

**Budapest VII. ker. Erzsébetváros
Természetbarát Sportszövetség
ÁPISZ Sportegyesület
Természetbarát Szakosztály**



2015. I. negyedévi túraterv.

**Címünk: 1076. VII. kerület István utca 29. szám alatti,
Erzsébetváros Sportegyesület helyisége**

/utcai, földszinti bejárat/.

**Klubnap minden hónap első csütörtökén
du. 16-18 óráig.**

Internetes elérhetőségünk:

<http://erzsebetvaros-tbssz.hu/index.php/esemenyek/tagszervezetek-turai/apisz-se-termeszetbarat-szakosztaly>

Ápisz-bika, Ozirisz élő jelképe, az egyiptomi vallás szent bikája, termékenységisten az ókori Egyiptomban, ezért a földműves-ünnepeket az ő tiszteletére rendezték meg. Kapcsolatba hozták a napistennel is, ez az oka annak, hogy szarvai között ott a napkorong és időnként az *ureusz-kígyó* is.



A legendák szerint ÁPISZ-bika futásával termékenyítette meg a földet.

<http://hu.wikipedia.org/wiki/%C3%81pisz>

A perzsa eredetű római Mithrasz-kultuszban központi helyet foglalt el a bikaáldozás rítusa. A mítosz szerint Mithrasz megfékezte és feláldozta az első élőlényt, a bikát, ennek véréből, velejéből és zsírából lettek a föld növényei és állatai, tehát **a bika a világteremtés őszanyaga.**

A magyar néphagyományokban a táltosnak kellett beavatásképpen megvívnia egy fekete bika képében megjelenő másik táltossal, hogy megkapja a tudást.

<http://metarjuna.wordpress.com/2012/04/19/hagyomny-s-rksg-a-bika-havban/>

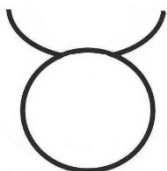
ÁPISZ nevünk eredete mégsem innen fakad. Az ÁPISZ (Állami Papír és Írószer Kereskedelmi Vállalat) egy papír-írószer kereskedelemmel foglalkozó magyar cég.

<http://hu.wikipedia.org/wiki/%C3%81PISZ>

A szakosztálynak jelenleg is több tagja dolgozott ennél a cégnél, ahol jelentős volt a természetbarát sport tevékenység. Az ÁPISZ név jelképesen ennek a természetbarát múltnak a folytatója, de az Ápisz-bika történetét is tiszteletbe tartjuk. Az erdőt járva őrizzük és védjük a természet szépségeit, állatait, növényeit.

Megtartva a volt cég nevét, és megőrizve az Ápisz-bika mondáját, végezzük szervezett természetjáróként, természetvédő és természetismereti tevékenységünket.

A természetbarát szakosztály lógójával is ezt szeretnénk kifejezni.



Légy természetbarát, szervezett természetjáró.

**Jelentkezni és érvényesíteni lehet Dr. Balogh Istvánnénál klubnapjainkon,
vagy előre megbeszélt időpontban és helyen.**

A túráink nyíltak, bárki részt vehet.
A meghirdetett túrákon mindenki saját felelősségére vesz részt.

Kérjük az időjárásnak és a terepviszonyoknak megfelelően öltözködjének!

Csak azokra a túrákra jelentkezzenek, vagy jöjjenek el, amelyek a kondíciójuknak és egészségi állapotuknak megfelelnek!

A túrák előtt az esetleges változások miatt javasoljuk, hogy érdeklődjének a túra vezetőjénél, szervezőjénél!

Túrák vezetői és szervezői:

Andrási István: 06 20 219 8883

Dr. Balogh Istvánné, Dr. Balogh István: 06 30 911-9965,

Jira János:

Kelló György:

Takács Krisztián: t.krisz@hotmail.com

Telek György: 06 30 257 9601 telekster@gmail.com

Vass Mihály: 06 30 255 5170

Honlap elérhetőségek:

Budapesti Természetbarát Sportszövetség: [http:// btssz.hu](http://btssz.hu)

Magyar Természetjáró Szövetség: <http://termeszettjaro.hu>

Erzsébetvárosi Természetbarát Sportszövetség: <http://erzsebetvaros-tbssz.hu>

ÁPISZ SE. Természetbarát Szakosztály:

<http://erzsebetvaros-tbssz.hu/index.php/esemenyek/tagszervezetek-turai/apisz-se-termeszettbarat-szakosztaly>

ÁPISZ SE. Gyopár Természetjáró Szakosztály:

<http://erzsebetvaros-tbssz.hu/index.php/tagszervezetek/apisz-se/apisz-se-gyopar-termeszettjaro-szakosztaly>

ÁPISZ SE Kőszáli klub

<http://erzsebetvaros-tbssz.hu/index.php/tagszervezetek/apisz-se/apisz-se-hegyek-vandorai-termeszettjaro-asztaltarsasag>

ÁPISZ SE. Bástya Természetjáró szakosztály <http://bastyatura.hu>

ÁPISZ SE. Kalandorok Természetbarát Szakosztály

<http://turakaland.ucoz.hu/>

Túráinkhoz szép erdőt, mezőt, jó időt, kellemes kikapcsolódást, jó egészséget, és hasznos időtöltést kívánunk!

