

# **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 **néhány ponton biztosan nem találsz pontórt**, hanem Neked kell az igazolásoknál **feltett kérdésre a megfelelő választ bejelölnöd, elsősorban a pontra kihelyezett zsírkrétával! A pontok egy része feltételes** (ezeken nem biztos, hogy lesz pontőr, illetve igazolóeszköz kihelyezve), ezeket az összefoglaló táblázatban dőlt 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 ellenőrzőponton, amennyiben elvesztetted a sajátodat, ott érdeklődj.
5. A túra útvonala részben jelzett, vagy régebben jelzett (de ma már hivatalosan nem jelzett) turistautakon vezet. A jelzetlen szakaszokon 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 évről-évre kénytelenek vagyunk az útvonalat kissé megváltoztatni.
7. Ha úgy határozol, hogy a túrát megszakítod, kérjük, ezt a legközelebbi ellenőrzőponton 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, Makkosmárián, és az Aranyhegyi-pataknál számíthatsz némi frissítőre.

Az egyesületünkről bővebb információt itt találsz:

**[www.teljesitmenyturazoktarsasaga.hu](http://www.teljesitmenyturazoktarsasaga.hu)**

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

# A túra útvonalának részletes leírása

*Budatétény – Szent Mihály-kápolna – Szoborpark Múzeum – 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 – Nagykocsmáros-dűlő – **Adyliget** (játszótér) – Remete-szurdok – Remete-hegy – Budaliget – Solymár, Shell benzinkút – Alsó-Jegenye-völgy – Rózsika-forrás – Őz-völgy – 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 – Zsellér-hegy – Ezüst-hegy – Puszta-domb, kereszt – **Békásmegyer** (Veres Péter Gimnázium)*

**1** 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. Néhány pincét, a tűzoltóságot és egy sporttelepet elhagyva a főút balra kanyarodik. Itt még követjük, majd a kanyar után jobbra a Kapu utca **utáni** utcába fordulunk. Ez a Kápolna utca, mely először balra kanyarodik (a Reménysugár Habilitációs Intézet rózsaszín épülete előtt), majd jobbos kanyart követően alacsony lakótelep mellett haladunk el. Az egyenes végén jobbra tartunk (továbbra is az aszfaltos úton) és rövidesen a **Szent Mihály-kápolnához** érünk. Ez az **1. ellenőrzőpont**, válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre! (A kápolnával szemben nyomóskutat találunk.)

**2** Miután a feltett kérdésre válaszoltunk, a Kápolna utcán továbbmenve ismét elérjük az autóbuszjárat útvonalát. Itt az úttest bal oldalán, a járdán haladunk a 7-es főútig. A buszfordulóhoz érve már feltűnik szemközt a **Szoborpark** téглаépítésű bejárata. Kissé balra térve a jelzőlámpás gyalogátkelő segítségével keresszük a forgalmas (7-es) Balatoni utat és elhaladunk a múzeum bejárata előtt. Itt a **2. ellenőrzőpont**, ne felejts el válaszolni az ellenőrzőkérdésre!

**3** A múzeum bejáratától tovább a FitoLand kertészet irányában folytatjuk a túrát. A **Tétényi-fennsík** tanösvény kissé benőtt ismertető tábláját elhagyva egyenesen megyünk tovább a Szabadkai, később Rókales utcán (kék Mária út jelzés). Az utca végében egy határkő mellett, beton útelzárók között a P körséta jelzéssel belépünk a **Kamara-erdőbe**. Széles erdei úton, később keskenyedő ösvényen haladunk, majd 620 méter múlva balra fordulva kiérünk az erdő szélére. Jobbra tartunk az erdő szélén, majd egy hatszögű „Természetvédelmi terület” táblánál derékszögben jobbra betérünk, egy az úttól jobbra, a bozótban álló, turistajelzéssel is ellátott határkőnél. Továbbra is a P körséta jelzést követjük. Az út eleinte jobb, majd balra tart, néha kissé emelkedik. A jelzett út mentén az egyik tanösvény-táblánál ellenőrzőhelyre számíthatunk, ez a **3., feltételes ellenőrzőpont!**

**4** 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 jelzés, 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**.

