Chránená poľovná oblasť Poľana	179
<b>Ospievali Poľanu</b>	<b>182</b>
Pevce medoústy	186
<b>Poľanu si nosia v srdciach</b>	<b>188</b>
Moja Poľana	188
Poľana a jej ľudia	190
Mój prvý kontakt s Poľanou	192
<b>Epilóg</b>	<b>194</b>
<b>Podakovanie</b>	<b>195</b>
<b>Literatúra (výber)</b>	<b>196</b>