

Tabela Geograficzny podział Polski według J. Kondrackiego

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|---------------------------------------|---------------------------------|--|---|---|
| 3 Pozaalpejska Europa Zachodnia | 31 Niż Środkowoeuropejski | 313 Pobrzeża Południowobałtyckie | 313.2 / 313.3 Pobrzeże Szczecińskie | 313.21 Uznam i Wolin 313.22 Wybrzeże Trzebiatowskie 313.23 Równina Wkrzańska (Równina Policka) 313.24 Dolina Dolnej Odry 313.25 Równina Goleniowska 313.26 Wzniesienia Szczecińskie 313.27 Wzgórza Bukowe 313.28 Równina Wełtyńska 313.31 Równina Pyrzycko-Stargardzka 313.32 Równina Nowogardzka 313.33 Równina Gryficka |
| | | | 313.4 Pobrzeże Koszalińskie | 313.41 Wybrzeże Słowińskie 313.42 Równina Białogardzka 313.43 Równina Słupska 313.44 Wysoczyzna Damnicka 313.45 Wysoczyzna Żarnowiecka 313.46 Pradolina Redy-Łeby |
| | | | 313.5 Pobrzeże Gdańskie | 313.51 Pobrzeże Kaszubskie 313.52 Mierzeja Helska 313.53 Mierzeja Wiślana 313.54 Żuławy Wiślane 313.55 Wysoczyzna Elbląska 313.56 Równina Warmińska 313.57 Wybrzeże Staropruskie |
| | | 314/315 Pojezierza Południowobałtyckie | 314.4 Pojezierze Zachodniopomorskie | 314.41 Pojezierze Myśliborskie 314.42 Pojezierze Choszczeńskie 314.43 Pojezierze Ińskie 314.44 Wysoczyzna Łobeska 314.45 Pojezierze Drawskie 314.46 Wysoczyzna Polanowska 314.47 Pojezierze Bytowskie |
| | | | 314.5 Pojezierze Wschodniopomorskie | 314.51 Pojezierze Kaszubskie 314.52 Pojezierze Starogardzkie |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|-------------|-----------|--------------|---|---|
| | | | 314.6 / 314.7 Pojezierze Południowopomorskie | 314.61 Równina Gorzowska 314.62 Pojezierze Dobiegniewskie 314.63 Równina Drawska 314.64 Pojezierze Wałeckie 314.65 Równina Wałecka 314.66 Pojezierze Szczecineckie 314.67 Równina Charzykowska 314.68 Dolina Gwdy 314.69 Pojezierze Krajeńskie 314.71 Bory Tucholskie 314.72 Dolina Brdy 314.73 Wysoczyzna Świecka |
| | | | 314.8 Dolina Dolnej Wisły | 314.81 Dolina Kwidzyńska 314.82 Kotlina Grudziądzka 314.83 Dolina Fordońska |
| | | | 314.9 Pojezierze Iławskie | <i>bez podziału</i> <i>(makroregion=mezoregion)</i> |
| | | | 315.1 Pojezierze Chełmińsko- -Dobrzyńskie | 315.11 Pojezierze Chełmińskie 315.12 Pojezierze Brodnickie 315.13 Dolina Drwęcy 315.14 Pojezierze Dobrzyńskie 315.15 Garb Lubawski 315.16 Równina Urszulewska |
| | | | 315.3 Pradolina Toruńsko- -Eberswaldzka | 315.31 Kotlina Freienwaldzka 315.32 Kotlina Gorzowska 315.33 Dolina Środkowej Noteci 315.34 Kotlina Toruńska 315.35 Kotlina Płocka |
| | | | 315.4 Pojezierze Lubuskie (Brandenbursko- -Lubuskie) | 315.41 Lubuski Przełom Odry 315.42 Pojezierze Łagowskie 315.43 Równina Torzymaska 315.44 Bruzda Zbąszyńska |
| | | | 315.5 Pojezierze Wielkopolskie | 315.51 Pojezierze Poznańskie 315.52 Poznański Przełom Warty 315.53 Pojezierze Chodzieskie 315.54 Pojezierze Gnieźnieńskie 315.55 Równina Inowrocławska |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|-------------|-----------|----------------------------------|---|--|
| | | | | 315.56 Równina Wrzesińska 315.57 Pojezierze Kujawskie |