**5** Az antennatorony előtt balra térünk a P jelzésen, majd 40 méter múlva az erdőben a P jelzésű sétaútról is letérünk balra egy lejtőssé váló ösvényre. Az ösvényen addig megyünk, mígnem elérünk egy keresztező széles ösvényt, melyen balra fordulunk. Ezen továbbra is lefelé megyünk, majd ahol elágazik (egy telefonpózna mellett) ott jobbra előre 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 kék Mária út jelzésre, melyet egészen a Budaörsi útig követünk! A Budapest – Győr vasútvonal keresztezése után jobbra élelmiszerüzletet találunk. Mi jobbra előre folytatjuk utunkat a Kőérberki úttal párhuzamos kerékpárúton (balra a Budaörsi repülőtér látható). Utunk a Vitorlázó út nevű buszmegállóig enyhén emelkedik, utána meredekebben lejt.

**ÚTVONALVÁLTOZÁS!** Az Örsöddűlő nevű buszmegállónál tovább haladunk egyenesen, átkelünk az Egér úton. A következő, **Keserűvíz-forrás** nevű buszmegállónál van az **5. ellenőrzőpont** - válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre!

**6** Az M1/M7 autópálya alatti közúti aluljárón át érjük el a **Budaörsi utat**. A kijelölt gyalogátkelőn átmegyünk és balra fordulva a kerékpárúton haladunk a városból kifelé. A virágpiac közelében a Mária út jelzés jobbra eltér, de mi tovább haladunk egyenesen. Az út emelkedni kezd, balról betorkollik a korábban már keresztezett Egér út, így érjük el a város határán épített Shell benzinkutat. (Folyadékpótlás!) A benzinkútnál jobbra fordulunk, és felfelé indulunk a Felsőhatár utcán. A Farkasréti út elágazása után keskenyebbé válik az út, majd 290 m múlva a város határát átmenetileg elhagyva balra fordulunk, a Tűzkőhegy utcába. 270 m múlva az utcából jobbra, lépcsőn indulunk az erdőbe és végigsétálunk a **Tűzkő-hegy** gerincén vezető tanösvényen. A tanösvény mentén az egyik esőháznál találjuk a **6. ellenőrzőpontot**.

**7** A parkerdő kapuját elhagyva a Merengő utcán jobbra visszatérünk a Felsőhatár utcához, melyre balra befordulunk. Itt már csak egy meredek benőtt ösvényen tudunk továbbmenni. A Felsőhatár út 137. házáznál elérünk egy műutat, melyen jobbra fordulunk, és pihenésképpen lefelé megyünk egy keveset. A lejtő alján balra fordulunk az erdőbe és a **P körséta** jelzésen 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 elágazáshoz**, válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre! (A turistaházba nem kell bemenni, de igazolásul a ház pecsétjének lenyomatát is elfogadjuk).

**8** A turistaház kapuján kilépve jobbra, a közös **P négyzet – P körséta** jelzések mentén indulunk, de 50 méter múlva, a turistaház kertje sarkának vonalában balra letérünk a jelzésről egy benőtt, kidőlt fákkal nehezített ösvényre. Később egy 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, ez a **8. ellenőrzőpont**, válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre!

**9** Innen meredek lejtővel érkezünk le az **Irhás-árokba**. Az árok szélén vezető földúton balra, majd 50 m múlva jobbra fordulunk. Mindvégig az árok bal partján emelkedünk. Egy sorompó után a jelzett (P négyzet) úton jobbra fordulunk és elsétálunk **Csillebércig**, a 21-es autóbusz fordulójáig (új neve: Wigner Jenő Pál tér). Itt találjuk a **9. ellenőrzőpontot** és egy működő nyomóskutat is.

**10** Pecsételek után visszamegyünk 100 méterre 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 a jelzésről. Egy érdekes **magasles** felé indulunk a **Budaörsi-hegy oldalában**, ez a **10. ellenőrzőpont**; válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre!

**11** A benőtt ösvényen továbbmegyünk a 209/70 törpe határáig. 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 csöfadt műutat elérve, azon jobbra fordulunk 200 méter erejéig, majd egy táblánál induló ösvényen letérünk balra. A lejtős ösvényen 420 méter megtéve az ötös elágazásban keresztezzük a **S** jelzést, és a szemközti utak közül a jobbra előre induló, a Meteor túrák kapcsán piros **M** betűvel jelzett ösvényt válasszuk. Tovább is a határárokkal párhuzamos utakat követjük, figyelve a piros **M** jelzést, amíg le nem érünk a **Kavics-árokba**. Itt egy szélesebb utat keresztezünk, a piros **M** jelzés derékszögben balra eltér, mi egyenesen továbbmenve 60 m múlva becsatlakozunk a jobbról érkező, fehér zúzottkővel felszórt **P** jelzésű sétaútra. Fiatalabb, majd idősebb erdőben haladunk, ahol egy sorompóhoz érünk. Itt szemben, a kerítés mentén (és nem balra!) a **Z+** jelzést követve rövidítjük a **P** jelzés kanyarulatát, és a tisztásnál balra **Makkosmária** temploma elé érünk. Ez a **11. ellenőrzőpont**. A pontőrök valahol a tisztáson lesznek, várhatóan egy padnál!

