

Igazolások:

Rajt	1. ellenőrzőpont	2. ellenőrzőpont
3. ellenőrzőpont	4. ellenőrzőpont	5. ellenőrzőpont
6. ellenőrzőpont	Cél	

Feladatok:

Hány lépcsőfok vezet az iskolától az Apáthy-sziklán a padhoz:

.....

Iskolások részére. Válaszolj a kérdésekre a táblák alapján.
(Apáthy-szikla):

1. kérdés: 1. Mikor nyilvánították védetté az Apáthy-sziklát
(2. számú tábla)

.....

2. Melyik ritka madár költött 2006-ban az Apáthy-sziklán?
(4. számú tábla)

.....

3. Melyik volt a legelső védett terület Budapest területén?
(6. számú tábla)

.....

4. Hol szabad tüzet rakni az Apáthy-sziklán? (7. sz. tábla)

.....

Végre itt a nyár! teljesítménytúra 10 km



2018. június 30.

Név:	Rajtszám:
.....
Rajt idő:	Érkezési idő:
Túrasorozatra nevezett? Igen <input type="checkbox"/> Nem <input type="checkbox"/>	

Kedves Túrázó!

Szeretettel köszöntünk a **Végre itt a nyár! 10 km-es teljesítménytúrán**, amely a Teljesítménytúrázók Társaságának egyszeri rendezésű túrasorozatának 2. túrája.

Mielőtt elindulsz a túrán kérlek, olvasd el az alábbiakat!

A túrán bárki részt vehet, aki a rajthelyen a nevezési lapot kitölti és a nevezési díjat megfizeti. **Ha előzetesen nevezted a Mozgásban a család túrasorozatra, akkor a nevezés számodra ingyenes!**

A túra kijelölt és alább leírt útvonalon halad, az útvonalról kérjük, ne térj le. **Az útvonalon ellenőrzőpontok találhatóak, ahol a pontőrök bélyegzéssel igazolják áthaladásodat ill. kérdések megválaszolásával igazolod, hogy ott jártál.**

Néhány ellenőrzőponton játékos feladatokat kell megoldanod. A feladatok megoldása nem feltétele a túra teljesítésének. Minden résztvevő, aki a túra útvonalát szabályosan végigjárta (szabályos teljesítésnek fogadjuk el a háti hordozóban való teljesítést is) és az ellenőrzőpontokon megszerzi a bélyegzést (vagy kódot), és délután 16.00-ig beér a célba, annak a teljesítése sikeres.

A túrát sikeresen teljesítők kitűzött és oklevelet kapnak.

Kérjük a túra során a dohányzás és a szemetelés mellőzését! Ha úgy határozol, hogy a túrát nem fejezed be, akkor ezt a legközelebbi ellenőrzőponton tedd, vagy hívd a főrendezőt a 70-549-2707 telefonszámon.

A túrán mindenki saját felelősségére vesz részt, a rendezősegtől kártérítés semmilyen jogcímen nem igényelhető!

Jó utat, és sikeres teljesítést kíván: a Rendezőség

A túra főbb pontjai	Jelzés	Rész táv (km)	Össz. táv (km)	Rész szint (m)	Össz. szint (m)	Ep	Nyitva
Rajt		0,00	0,00	0	0	Rajt	8:00-16.00
Battai-lépcső	szalag	0,7	0,7	6	6	szá-molj!	--
1. EP	zöld	0,8	1,5	69	75	EP.	8:00-14:30
Görgényi út	zöld	0,6	2,1	47	122	felada-tok	--
2. EP	zöld körséta	0,7	2,8	15	137	EP	8.30-15.00
3. EP	zöld körséta	0,8	3,6	30	167	EP	8.30-15.00
Letérés a hangárhoz	Gyöngyök útja, szalag	0,9	4,5	42	209		--
4. EP	szalag	0,5	5	25	234	Kód	9:00-15:30
5. EP	szalag	0,7	5,7	0	234	frissítő	9.30-15.30
6. EP	szalag, kék	2,1	7,8	20	254		9.30-15-30
cél	sárga kerékpár	2	9,8	10	264		8.00-16.00

Facebook oldal:

Mozgásban a család – Családi túrasorozat a Családok Évében

A Mozgásban a család túramozgalom túráinak időpontjai:

- március 31. szombat
- június 30. szombat
- szeptember 1. szombat
- november 4. vasárnap



A sárga sáv és a **Gyöngyök útja** jelzésén indulunk tovább, a Gyöngyök útja egy elágazásban balra tér, mi ezt a jelzést követjük. A gázvezeték F-131 jelzőoszlopa után egy kis szalagozott ösvényre **balra kanyarodunk**, és leereszkedünk a hangár épületéhez. **Figyelem! Jó idő esetén ez a paplanernyősök edző, gyakorló bázisa! Fokozott figyelemmel haladjunk át a területen, vigyázzunk egymásra!** Széles úton haladunk a gerincen a szélzsák irányába, a csúcskő környékén elérjük a **Jane Goodall-tanösvényt**, melyet áprilisban adtak át. Itt **kódos ellenőrzőpont (4.EP. kód)** található.

