

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



**2013. év IV. negyedévi túra terv.
Címünk:1077 Bp.Wesselényi u. 17.
Erzsébetváros Természetbarát Sportszövetség
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, termékenységiten 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 ősanyaga.

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/>

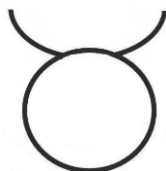
ÁPISZ nevünk eredete mégsem innen fakad. Az ÁPISZ (Állami Papír és Írószer Kereskedelmi Vállalat) egy papír-írószer kereskedelemmel foglalkozó magyar cég.

<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 múltjának 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 megbeszélte 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:

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: 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. Hegyek vándorai Természetjáró asztaltársaság.

<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

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

Sporttársi üdvözlettel

Telek György

Szakosztályvezető

Október 1 Kedd**Nyugdíjas túra.**

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Szépjuhászné - Örökerdő tanösvény - Makovecz-kilátó - Tótasszony-oltár-Hűvösvölgy.

Táv: 5 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné.

Október 3 Csütörtök**Erzsébetvárosi Természetbarátok Klubnapja.**

Hegység: Budapest.

Útvonal: VII.kerület, Wesselényi utca 17. II.emelet. Civil club. 16 órától.

Október 5 Szombat**Nyerges túrasorozat.**

Hegység: Börzsöny

Útvonal: Drégelyvár MÁV megálló - Drégelyvár - Kecské-bérc - Sárkány-törés - Kőkapu (bélyegzés 10 -11 órakor) - Dobogó - Hármashatár - Csitári-kereszt - Bernecebaráti.

Táv: 18 km.

Szint: 500 m.

Találkozás: Nyugati pu. 6 óra 50-kor.

Jegy:Drégelyvár megállóig

Indulás: Vonat indul 7 óra 07-kor.

Túravezető: Jira János, András István.

Október 5 Szombat**Nosztalgia Teljesítménytúra.**

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Szentendre - Lajosforrás - Csikóvárалja - Csobánka – Kevély-nyereg - Kövesbérc - Rozália téglagyár - Menedékház utca (III.ker. Sport vendégház)

Táv: 30 km.

Szint: 700 m.

Találkozás: Előre jelentkezés: Telek György 06 30 257 9601

Október 6 Vasárnap**Budai túra.**

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Katonasír - Libegő - Békás-tó - Virág-völgy - Makkosmária - Magas-kő - KFKI.

Táv: 11 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárat 9 órakor.

Túravezető: Papp Gyula, Kelló György.

Október 6 Vasárnap**Munkatúra.**

Hegység: Budai hg.

Útvonal: KFKI - Magaskő kőfejtő (Emlékhely karbantartás) - KFKI.

Táv: 5 km.

Szint: 50 m.

Találkozás: Előre jelentkezés: Telek György 06 30 257 9601

Október 10 Csütörtök**Nyugdíjas túra.**

Hegység: Börzsöny

Útvonal: Zebegény - Csizmadia völgy - Kövesmező - Nagymaros

Táv: 6 km.

Szint: 150 m.

Találkozás: Nyugati pu. 7 óra 50-kor.

Jegy:Zebegény megállóig.

Indulás: Vonat indul 8 óra 07-kor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné.

Október 12 Szombat Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Budaliget – Vadcserezsnyés – Kerek-hegy – Zsíros-hegy – Felső-Zsíros-hegy – Nagy-Szénás – Cseresznyés - Nagykovácsi.

Táv: 12 km. Szint: 350 m.

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

Túravezető: Győző Jánosné, Papp Gyula.

Moccanj

Október 12 Szombat Gyalogos Természetjáró Túraverseny.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Libegő - Hárshegyi v.á. - Makkosmária - Magas-kő kőfejtő - Csacsi-rét - Normafa.

Táv: 8 km. Szint: 150 m.

Találkozás: Előnevezés október 7-ig. e-mai: fotitkar@bszszsport.hu

Október 13 Vasárnap Velencei túra.

Hegység: Velencei hg.

Útvonal: Sukoró - Gyapjaszsák - Olasz gránitfejtő - Nadap - Csekei-hegy - Zsidó-hegy - Kvarcitsziklák - Sziklaszoros - Pázmánd.

Táv: 15 km. Szint: 300 m.

Találkozás: Népliget Volán állomás 7 óra 40-kor. Jegy: Sukoró szövetkezeti. bolt.

Indulás: Busz indul 8 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh István,

Október 15 Kedd Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Katonasír - Libegő - Békás-tó - Virág-völgy - Makkosmária - Magas-kő - KFKI.

Táv: 11 km. Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túravezető: András István, Dr.Balogh Istvánné.

Vinye

Okt. 18-21 Péntek-Hétfő Természetvédelmi továbbképzés.

