

BUDA HATÁRÁN 50, 25

teljesítménytúra igazolófüzete



Tisztelt Sporttárs!

Sok szeretettel köszöntünk az első alkalommal 2008-ban – Pest, Buda és Óbuda egyesítésének 135. évfordulója alkalmából –, 50 és 25 km-es távokon megrendezett **Buda határán** teljesítménytúrán. Mielőtt elindulsz, kérjük, vedd figyelembe az alábbi apróságokat:

1. A túrán bárki részt vehet, aki az indítási helyen részvételi szándékát a rendezősnél bejelenti és a nevezési díjat befizeti.
2. A túra a következőkben ismertetett útvonalon halad, kéretik ennek betartása. Az útvonalon **22** ellenőrzőpont található, ahol a pontőrök bélyegzéssel igazolják áthaladásodat, illetve ebből **6 ponton biztosan nem találsz pontórt**, hanem Neked kell az igazolásoknál **feltett kérdésre a megfelelő választ bejelölnöd! A pontok egy része feltételes** (ezeken nem biztos, hogy lesz pontőr, illetve igazolóeszköz kihelyezve), ezeket az összefoglaló táblázatban F betűvel, illetve az igazolásoknál is jeleztük. Minden résztvevő, aki a túra útvonalát végigjárja, az útvonalon található valamennyi ellenőrzőpont igazolását sorrendben beszerzi és jelentkezik a célban, megkapja a túra kitűzőjét és oklevelét. Az 50 km-es távon 12 óra, a rövidebb, 25 km-es távokon 7-7 óra a szintidő, de az adyligeti célba legkésőbb 16 óráig, a békásmegyeri célba pedig 20 óráig be kell érned!
3. A túra útvonalán záró biztonsági ember, ún. seprű halad, tanácsait saját érdekedben is fogadd meg!
4. Kérjük, amennyiben igazolófüzetet találsz, add le a pontőröknek a következő ellenőrzőpontra, amennyiben elvesztetted a sajátodat, ott érdeklődj.
5. A túra útvonala részben jelzett, vagy régebben jelzett (de ma már hivatalosan nem jelzett) turistautakon vezet. Viszonylag sok a jelzetlen szakasz, ahol szalagok kihelyezésével igyekeztünk segíteni a tájékozódást. Azonban érdemes figyelembe venni, hogy a szalagokat illetéktelenek letéphetik, vagy áthelyezhetik, így célszerű elsősorban az útvonalleírásra hagyatkozni.
6. Ha vettél már részt korábban is a túrán, akkor is érdemes leírást, illetve a térképet átnézned, mert **a túra útvonala helyenként kissé megváltozott**. A leírásban ezeket a helyeket a lap szélén szürke sávval megjelöltük.
7. Ha úgy határozol, hogy a túrát megszakítod, kérjük, ezt a legközelebbi ellenőrzőpontra tedd, vagy a név és rajtszám közlésével ezt valamely másik túrázóval üzend meg, vagy hívd a főrendezőt, **Pinkert Lászlót a (30) 231-9865 telefonszámon**.
8. A túrán mindenki saját felelősségére vesz részt, kártérítés a rendezőstől semmilyen jogcímen nem igényelhető.
9. Kérjük, hogy a túra során ne szemetelj, óvd a természetes és az épített környezetet.
10. Jelentősebb frissítőpont Adyligeten és a békásmegyeri célban lesz, ezenkívül a Vadász-hegyen, a Frank-hegyi turistaháznál, Csillebércen, az Aranyhegyi-pataknál és a Róka-hegyi kőbányánál számíthatsz némi frissítőre.

Az egyesületünkről bővebb információt itt találsz:

www.teljesitmenyturazoktarsasaga.hu

Végezetül jó utat, sikeres teljesítést kíván: *a Rendezőség.*

A túra útvonalának részletes leírása

Budatétény – Szent Mihály-kápolna – Szoborpark Múzeum – Tétényi-fennsík, tanösvény – Kamara-erdő, erdészház – Vadász-hegy – Kőérberki-dűlő – Örsöddűlő – Tűzkő-hegy – Frankhegyi turistaház – Kakukk-hegy – Irhás-árok – Csillebérc – Budaörsi-hegy oldala – Kavics-árok – Makkosmária – Budakeszi – Vadaspark parkoló – Nagykoszmáros-dűlő – **Adyliget** (játszótér) – Remete-szurdok – Remete-hegy – Budaliget – Solymár, SHELL benzinkút – Alsó-Jegenye-völgy – Rózsika-forrás – Őz-völgy – Kötők padja – Szarvas-hegy – Tök-hegy – Csúcshegyi-dűlő széle – Rozália téglagyár – Aranyhegyi-patak partja – Üröm v.mh.. – Péter-hegy, tanösvény – Róka-hegyi kőbánya – Róka-hegy – Puszta-hegy – Kápolna-hegy – Zsellér-hegy – Ezüst-hegy – Puszta-domb, kereszt – **Békásmegyer** (Verecskai Gimnázium)

A rajtból elindulva átkelünk a Nagytétényi úton, a jelzőlámpás gyalogátkelőhelyen, és elindulunk felfelé a Jókai Mór utcán. A 150-es autóbusz útvonalát követve haladunk felfelé, majd néhány pincét, a tűzoltóságot és a Millenniumi fasort elhagyva a főút balra kanyarodik. Itt még követjük, majd a kanyar (és a Kapu utca kiágazása) után a 4. buszmegálló előtt jobbra térünk a Kápolna utcába. Ez az utca is először balra kanyarodik (a Reménysugár Habilitációs Intézet rózsaszín épülete és betonkerítése előtt), majd jobbos kanyart követően alacsony panelházak mellett haladunk el. Az egyenes végén jobbra tartunk (továbbra is az aszfaltos úton) és rövidesen a **Szent Mihály-kápolnához** érünk. Ez az **1. ellenőrzőpont**, (**K** = ez itt és a továbbiakban azt jelenti, hogy az adott ponton az igazolásoknál feltett kérdésre kell beírni a helyes választ).