**12** 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 megyünk tovább egyenesen, a lila **m** jelzésen. Érintjük a **Kálvária-hegyet**, majd nagyjából szintben haladva keresztezzük a **Virág-völgyet** és benne a **P+** jelzést. A sétaút lejtenei kezd, majd egyszer csak balról csatlakozik egy szélesebb, autókkal járt út. Ezen az úton továbbmegyünk és utunktól jobbra hamarosan megpillanthatunk 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 méterre megyünk jobbra, majd balra fordulunk az Erkel utcába. (Az Erdő u. sarkánál nyomóskutat találunk.) Mielőtt a jelzőlámpás csomópontba érnénk, jobbra fordulunk és felmászunk a Gyöngyvirág utcán, egészen annak felső végéig.

Budakeszi szélén, az emlékműnél balra letérünk a Mária zarándokútról és a Fő utat keresztezve, a buszmegálló mellett a névadó Szanatórium utcán folytatjuk menetelésünket, majd az Országos Rehabilitációs Központ portája előtt jobbra fordulunk. A parkoló végénél egyenesen (a három út közül a jobboldalin), lefelé megyünk tovább az erdőben a Vadasparkhoz vezető keskeny műúton, vagy egy idő után attól balra a párhuzamos erdei ösvényen. A lejtő végén a műút derékszögben balra fordul, szemközt a Vadaspark ingyenes, murvás parkolója, jobbra a tisztáson a **Kiskegyed játszótér** található. E tisztás túlsó végén a padoknál van a **12. ellenőrzőpont**.

**13** Igazolás után visszamegyünk az útkereszteződésig, és jobbra fordulva folytatjuk túránkat a murvás parkolón át, eleinte enyhe emelkedőn. Kék kerékpár és PB10 jelzések, illetve ismét a régi határkövek is segítik tájékozódásunkat. A Vadaspark kerítése mentén – az új **P+** és **kerékpár** jelzésen – jobbra tartva elérjük a szakasz legmagasabb pontját. Lefelé menve rövidesen egy útvillába érünk, ahol balra a **P+** jelzésen megyünk tovább (jobbra régi határkö, a kerékpár jelzés jobbra el). A következő elágazásban jobbra térünk és a régi határárookban haladunk lefelé. Az erdészház mellett ismét leérünk az elhagyott széles útra, amely átvezet a patak feletti hídon és hamarosan elérjük a Petneházy Club Hotel és Étterem fakerítésének sarkát. Itt a kereszteződésben

derékszögben balra fordulunk (ismét a kerékpár jelzéssel) a Juliannamajorba (a Cserkészpark felé) vezető műútra. A **Nagykocsmáros-dűlő** után leereszkedünk, de még mielőtt a lejtő aljára érénk, jobbra térünk a lovasok által kijárt földútra. Elérjük az erdő szélét és átmegyünk az első távvezeték alatt. Ezután kiérkezünk a **P** jelzésű földútra (itt a **13., feltételes ellenőrzőpont**), melyen jobbra fordulunk és felmegyünk a gerincre.

**14** 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, 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 kijelölt gyalogátkelőhelyen. Az alkalmi zöldekes bódé mellett belépünk a parkba, ahol a játszótér sarkában, az esőháznál 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!**

**15** Bélyegzés után továbbhaladunk az esőház mellett a gyalogúton, 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 két meredekebb emelkedőt küzdünk le. A legmagasabb pontot követően lefelé folytatódik az utca, majd véget ér. Itt balra a sorompóval elzárt földúton – mely később ösvénnyé szűkül – a balról csatlakozó **K körséta** jelzés mentén ereszkedünk le a **Remete-szurdok** alsó végébe. Az ismertető táblánál balra fordulunk és a **K** jelzést (egyúttal a Mária út **m** jelzését) követve végigmegyünk a Remete-szurdokon. A K+ elágazásánál a **K** jelzést követve 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., feltételes ellenőrzőpont)!