| | | | 315.6 Pradolina Warciańsko-- Odrzańska | 315.61 Dolina Środkowej Odry 315.62 Kotlina Kargowska 315.63 Dolina Środkowej Obry 315.64 Kotlina Śremska |
| | | | 315.7 Wzniesienia Zielonogórskie | 315.71 Wzniesienia Gubińskie 315.72 Dolina Dolnego Bobru 315.73 Wysoczyzna Czerwieńska 315.74 Wał Zielonogórski |
| | | | 315.8 Pojezierze Leszczyńskie | 315.81 Pojezierze Sławskie 315.82 Pojezierze Krzywińskie 315.83 Równina Kościańska 315.84 Wał Żerkowski |
| | | 317 Niziny Sasko-Łużyckie | 317.2 Obniżenie Dolnołużyckie | 317.23 Kotlina ZasiECKa |
| | | | 317.4 Wzniesienia Łużyckie | 317.46 Wał Mużakowski |
| | | | 317.7 Nizina Śląsko-Łużycka | 317.74 Bory Dolnośląskie 317.75 Równina Szprotawska 317.76 Wysoczyzna Lubińska 317.77 Równina Legnicka 317.78 Równina Chojnowska |
| | | 318 Niziny Środkowopolskie | 318.1 / 318.2 Nizina Południowowielkopolska | 318.11 Wysoczyzna Leszczyńska 318.12 Wysoczyzna Kaliska 318.13 Dolina Konińska 318.14 Kotlina Kolska 318.15 Wysoczyzna Kłodawska 318.16 Równina Rychwalska 318.17 Wysoczyzna Turecka 318.18 Kotlina Sieradzka 318.19 Wysoczyzna Łaska 318.21 Kotlina Grabowska 318.22 Wysoczyzna Złoczewska 318.23 Kotlina Szczercowska 318.24 Wysoczyzna Wieruszowska |
| | | | 318.3 | 318.31 Obniżenie Nowosolskie |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|-------------|-----------|--------------|---|---|
| | | | Obniżenie Milicko- -Głogowskie | 318.32 Pradolina Głogowska 318.33 Kotlina Żmigrodzka 318.34 Kotlina Milicka |
| | | | 318.4 Wał Trzebnicki | 318.41 Wzniesienia Żarskie 318.42 Wzgórza Dalkowskie 318.43 Obniżenie Ścinawskie 318.44 Wzgórza Trzebnickie 318.45 Wzgórza Twardogórskie 318.46 Wzgórza Ostrzeszowskie |
| | | | 318.5 Nizina Śląska | 318.51 Wysoczyzna Rościszawska 318.52 Pradolina Wrocławska 318.53 Równina Wrocławska 318.54 Dolina Nysy Kłodzkiej 318.55 Równina Niemodlińska 318.56 Równina Oleśnicka 318.57 Równina Opolska 318.58 Płaskowyż Głubczycki 318.59 Kotlina Raciborska |
| | | | 318.6 Nizina Północnomazowiecka | 318.61 Wysoczyzna Płońska 318.62 Równina Raciąska 318.63 Wzniesienia Mławskie 318.64 Wysoczyzna Ciechanowska 318.65 Równina Kurpiowska 318.66 Dolina Dolnej Narwi 318.67 Międzyrzecze Łomżyńskie |
| | | | 318.7 Nizina Środkowomazowiecka | 318.71 Równina Kutnowska 318.72 Równina Łowicko-Błońska 318.73 Kotlina Warszawska 318.74 Dolina Dolnego Bugu 318.75 Dolina Środkowej Wisły 318.76 Równina Warszawska 318.77 Równina Kozienicka 318.78 Równina Wołomińska 318.79 Równina Garwolińska |
| | | | 318.8 Wzniesienia Południowomazowieckie | 318.81 Wysoczyzna Bełchatowska 318.82 Wzniesienia Łódzkie 318.83 Wysoczyzna Rawska |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|-------------|--------------------|--------------------------------------|------------------------------------|--|
| | | | | 318.84 Równina Piotrkowska 318.85 Dolina Białobrzaska 318.86 Równina Radomska |
| | | | 318.9 Nizina Południowopodlaska | 318.91 Podlaski Przełom Bugu 318.92 Wysoczyzna Kałuszyńska 318.93 Obniżenie Węgrowskie 318.94 Wysoczyzna Siedlecka 318.95 Wysoczyzna Żelechowska 318.96 Równina Łukowska 318.97 Pradolina Wieprza 318.98 Wysoczyzna Lubartowska |