Miután a feltett kérdésre az emléktábla alapján válaszoltunk, a Kápolna utcán továbbmenve ismét elérjük az autóbuszjárat útvonalát. Itt enyhén jobbra, a Csiperke utcára fordulva eleinte találunk a forgalmas műúttal párhuzamos földutat, később egy szakaszon az útpadkán leszünk kénytelenek óvatosan haladni. Később ismét lesz járda (az út jobb oldalán), végül a buszfordulóhoz érve már feltűnik szemközt a **Szoborpark** téglalapítmányú bejárata. Kissé balra térve a jelzőlámpás gyalogátkelő segítségével keresztezzük a forgalmas (7-es) Balatoni utat és Szabadkai utcán tovább, elhaladunk a múzeum bejárata előtt. Továbbmegyünk a víztorony felé, majd a **Tétényi-fennsík** tanösvény ismertető táblája mellett balra letérünk a kezdődő gyalogösvényre és elhaladunk a Szoborpark kerítésének sarka mellett. Érintjük a tanösvény néhány állomását. A Tavaszi hérics – pézsmahagyma táblánál (ha nem lopták el / rongálták meg) három ösvény közül a középsőt válasszuk! A következő kereszteződésben srégen jobbra térünk, az erdő irányába. Itt található a **2. ellenőrzőpont**.

Hamarosan ismét kettéágazik az ösvény, itt egyenesen, (a bal oldali ágon) megyünk tovább. Nagyobb facsoportokkal kísért részt elhagyva a keresztező ösvényen jobbra fordulunk és megcélazzuk a **Kamara-erdő** szélét. Az erdő szélén futó murvás utat keresztezzük (balra, 20 méterre régi határkő), és 30 méterre a tűzrakóhelynél becsatlakozunk a **P körséta** jelzésbe. Itt balra fordulunk, és eleinte a murvás úttal párhuzamosan, később arra kitérve haladunk. Mielőtt az erdő sarkához érnének (ösvénycsatlakozás hegyesszögben balról), derékszögben jobbra betérünk, egy az úttól jobbra, a bozótosban álló, turistajelzéssel is ellátott határkőnél. Innét már egyszerűbb a tájékozódás, a P körséta jelzést követjük. A jelzett út eleinte balra tart, néha kissé emelkedik. Hogy ne essünk kísértésbe, a jelzett út mentén az erdészházig terjedő szakaszon ellenőrzőhelyre számíthatunk, ez a **3., feltételes ellenőrzőpont (F)**!

Hosszasan lefelé haladva az erdészház mellett kiérünk egy nagy tisztásra, melyen irányváltoztatás nélkül átvágunk. Rácsatlakozunk a **P** jelzés emelkedő ágára, és egyre meredekebb emelkedőn mászunk felfelé. Az elágazásokban nem mindenhol egyértelmű a jelölés, de mindig csak előre, felfelé. Egyszer csak felérünk a **Vadász-hegy** csúcsán álló rozsdás toronyhoz (felmászni veszélyes), és egy romos épület romos kapumaradványai előtt lesétálunk a jobb állapotú antennatoronyhoz. Itt találjuk az **4. ellenőrzőpontot**.

Az antennatorony előtt balra térünk (a P jelzés nem látható), majd 40 méter múlva az erdőbe érve a P jelzésű sétaútról is letérünk balra egy lejtőssé váló ösvényre. Az ösvényen addig megyünk, mígnem elérünk egy keresztező szekérutat, melyen balra fordulunk. Ezen továbbra is lefelé megyünk, majd ahol elágazik (egy telefonpózna mellett) ott egyenesen haladjunk. Rövidesen kiérünk a **Kőérberki-dűlő** kiskertjei közé, és a Pereszke utcán haladunk lefelé, élvezve az innen nyíló szép kilátást. Az utca végén egy kurflit követően egyenesen továbbmenve keresztezzük a 41-es villamos vonalát (a Repülőtér megállónál), a Hosszú-réti-patak hídján is átmegyünk. Rátérünk a jobbról érkező kamu **Z** jelzésre, melyet egészen az Egér útig követünk! A Budapest – Győr vasútvonal keresztezése után jobbra élelmiszerüzletet (nyitva naponta 6-22), OTP automatát, telefonfülkét találunk. Mi srégen jobbra folytatjuk utunkat a Kőérberki úttal párhuzamos kerékpárúton. Utunk a Vitorlázó út nevű buszmegállóig enyhén emelkedik (balra a Budaörsi repülőtér látható), utána meredekebben lejt. Az **Örsöddűlő** nevű buszmegállónál átmegyünk az úttesten és letérünk a sóderes útra (búcsú a Z jelzéstől). A kertek szélét követve elérjük az **Egér utat**, melyen a közlekedési táblát figyelve Budaörs irányába haladunk tovább. Az úttesten nem kell átkelni, azonban az autópálya fel- és lehajtósávjait fokozott óvatossággal keresztezzük! Ha ez sikerült, átsétálunk az autópálya felett átívelő hídon, és közvetlenül utána balra felfelé térünk a füves domboldalon, az óriásplakátok felé. Az emelkedő tetején egyenesen haladunk tovább, az autópályával párhuzamosan és elérjük a **5., feltételes ellenőrzőpontot**.

Az autópálya mellől jobbra folytatjuk túránkat a Felsőörsöd utcán. Az utca végén átmegyünk a hídon, és tovább egyenesen az Alsóhatár utcán. **Budaörs** szélén a SHELL benzinkút mellett **keresztezzük az 1-es főutat (balra buszmegálló, telefonfülke, falatozó) és egyenesen megyünk még mindig, a Felsőhatár utcán. A Farkasréti út elágazása után keskenyebbé válik az út, majd 290 m múlva a városhatárt átmenetileg elhagyva balra térünk, a Tűzkőhegy utcába. 270 m múlva az utcából jobbra térünk az erdőbe és végigsétálunk a Tűzkő-hegy gerincén vezető tanösvényen. A tanösvény 4. állomása egyúttal túránk 6. ellenőrzőpontja (K).** A parkerdő kapuján kilépve enyhén balra, majd a 30 m múlva a Merengő utcán jobbra visszatérünk a Felsőhatár utcába. Az Ördögórom lejtő 77. mellett balra, már csak egy meredek ösvényen tudunk továbbmenni. A Felsőhatár út 137. házáznál elérünk egy műutat, melyen jobbra fordulunk, és pihenésképpen lefelé megyünk egy keveset. A lejtő alján a zöld konténernél (és/vagy szemétdomboknál) balra fordulunk, és a **P körséta** jelzésen tovább emelkedünk. A kertek (és a város) határát elérve jobbra meredeken folytatjuk egy benőtt ösvényen. Később derékszögben balra fordulunk és alulról megkerüljük a turistaház kertjét. Megérkeztünk a **7. ellenőrzőpontra, a Frank-hegyi turistaházhoz. Itt (10 óra után!)** beváltható a rajtnál kapott italjegy, és egy szép pecsétet kérünk az igazolólapra!