**16** A **K+** jelzés eleinte normál erdei úton, később mélyúton, végül aszfaltozott úton, a Koppány vezér utcán vezet le **Budaligetre**, a 157-es busz fordulójához, majd tovább, a Honfoglalás utcán. A forduló után a második keresztutcán a **K+** jobbra elfordul, nekünk azonban a harmadik keresztutcán kell balra fordulni! Ez a József Attila utca, 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 után jobbra be kell fordulnunk az új szennyvíztelep mellé. 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! – IVÓVÍZ LEGKÖZELEBB CSAK AZ ÜRÖMI VASÚTÁLLOMÁSNÁL – INNEN 8,5 km – LESZ,**) elsétálva keresztezzük az utat a kijelölt gyalogátkelőhelyen. Jobbra leereszkedünk a Paprikás-patak mellé, és ötször keresztezzük azt hidakon (ha az árvíz el nem vitte) az Alsó-Jegenye-völgyben.



**17** A **Rózsika-forrásig** (nem ivóvíz!) nem megyünk el, mert **előtte a 16., feltételes ellenőrzőpontnál** jobbra letérünk a **S** jelzésű sétaútról, és a vadregényes Óz-völgy szurdokától balra induló meredek ösvényen, **rövidítjük a S jelzés kanyarulatát**. Ismét elérve a **S** jelzést felfelé haladunk egy sorompóig. A sorompó **után** derékszögben balra fordulunk (útvonalváltozás, ez a **S** sáv új nyomvonala). A Kálvária-hegy északi oldalában, a **S** sávon megyünk kb. 1600 métert a Kötők padja irányába. Egy rövid, erős emelkedő után jobbra 8-10 m magas szikla magasodik az út fölé. Közvetlenül **előtte** élesen jobbra fordulunk és a **S▲** jelzésen mászunk fel a **Szarvas-hegy nyergébe**. Itt (vagy balra 50 m-re a kilátópontnál) találjuk a **17. ellenőrzőpontot**.

**18** A gerincen balra fordulva és a kilátópontot elhagyva (a térképen **P** kerékpárral jelzett, az erdőben jelzetlen úton) folytatjuk túránkat, a Szarvas-hegyen át a **Tök-hegy** csúcsára. Lefelé érintünk egy újabb kilátópontot (**Vera pihenő**), majd a nyeregbe érve a határkő melletti elágazásban balra térünk, 30 méter múlva a következő elágazásban ismét balra, lefelé, a **K – Z** jelzések mentén. Eleinte a fonódó jelzésen haladunk, majd az út balra ívelését követően a **Z** balra elvágik; mi maradunk a **K** jelzésen. Rövidesen beérünk egy fiatalabb erdőbe, ahol egy rossz minőségű kavicsos utat keresztezünk (**K** kerékpáros jelzés). Amikor a **K** jelzésű út erősen jobbra ível, mi balra letérünk róla egy kis ösvényre, és a határkövek mentén ereszkedünk le a **Rozália téglagyár** felé (melynek bejárata előtt, a villanyoszlopon kéktúra-bélyegző található). Mivel az Aranyhegyi-patak új nyomvonala terelt szakaszának partja járhatatlan, a **18. ellenőrzőpontot** az erdő sarkánál, az újjáépített vasúti átjárónál találjuk.

**19** Jobbra fordulva, a Budapest-Esztergom vasút nyomvonalával párhuzamos Solymárvölgyi úton folytatjuk túránkat. Hamarosan házak közé érünk, ahol balra fordulunk a Solymári közre. Az **Üröm vasúti megállóhely** vágányai után balra fordulunk, majd egy villanyoszloppal szemben jobbra felmegyünk a keskeny lépcsősoron a Bécsi útra. Jobbra söröző, buszmegálló, balra mini élelmiszerüzlet található. A jelzőlámpás gyalogátkelőn átmelve balra működő nyomóskutat találunk. Egyenesen megyünk felfelé az Újvár utcán. Egy **Y** elágazásban sárgásbarna épület előtt jobbra felfelé megyünk tovább a Határkő utcán. Egy utcasarkon álló határkő mellett egyenesen megyünk tovább, a következő utcába (**Kőpor utca**) viszont befordulunk jobbra. A **Kőpor** utcából az első saroknál balra térünk egy névtelen utcába (**Ürömhegyi lejtő**, de nincs kitéblázva). Az utolsó házak után az utca jobbra fordul, de mi egyenesen haladunk cserjék között egy beszűkülő ösvényen. Elérünk egy fehér murvás utat, amelyen jobbra 100 métert haladunk. A „**MAGÁNTERÜLET**” táblánál jobbra fordulunk az erdőbe, majd 40 méterrel később a két út közül a baloldalt választjuk. Néhány métert haladva kirajzolódik baloldalt a határárok, ezt követve emelkedünk a hegy gerincéig. Egy helyen az árok jobb oldala (a budapesti oldal) járhatatlanná válik, ott áttérünk az árok bal oldalára. Sziklássá váló ösvényen érjük el a **Péter-hegyi** tanösvényt a 117-es számú határkőnél (itt a korábbi években a tanösvény ismertető táblája állt, sajnos már hiányzik), amely egyúttal a túra **19. ellenőrzőpontja**. Válaszolj az igazolófüzet hátoldalán feltett kérdésre!