Október 19 Szombat Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi – Forrás – dűlő – Széna-hegy – Fajzasi –erdő –Ilona-lak – Vasvári-erdő – Széltörés-erdő – Nagykovácsi.

Táv: 13 km. Szint: 200 m.

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

Túravezető: Papp Gyula, Kelló György.

- Október 20 Vasárnap 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 vásárlás: Kismaros
Indulás: Vonat indul 8 óra 07-kor
Túrávezető: Dr.Balogh István, Takács Krisztián.
- Október 23 Szerda Munkatúra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: KFKI - Magaskő kőfejtő (Emlékhely karbantartás) - KFKI.
Táv: 5 km. Szint: 50 m.
Találkozás: Előre jelentkezés: Telek György 06 30 257 9601
- Október 24 Csütörtök Nyugdíjas túra.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Virág-völgy - Makkosmária - Magas-kő - KFKI
Táv: 7 km. Szint: 200 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.
Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy József.
- Október 26 Szombat Természetismereti séta.**
Hegység: Budai hg.
Útvonal: Normafa - Sötét-vágás - KFKI - Irhás-árok - Gazdagrét.
Táv: 7 km. Szint: 100 m.
Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.
Túrávezető: Telek György, Dr.Balogh Istvánné.
- Október 27 Vasárnap Pilis túra.**
Hegység: Pilis hg.
Útvonal: Dömörkapu - Lajosforrás – Csepel-forrás – Vasas-szakadék – Kő-hegy – Kőhegyi turistaház – Petőfi-pihenő – János-forrás – Pomáz
Táv: 13 km. Szint: 350 m.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 8 óra 20-kor. Jegy: Szentendre.
Indulás: HÉV indul 8 óra 38-kor.
Túrávezető: Dr.Balogh István, Vass Mihály.
- Október 31 Csütörtök Nyugdíjas túra.**
Hegység: Pilis hg.
Útvonal: Pilisszentkereszt - Klastromkút (Csipkebogyó szedés)- Pilisszentkereszt.
Táv: 5 km. Szint: 100 m.
Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 8 óra 20-kor. Jegy: Pomáz.
Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Sávolgy Lajosné.

November 3 Vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi - Nagy- Szénás - Bükkös-árok - Kőrös-árok - Boróka-árok - József-liget - Kutya-hegy - Forrás-dűlő - Nagykovácsi

Táv: 17 km.

Szint: 400 m.

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

Túravezető: Dr.Balogh István, András István.

November 5 Kedd Nyugdíjas túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Márianosztra - Kálvária - Rabtemető - Börtön - Márianosztra.

Táv: 5 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugati p.u. 7 óra 50-kor. Vonat indul:8 óra 07-kor.Jegy: Szob, menettér.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné.

November 7 Csütörtök Erzsébetvárosi Természetbarátok Klubnapja.

Hegység: Budapest.

Útvonal: VII.kerület, Wesselényi utca 17. II.emelet. Civil club. 16 órától.

November 9 Szombat Nyergek túrasorozat.

Hegység: Visegrádi-hg.

Útvonal: Pilisszentlászló – Hegytető – Paprét – Ötszögű-rét – Vízverés-nyereg – Sasfészek-Vadászház – Nádastói-rét – Tahi.

Táv: 15 km.

Szint: 250 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 órakor.

Jegy: Szentendre

Indulás: HÉV indul 7 óra 18-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, Kelló György.

November 9 Szombat Természetbarátok kegyeleti emléktúrája.

Hegység: Budai hg.

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

Táv: 6 km.

Szint: 100 m.

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

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Telek György.

November 10 Vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

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

Táv: 10 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh István. András István.

November 14 Csütörtök Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Makkosmária - Magas-kő - KFKI

Táv: 7 km.

Szint: 150 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy Józsefné.

November 16 Szombat Természetismereti séta.

Hegység: Budapest.

Útvonal: Ferenc-hegy - Szemlő-hegy.

Táv: 5 km.

Szint: 50 m.

Találkozás: Batthányi téren a 11-es busz végállomásánál.

Túrávezető: Telek György, Dr.Balogh Istvánné.

November 17 Vasárnap Pilis túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Csobánka - Szent-kút - Szurdok - Pilisszentkereszt - Somhegyi kulcsosház - Pilisszántó

Táv: 13 km.

Szint: 350 m.

Találkozás: Batthyány tér HÉV végállomás 7 óra 25-kor. Jegy: Pomáz.

Indulás: HÉV indul 7 óra 38-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, Jira János.

November 21 Csütörtök Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - János-hegy - Szépjuhászné.

Táv: 8 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné.

November 23 Szombat Cserhát túra.

Hegység: Cserhát hg.

Útvonal: Katalinpuszta - Gyadai-rét - függőhíd - Bikk-kút - Naszály - Bányász emlékmű - Kosd.

Táv: 16 km.

Szint: 450 m.