Sporttársi üdvözlettel
Telek György
szakosztályvezető.

január 3. szombat Újévköszöntő.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: KFKI – Magaskő-kőfejtő BTSSZ emlékhely - Makkosmária - Budakeszi.

Táv: 8 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér, Metró kijárat 9 óra 50-kor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Telek György.

január 4. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi - Nagy-Szénás - Kutya-hegy - Széna-hegy - Cseres-tető - Széltörés-erdő - Homok-hegy - Nagykovácsi.

Táv: 14 km.

Szint: 350 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, András István.

január 6. kedd Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Fenyőgyöngye - Erdészház – Árpád-kilátó – Fenyőgyöngye.

Táv: 6 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugati pályaudvar előtt a 9-es autóbusz megállójában 8 óra 50-kor.

Csatlakozási lehetőség Kolossy téren kb. 9 óra 05-kor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy Józsefné.

január 8. csütörtök Klubnap.

január 10. szombat Árkok, szakadékok túrasorozat.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Budakeszi - mamutfenyők - Szarvas-árok - Csergezán-kilátó - Nagykovácsi.

Táv: 14 km

Szint: 400 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, András István.

január 10. szombat Természetismereti kirándulás.

Hegység: Budapest

Útvonal: Gellért-hegy oldala és Tabáni tanösvény.

Táv: 6 km

Szint: 200 m.

Találkozás: Móricz Zsigmond körtér Gomba előtt 9 órakor.

Túravezető: Telek György, Dr.Balogh Istvánné.

január 11. vasárnap Pilisi túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Dobogókő - Rezső-kilátó - Két-bükkfa-nyereg - Simon-halála - Pilis-tető (Boldog Özséb kilátó) - László kúpja - Grófi út - Pilisszántó.

Táv: 17 km.

Szint: 300 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV állomás 7 órakor.

Indulás: 7 óra 18-kor. Jegy Pomáz.

Túravezető: Dr.Balogh István, Jira János.

január 15. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Solymár - Solymári vár - Rózsika-forrás - Vízesés - Alsó-Jegenye-völgy.

Táv: 7 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Nagy József, Dr. Balogh Istvánné.

január 17. szombat Börzsönyi túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Királyrét – Mogyorósi-lapos - Tóvig-vadászház - Krisztus-szamara-kő - Tar Péter-rét - Szokolya.

Táv: 15 km.

Szint: 250 m.

Találkozás: Nyugati p.u. 7 óra 50-kor.

Jegy: Kismaros menettér.

Indulás: 8 óra 07-kor.

Túrávezető: Jira János, Dr. Balogh István.

január 18. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Adyliget - Kecse-hát - Vörös-pocsolya - Cseresznyés-erdő - Nagy-Kopasz (Csergezán kilátó) - Homok-hegy - Nagykovács.

Táv: 13 km.

Szint: 350 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: András István, Dr. Balogh István.

január 22. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Máriaremete - Kegyetemplom - Remete-szurdok - Remeteszőlős.

Táv: 6 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné.

január 24. szombat Vértesi kirándulás.

Hegység: Vértes hg.

Útvonal: Gánt - Kápolnapuszta - Antal-árok - Kis-bükk - Köves-völgy - Csákberény.

Táv: 18 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Népliget VOLÁN állomás 6 óra 30-kor. Jegy Csákvár.

Indulás: 6 óra 45-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

január 25. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovács - Felső-Zsíros-hegy - Nagy-Szénás - Kutya-hegy - Cseresznyés-völgy - Cseres-tető - Széltörés-erdő - Nagykovács.

Táv: 14 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

január 29. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pilisborosjenő – Teve-szikla – „Egri vár” romja – Pilisborosjenő.

Táv: 8 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Árpád-híd Volán állomás 8 óra 50-kor.

Indulás: Busz indul 9 óra 15-kor.

Jegy: Pilisborosjenő

Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Nagy József.

január 31. szombat Pilisi túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pomáz - Oszoly-csúcs - Majdán-nyereg - Kilátó-terasz - Budakalász.

Táv: 15 km.

Szint: 350 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV állomás 7 óra 45-kor. Jegy Pomáz.

Indulás: 7 óra 58-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István, András István.

február 1. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: KFKI - Piktortéglá-üreges - Farkas-hegy - Sorrento - Csiki-hegyek - Huszonnégyökrös - Budaörs.