**20** A pontról a határárok mentén megyünk tovább hosszasan, már a tanösvényen (**PT** jelzés). 600 méter múlva balra letérünk a jelzést követve a lakópark sarka felé. A Holló közön haladva keresztezzük a Kárókatona utcát, és a következő, Fülemüle utcában jobbra fordulunk. Az utca végén szemközt, kissé balra, a Rókahegyi út túloldalán találjuk a **Rókahegyi kőbánya** bejáratát (szemben, az Árvácska utca elején pedig egy **működő nyomóskutat**). A parkolóban, vagy sorompót megkerülve és az úton besétálva a kőbánya udvarában találjuk a **20. ellenőrzőpontot**.

**21** A bányaudvarban jobbra fordulunk, majd egy ráccsal lezárt barlangszáj mellett felmászunk egy kis nyeregbe. Innen balra fordulva a P▲ jelzést követjük, meredek lépcsősoron jutunk fel a bánya peremére. Követjük a bánya peremét, majd derékszögben balra fordulva meredeken ereszkedünk egy szintűtig, ahol a P sáv jelzésen balra fordulunk. 300 méter múlva az erdei tanyát jobbról kerüljük, átvágunk egy fenyvesen és elhaladunk a Bubu-forrás fölött. Egy esetenként szemetes földúton jobbra térünk, majd 180 méter múlva, az erdő sarkán balra. Villanypásztorral elzárt területek, később jobbról bozósáv, majd hétvégi kertek szegélyezik az utat, mely egy balról érkező aszfaltútra csatlakozik. Ahol jobbról a telkek elfogynak, a **Pusztá-hegy** előtti elágazásban élesen jobbra térünk a P+ jelzésre (jobbra az út menti diófán és villanyoszlopon eligazító jelzések). Továbbra is a hétvégi telkek mentén haladva lejteni 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 (egy markáns facsoport felé) 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 ágat követjük. A ligetes rész után az út balra ível, megpillantjuk a Megyeri-hidat. Vannak leágazások, de nekünk mindig a gerincutat kell követnünk. Kisebb hullámvasutazással átsétálunk a **Zsellér-hegyen**, utunk aszfalozottá válik és a Meggy utca 72-vel szemben elérjük az **Ezüst-hegyi kilátó hült helyét**, és egy nagyobb tisztást az út bal oldalán, ez egyúttal a **21., feltételes ellenőrzőpont**.

**22** Továbbmegyünk az aszfalozott úton, mely a hétvégi házakat elhagyva jobbra erősen ereszkedni kezd, Békásmegyér felé. A meredek lejtőn haladva megpillantunk szemközt egy dombot, a tetején keresztel. Közvetlen előtte az aszfaltot elhagyva egy meredek, szűk ösvényen (figyeljünk a lábunk elé!!!) felmászunk a már messziről látszó **Pusztadombi kereszt**hez, ami a **22. ellenőrzőpont**.

**23** A kereszt előtt leereszkedünk a meredek és csúszós ösvényen egy kis rétre, melynek végén a Meggy utca aszfaltján a lakótelep irányába haladunk tovább. (Alternatív útvonal: a kerestől visszamegyünk az ösvényen aszfaltútig, és azon balra ereszkedünk a házakig.) Keresztezzük a Pusztadombi utat (vigyázz, itt már autóbusz jöhet!), és az Égető utcán **Békásmegyér** panelházai felé közeledünk. Az utca végén balra fordulunk a Táncsics Mihály útra, és a Dúne utca torkolata után jobbra az úttesten átkelve 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 Közösségi 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 tornaterem bejáratát, ahol díjazás, gratuláció várja a sikeres teljesítőket és frissítő a túra valamennyi résztvevőjét.

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

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



## 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 (Békásmegyér, 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

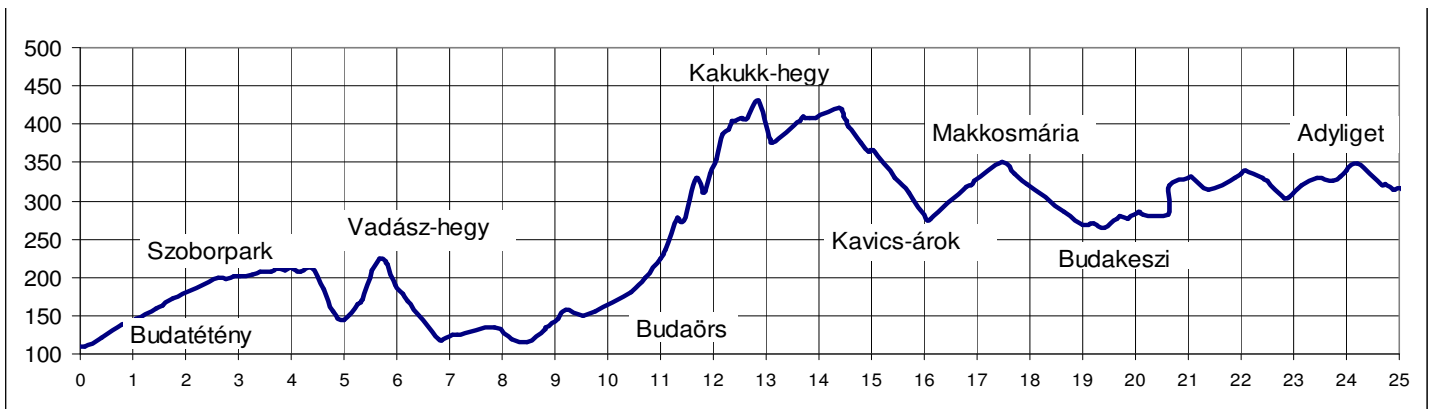
A Hegyek Vándorai Turista Egyesület, a Kinizsi Természetbarát Egyesület, a Teljesítménytúrázók Társasága alapszabályaikban meghatározott céljuk - az egészség megőrzése - érdekében közös akciót szervez „áldozz néhány percet” címmel a parlagfű terjedésének visszaszorítására.

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.

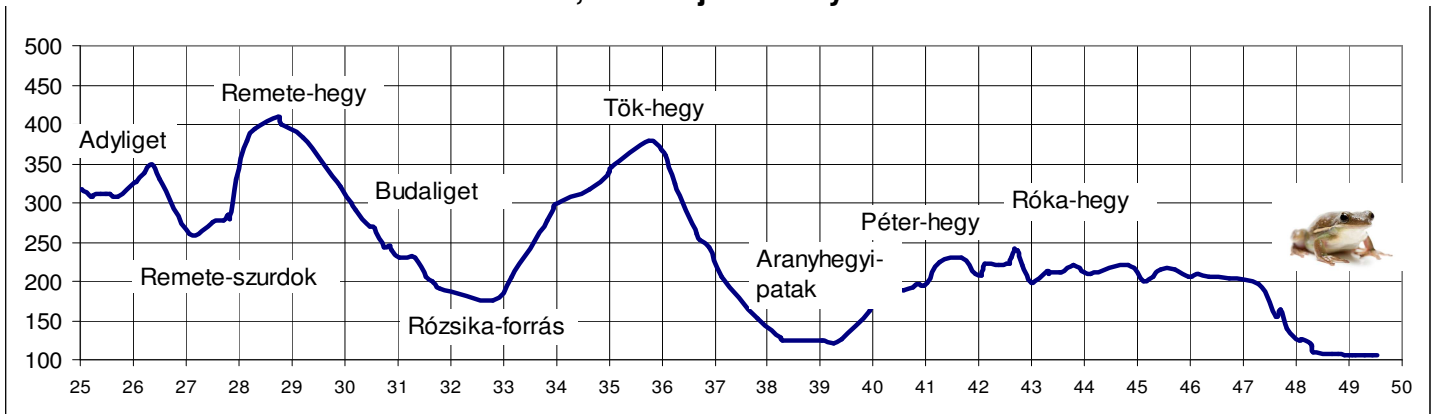
Túraterületeink jelentős része - főleg az Északi-középhegységben - még nem, vagy gyengén fertőzött. A mezőgazdasági művelésű területektől távolabb eső erdőrészekben szórványosan megjelenő egyedek még gyomlálással felszámolhatók. Túránk során - még teljesítménytúrák esetében is - szánjunk rá egy kis időt,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

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

### A Buda határán 50, 25A teljesítménytúra hosszmetrete



### A Buda határán 50, 25B teljesítménytúra hosszmetrete



Budapest kb. 70 km hosszú pesti oldali határát augusztusban járhatod végig a **Pest határán kerékpáros** teljesítménytúránkon. Szeretettel várunk!



Aki egy naptári évben teljesíti a Buda határán 50 km-es gyalogos távját és az augusztusi Pest határán 70 km-es kerékpáros túrát is, érem díjazásban részesül.

## A túra fontosabb adatai

| Túránk főbb pontjai                  | Jelzés    | Táv (km) |              | Szint (m) |             | Ep. | Nyitva        |
|--------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|-------------|-----|---------------|
| <b>Budatétény, Mc Donald's</b>       | -         | 0,00     | <b>0,00</b>  | 0         | <b>0</b>    | R.  | 7:00 - 9:00   |
| <b>Szent Mihály-kápolna (K)</b>      | szalag    | 1,56     | <b>1,56</b>  | 56        | <b>56</b>   | 1.  | folyamatosan  |
| <b>Szoborpark bejárata (K)</b>       | Km        | 1,21     | <b>2,77</b>  | 36        | <b>92</b>   | 2.  | folyamatosan  |
| <b>Kamaraerdő, mozgópont</b>         | Km, P∪    | 2,02     | <b>4,79</b>  | 27        | <b>119</b>  | 3.  | 7:40 - 10:20  |
| Kamaraerdő, erdészház                | P∪        | 0,22     | 5,01         | 0         | 119         |     |               |
| <b>Vadász-hegy (FP)</b>              | P         | 0,78     | <b>5,79</b>  | 82        | <b>201</b>  | 4.  | 7:50 - 10:40  |
| 41-es villamos megállója             | szalag    | 1,01     | 6,80         | 0         | 201         |     |               |
| <b>Keserű-forrás, autóbuzsm. (K)</b> | Z, Km     | 1,87     | <b>8,67</b>  | 23        | <b>224</b>  | 5.  | folyamatosan  |
| Budaörsi út, benzinkút               | szalag    | 2,13     | 10,30        | 47        | 271         |     |               |
| <b>Tűzkő-hegy, parkerdő</b>          | szalag    | 1,57     | <b>11,87</b> | 125       | <b>396</b>  | 6.  | 8:40 - 12:10  |
| <b>Frank-hegyi turistaház (K)</b>    | sz, P∪    | 1,04     | <b>12,91</b> | 155       | <b>551</b>  | 7.  | folyamatosan  |
| <b>Kakukk-hegy (K)</b>               | szalag    | 0,49     | <b>13,40</b> | 30        | <b>581</b>  | 8.  | folyamatosan  |
| Irhás-árok                           | szalag    | 0,23     | 13,63        | 0         | 581         |     |               |
| <b>Csillebérc, buszforduló</b>       | P+        | 0,75     | <b>14,38</b> | 40        | <b>621</b>  | 9.  | 9:00 - 12:50  |
| <b>Budaörsi-hegy oldala (K)</b>      | S∪, P, sz | 0,74     | <b>15,12</b> | 24        | <b>645</b>  | 10. | folyamatosan  |
| Kavics-árok                          | sz, Pm    | 1,50     | 16,62        | 6         | 651         |     |               |
| <b>Makkosmária, templom (FP)</b>     | P         | 0,87     | <b>17,49</b> | 50        | <b>701</b>  | 11. | 9:30 - 13:40  |
| Budakeszi, Virág-völgy               | Mária út  | 2,07     | 19,56        | 30        | 731         |     |               |
| Budakeszi, Szarvas tér               | Mária út  | 1,65     | 21,21        | 68        | 799         |     |               |
| <b>Kiskegyed játszótér (FP)</b>      | műút      | 0,72     | <b>21,93</b> | 12        | <b>811</b>  | 12. | 10:00 - 14:50 |
| Petneházy-rét                        | sz, P+    | 1,78     | 23,71        | 55        | 866         |     |               |
| <b>Adyligeti-erdő sarka</b>          | műút, sz  | 0,83     | <b>24,54</b> | 25        | <b>891</b>  | 13. | folyamatosan  |
| <b>Adyliget, játszótér (FP)</b>      | P, sz     | 1,40     | <b>25,94</b> | 15        | <b>906</b>  | 14. | 10:30 - 16:00 |
| Hosszú-erdő-hegy széle               | szalag    | 0,97     | 26,91        | 43        | 949         |     |               |
| Remete-szurdok alsó vége             | K∪        | 0,69     | 27,60        | 7         | 956         |     |               |
| <b>Remete-hegy, elágazás</b>         | K         | 2,17     | <b>29,77</b> | 160       | <b>1116</b> | 15. | 11:10 - 15:40 |
| Budaliget, Honfoglalás u.            | K+        | 1,25     | 31,02        | 0         | 1116        |     |               |
| Jegenye-völgy, elágazás              | S+        | 0,57     | 31,59        | 3         | 1119        |     |               |
| Solymár, benzinkút                   | S         | 0,62     | 32,21        | 3         | 1122        |     |               |
| <b>Rózsika-forrás</b>                | S         | 1,14     | <b>33,35</b> | 8         | <b>1130</b> | 16. | 11:40 - 16:20 |
| <b>Szarvas-hegyi nyereg</b>          | sz, S, S▲ | 2,23     | <b>35,58</b> | 188       | <b>1318</b> | 17. | 12:00 - 16:50 |
| Csúcs-hegyi-nyereg                   | szalag    | 0,99     | 36,57        | 40        | 1358        |     |               |
| Rozália téglagyár                    | K, sz     | 2,22     | 38,79        | 2         | 1360        |     |               |
| <b>Aranyhegyi-patak (FP)</b>         | K         | 0,05     | <b>38,84</b> | 0         | <b>1360</b> | 18. | 12:30 - 17:30 |
| Üröm, vasúti megállóhely             | szalag    | 0,97     | 39,81        | 2         | 1362        |     |               |
| <b>Péter-hegy, tanösvény (FP)</b>    | szalag    | 1,99     | <b>41,80</b> | 112       | <b>1474</b> | 19. | folyamatosan  |
| <b>Róka-hegyi kőbánya (FP)</b>       | PT, sz    | 1,27     | <b>43,07</b> | 20        | <b>1494</b> | 20. | 13:00 - 18:30 |
| Pusztá-hegy, P-P+ elág.              | P▲, P     | 2,30     | 45,37        | 82        | 1576        |     |               |
| Zsellér-hegy                         | P+, sz    | 1,32     | 46,59        | 20        | 1596        |     |               |
| <b>Ezüst-hegyi kilátó</b>            | szalag    | 0,60     | <b>47,29</b> | 6         | <b>1602</b> | 21. | 13:40 - 19:30 |
| <b>Pusztá-domb, kereszt</b>          | szalag    | 0,96     | <b>48,25</b> | 10        | <b>1612</b> | 22. | 13:50 - 19:40 |
| <b>Veres Péter Gimnázium (FP)</b>    | sz, műút  | 1,36     | <b>49,61</b> | 4         | <b>1616</b> | C.  | 14:00 - 20:00 |
| Békásmegyer, HÉV-állomás             | -         | 0,46     | 50,07        | 0         | 1616        |     |               |