Innen tovább jobbra, a közös **P négyzet – P körséta** jelzések mentén indulunk, de 50 méter múlva, a turistaház kertje sarkának vonalában balra letérünk a jelzésről egy kissé benőtt ösvényre. Később a gerincen vezető széles földutat keresztezve enyhén balra tartva megyünk

tovább, az itt már látható határárok mentén. Eleinte picit lejt az út, majd egy, a szélén határkövel tarkított tisztás után némi emelkedővel érjük el a **Kakukk-hegy** (Frank-hegy) 438 méteres csúcsán álló öntöttvas-oszlopot, a **8. ellenőrzőpontot (K)**.

Innen enyhén balra tartva meredek lejtővel érkezünk le az **Irhás-árokba**. Az árok bal szélén vezető földúton balra, majd 50 m múlva a tisztáson jobbra fordulunk. Mindvégig az árok bal partján emelkedünk. Egy sorompót követően (25 m) a jelzett úton jobbra fordulunk és elsétálunk **Csillebércig**, a 90-es autóbusz fordulójáig. Itt találjuk a **9. ellenőrzőpontot** és egy működő nyomóskutat is.

Pecsételés után visszamegyünk 100 métert a legutolsó jelzett elágazásba, ahol jobbra fordulunk a **S körséta**, és a **P+** jelzés mentén. Folyamatosan emelkedő erdei úton érünk a következő nagyobb kereszteződésbe, ahol élesen jobbra, lefelé fordulunk a **P** jelzés mentén. Viszonylag meredek 140 m hosszú lejtőt követően az út derékszögben balra, fordul, aztán hamarosan jobbra – de mi itt letérünk balra a jelzésről. Átme gyünk a határárkon és a **Budaörsi-hegy oldalában** egy érdekes magasles mellett is elhaladunk lefelé, amely a **10. ellenőrzőpont (K)**.

Az ösvényen továbbmegyünk a 209/70 törpe határköig. Itt derékszögben jobbra fordulunk a Buda határát jelző árokkal együtt, és az ároktól balra haladunk az erdőritkítás következtében néhol kissé nehezen járható tölgyerdőben. Egy meglehetősen csoffadt műutat elérve, azon jobbra fordulunk 90 méter erejéig, majd a jelleghatáron, egy táblánál induló ösvényen letérünk balra. A lejtős ösvényen 420 métert meg téve az ötös elágazásban keresztezzük a jelenkori S jelzést, és a szemközti utak közül a srégen jobbra induló, a Meteor túrák kapcsán piros **M** betűvel jelzett ösvényt válasszuk. Az erdőbe érve is a határárokkal párhuzamos utakat követjük, figyelve a piros M jelzést, amíg le nem érünk a **Kavics-árokba**. Itt egyenesen továbbmenve 60 m múlva becsatlakozunk a jobbról érkező, aprókavicc sal felszórt **P** jelzésű sétaútra (a piros M jelzés közben derékszögben balra eltér). Átme gyünk a mocorkáson, majd erdőben egy sorompóhoz. Itt szemben, a kerítés mentén (és nem balra!) a **Z+** jelzést követve rövidítjük a P jelzés kanyarulatát, és a tisztásnál srégen balra **Makkosmária** temploma elé érünk. Ez a **11. ellenőrzőpont**. A pontőrök valahol a tisztáson lesznek, várhatóan egy padnál!

Makkosmáriáról Budakeszi túlsó széléig a Mária út lila **m** jelzését kövessük! Kezdetben a **P** jelzéssel is együtt haladunk, de az egy idő után jobbra eltér. Mi me gyünk tovább egyenesen, a lila **m** jelzésen, illetve a ma már hivatalosan nem létező **Z** és **Px** jelzéseken. Érintjük a **Kálvária-hegyet**, majd nagyjából szintben haladva keresztezzük a **Virág-völgyet** és benne a P+ jelzést. A sétaút lejteni kezd, majd egyszer csak balról csatlakozik egy szélesebb, autók kal járt út. Ezen az úton továbbmegyünk és utunktól jobbra hamarosan megpillantunk egy szovjet katonai emlékművet. 80 m múlva néhány lépcsőfoknál lefordulunk balra, **Budakeszi** területére és végigmegyünk a rövid Madár közön. A köz végén a Rákóczi utcán 10 métert me gyünk jobbra, majd balra fordulunk az Erkel utcába. Mielőtt a jelzőlámpás csomópontba érnénk, jobbra fordulunk és felmászunk a Gyöngyvirág utcán, egészen annak felső végéig. (Ha vásárolni akarunk, továbbmehetünk a villanyrendőrig – itt jobbra egy élelmiszer-áruházat (nyitva vasárnap 7-13), balra sörözőt, pizzériát, szemközt parkolót és nyilvános telefonfülkét is találunk – majd jobbra fel, a Fő utcán is visszacsatlakozhatunk a túraútvonalba.)

Budakeszi szélén, a Szarvas téren balra letérünk a Mária zárandokútról és a Fő utat keresztezve, a buszmegálló mellett a névadó Szanatórium utcán folytatjuk menetelésünket, majd az Országos

Rehabilitációs Központ portája előtt jobbra fordulunk. Egy kis parkoló mellett elmenve az erdőben lefelé megyünk tovább a Vadasparkhoz vezető keskeny műúton, vagy egy idő után attól balra a párhuzamos erdei ösvényen. A lejtő végén a műút derékszögben balra fordul, jobbra a tisztáson a Kiskegyed játszótér található, szemközt a **Vadaspark ingyenes parkolója**. A tisztáson, a játszótérnél van a **12., feltételes ellenőrzőpont**.