A tanösvényen leereszkedünk, a köves ösvény egy táblánál füves úthoz ér, itt balra a kis réten át elérjük Pesthidegkutát a Kővári utca és az Arad utca találkozásánál **(5.EP, vízvételi lehetőség, frissítőpont)**

Az Arad utcán induljunk el egyenesen, balra az egykori vitorlázó repülőtér terül el. A szalagozást követve balra a Cenk utcára térünk, a repülőtérhez tartozó szürke épületek irányába sétálunk. Még a hangár előtt kitérünk balra és a reptér szélén a füves úton haladunk. Kis idő múlva az erdőbe térünk jobbra, farakások között elérjük a kék sáv jelzést, és jobbra indulva, a kék sáv jelzésen kanyargunk le az Ördög-árok völgyébe. Ahol a kék sáv jelzés jobbra egy ösvényen leágazik **Hűvösvölgy felé**, ott találjuk a **6. ellenőrzőpontot**. (kis kitérővel vízvételi lehetőség a lángososnál.)

A mi utunk **egyenesen sárga kerékpár jelzésen** halad tovább a széles dózer úton a Nyéki-hegy alatt. Többnyire lejtős utunkon megérkezünk a Páfrány utca végéhez, megkerüljük a sorompót, és kiérünk az aszfaltútra. Egyenesen haladunk tovább, néhány száz méter után a kis téglahídon balra keresztezzük az Ördög-árkot, ráfordulunk a Vadaskerti utcára és már meg is érkezünk a célunkhoz, a sportpályákhoz.

Remélem kellemesen elfáradtál, és minden feladatot helyesen megoldottál. Jutalmad nem marad el!

Az útvonal leírása

Kilépünk a sportpályáról a Vadaskerti utcára, amit keresztezve a szemközt nyíló Széphalom utcában indulunk túránkra. Egyenesen haladunk az elágazásig, ahol balra a hídon átkelünk az Ördög-árkon, és a Pasaréti úton jobbra fordulunk. Enyhén kanyarogva elérjük az iskolát, melynek sarkán **balra kanyarodunk a zöld sáv jelzésre** (Battai lépcső) és megkezdjük emelkedésünket. **Figyelj**, mert itt feladat vár rád! Számold meg, hogy hány lépcsőfok vezet fel az Apáthy-sziklához, az eredményt az itiner hátoldalán a megfelelő helyre írd be. A lépcsősoron felmegyünk, majd az enyhe jobbkanyar után a T-elágazásban balra fordulunk. Az utca tetején megint balra fordulunk (Csalán utca), majd az újabb lépcsősort elérve jobbra felkanyarodunk. A lépcső tetejénél balra fordulunk, a padon találjuk az **1. ellenőrzőpontot (1. EP)**.

Az erdőbe induló ösvényre térünk, 100 m múlva megérkezünk az Apáthy-sziklához. A kilátó sziklára tehetünk kitérőt, de nagyon vigyázzunk magunkra és a gyerekekre! Haladunk tovább a hegyoldalban a zöld sáv jelzésen. **Figyelj**, mert ezen a szakaszon Az Apáthy-sziklával kapcsolatos kérdéseket kell megválaszolni az itiner hátoldalán. A válaszokat az útvonalon található információs táblákon találod (4 db).

Nemsokára elhagyunk egy sziklaképződményt, majd egy berácsozott barlangot. A barlang után **jobbra fordulunk**, egy fa lépcsősoron haladunk felfelé. Nemsokára elérjük a Görényi utat, átkelünk rajta és **rögtön balra áttérünk a zöld körséta jelzésre**, amelyen enyhén lejtő erdei úton indulunk el. A jelzést követjük több elágazáson keresztül, és nemsokára elérjük a **macis játszóteret (2.EP)**. A parkoló szélén vízvételi lehetőség a nyomós kútnál!

A dózerúton jobbra fordulunk, átvágunk a parkolón és a sorompót kikerülve haladunk tovább a **zöld körséta, piros körséta** jelzéseken. Széles úton, enyhén emelkedve, több elágazást mellőzve érkezünk meg a Határ-nyeregbe a padokhoz. **(3.EP)**.

10 km