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

A jelzéseket piros szalagokkal egészítettük ki, ahol szükséges!

|                 |                      |                  |
|-----------------|----------------------|------------------|
| <b>Név:</b>     |                      | <b>Rajtszám:</b> |
| <b>Rajtidő:</b> | <b>Érkezési idő:</b> | <b>Menetidő:</b> |

|                         |                         |   |                          |
|-------------------------|-------------------------|---|--------------------------|
| R. Budatétény           | 1. Szent Mihály-kápolna | 2. Szoborpark                               | 3. Kamaraerdő            |
|                         | A                       | A   |                          |
|                         | B                       | B   |                          |
|                         | C                       | C   |                          |
| 4. Vadász-hegy          | 5. Keserű-forrás a.m.   | 6. Tűzkő-hegy, esőház                       | 7. Frank-hegyi th. elág. |
|                         | A                       |   | A                        |
|                         | B                       |   | B                        |
|                         | C                       |   | C                        |
| 8. Kakukk-hegy          | 9. Csillebérc           | 10. Budaörsi-hegy oldala                    | 11. Makkosmária          |
| A                       |                         | A   |                          |
| B                       |                         | B   |                          |
| C                       |                         | C   |                          |
| 12. Kiskegyed játszótér | 13. Adyligeti-erdőfolt  | 14. Adyliget<br><i>25/A cél - 25/B rajt</i> | 15. Remete-hegy          |
| 16. Rózsika-forrás      | 17. Szarvas-hegy ny.    | 18. Aranyhegyi-patak                        | 19. Péter-hegy, T        |
| 20. Róka-hegyi kőbánya  | 21. Ezüst-hegyi kilátó  | 22. Puszta-domb                             | C. Békásmegyér           |

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 pontórt és kihelyezett igazolóeszközt sem, bátran menj tovább!