

## A DEMETER Egyesület programajánlata:



# Országos Kéktúra

(3. szakasz:  
Bükk, Mátra)



A DEMETER Egyesület tavaly elindított OKT programjának népszerűségét mutatja, hogy idén tavasszal már 19 fős „kéktúrázó” társaság teljesítette a 2. szakaszt. (mintegy 125 km-t gyalogolva)

A mostani – harmadik - szakaszon – többek között - a Bükk fennsík vadregényes világa és a Mátra bérc izgalmas és izasztó részei várnak az aktív pihenést, az egészséges életmódot és az ország megismerésének e formáját választókra.

**Indulás: 2011. szeptember 18-án /vasárnap/ 7<sup>30</sup>-kor a VMK parkolótól**

**Hazaérkezés: 2011. szeptember 25-én /vasárnap/ kb. 19<sup>00</sup>-ra Paksra**

### **Fontosabb tudnivalók:**

- ☞ A túraútvonal hossza: 133 km
- ☞ Szintemelkedés: 4700 m
- ☞ Nehézségi fokozat: közepes (a szintemelkedés és/vagy a távolság néha jelentős. Követelmény a magabiztos mozgáskoordináció, egészséges szervezet és átlagos erőnlét. Elvárás a csapatban történő túrázás szabályainak betartása.)
- ☞ A túra tervezett MTSZ pontértéke: 310 pont
- ☞ **A túra költsége: ASE és DEMETER tagoknak: 38000 Ft, külsősöknek: 41000 Ft** (az ár tartalmazza a szállásköltséget 7 éjszakára, étkezést 6 reggeli + 7 vacsora terjedelemben és egy közös programköltséget. Az ASE és DEMETER tagoknál az utazási hozzájárulást, külsősöknél az utazási költséget)
- ☞ További étkezésről mindenki önállóan gondoskodik.
- ☞ Javasolt az évszaknak és a terepviszonyoknak megfelelő túraöltözet és egyéb felszerelések használata. (hálósák nem szükséges)
- ☞ A túrán mindenki a saját felelősségére vesz részt.

### **A gyalogtúra útvonala, szálláshelyei, a napi táv és a napi szintemelkedés:**

Dédestapolcsány ⇒ Bánkút (9,5 km/650 m) ⇒ Bélapátfalva (19,5 km/500 m) ⇒ Szarvaskő (12 km/430 m) ⇒ Sirok (19 km/400 m) ⇒ Kékestető (22 km/1300 m) ⇒ Mátraszentistván (17 km/500 m) ⇒ Sámsonháza (18 km/460 m) ⇒ Nagymezőpuszta (15 km/500 m)

Jelentkezés: Török Erzsébet - 20/314-4615 vagy Adorján József - 75/507-873

**Jelentkezési határidő: 2011. augusztus 1. 14<sup>00</sup>!**

**Jelentkezéskor fizetendő előleg: ASE, DEMETER tagoknak: 18000 Ft/fő, külsősöknek: 21000 Ft/fő**

*Szeretettel várom a természetet, a kalandokat és a Magyarországot (is) megismerni akarók jelentkezését. További részletekről érdeklődni a túravezetőnél. (Gergely László - ☎ : 20/9312-028)*

**A 3. szakasz mottója: A csúcson túl mindig lejtő van.**