Igazoltatás után visszamegyünk, és jobbra fordulva folytatjuk túránkat a murvás úton, eleinte enyhe emelkedőn. Néhol régi P és Z+ jelzések, illetve ismét a régi határkövek is segítik tájékozódásunkat. Egy elágazáshoz érve balra fordulunk, átmegyünk a távvezeték alatt, majd a Vadaspark kerítése mentén jobbra tartva elérjük a szakasz legmagasabb pontját. Lefelé menve rövidesen egy útvillába érünk, ahol balra megyünk tovább a régi P és Z+ jelzések nyomán, miközben a murvás út jobbra a határkö mellett kivezet az erdőből. A következő elágazásban jobbra térünk és most már csak a régi Z+ jelzést követve a régi határookban haladunk lefelé (a régi P balra eltért). Az erdészház mellett ismét leérünk az elhagyott széles útra, amely átvezet a patak feletti hídon és a golfpálya mentén eléjük a Petneházy Club Hotel és Étterem fakerítésének sarkát. Itt a kereszteződésben derékszögben balra fordulunk a Juliannamajorba (nincs kiírva) vezető műútra. A **Nagykocsmáros-dűlő** után leereszkedünk, de még mielőtt a lejtő aljára érnénk, jobbra térünk a lovasok által kijárt földútra. Elérjük az erdő szélét és átmegyünk az első távvezeték alatt. Ezután kiérkezünk a **P** jelzésű földútra (ez a **13., feltételes ellenőrzőpont**), melyen jobbra fordulunk és felmegyünk a gerincre. Itt a kerítéssarok mellett az útkereszteződésben egyenesen megyünk tovább, nagyjából a távvezetékkel párhuzamosan (a P jobbra elfordult). Utunk kissé jobbra tart, a házakat elérve 20 métert jobbra megyünk, majd balra le a Birsalma utcán. A végén jobbra fordulunk a Sasbérc utcán, a Dámvad utca sarkán **működő nyomóskutat** találunk, majd a parkot elérve a második keresztutcán, a Hársalja utcán balra érünk **Adyliget** központjába. A Nagykovácsi út mentén jobbra fordulunk és a buszmegálló mellett átkelünk a Nagykovácsi úton a kijelölt gyalogátkelőhelyen. Az alkalmi zöldséges bódé mellett kissé jobbra tartva belépünk a parkba, ahol a játszótéren, az Országzászló (és egy határkö) mellett találjuk a **14. ellenőrzőpontot** és a **25/A táv célját**.

A 25/A táv teljesítőinek gratulálunk, nekik és az 50 km-es táv teljesítőinek jó étvágyat kívánunk! Együttal köszöntjük a 25/B távra nevezőket, ők innen kövessék a leírást!

Bélyegzés után balra fordulva átvágunk a focipályán, majd a háromszög alakú téren kezdetben ismét szalagozott úton továbbmegyünk a Feketerigó utcába. Az utca végén jobbra, a Zrínyi Miklós úton enyhe emelkedővel érjük el a gerincen haladó Rézsű utcát. Balra fordulva a Vakond utca sarkán **működő nyomóskutat** találunk. Az úton egyenesen továbbmenve két meredekebb emelkedőt küzdünk le, közben megjelenik a PO jelzés. A legmagasabb pontot követően lefelé folytatódik az út, majd véget ér. Itt balra a sorompóval elzárt földúton, mely később ösvénnyé szűkül – ereszkedünk le a **Remete-szurdok** alsó végébe a **PO** jelzés mentén. Az ismertető táblánál balra fordulunk és a **K** jelzést (együttal a Mária út **m** jelzését) követve végigmegyünk a Remete-szurdokon. A K+ elágazása után átmegyünk a patakon és meredek emelkedőn mászunk fel a **Remete-hegy** platójára. A három távvezeték alatt átmenve a Remete-hegy erdős tetején járunk, majd egy élesebb jobbkanyart követően 50 méterrel a kereszteződésben balra fordulunk és 430 méter múlva a **Remete-hegyi tisztáshoz** érünk, ahol élesen jobbra fordulunk a leágazó **K+** jelzésre (**15. ellenőrzőpont**)!

A **K+** jelzést eleinte mélyúton, később aszfaltozott úton, a Koppány vezér utcán vezet le **Budaligetre**, a 157-es busz fordulójához. A jelzést 2009-ben meghosszabbították, így tovább, egyenesen a Honfoglalás utcán is azt követjük. A forduló után a második keresztutcán a **K+** jobbra elfordul, nekünk azonban a harmadik keresztutcán kell balra fordulni! Ez a József Attila útja, ahol a diófáknál mi balra fordulunk a **S+** jelzés mentén (a buszjárat pedig jobbra...). Meredek lejtőt követően figyeljünk, mivel a jobb oldalon álló 98-as házszámú fehér palota mögött egy kis közön be kell fordulnunk jobbra. A patakon nem megyünk át, hanem a bal partján rövidesen leérünk a **S** és **S+** jelzések elágazásához. Itt jobbra folytatjuk túránkat a **S** jelzés mentén. Kerítés mentén haladunk, majd át egy vashídon a túlpartra. Hamar leérünk a Hidegkúti útra, ahol balra fordulunk. A **solymári SHELL benzinkút** mellett (**FIGYELEM! – FOLYADÉK LEGKÖZELEBB CSAK AZ ARANYHEGYI-PATAKNÁL LESZ**) elsétálva keresztezzük az utat a kijelölt gyalogátkelőhelyen. Jobbra leereszkedünk a Paprikás-patak mellé, és ötször keresztezzük vadiúj hidakon (ha az árvíz el nem vitte) az Alsó-Jegenyevölgyben.

