

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



2014. IV. negyedévi túraterv.

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

/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>

Ápísz-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 zsírjából lettek a föld növényei és állatai, tehát **a bika a világteremtés ősanaga.**

A magyar néphagyományokban a táltosnak kellett beavatásként 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/>

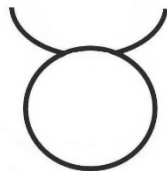
ÁPISZ nevünk eredete mégsem innen fakad. Az ÁPISZ (Állami Papír és Írószer Kereskedelmi Vállalat) egy papír-írószer kereskedelemmel foglalkozó magyar cég.

<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 múltjának a folytatója, de az Ápísz-bika történetét is tiszteletbe tartjuk. Az erdőt járva őrizzük és védjük a természet szépségeit, állatait, növényeit.

Megtartva a volt cég nevét, és megőrizve az Ápísz-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 érdeklődjenek 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:

Papp Gyula:

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-turair/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,
egészséget, és hasznos időtöltést kívánunk.

Sporttársi üdvözlettel

Telek György

Szakosztályvezető

október 2. csütörtök Erzsébetvárosi Természetbarátok Klubnapja.

Hegység: Budapest

Útvonal: VII. kerület István utca 29. sportklub 16 órától.

október 4. szombat Börzsöny 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. 6 óra 50-kor.

Indulás: Vonat indul 7 óra 07-kor (Jegy vásárlás: Kismaros)

Túravezető: András István

október 9. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Adyliget - Kecse-hát - Vörös-pocsolya - Kopasz-oldal - Nagykovácsi.

Táv: 7 km.

Szint: 200 m.

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

Túravezető: András István.

október 11. szombat BTSSZ emléktúra

Hegység: Pilis.hg.

Útvonal: Dobogókő - Zsivány-sziklák - Joci-forrás - Ördög-lyuk-barlang - Hármas-forrás-völgy - Pilisszentkereszt - Klastrom-kút (koszorúzás) - Szurdok - Szentkút - Csobánka.

Táv: 17 km.

Szint: 250 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor.

Indulás: HÉV indul: 7 óra 18-kor.

Jegy: Pomáz

Túravezető: András István.

október 16. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Budai hg.

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

Táv: 10 km.

Szint: 150 m.

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

Túravezető: András István.

október 18. szombat Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Budaliget - Vadcserezsnyés - Zsíros-hegy - Ördöglyuk-barlang - Solymár - Anna-kápolna.

Táv: 11 km.

Szint: 250 m.

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

Túravezető: Győző Jánosné.

október 18. szombat Természet ismereti kirándulás
Hegység: Budapest
Útvonal: Cinkotai erdő – Naplás-tó - Természetvédelmi terület - Cinkotai erdő
Táv: 5 km. Szint: 0 m.
Találkozás: Örs-vezér tér HÉV végállomás 9-kor.
Indulás: Tovább utazás busszal.
Túravezető: Telek György

október 23. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Fenyőgyöngye - Szép-völgy - Határ-nyereg - Kecske-hegy - Látó-hegy - Árpád-kilátó - Fenyőgyöngye.
Táv: 6 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Nyugati pályaudvar előtt, 9-es busz megállójában 8 óra 50-kor.
Csatlakozási lehetőség Kolossy téren kb. 9 óra 05-kor.
Túravezető: András István.

október 25. szombat Pilisi túra.
Hegység: Pilis.hg.
Útvonal: Dobogókő - Király-kút - Király-völgy - Sikárosi-rét - Kárpát-forrás - Pilisszentlászló.
Táv: 14 km. Szint: 250 m.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor. Jegy: Pomázig.
Indulás: HÉV indul 7 óra 18-kor
Túravezető: Jira János, András István.

október 30. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Húvösvölgy – Libanoni cédrus - Görgényi út - Apáthy-szikla.
Táv: 5 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túravezető: András István.

november 1. szombat Börzsöny túra.
Hegység: Börzsöny hg.
Útvonal: Nagybörzsöny - Horgásztó - Bizmet-bérc - Koppány-nyereg - Kecske-hát-völgy - Farkas-völgy - Nagybörzsöny.
Táv: 12 km. Szint: 400 m.
Találkozás: Nyugati pu. 7 óra 50-kor. Jegy: Szob menettérti.
Indulás: Vonat indul 8 óra 07-kor.
Túravezető: András István, Jira János.

november 4. kedd Nyugdíjas kirándulás.
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Makkosmária - Magas-kő - KFKI.
Táv: 7 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túravezető: András István.

november 6. csütörtök Erzsébetvárosi Természetbarátok Klubnapja.

Hegység: Budapest

Útvonal: VII. kerület István utca 29. sportklub 16 órától.

november 8. szombat Kegyeleti emléktúra

Hegység: Budai hg.

Útvonal: KFKI busz végállomás - Magaskő-kőfejtő (BTSSZ emlékhely) /gyertyagyújtás
11-órakor/- Makkosmária -Budakeszi

Táv: 6 km.

Szint: 100 m.

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

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Telek György.

november 13. 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 feljárat 9 órakor.