Találkozás: Ujpest Városkapu VOLÁN állomás 7 óra 10-kor. Jegy: Katalin puszta.

Indulás: Busz indul 7 óra 30-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, András István.

November 24 Vasárnap Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi – Forrás-dűlő – Fehér-út – Zajnát – Ezüst-rét - Szerdahelyi-vágás - Forrás-dűlő - Nagykovácsi.

Táv: 15 km.

Szint: 250 m.

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

Túrávezető: Dr.Balogh István, Takács Krisztián.

November 28 Csütörtök Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Szépjuhászné - Kolostorrom - Kis-Hárs-hegy - Tótasszony oltár - Hűvösvölgy.

Táv: 5 km.

Szint: 100 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túrávezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy József.

November 30 Szombat Nyergek túrasorozat.

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.

Túravezető: Dr.Balogh István, Papp Gyula.

December 1 Vasárnap Pilis túra.

Hegység: Pilis hg.

Útvonal: Dobogókő – Hosszú-hegy – Peres-hegy – Morgó – Tölgyikrek – Hosszú-rét - Lajosforrás - Pomáz

Táv: 17 km. Szint: 200 m.

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

Indulás: HÉV indul 7 óra 18-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, Vass Mihály.

December 3 Kedd Nyugdíjasok Mikulás túrája.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Makkosmária - Magas-kő - KFKI

Táv: 7 km. Szint: 150 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy József.

December 7 Szombat Börzsönyi túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Zebegény - Malom-völgy - Törökmező - Só-hegy - Kismaros

Táv: 15 km. Szint: 200 m.

Találkozás: Nyugai pu.6 óra 50-kor. Jegy vásárlás: Zebegény.

Indulás: Vonat indul 7 óra 07-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, Takács Krisztián.

December 8 Vasárnap Mikulás túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Erdőalja út - Virágos-nyereg - Menedékház út - III.ker Vendégház - 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 12 Csütörtök Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - Csacsi-rét - Virág-völgy - Makkosmária - Magas-kő - KFKI

Táv: 7 km. Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Nagy József.

**Erzsébetvárosi Természetbarátok
évváró rendezvénye.**

December 13 Péntek

Hegység: Budapest.

Útvonal: VII.kerület, Wesselényi utca 17. I.emelet. Díszterem.17-20 óráig.

December 14 Szombat Budai túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Nagykovácsi – Forrás-dűlő – Széna-hegy – Fajzási-erdő – Ilona-lak – Vasvári-erdő – Széltörés-erdő – Nagykovácsi.

Táv: 13 km.

Szint: 200 m.

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

Túravezető: Dr.Balogh István, András István.

December 15 Vasárnap Börzsönyi túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Diósjenő – Erdészet – Závóz - Mázsaház - Őzberek-patak - Verebes-kaszáló - Lóégés - Foltán-kereszt - Királyrét

Táv: 19 km.

Szint: 500 m.

Találkozás: Nyugati p.u. 6 óra 50-kor. Jegy Diósjenő.

Indulás: Vonat indul 7 óra 07-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, Takács Krisztián.

December 19 Csütörtök Nyugdíjas túra.

Hegység: Budai hg.

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

Táv: 6 km.

Szint: 200 m.

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

Túravezető: Dr.Balogh Istvánné, Kelemen Tiborné.

December 21 Szombat 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 feljárt 8 óra 50-kor.

Túravezető: Dr.Balogh István, Győző Jánosné.

December 22 Vasárnap Börzsönyi túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Királyrét – Mogyorós-lapos - Tóvik-vadászház - Krisztus-szamara-kő – Tar Péter-rét - Szokolya.

Táv: 15 km.

Szint: 350 m.

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

Indulás: Vonat indul 8 óra 07-kor.

Túravezető: Vass Mihály, Dr.Balogh István.

December 27 Péntek Morzsa túra.

Hegység: Budai hg.

Útvonal: Normafa - János-hegy - Sissi-térdeplő - Csacsi-rét - Makkosmária – Magas-kő - KFKI.

Táv: 8 km.

Szint: 200 m.

Találkozás: Széll Kálmán tér Metró feljárt 9 órakor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, András István.

December 28 Szombat Börzsönyi túra.

Hegység: Börzsöny hg.

Útvonal: Nagybörzsöny - Horgásztó - Bizmet-bérc - Koppány-nyereg - Kerülő-hegy - Nagy-Galla - László-forrás – Márianosztra.

Táv: 16 km.

Szint: 500 m.

Találkozás: Nyugati p.u. 6 óra 50-kor. Jegy Szob menettérti.

Indulás: Vonat indul 7 óra 07-kor.

Túrávezető: Dr.Balogh István, Vass Mihály.

December 31 Kedd Szilveszteri tekergő

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.

Túrávezető: Dr.Balogh István, András István.

Megjegyzés: