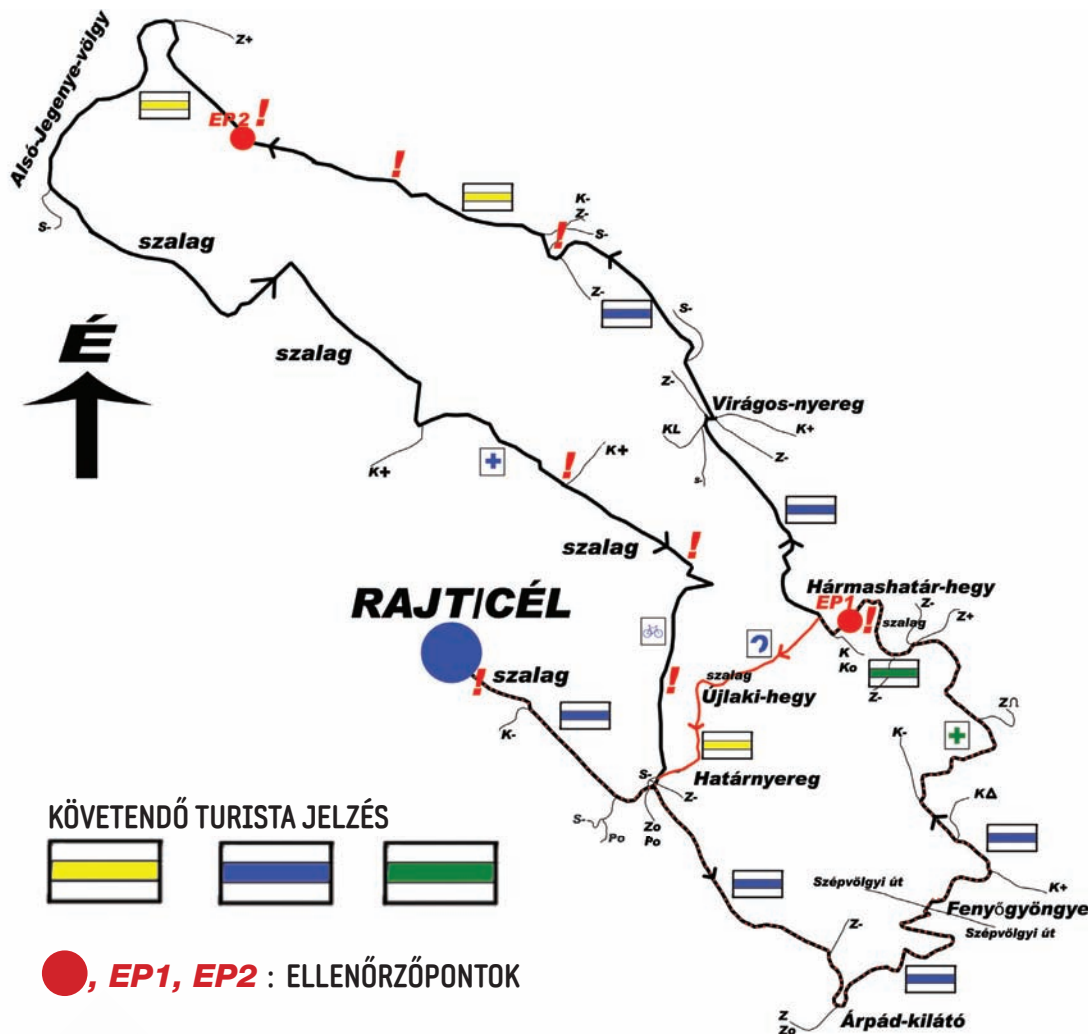


# Samsung Olimpiai Zöld Fesztivál

## Teljesítménytúra útvonala



### KÖVETENDŐ TURISTA JELZÉS



●, EP1, EP2 : ELLENŐRZŐPONTOK

→ : rövidtáv útvonal

— : hosszútáv útvonal

— : rövid és hosszútáv közös szakasza

! : Vigyázz! kerékpárverseny

Az orvos száma:  
+36306452746  
Segélykérő:  
+36209651966



# Samsung Olimpiai Zöld Fesztivál

## AZ ERDŐ FOHÁSA

Vándor, ki elhaladsz mellett,  
Ne emelj rám kezét!