| | 33 Masyw Czeski | 332 Sudety z Przedgórzem Sudeckim | 332.1 Przedgórze Sudeckie | 332.11 Wzgórza Strzegomskie 332.12 Równina Świdnicka 332.13 Masyw Ślęży 332.14 Wzgórza Niemczańsko-Strzelińskie 332.15 Obniżenie Podsudeckie 332.16 Obniżenie Otmuchowskie 332.17 Przedgórze Paczkowskie |
| | | | 332.2 Pogórze Zachodniosudeckie | 332.25 Obniżenie Żytawsko-Zgorzeleckie 332.26 Pogórze Izerskie 332.27 Pogórze Kaczawskie 332.28 Pogórze Wałbrzyskie |
| | | | 332.3 Sudety Zachodnie | 332.34 Góry Izerskie 332.35 Góry Kaczawskie 332.36 Kotlina Jeleniogórska 332.37 Karkonosze 332.38 Rudawy Janowickie |
| | | | 332.4 / 332.5 Sudety Środkowe | 332.41 Brama Lubawska 332.42 Góry Wałbrzyskie 332.43 Góry Kamienne 332.44 Góry Sowie 332.45 Góry Bardzkie 332.46 Obniżenie Noworudzkie 332.47 Obniżenie Ścinawki 332.48 Góry Stołowe 332.51 Pogórze Orlickie 332.52 Góry Orlickie |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY | |
|-------------|----------------------|-------------------------------------|---------------------------|---|--|
| | | | | 332.53 Góry Bystrzyckie 332.54 Kotlina Kłodzka | |
| | | | 332.6 Sudety Wschodnie | 332.61 Góry Złote 332.62 Masyw Śnieżnika 332.63 Góry Opawskie | |
| | 34 Wyżyny Polskie | 341 Wyżyna Śląsko- -Krakowska | 341.1 Wyżyna Śląska | 341.11 Chełm 341.12 Garb Tarnogórski 341.13 Wyżyna Katowicka 341.14 Pagóry Jaworznickie 341.15 Płaskowyż Rybnicki | |
| | | | | 341.2 Wyżyna Woźnicko- -Wieluńska | 341.21 Wyżyna Wieluńska 341.22 Obniżenie Liswarty 341.23 Próg Woźnicki 341.24 Próg Herbski 341.25 Obniżenie Górnej Warty 341.26 Obniżenie Krzepickie |
| | | | | 341.3 Wyżyna Krakowsko- -Częstochowska | 341.31 Wyżyna Częstochowska 341.32 Wyżyna Olkuska 341.33 Rów Krzeszowicki 341.34 Garb Tenczyński |
| | | | 342 Wyżyna Małopolska | 342.1 Wyżyna Przedborska | 342.11 Wzgórza Radomszczańskie 342.12 Wzgórza Opoczyńskie 342.13 Próg Lelowski 342.14 Niecka Włoszczowska 342.15 Pasma Przedborsko-Małoskie 342.16 Wzgórza Łopuszańskie |
| | | | | | 342.2 Niecka Nidziańska |
| | | | | 342.3 Wyżyna Kielecka | 342.31 Płaskowyż Suchedniowski 342.32 Garb Gielniowski 342.33 Przedgórze Łżeckie |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|----------------------|---|--|---------------------------------------|--|
| | | | | 342.34 / 342.5 Góry Świętokrzyskie 342.36 Wyżyna Sandomierska 342.37 Pogórze Szydłowskie |
| | | 343 Wyżyna Lubelsko- -Lwowska | 343.1 Wyżyna Lubelska | 343.11 Małopolski Przełom Wisły 343.12 Płaskowyż Nałęczowski 343.13 Równina Bełżycka 343.14 Kotlina Chodelska 343.15 Wzniesienia Urzędowskie 343.16 Płaskowyż Świdnicki 343.17 Wzniosłość Giełczewska 343.18 Działy Grabowieckie 343.19 Padół Zamojski |
| | | | 343.2 Roztocze | 343.21 Roztocze Zachodnie 343.22 Roztocze Środkowe 343.23 Roztocze Wschodnie |
| | | | | |
| 5 Region Karpacki | 51 Karpaty Zachodnie z Podkarpaciem Zachodnim i Północnym | 512 Podkarpacie Północne | 512.1 Kotlina Ostrawska | 512.11 Wysoczyzna Kończycka |
| | | | 512.2 Kotlina Oświęcimska | 512.21 Równina Pszczyńska 512.22 Dolina Górnej Wisły 512.23 Podgórze Wilamowickie |
| | | | 512.3 Brama Krakowska | 512.31 Rów Skawiński 512.32 Obniżenie Cholerzyńskie 512.33 Pomost Krakowski |