Túravezető: András István.

november 20. csütörtök Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Fenyőgyöngye - Szép-völgy - Homok-hegy - Kecske-hegy - Árpád-kilátó -
Fenyőgyöngye.

Táv: 6 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugati p.u. előtt 9-es busz megállójában 8 óra 50-kor.

Túravezető: András István.

november 22. szombat Pilisi túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Pilisszántó – Szántói-nyereg – Hosszú-hegy – Csobánkai-nyereg –
Pilisborosjenő.

Táv: 13 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Árpád-híd Volán állomás 8.00-kor.

Indulás: indulás 8 óra 15-kor.

Túravezető: Jira János.

november 22. szombat Természet ismereti kirándulás

Hegység: Alföld

Útvonal: Rákoskert v.m. - Merzse-mocsár - Gyolcs-rét - Merzse-dülő - Rákoskert v.m.

Táv: 8 km.

Szint: 0 m.

Találkozás: Keleti pu. 8 óra 30-kor.

Indulás: Vonat indul 8 óra 50-kor Jegy: Rákoskert, vagy BKV bérlet.

Túravezető: Dr. Balogh Istvánné. Telek György.

november 27. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.

Hegység: Vác

Útvonal: Vác városnézés - Dunaparti-ártéri-tanösvény.

Táv: 7 km.

Szint: 0 m.

Találkozás: Nyugati pu. 9 óra-kor.

Indulás: Vonat indul 9 óra 11-kor Jegy: Vác oda-vissza.

Túravezető: András István.

- november 29. szombat** **Árkok, szakadékok túrasorozat.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Máriaremete - Szent-kút - Remete-szurdok - Hosszú-erdő-hegy - Máriaremete.
Táv: 6 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 8 óra 50-kor.
Túravezető: Telek György.
- december 2. kedd** **Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Makkosmária - Magas-kő - KFKI.
Táv: 7 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túravezető: András István.
- december 4. csütörtök** **Erzsébetvárosi Természetbarátok Klubnapja.**
Hegység: Budapest
Útvonal: VII. kerület István utca 29. sportklub 16 órától.
- december 6. szombat** **BTSSZ ÁPISZ SE. Mikulás túra**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Erdőalja út - Virágos-nyereg - Menedékház út - III.ker Vendégház Találkozás a Mikulással - Erdőalja út.
Táv: 6 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Szentlélek tér 137-es Busz végállomásánál (Árpád -híd budai hídfő)8 óra-50 kor.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné, Telek György.
- december 11. csütörtök** **Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Szépjuhászné - Kolostorrom - Kis-Hárs-hegy - Tótasszony-oltár - Hűvösvölgy.
Táv: 7 km. Szint: 100 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túravezető: András István.
- december 12. péntek** **Erzsébetvárosi Természetbarátok évváró.**
Útvonal: ERŐMŰV. ház I.emelet díszterem 17 órától-20 óráig.
Találkozás: Wesselényi utca 17.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné.
- december 13. szombat** **Budai túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Szépjuhászné - Nagy-hárs-hegy - Kis-hárs-hegy - Hűvösvölgy - Nyéki-hegyek - Vadaskerti-émlékmű - Határ-nyereg - Kecsk-hegy - Látó-hegy - Árpád-kilátó - Apáthy-szikla - Törökvész út
Táv: 11 km. Szint: 300 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.
Túravezető: András István.

- december 18. csütörtök Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Törökvész-út - Határ-nyereg - Vadaskerti-emlékmű - Hársak-alja - Hűvösvölgy.
Táv: 6 km. Szint: 150 m.
Találkozás: Batthyány tér 11-es busz végállomás 9 órakor.
Túravezető: András István.
- december 20. szombat Budai túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa – Libegő – Békás-tó – Virág-völgy – Makkosmária – Magaskő kőfejtő - KFKI.
Táv: 8 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárata 9 órakor.
Túravezető: András István.
- december 20. szombat Természetismereti kirándulás**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Ferenc-hegy és a Szemlőhegyi barlang felszíne.
Találkozás: Batthyány tér 11-es busz végállomás 9 órakor.
Túravezető: Telek György
- december 23. kedd Nyugdíjas kirándulás.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa - Libegő - Anna-rét - Normafa.
Táv: 5 km. Szint: 100 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárata 9 órakor.
Túravezető: András István.
- december 27. szombat Budai túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Nagykovácsi – Felső-Zsíros-hegy – Nagy-Szénás – Kutya-hegy – Cseresznyés-völgy – Cseres-tető – Széltörés-erdő – Nagykovácsi.
Táv: 14 km. Szint: 400 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárata 8 óra 50-kor.
Túravezető: Jira János, András István.
- december 28. vasárnap Morzsa túra**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: KFKI - Magaskő(Kőfejtőben) - Makkosmária - Budakeszi.
Táv: 8 km. Szint: 100 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér, Metró kijárata 8 óra 50-kor.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné, Telek György.
- december 30. kedd Szilveszteri tekergés.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Széppuhászné és környéke.
Táv: 4 km Szint: 100 m
Találkozás: Széll Kálmán tér, Metró kijárata 9 óra-kor.
Túravezető: Dr. Balogh Istvánné, András István, Telek György.