Én vagyok tűzhelyek melege  
hideg téli éjszakákon,  
Én vagyok tornácod barátságos  
fedele,  
melynek árnyékába menekülsz a  
tűző nap elől,  
és gyümölcsöm oltja szomjadat.

Én vagyok a gerenda, mely házad  
tartja  
És én vagyok az asztalod lapja,  
az ágy, melyben fekszel,  
a deszka, amelyből csónakod  
építed.

Én vagyok a házad ajtaja,  
bölcsőd fája, koporsód fedele.  
Vándor, ki elmész mellett  
hallgasd a kérésem:  
NE BÁNTS!



2010. május 1.,  
Háromhatár-hegyi Repülőtér

Teljesítménytúra  
útvonal- és  
térkép-vázlat

## Rövidtáv (11 km) és hosszútáv (23 km) közös szakasza a Hármashatár-hegyig:

a Hármashatár-hegyi vitorlázórepülő-tér hangár épületeinél található rajttól a Glück Frigyes út irányába elindulva a K-jelzésen elmegyünk a Határnyeregig, ahol tovább követve a K-jelzést, az Oroszlán-szikla előtt elhaladva (érdemes balra, a hegy irányába is eltekinteni, rálátás a Kecse sziklákra), enyhe majd kicsit meredekebb ösvényen kaptatva eljutunk az Árpád-kilátóig (3,3 km, 81 m szintemelkedés), ahol érdemes a budapesti panorámában gyönyörködni néhány perc erejéig. Továbbhaladva a K-jelzésen lesétálunk a Szépvölgyi út, Fenyőgyöngye buszfordulóig (4,7 km Árpád-kilátótól, 82 m).

Hosszabb emelkedőre felkészülve követjük a K-jelzést, ami a Hármashatár-hegyre vezető aszfaltút mellett kanyarog, és 7-800 méter után a vízműnél átkelve az úton a K-jelzésen haladunk tovább. Kb. 300 m után figyelve a szalagos jelzésre, átkelve az aszfaltúton, tovább a Guckler Károly sétányon (Z-jelzés) haladunk egészen a Nagy-Farkas-torokig, ami egy mély bevágás a hegy oldalában. Itt meredek kaptatóra felkészülve, balra felfelé a Z-jelzést követve 200 méter emelkedős szakasz után jobbra tartva a szalagos jelzésen (ÉNy-i irányba) közeledünk enyhe emelkedőn a siklóernyős starthely felé.

A Hármashatár-hegy oldalában az ÉK-i siklóernyős starthelynél vagyunk túránk 7,8 kilométerénél. Innen Ny-i irányba kb. 70 m után az aszfaltúton megyünk tovább a Hármashatár-hegy csúcsa felé, és a kb. 150-200 m-nél található sorompó mellett elindulunk a csúcs irányába, majd 8,3 km-nél, 495 m magasságban (292 méter össz szintemelkedéssel) túránk legmagasabb pontján vagyunk, a Hármashatár-hegyen, ahol a túra első ellenőrzőpontját is találjuk.

## Rövidtáv a célig:

A Hármashatár-hegyről Dny-i irányban a KC jelzésen elindulunk lefelé a széles, kopár lejtőn és figyelve a szalagos jelzést kb. 500 méter után jobbra felmegyünk az Újlaki-hegyre (448 m). A kilátásra rácsodálkozva az S-jelzésen déli irányba haladva vadregényes ösvényen ereszkedünk le egészen az aszfaltos út (Szépvölgyi út) kezdetéig. Ezen 30 m után az S-jelzésen kicsit meredeken lefelé jutunk el a Határnyeregig, ahonnan a már ismert K-jelzésen megyünk tovább a hangárig, illetve a célig.