A **Rózsika-forrás** (vize nem iható!) előtt (**16., feltételes ellenőrzőpont**) jobbra letérünk a S jelzésű sétaútról, és a vadregényes Őz-völgy szurdokától balra induló meredek ösvényen, régi **S** jelzésen rövidítjük a jelenkori S jelzés kanyarulatát. Ismét elérve a jelzést felfelé haladunk egy sorompóig. Itt a **S** jelzéssel balra fordulunk. Hamarosan áthaladunk a távvezetékek alatt, a harmadik távvezeték alatt vigyázzunk, mert jobbra le kell térni a széles útról egy keskeny ösvényre. 30 méter múlva, a S▲ jelzés elágazásánál maradunk a S sávon, mivel a környezetvédelmi hatóság számunkra a Kálvária-hegy megmászását nem engedélyezi. Így a Kálvária-hegy északi oldalában, a **S** sávon elmegyünk majdnem egészen a Kötők padjáig. Közvetlenül előtte élesen jobbra fordulunk és a **S▲** jelzés másik ágán mászunk fel a **Szarvas-hegy nyergébe**. Itt találjuk az áthelyezett **17. ellenőrzőpontot**.

A gerincen balra fordulva már az eredeti útvonalon, a **P** kerékpáros jelzésen folytatjuk túránkat, a Szarvas-hegyen át **Tök-hegy** csúcsára. Lefelé érintünk egy kilátópontot, majd a nyeregbe érve a határkö mellett elágazásban balra térünk, 30 méter múlva a következő elágazásban ismét lefelé, a **K – Z** jelzések mentén (a **Z** jelzés nyomvonala 2007 tavaszán módosult). Eleinte a fonódó jelzésen haladunk lefelé, majd az út balra ívelését követően a **Z** balra elválík. Rövidesen kiérünk az erdőből egy cserjésbe, ahol egy rossz minőségű kavicsos utat keresztezünk (**K** kerékpáros jelzés). Amikor a **K** jelzésű út erősen jobbra ível, mi balra letérünk egy kis ösvényre és a határkövek mentén ereszkedünk le a **Rozália téglagyár** felé (melynek bejárata előtt, a villanyoszlopon kéktúra-bélyegző található). Átkelünk a vasúton és 200 méter múlva elérjük a **18. ellenőrzőpontot**, a **K – K+** jelzések elágazásában.

Nem megyünk át a hídon, hanem az **Aranyhegyi-patak** jobb partján, jobbra fordulva folytatjuk utunkat, egészen a vasúti hídig. Amennyiben nem kaszáltak, elég nagy gazban kell előre haladni. A vasúti hídon átmegyünk, majd rögtön utána balra le a lépcsőkön a patakpartra. Átmegyünk a híd alatt, és utána rögtön balra a fenyőfa mellett vezető ösvényen, párhuzamosan a vasúti pályával folytatjuk utunkat a fénysorompóig. Üröm vasúti megállóhely mellett a pályát keresztezve balra tartunk, majd a 2. villanyoszloppal szemben jobbra fel a lépcsősoron a Bécsi útra. Jobbra söröző, telefonfülke, buszmegálló, balra büfé (vasárnap sajnos zárva) található. A jelzőlámpás gyalogátkelőn átmenve balra működő nyomóskutat találunk. Egyenesen megyünk felfelé az Újvár utcán. A halványrózsaszín Csemege üzlet előtt srégen jobbra megyünk tovább felfelé a Határkö utcán. Az utca végén a határkö mellett egyenesen megyünk tovább, a zöld

kerítés mentén. A felhagyott bányák mellett az út először jobbra, később balra ível. Az FGB feliratú határkőnél balra megyünk tovább, egészen fel a gerincre. A K.V.F.V. feliratú kék vascsővég előtt az első ösvényen jobbra fordulunk, a dombtetőn álló magasfeszültségű távvezeték-tartóoszlop felé. A fenyves előtt az ösvény még egyszer derékszögben balra fordul, ezután 40 méterrel viszont a merőlegesen jobbra kiágazó ösvényre térünk. A távvezeték-tartóoszlopot jobbról megkerülve a keresztező ösvényen először balra fordulunk, majd a következő elágazásban jobbra a PT jelzést követve. A továbbiakban a fenyvesben a tanösvényt követve elsétálunk egy zomboly mellett és elérjük a **Péter-hegy** egy tisztásán a tanösvény egyik állomását, és a **19. ellenőrzőpontot**. (K)

A pontról a határárok mentén megyünk tovább hosszasan, továbbra is a tanösvényen. 600 méter múlva balra letérünk a tanösvényt követve a lakópark sarka felé. A Kócsag utcán haladva keresztezzük a Kárókatona utcát, és a következő, Fülemüle utcában jobbra fordulunk. Az utca végén szemközt, kissé balra, a Rókahegyi út túloldalán találjuk a **Róka-hegyi kőbánya** bejáratát (jobbra, az Árvácska utca elején pedig egy rozsdás, de **működő nyomóskutat**). A parkolóban, vagy pedig az úton besétálva a kőbánya udvarában találjuk a **20. ellenőrzőpontot**.

A bányaudvarban jobbra fordulunk, majd egy ráccsal lezárt barlangszáj mellett felmászunk egy kis nyeregbe. Innen balra, meredek lépcsősoron jutunk fel a bánya peremére, ahol a második adandó alkalommal balra térünk. A tisztáson balra térve a földúton feljutunk a **Róka-hegy** tetején lévő új lakópark határába. Itt enyhén jobbra tartva, közvetlenül a házak kerítése mentén próbálunk a bozótosban előre hatolni, mígnem egy balra nyíló utcán be tudunk menni a házak közé. Az utca végén jobbra fordulunk, és a Borostyán utcán megkezdjük az ereszkedést a Róka-hegyről. Az utca végére érve egyenesen megyünk tovább a Fenyves utcában. A telepről kiérve az MPK feliratú betonoszlopok mellett az enyhén jobbra ívelő utat válasszuk. A szemközti erdősáv előtt kissé balra tartva nagyjából párhuzamosan haladunk az erdősávval, most már a **P** jelzésen. A következő elágazásnál a kertek mellé kanyarodunk, és megyünk tovább a szemközti távvezeték-tartóoszlop irányába. A **Pusztá-hegy** tetejének közelében álló tartóoszlop előtti elágazásban élesen jobbra térünk a **P+** jelzésre (jobbra az út menti fán és villanyoszlopon eligazító jelzések). Továbbra is a hétvégi telkek mentén elhaladva lejteti kezd utunk. Az egyenes végén jobbra megtörik jelzett utunk, majd a következő két elágazáson irányváltoztatás nélkül haladunk át (közben a 2. elágazásban a **P+** jelzés jobbra tér). Kiérve egy merőlegesen keresztező széles földútra azon balra, fölfelé fordulunk, és felmászunk a hegytetőre (balra víkendház-telep). Itt a széles út kettéágazik (az útdelta közepén nagy kövek egy rakásra felhalmozva), mi a jobb oldali ágot követjük. A ligetes rész után az út balra ível – vannak leágazások, de nekünk mindig a gerincutat kell követnünk. Kisebb hullámvasutazással átsétálunk a **Zsellér-hegyen**, és elérjük az **Ezüst-hegyi kilátót**, az út bal oldalán, ez egyúttal a **21., feltételes ellenőrzőpont**.