| | | | 512.4 / 512.5 Kotlina Sandomierska | 512.41 Nizina Nadwiślańska 512.42 Podgórze Bocheńskie 512.43 Płaskowyż Tarnowski 512.44 Dolina Dolnej Wisłoki 512.45 Równina Tarnobrzaska 512.46 Dolina Dolnego Sanu 512.47 Równina Biłgorajska 512.48 Płaskowyż Kolbuszowski 512.49 Płaskowyż Tarnogrodzki 512.51 Pradolina Podkarpacka 512.52 Podgórze Rzeszowskie |
| | | 513 Zewnętrzne Karpaty Zachodnie | 513.3 Pogórze Zachodniobeskidzkie | 513.32 Pogórze Śląskie 513.33 Pogórze Wielickie 513.34 Pogórze Wiśnickie |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY | |
|-------------|------------------------------|--|---|---|--|
| | | | 513.4 / 513.5 Beskidy Zachodnie | 513.45 Beskid Śląski 513.46 Kotlina Żywiecka 513.47 Beskid Mały 513.48 Beskid Makowski 513.49 Beskid Wyspowy 513.50 Kotlina Rabczańska 513.51 Beskid Żywiecki 513.52 Gorce 513.53 Kotlina Sądecka 513.54 Beskid Sądecki | |
| | | | 513.6 Pogórze Środkowobeskidzkie | 513.61 Pogórze Rożnowskie 513.62 Pogórze Ciężkowickie 513.63 Pogórze Strzyżowskie 513.64 Pogórze Dynowskie 513.65 Pogórze Przemyskie 513.66 Obniżenie Gorlickie 513.67 Kotlina Jasielsko-Krośnieńska 513.68 Pogórze Jasielskie 513.69 Pogórze Bukowskie | |
| | | | 513.7 Beskidy Środkowe | 513.71 Beskid Niski | |
| | | | 514 Centralne Karpaty Zachodnie | 514.1 Obniżenie Orawsko- -Podhalańskie | 514.11 Kotlina Orawsko-Nowotarska 514.12 Pieniny 514.13 Pogórze Spisko-Gubałowskie 514.14 Rów Podtatrzański |
| | | | | 514.5 Łańcuch Tatrzański | 514.52 Tatry Zachodnie 514.53 Tatry Wschodnie |
| | | 52 Karpaty Wschodnie z Podkarpaciem Wschodnim | 521 Podkarpacie Wschodnie | 521.1 Płaskowyż Sańsko- -Dniestrzański | 521.11 Płaskowyż Chyrowski |
| | | | 522 Zewnętrzne Karpaty Wschodnie (Beskidy Wschodnie) | 522.1 Beskidy Lesiste | 522.11 Góry Sanocko-Turczańskie 522.12 Bieszczady Zachodnie |
| | 8 Niż Wschodnioeuropejski | 84 Niż Wschodniobałtycko- | 841 Pobrzeża Wschodniobałtyckie | 841.5 Nizina Staropruska | 841.57 Wzniesienia Górowskie 841.58 Równina Ornecka 841.59 Nizina Sępopolska |

| MEGAREGIONY | PROWINCJE | PODPROWINCJE | MAKROREGIONY | MEZOREGIONY |
|-------------|-------------------------|---|---|--|
| | -Białoruski | 842 Pojezierza Wschodniobałtyckie | 842.7 Pojezierze Litewskie | 842.71 Puszcza Romincka 842.72 Pojezierze Zachodniosuwalskie 842.73 Pojezierze Wschodniosuwalskie 842.74 Równina Augustowska |
| | | | 842.8 Pojezierze Mazurskie | 842.81 Pojezierze Olsztyńskie 842.82 Pojezierze Mrągowskie 842.83 Kraina Wielkich Jezior Mazurskich 842.84 Kraina Węgorapy 842.85 Wzgórza Szeskie 842.86 Pojezierze Ełckie 842.87 Równina Mazurska |
| | | 843 Wysoczyzny Podlasko-Białoruskie | 843.3 Nizina Północnopodlaska | 843.31 Wysoczyzna Kolneńska 843.32 Kotlina Biebrzańska 843.33 Wysoczyzna Białostocka 843.34 Wzgórza Sokólskie 843.35 Wysoczyzna Wysokomazowiecka 843.36 Dolina Górnej Narwi 843.37 Równina Bielska 843.38 Wysoczyzna Drohiczyńska |
| | | | | 845 Polesie |
| | | 845.3 Polesie Wołyńskie | 845.31 Obniżenie Dorohuckie 845.32 Pagóry Chełmskie 845.33 Obniżenie Dubieńskie | |
| | | 85 Wyżyny Ukraińskie | 851 Wyżyna Wołyńsko- -Podolska | 851.1 Wyżyna Wołyńska |
| | 851.2 Kotlina Pobuża | | | 851.21 Równina Beńska |