## Hosszú táv a Hármashatár-hegytől:

A hosszútáv teljesítői innen a K-jelzésen haladnak tovább, balról csodálatos panorámában gyönyörködve, jobbról kerítéssel határolva. Ezen a jelzésen és úton a Vihar-hegyen átkelve jutunk el a Virágos-nyeregbe (9,95 km). A murvás úton áthaladva kövessük a K-jelzést (egy darabig együtt az S-ösvénnyel). A Guckler Károly úton tovább egészen a Csúcs-hegyi nyeregig, ahol „lefelé” haladva kb. 50 m után balra tartva folytassuk utunkat az S-jelzésen. A szép erdei ösvény után, 13,4 km-nél nagyfeszültségű távvezeték és a

Kálvária-hegy alatt állva eljutunk a 2. ellenőrzőpontig. Előttünk 100 m-re láthatóvá válik az erdő szélén egy sorompó, ahol ÉNy-i irányba haladva, kb. 100 m után az S-jelzésen lesétálunk egészen a Paprikás-patak partján található májusfás rétig, ahol néhány perces falatozást is beiktathatunk túránkba. Az S-jelzést követve az Alsó-Jegenye-völgyben elmegyünk a Rózsika-forrás és csodálatos sziklaképződmények, zúgóok, vízesés mellett. A Hidegkúti út előtti utolsó fahíd előtt figyeljük a szalagos jelzést! Ezen az útvonalon haladva jutunk el Pesthidegkút, Ófalu határába. Földúton haladunk tovább egészen a Temető utcán álló piros házas, piros kerítésig. Itt balra tekintve kb. 50m-re látjuk a Jegesmedve utcát, amin felsétálunk és a végén jobbra tartva elmegyünk a Patakhegyi utcán egészen a Nóra utcáig (kb. 1 km) ami jobbról nyílik majd (figyeljük a Gumiszervíz reklámtáblát!). A Nóra utcán kb. 300 méter megtétele után, a gazdaboltnál át a patakon, kövessük a K+ jelzést, egészen addig, amíg nem keresztezi utunkat egy szélesebb út a Gercsei templom irányából (balról, É-ről). Ebben az elágazóban átellenesen, követve a szalagozást a Vörös-kővárat ÉK-ról kerülve a Paprikás-patak mentén haladjunk, amíg el nem érjük a K-kerékpárjelzést. Ezen délre fordulva, a Mária-hegy alatt lévő felső hangár előtti nyeregben menjünk addig, amíg meg nem látjuk a vitorlázórepülő-tér Dny-i végét (Bp. irányában). A Határnyereg irányába tartó ösvény a bokros-cserjés területen vág át, kezdetén balról beton kútgyűrű, jobbról vasból készült piros-fehér oszlop. Továbbra is követve a szalagozást a Határnyereg érintésével a már ismert K-jelzésen érünk be a célba 23 km megtétele után, összesen 650 m szintemelkedéssel:

**GRATULÁLUNK A TELJESÍTÉSHEZ!**

Név:

Indulási idő:

Ellenőrzőpont nyitvatartása, helye	Igazolás helye
Hármashatár-hegyi Repülőtér, Rajt Nyitva tartás: 10:00-11:00	
Hármashatár-hegy csúcsa, 1. ellenőrző pont 8.3 km (hosszú, rövidtáv) Nyitva tartás: 10:35-15:00	
Kálvária-hegy alja, frissítő- és 2. ellenőrzőpont 13.4 km (hosszútáv) Nyitva tartás: 10:40-16:00	
Hármashatár-hegyi Repülőtér, Cél Nyitva tartás: 11:00-18:00	