

RAJT DOBERDÓ UTCAI JÁTSZÓR 08:00-09:00	1./ MÁTYÁS-HEGY 08:10 – 10:30 1,8 km	2./ ÁRPÁD-KILÁTÓ 08:40 – 12:00 3,1 km	3./ K KERÉKPÁR JEL SÁRGÁ SÁV ELÁGAZÁSA 09:30 – 14:30 3,6 km
4./ ZÖLD KERESZT ÉS A KÉK SÁV TALÁLKOZÁSA 10:30 – 15:00 3,5 km	5./ VIRÁGOS-NYEREG 10:00 – 16:30 3,5 km	6./ CSÚCSHEGYI-NYEREG 10:30 – 16:15 1,5 km	CÉL CSÚCSHEGYI VENDÉGHÁZ III. ker. Menedékház u. 22. 11:00 – 16:00 2,0 km

Eröss Zsolt Emléktúra

Óbuda

19 km-es táv

2013. szeptember 28.



Név:.....

Rajtszám:.....

Indulási idő:.....

Érkezési idő:.....

Táv: 19 km.

Szintidő: 7 óra

Szintkülönbség: 640 m.

MTSZ minősítési pontszáma: 41,5 pont

Köszöntjük Önt a teljesítménytúrákon résztvevők népes családjában. Azt szeretnénk, ha e rendezvényünk nemcsak egy szokványos teljesítménytúra lenne a sok közül, hanem szép időben, a természet nyújtotta élményekkel és gyönyörű tájakkal találkozhatnának. Mindazonáltal bízunk benne, hogy rendezvényünkkel eddig ismeretlen túraterületre is tudjuk irányítani a természet szerelmeseinek figyelmét itt, a Budai – hegységben.

A teljesítménytúra nem futóverseny, ezért ha tehetik, mellőzzék a futást. Aki sietés miatt nem várja meg az ellenőrzőpontok nyitási idejét és ezért hagyja azt ki, annak a teljesítését sajnos nem tudjuk elfogadni!

A TÚRA KÖZEPES ERŐSSÉGŰ! FELKÉSZÜLÉST IGÉNYEL

A TÚRÁN MINDEN RÉSZTVEVŐ SAJÁT FELELŐSSÉGÉRE INDUL!

– így a rendezősegtől kártérítés semmilyen címen nem igényelhető.
Aki úgy érzi, hogy a túrát nem képes folytatni, kérjük, hogy ezt a következő ellenőrzőponton jelezze az igazolást végző személynek!

Felhívjuk a résztvevők figyelmét, hogy a túra kijelölt útvonaláról ne térjenek le és tartsák be a természetvédelmi, környezetvédelmi, erdővédelmi és tűzrendészeti előírásokat.

JÓ IDŐT, JÓ TÚRÁT ÉS SIKERES TELJESÍTÉST KÍVÁN A *RENDEZŐSÉG*: Az Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft., a III. kerületi Természetbarát Bizottság és a Budapesti Természetbarát Sportszövetség Gyalogtúra Verseny és Rendezvény Bizottsága

Vészhelyzet esetén hívható telefonszám: 06-70-280-1912

Óbuda Teljesítménytúra

Hosszú túra

Állomás		Állomáspont adatai			Megtett táv (km)		Szintemelkedés (m)		Jelzés a következő pontig
állomások	neve	északi szélesség	keleti hosszúság	tsz feletti magasság	előző ponttól	összesen	előző ponttól	összesen	
RAJT	Doberdó utca, játszótér	47° 32,058'	19° 01,955'	121 m	0	0	0	0	K+
1. állomás	Mátyás-hegy teteje	47° 32,134'	19° 01,198'	289 m	1,8	1,8	170	170	K+, K
2. állomás	Árpád-kilátó	47° 32,111'	18° 59,990'	365 m	3,1	4,9	175	345	K, K kerékpár
3. állomás	K kerékpár jel és a S-hoz vezető út elágazása	47° 33,409'	18° 59,370'	363 m	3,6	8,5	60	405	S, K kör, K, Z+
4. állomás	Z+ jel és K jel találkozása	47° 32,786'	19° 00,336'	372 m	3,5	12,0	160	565	Z+, Z
5. állomás	Virágos nyereg, egykori Boróka Büfé előtt	47° 33,953'	18° 59,345'	364 m	3,5	15,5	25	590	Z
6. állomás	Csúcs hegyi nyereg, Z és K jel találkozása	47° 34,411'	18° 58,709'	368 m	1,5	17,0	30	620	K, K+, szalag
CÉL	Menedékház u. 22.	47° 34,220'	18° 59,452'	276 m	2,0	19,0	20	640	-

