

Turystyka - szlaki turystyczne i rowerowe

Szlaki turystyczne:

Szlak niebieski - biegnie z Dębicy przez Grudną Górną, Berdechów, pasmo Klonowej Góry, grzbiet Barda i Chełmu, Chytrówkę i Wiśniową. Z Wiśniowej przez Jazową szlak wyprowadza na długi zalesiony grzbiet pasma Jazowej, przechodząc przez Herby oraz Czarnówkę. Następnie schodzi do Rzepnika na wysokości dawnej cerkwi i prowadzi do górnej części wsi. Stąd kieruje się do przysiółka Wólka, biegnie przez Polanę i wchodzi na Królewską Górę (gdzie łączy się ze szlakiem zielonym), a następnie kieruje się do ruin zamku Kamieniec.

Szlak zielony - prowadzi ze Strzyżowa na grzbiet Brzeżanki, a stąd przez Bonarówkę na pasmo Czarnego Działu. Następnie przez wieś Węglówka podąża na Królewską Górę (gdzie łączy się ze szlakiem niebieskim) i biegnie do Podzamcza na wzgórzu Kamieniec z ruinami zamku. Od ruin zamczyska szlak prowadzi do Korczyny i przez wzgórze Korona dochodzi do Krosna.

Szlak żółty - prowadzi z Kołaczyc, na terenie parku przebiega przez Gogołów, Hutę Gogołowską, Bardo i dalej do Czudca.

Szlak zielony - z Frysztaka przez góry Kamienna i Bardo do Brzezin i dalej do Ropczyc.

Szlak czarny - biegnie z Czudca przez Babicę, Połomię i Godową na grzbiet Brzeżanki, gdzie łączy się ze szlakiem zielonym.

Szlak czarny - biegnie z kulminacji Czarnego Działu (od styku ze szlakiem zielonym) przez Węglówkę, Suchą Górę, Czarnorzeki, na Podzamcze gdzie ponownie łączy się ze szlakiem zielonym.

Trasy rowerowe:

- Strzyżów - Brzeżanka - Wysoka Strzyżowska
- Strzyżów - Brzeżanka - Bonarówka - Godowa

(informacje www.pogorze.pl)

- Frysztak - Pułanki - Cieszyna - Stępina - Huta Gogołowska - Gogołów - Glinik Średni - Frysztak

(informacje www.fryszak.pl)

- Wokół „Kamieńca” i „Prządek”: Korczyna - zamek „Kamieniec” - Sucha Góra - Czarnorzeki - Dział - Kombornia - Korczyna
- Śladami Zamieszkańców: Odrzykoń - Bratkówka - Wólka - Rzepnik - Węglówka - Odrzykoń

(informacje www.parkikrosno.pl)