Az út rövidesen aszfaltozottá válik, majd jobbról egyszer csak elfogynak a hétvégi házak. A következő elágazásban az aszfalton maradván jobbra letérünk a lakótelep irányába. Egy balos és egy jobbos kanyart követően a balra elágazó gyalogösvényen felcaplatunk a már messziről látszó **Pusztá-dombi kereszthez**, ami a **22. ellenőrzőpont** (K).

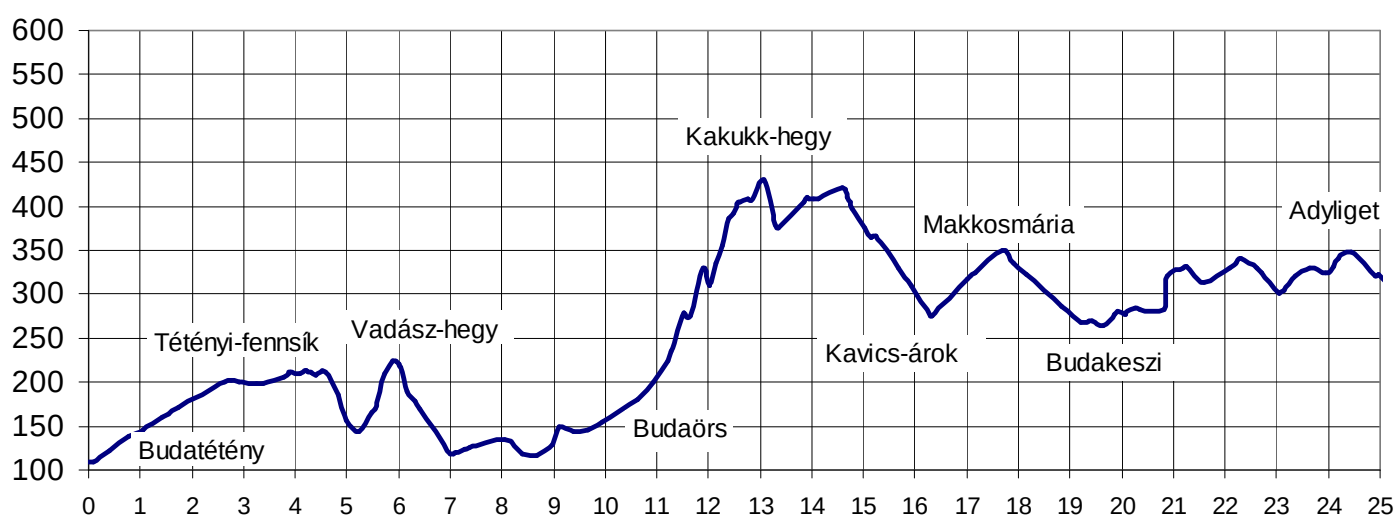
A kereszttől először balra tartunk az ösvény folytatásán és leérünk a kőbányából érkező murvás útra. Ezen jobbra fordulunk, lefelé. 40 m múlva az akácosnál jobbra letérünk egy ösvényre, amely a lakótelep irányába vezet bennünket. Füves lejtőn leérünk a Pusztadombi útra, ahol

jobbra fordulunk. 30 méter múlva, az első sarkon balra fordulunk a Pusztadombi közre, majd tovább egyenesen a Dűne utcán **Békásmegyer** panelháza felé közeledünk. Az út végén átmegyünk a keresztező Táncsics Mihály úton és 40 méterre balra lemegyünk a lépcsőkön a két tízemeletes panelház (Lukács György utca 5-6.) közé. A panelházak mögött a Gulácsy Lajos utcán folytatjuk a menetelést. A Csobánka térre érve elhaladunk a Községi Ház és a Szakorvosi Rendelő között és már láthatjuk **túránk célját**, a **Veres Péter Gimnáziumot**. Az épületet elérve jobbra fordulunk, majd a sarkon balra kanyarodva megtaláljuk a bejáratot, ahol díjazás, gratuláció várja a sikeres teljesítőket és frissítő a túra valamennyi résztvevőjét.