Táv: 14 km.

Szint: 250 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

február 3. kedd Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Fenyőgyöngye - Szép-völgy - Határ-nyereg - Kecse-hegy - Látó-hegy - Árpád-kilátó - Fenyőgyöngye.

Táv: 6 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugati pályaudvar előtt 9-es autóbusz megállójában 8 óra 50-kor.

Csatlakozási lehetőség Kolossy téren kb. 9 óra 05-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné.

február 5. csütörtök Klubnap.

február 7. szombat Árkok, szakadékok túrasorozat.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Szépjuhászné - Nagy-Hárs hegy - Hárshegyi-körút - Kis-kőfej - Virág-völgy - Makkosmária - Mária-szurdok - Budakeszi.

Táv: 14 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9 órakor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

február 7. szombat Téltemető virágzása a Nagy-Hárs-hegyen.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Szépjuhászné - Nagy-Hárs-hegy - Kis-Hárs-hegy – Tótasszony-oltár - Hűvösvölgy.

Táv: 5 km.

Szint: 300 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9 órakor.

Túrávezető: Telek György, Dr. Balogh Istvánné.

február 8. vasárnap **Vértesi túra.**

Hegység: Vértes hg.

Útvonal: Vértesszőlős - Bükk-völgy - Baji vadászház - Ferencház - Kis-rét - Turul - Szelim-lyuk - Tatabánya.

Táv: 17 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Déli pu. 7 óra 10-kor. Jegy: Vértesszőlős.

Indulás: 7 óra 20-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

február 12. csütörtök **Nyugdíjas kirándulás.**

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Hűvösvölgy - Hársak-alja - Vadaskerti-emlékmű - Határ-nyereg - Görgényi út.

Táv: 6 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9 órakor.

Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné

február 14. szombat **Börzsönyi túra.**

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Rózsa-kunyhó – Törökmező – Felső-Körtvélyes – Kövesmező – Világos-tér – Juliánus barát –torony(Hegyes-tető) – Világos-tér – Templom - völgy - Nagymaros.

Táv: 15 km.

Szint: 350 m.

Találkozás: Nyugati p.u. 7 óra 50-kor. Jegy: Kismaros.

Indulás: 8 óra 07-kor.

Túrávezető: Jira János, Dr. Balogh István.

február 15. vasárnap **Pilisi túra.**

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pilisborosjenő – Nagykevélyi kőfülke – Kevély-nyereg – Nagykevély – Ezüstkevély – Papp Ferenc-barlang –Pusztá-hegy - Békásmegyér.

Táv: 11 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Árpád-híd Volán állomás 8 óra 20-kor.

Indulás: 8 óra 35-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István.

február 19. csütörtök **Nyugdíjas kirándulás.**

Hegység: Budai hg.

Útvonal: KFKI - Piktortéglá-üreg - Farkas-hegy - Szállás-hegy - Budaörs.

Táv: 10 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Nagy József.

február 21. szombat **Pilisi túra.**

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pilisvörösvár (Szabadságliget) - Iluska-forrás - Fehér-hegy - Vörös-hegy - Kopár-csárda - Pázmáneum vasúti mh. – Kopár-csárda - Kakukk-hegy - Jági tanösvény - Pilisszentiván.

Táv: 15 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Árpád híd VOLÁN állomás 8 órakor Jegy: Szabadságliget

Indulás: 8 óra 15-kor.

Túrávezető: Dr. Balogh István, András István

február 22. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Fenyőgyöngye - Virágos-nyereg - Csúcs-hegy - Solymári vár - Rózsika-forrás - Vízesés - Alsó-Jegenye-völgy.

Táv: 16 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugati pályaudvar előtt 9-es autóbusz megállójában 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, Kelló György.

február 26. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Budaliget – Vadcsereznyés – Kerek-hegy – Zsíros-hegy Nagykovácsi.

Táv: 10 km.

Szint: 150 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy József.

február 28. szombat Pilisi túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pilisszentlászló – Hegytető – Pap-rét – Pálóczki-rét - Zánkói-rét - Vértesmező - Lőrincz-laposa - Vörös-kő - Német-széna - Álló-rét - Csaba-kút - Leányfalu.

Táv: 14 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor. Jegy: Szentendrég

Indulás: 7 óra 18-kor

Túrávezető: Jira János, Dr. Balogh István,

március 1. vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Máriaremete - Remete-szurdok - Remeteszőlős - Kecse-hát - Vörös-pocsolya - Cseresznyés-erdő - Csergezán-kilátó - Tarnai-pihenő - Telki-hegy - Anna-vadászház - Nagykovácsi.

Táv: 22 km.

Szint: 500 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, Takács Krisztián.

március 3. kedd Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi - Széltörés-erdő - Anna-vadászház- Nagykovácsi.