***Figyelem!** Az útvonalon egy előre nem jelzett helyen is van ellenőrzőpont, ezért mindenkinek javasolt az alábbi itiner szerint haladni!*

Útvonalleírás:

RAJT: Doberdó utca végén lévő játszótér

A játszótérrel a kék kereszt (K+) jelzésen jobbra felfelé indulunk az erdőbe. Elhaladunk a Szent Vér-kápolna előtt, majd rövidesen felérünk a kiscelli Kálváriához. Innen a Doberdó út felső szakaszán folytatjuk utunkat, majd egy szalagozással megerősített elágazásnál balra betérünk az erdőbe és rövidesen elérjük a Kolostor utcát, amin ismét balra, felfelé tartunk. Keresztezzük a Remetehegyi utat, majd pár száz méter után utcánk beletorkollik a felfelé jövő Mátyáshegyi útba. A viszonylag jelentős forgalom miatt mindenképpen a zebrán menjünk át! Átérve a Mátyáshegyi úton, rövidesen tábla figyelmeztet, hogy ismét – szintén körületekintően – át kell keljünk az úton. Az út túlsó oldalán egy kis falépéső indul fel az erdőbe, itt folytatjuk kaptatónkat a K+ jelzésen a Mátyás-hegyre. Ösvényünk néhány perces erős emelkedő után a Mátyás-hegyi kőbánya tetején halad felfelé. Az ösvénytől bal kézre lévő korlát a bányaterület határát jelenti, semmiképpen ne menjünk át a másik oldalára, mert életveszélyes, alattunk százméternyi függőleges sziklafal van!

A hegytetőn érjük el az **1. állomást**.

Az ellenőrzőpont után rövid, de elég meredek lejtőn először balról elhagyjuk a Mátyás-hegyi kőfülke bejáratát, majd leérünk a Mátyás- és Remete-hegy közötti nyeregbe. Itt ösvényünket az Erdőhát út aszfaltjára cseréljük. Szűk fél kilométer után, egy szalagozással megerősített elágazásnál, balra ismét betérünk az erdőbe. K+ jelzésű utunk rövidesen felér a Remete-hegy tetejéhez, majd innen üdülőházak között ereszkedik le a Hármashatárhegyi út mellé. Itt búcsút intünk a véget érő K+ jelzésnek, balra az Országos Kéktúra (K) vonalán folytatjuk utunkat. Fél kilométer ereszkedés után érjük el a Fenyőgyöngye Vendéglőt, mellette a 65-ös autóbusz végállomásával. A rövid távon indulók itt csatlakoznak az Óbudai Teljesítménytúrához. (A vendéglő kerítése mellett, a Szépvölgyi úton lévő nyomós kút viszonylag hosszú ideig az utolsó vízvételi lehetőség, érdemes friss vizet magunkhoz venni.) Átkelünk a Szépvölgyi úton, majd enyhén balra indulunk a K jelen tovább. A K jelzést sajnálatos módon sok helyütt levésték a fákról, emiatt több szakaszon szalagok segítik az eligazodást. Az út több éles kanyart is leírva ér fel a Látó-hegyre. *A hegy platóján a K jelzés egy érdekes harkot ír le, ezért kövessük a jeleket, illetve a szalagozást, mert figyelmetlenség esetén könnyen áttérhetünk a másik ágra, amin továbbhaladva elkerüljük az Árpád-kilátót!*

A Látó-hegy délkeleti peremén találjuk az Árpád-kilátót, túránk **2. állomását**.

A kilátót továbbra is a K jelzésen haladva hagyjuk el. Utunk hamarosan lejtőre vált, majd egy kisebb völgyfőt megkerülve a Glück Frigyes úton kapjuk oldalba a Kecske-hegyet. A Kecske-sziklák alatt, majd az Oroszlán-szikla mellett gyalogolunk el. Utóbbtól bő fél kilométer út után érünk a Határ-nyereg közelébe. A K itt balra elhagyja az addig használt utat, mi azonban a szalagozást követve tovább megyünk egyenesen, és pár tíz méter után kiérünk a sárga tábláról jól felismerhető gázvezeték nyiladékába. Itt jobbra indulunk. Ez a kék kerékpáros útvonal is egyben, mivel azonban a jelzések elég ritkán vannak felfestve, ezért egyes helyeken itt is a szalagozást érdemes figyelni. Mivel kerékpáros túraúton járunk, legyünk résen, nehogy az esetleg hirtelen felbukkanó kerekessékek konfliktusba keveredjünk. Csapásunk a vitorlázó reptér szélén a Virágos-nyereg irányába tart, balra több helyen szép kilátás nyílik a Hidegkúti-medencére. A Siklórepülő hangárt elhagyva, rövidesen egy elágazáshoz érkezünk a mezőn, itt a táblával is jelzett jobb oldali utat választjuk.