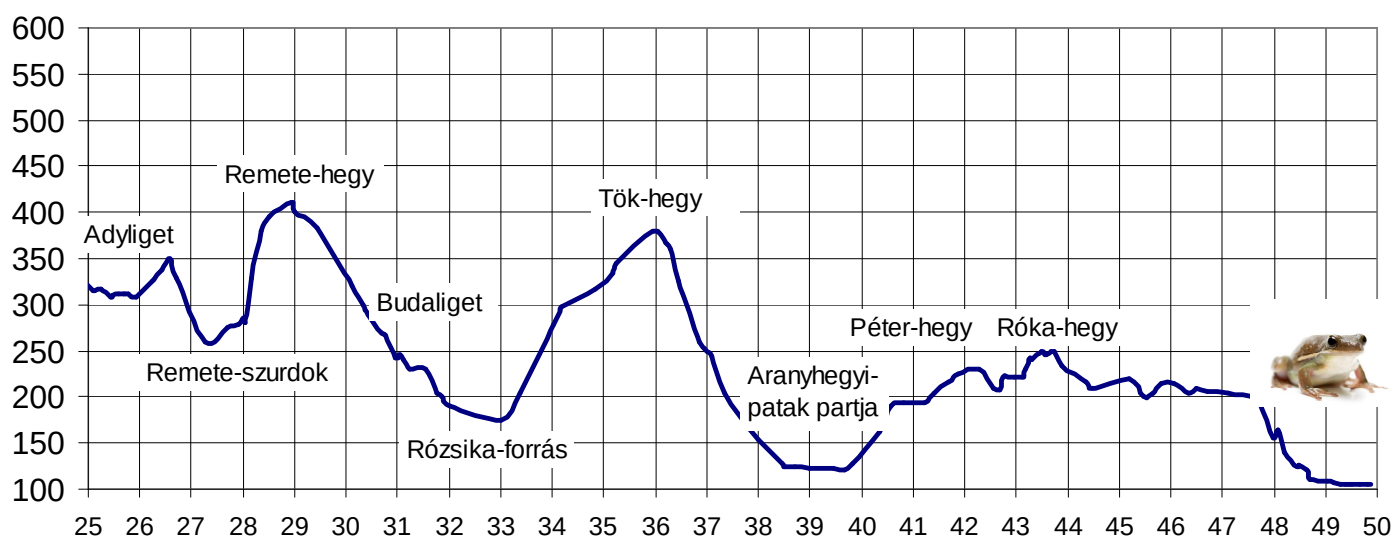
Az iskolából kilépve vissza az épület hátoldaláig, egyenesen ki az Ország útig, azon balra a Csobánka térig, majd jobbra egy aluljárón át érhető el innen **Békásmegyer HÉV-állomás** (460 m).

Reméljük, tetszett a túra, kellemesen elfáradtál. Kellemes hazautazást és további szép napot kívánunk!

Buda határán 50, 25/A teljesítménytúra hosszmetszete



Buda határán 50, 25/B teljesítménytúra hosszmetszete



A budapesti határkövekről...

Pest-Buda-Óbuda egyesítésekor a Városi Honatyák elrendelték, hogy „a határok mentén elhelyezett kövekkel” pontosan és szemléletesen jelöljék meg a Főváros határait. A budai oldalon 1878-82 között kihelyezett köveket 101-325 sorszámmal látták el (Az 1-100 sorszámot a pesti kövek kapták.). Az akkor 41 km hosszú budai határvonalon elhelyezett 225 kőből az 1995-ös felméréskor 177 volt fellelhető, ebből 166 az eredeti helyén vagy annak közelében. Néhány, a helyéről elmozdított követ a zuglói Bosnyák téren, a Geodéziai Emlékparkban helyeztek el. Például itt látható a 101-es számú, eredetileg Békásmegyeren álló határkő.

A budai oldalon a határkövek 50x50x150-200 cm méretű, hasáb alakúra faragott budai mészkő oszlopok. Az oszlopok egyik oldala BUDAPEST feliratú, és a főváros irányába tájolt. A kő hátoldalára a szomszédos település nevét (Békásmegyer, Üröm, Solymár, Hidegkút, Nagykovácsi, Budakeszi, Budaörs, Tétény, Promontor) vésték. Ezen kívül a felállítás éve, és egyes köveken az utólag készített háromszögelési pont vagy szintezési csap található.

(dr. Szentpétery Tibor: A XVIII. - XIX. században kihelyezett budapesti határkövek albuma, 1995)

FELHÍVÁS

a parlagfű terjedésének visszaszorítására

A Hegyek Vándorai Turista Egyesület, a Kinizsi Természetbarát Egyesület, a Teljesítménytúrázók Társasága alapszabályaikban meghatározott céljuk - az egészség megőrzése - érdekében közös akciót szervez „áldozz néhány percet” címmel a parlagfű terjedésének visszaszorítására.

Korunk egyik kínzó és egyre több embert érintő betegsége a szénanátha. Ennek a szezonhoz kapcsolódó, időszakos betegségnek kiváltói között a főszerepet a parlagfű tölti be. A fészkesek családjába tartozó ürömlevelű parlagfű egyéves növény. Július közepétől októberig elhúzódó virágzása alatt millió számra jutnak pollenjei a levegőbe, amely a magyar lakosság kb. 30 %-ának okoz nehezen elviselhető, különböző súlyosságú allergiás tüneteket. Ha nyáron láz nélküli, megfázásos tüneteket észlelünk magunkon, akkor azt minden bizonnyal valamilyen allergén okozza, a legtöbb esetben ez az igénytelen, igen agresszív gyomnövény, amelynek egyetlen egyede 3000-4000 csíráképes magot érlel évente. Amerikából került Európába. Hazánkban 1908-ban Orsovánál észlelték először, 1920-ban Somogyban, 1930-ban a Kisalföldön, 1960-ban már a Duna-Tisza közén is gyakori. 1997-ben a legelterjedtebb gyomnövényként regisztrálják.

Túraterületeink jelentős része - főleg az Északi-középhegységben - még nem, vagy gyengén fertőzött. A mezőgazdasági művelésű területektől távolabb eső erdőrészekben szórványosan megjelenő egyedek még gyomlálással felszámolhatók. Túránk során - még teljesítménytúrák esetében is - szánjunk rá egy kis időt, hogy gátat vessünk a parlagfű terjedésének.

Várjuk további szervezetek jelentkezését és csatlakozását a program további folytatásához, népszerűsítéséhez.