Táv: 8 km.

Szint: 150 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.

Túrávezető: Dr .Balogh Istvánné, Nagy Józsefné.

március 5. csütörtök Klubnap.

március 7. szombat Árkok, szakadékok túrasorozat.

Hegység: Visegrádi hg.

Útvonal: Dunabogdány - Kecse Jankó-árok - Sajgó-kapu - Etetői-rét - Zánkói-rét - Lőrincz-laposa - Hétvályús-forrás - Tahi.

Táv: 17 km.

Szint: 400 m.

Találkozás: Újpest Városkapu VOLÁN állomás 7 óra 20-kor. Jegy: Dunabogdány községháza.

Indulás: 7 óra 35-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, Jira János.

- március 7. szombat Kamaraerdei tanösvény. Nőnap kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Kamaraerdő - nagyrét - Tanösvény - Kamaraerdő.
Táv: 6 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Móricz Zsigmond körtér Gombánál 9 órakor.
Túrávezető: Telek György, Dr.Balogh Istvánné.
- március 8. vasárnap Budai túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: KFKI - Piktortéglá-üreges - Farkas-hegy - Szekrényes - Sorrento - Csiki-hegyek - Huszonnégyökrös - Törökugrató - Budaörs.
Táv: 16 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.
Túrávezető: Dr.Balogh István. Kellő György.
- március 12. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Máriaremete - Szent-kút - Remete-szurdok - Hosszú-erdő-hegy - Máriaremete.
Táv: 6 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.
Túrávezető: Dr. Balogh Istvánné, Dr. Balogh István.
- március 14. szombat Pilisi túra.**
Hegység: Pilis hg.
Útvonal: Két-bükkfa-nyereg - Pilis-nyereg - Pilis-tető - Pilisszentkereszt.
Táv: 14 km. Szint: 250 m.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor. Jegy:Pomáz
Indulás: 7.18-kor.
Túrávezető: Dr.Balogh István.
- március 15. vasárnap Ünnepi kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa – Anna-rét - Kossuth szobor – Disznófő-forrás - Zugliget – Béla király út.
Táv: 4 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túrávezető: Telek György. Dr.Balogh Istvánné.
- március 19. csütörtök Negyedévi névnapozás a klubban.**
16 órától-20 óráig.
- március 19. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Hűvösvölgy – libanoni cédrus - Görgényi út – Apáthy-szikla.
Táv: 5 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9 órakor.
Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy Józsefné

- március 21. szombat Börzsönyi túra.**
Hegység: Börzsöny hg.
Útvonal: Diósjenő – Erdészet – Závóz - Mázsaház - Őzberek-patak - Verebes-kaszáló - Lóégés - Foltán-kereszt - Csóványos - Szabó-kövek – Rakodó - Kálmán-kaszáló - Királyrét
Táv: 23 km. Szint: 700 m.
Találkozás: Nyugati pu.6 óra 50-kor. Jegy:Diósjenő
Indulás: 7 óra 07-kor
Túravezető: Dr. Balogh István, András István.
- március 22. vasárnap Budai túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Nagykovácsi - Forrás-dűlő - Széna-hegy - Ilona lak – Vasvári-erdő - Nagykovácsi.
Táv: 15 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 8 óra 50-kor.
Túravezető: Dr.Balogh István, Kello György.
- március 26. csütörtök Közgyűlések a klubban 16 órától.**
- március 26. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Hűvösvölgy - Nyéki-hegyek - Katonasír - libanoni cédrus - Törökvész út.
Táv: 5 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró kijárat 9 órakor.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné, Nagy József.
- március 28. szombat Tavaszköszöntő túraverseny.**
Hegység: Pilis hg.
Útvonal: Pilisszentkereszt szurdok és környéke.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 8 órakor. Jegy:Pomáz.
Indulás: 8 óra 18-kor.
Túravezető: Dr.Balogh István, Telek György.
- március 29. vasárnap Pilisi túra.**
Hegység: Pilis hg.
Útvonal: Két-bükkfa-nyereg – Pilis-nyereg – Pilisszentlélek – Pálos kolostor romja – Égett-hárs – Alsó-ecset-hegy – Hirsch-orom /Hirsch obeliszk/ - Hamvaskőrét – Somos-árok – Miklósdeák-völgy – Pilismarót.
Táv: 14 km. Szint: 350 m.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor. Jegy:Pomáz.
Indulás: 7 óra 18-kor
Túravezető: Jira János, Dr. Balogh István.
- március 31. kedd Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Budaörs – Kálvária - Kő-hegy - Ófalu.
Táv: 4 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Móricz Zsigmond körtér Gombánál 9 órakor.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné, Nagy József.

2015

Január

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Február

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Március

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Április

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Május

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Június

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Július

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Augusztus

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Szeptember

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Október

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

November

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

December

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		