Az erdőbe beérve, egy kiszélesedő részen, utak elágazásánál érünk a **3. állomáshoz**.

Az ellenőrző bélyegző begyűjtése után a jobb oldali utat választjuk, ezen néhány lépés után elérjük a sárga (S) jelzést, amin felfelé kapaszkodunk az Újlaki-hegy irányába. A széles dózerutat kb. 300 m után jobbra egy keskenyebb nyomra váltjuk, ezen rövidesen elérjük az Újlaki-hegy rendkívül szép kilátást nyújtó csúcását. Az először sziklagyepes, majd fokozatosan cserjés-erdőssé váló ösvényen ereszkedünk lefelé. S jelzésünk hamarosan egy széles utat ér el, ezen jobbra fordulunk és kb. 150 métert a S és a kék körtúra közös szakaszán ballagunk. Egy régi, XIX. századi budapesti határkőnél leváltjuk eddigi jelünket a Hármashatár-hegy nyugati oldalát bekanyargó kék körtúrára (K önmagába visszatérő nyíl), amely még kb. 300 m lejt a Szépvölgyi út betoncsíkján, majd az utcatáblával is jelölt Szépvölgyi dűlőbe kanyarodik be balra. (Az elágazástól egyenesen tovább, kb. 50 méterre találunk egy nyomós kutat, itt juthatunk utoljára friss vízhez a cél előtt.) Pár perc után néhány erdőben megbúvó házhoz érünk. Itt eddigi utunkról jobbra térünk, majd fokozatosan visszaérünk az immáron vízmosásban haladó korábbi utunk fölé, a partoldalba. Az idő közben zöld sávval kiegészült kék körtúránk egyenletes emelkedéssel lassan eléri a Felső-Kecske-hegyet, itt, közvetlenül mielőtt kiérnénk a Hármashatárhegyi útra, az Országos Kéktúra (K) nyomvonalára, jobbra fordulunk. Végig a műút mellett haladunk a Tábor-hegyen lefelé, majd nagyjából 700 m után, táblával is jelzett helyen keresztezzük azt.

A zöld kereszt (Z+) jelzés kezdeténél, a **4. állomáson** kapjuk meg pecsétünket az igazolólapra. A Z+ jelzés a Guckler Károly út szintben haladó vonalán tekereg a Hármashatár-hegy keleti oldalában. Elhagyjuk a Tábor-hegyi-barlanghoz vezető zöld barlangjel elágazását, majd a Nagy-Farkas-torok völgyébe betérve, folytatva szintben kanyargó utunkat, átváltunk a zöld (Z) jelzésre. Az elágazástól közel 2 km-t teszünk meg a kényelmes sétaúton, amíg kiérünk az erdőtől a Virágos-nyeregbe.

Közvetlen a nyeregben találkozó utak keresztezését követően, az egykori Boróka Büfé előtt találjuk az **5. állomást**. Innen a Z jelzésen vonulunk tovább a Csúcs-hegy nyugati felén, először nyaralók közötti szélesebb úton, majd fokozatosan erdei ösvényre váltva.

1,5 km után, a Csúcs-hegyi-nyereg közelében érjük el harmadszor is az Országos Kéktúra (K) vonalát. Ez az elágazás egyben a **6. állomás** is.

A K-en jobbra fordulunk, és a Csúcs-hegyet megkerülve, a néhol keskeny ösvénnyé váló Guckler Károly úton térünk vissza a Virágos-nyereghez. Sárgával kiegészült K jelünket a nyeregnél szalagokkal is megerősített kék kereszt (K+) jelzésre cseréljük, ezen azonban csak kb. 50 métert megyünk, ott **irányító táblával és szalagozással kijelölt**, erősen ereszkedő gyalogútra térünk. Kb. 10 perc térdkoptató lejtés után a Menedékház utcába érünk. Az utcán balra fordulunk, és kb. 400 m megtétele, illetve egy enyhe emelkedő leküzdése után érkezünk **célunkhoz, a Csúcs-hegyi menedékházhoz (Menedékház u. 22.)**.