A túra fontosabb adatai, hosszmetszete

Túránk főbb pontjai	Jelzés	Táv (km)		Szint (m)		Ep.	Nyitva
Budatétény, Mc Donald's	-	0,00	0,00	0	0	R.	7:00 - 9:00
Szent Mihály-kápolna	szalag	1,56	1,56	56	56	1K	folyamatosan
Tétényi-fennsík, tanösvény	szalag	2,21	3,77	49	105	2.	7:28 - 9:56
Kamaraerdő, mozgópont	sz, PÜ	1,23	5,00	18	123	3F	7:37 - 10:15
Kamaraerdő, erdészház	PÜ	0,22	5,22	0	123		
Vadász-hegy	P	0,78	6,00	82	205	4.	7:40 - 10:30
41-es villamos megállója	szalag	1,01	7,01	0	205		
Egér út, autópálya-híd	Z	1,98	8,99	38	243		
Felsőörsöd utca kezdete	szalag	0,41	9,40	20	263	5F	8:10 - 11:21
Tűzkő-hegy, parkerdő	szalag	2,13	11,53	137	400	6K	folyamatosan
Frank-hegyi turistaház	sz, PÜ	1,04	12,57	155	555	7.	10:00 - 12:08
Kakukk-hegy	szalag	0,49	13,06	30	585	8K	folyamatosan
Irhás-árok	szalag	0,23	13,29	0	585		
Csillebérc, buszforduló	régi Z	0,75	14,04	40	625	9.	8:45 - 12:30
Budaörsi-hegy oldala	SÜ, P, sz	0,74	14,78	24	649	10K	folyamatosan
Kavics-árok	sz, PM	1,50	16,28	6	655		
Makkosmária, templom	P	0,87	17,15	50	705	11.	9:05 - 13:17
Budakeszi, Virág-völgy	Mária út	2,07	19,22	30	735		
Budakeszi, Szarvas tér	Mária út	1,65	20,87	68	803		
Kiskegyed játszótér	műút	0,72	21,59	12	815	12.	9:30 - 14:20
Petneházy-rét	régi Z+	1,78	23,37	55	870		
Adyligeti-erdő sarka	műút, sz	0,83	24,20	25	895	13F	9:50 - 15:00
Adyliget, játszótér	P, sz	1,40	25,60	15	910	14.	10:00 - 15:20
Hosszú-erdő-hegy széle	szalag	0,97	26,57	43	953		
Remete-szurdok alsó vége	PO	0,69	27,26	7	960		
Remete-hegy, elágazás	K	2,17	29,43	160	1120	15F	10:38 - 16:05
Budaliget, Honfoglalás u.	K+	1,25	30,68	0	1120		
Jegenye-völgy, elágazás	S+	0,57	31,25	3	1123		
Solymár, benzinkút	S	0,62	31,87	3	1126		
Rózsika-forrás	S	1,14	33,01	8	1134	16F	11:14 - 16:43
Szarvas-hegyi nyereg	sz, S, S▲	2,23	35,24	188	1322	17F	11:36 - 17:10
Csúcs-hegyi-nyereg	P☹	0,99	36,23	40	1362		
Rozália téglagyár	K, sz	2,22	38,45	2	1364		
Aranyhegyi-patak partja	K	0,25	38,70	1	1365	18.	12:11 - 17:52
Üröm, vasúti megállóhely	szalag	0,98	39,68	3	1368		
Péter-hegy, tanösvény	szalag	2,18	41,86	112	1480	19K	folyamatosan
Róka-hegyi kőbánya	PT, sz	1,26	43,12	20	1500	20.	12:55 - 18:45
Pusztá-hegy, P-P+ elág.	sz, P	2,07	45,19	50	1550		
Zsellér-hegy	P+, sz	1,32	46,51	20	1570		
Ezüst-hegyi kilátó	szalag	0,60	47,11	6	1576	21F	13:35 - 19:33
Pusztá-domb, kereszt	szalag	0,96	48,07	10	1586	22K	folyamatosan
Veres Péter Gimnázium	sz, műút	1,36	49,43	4	1590	C.	14:00 - 20:00
Békásmegyer, HÉV-állomás	-	0,46	49,89	0	1590		

Vastag betű: ellenőrzőpont, **dőlt:** feltételes ellenőrzőpont, aláhúzott: frissítőpont.

A jelzéseket szalagokkal egészítettük ki, ahol szükséges!

Név: _____	Rajtszám: _____
Rajtidő: _____	Érkezési idő: _____
Menetidő: _____	

R. Budatétény	1. Szent Mihály-kápolna	2. Tétényi-fennsík	3. Kamaraerdő <i>feltételes pont</i>
	<i>Melyik évszám szerepel a tábla alsó sorában?</i>		
	A 1780		
	B 1992		
	C 2007		
4. Vadász-hegy	5. Felsőörsöd utca <i>feltételes pont</i>	6. Tűzkő-hegy, 4.áll. <i>Melyik állat fényképe található a táblán?</i>	7. Frank-hegyi turistaház
		A erdei pocok	
		B nagy fakopáncs	
		C róka	
8. Kakukk-hegy <i>A csúcskő É oldalának alsó részén lévő szám?</i>	9. Csillebérc	10. Budaörsi-hegy oldala <i>Milyen színű a közeli magasles?</i>	11. Makkosmária
A 1337		A zöld	
B 1387		B barna	
C 1877		C fekete	
12. Kiskegyed játszótér	13. Adyligeti-erdőfolt <i>feltételes pont</i>	14. Adyliget <i>25/A cél - 25/B rajt</i>	15. Remete-hegy <i>feltételes pont</i>
16. Rózsika-forrás <i>feltételes pont</i>	17. Szarvas-hegy ny. <i>feltételes pont</i>	18. Aranyhegyi-patak	19. Péter-hegy, T <i>A táblán olvasható legkisebb évszám?</i>
			A 1873
			B 1878
			C 1982
20. Róka-hegyi kőbánya	21. Ezüst-hegyi kilátó <i>feltételes pont</i>	22. Pusztadomb <i>Mely hónapban volt nagyon szerelmes Sanyi és Gaby?</i>	C. Békásmegyer
		A május	
		B augusztus	
		C szeptember	

Amelyik ellenőrzőponton nincs pontőr, ott a kihelyezett zsírkrétával kell bejelölni a helyes választ, vagy felírni a kihelyezett lapon szereplő kódot! A feltételes ellenőrzőpontokon is előfordulhat, hogy csak zsírkréta lesz + egy kihelyezett A4-es fehér lap, rajta ellenőrzőkód. Ha valamelyik ellenőrzőponton – a táblázatban megadott nyitvatartási időben – nem találsz pontőrt és kihelyezett igazolóeszközt sem, bátran menj tovább!