



BÜKKALJA - TISZA-TÓ
KERÉKPÁROS VÁNDORTÁBOR
2024

KEDVES BRINGÁSVÁNDOR!

Kulturális és természeti látnivalókban, erdei és vízi élményekben egyaránt gazdag aktív hét vár rád a Bükkalja – Tisza tó vándor táborban, amely 2024 új útvonalaként mutatkozik be.

A túra Matyóföld szívéből, Mezőkövesdről indulva tekereg a Bükk hegység lábán át a Tisza tó körül és páratlan, Európa szerte is különleges látnivalókat mutatunk meg neked.



A tábor alatt felfedezzük Matyóföld fővárosát, az UNESCO világörökségi listán szereplő matyó népművészettel ismerkedünk, és az európai szinten is egyedülálló gépmúzeumban kalandozunk.

Az erdő mélyén rátalálunk az ősemberek lakóhelyére is, hegyen-völgyön át tekerünk a Bükkben hallgatva az erdő zaját, a madarak csicsérgését, csodálva a páratlan panorámát. Erdő közepén, patak partján vadállatok közelében is táborozunk, kerékpárról és evezve is megismerjük a Tisza tó csodálatos élővilágát, meglátogatjuk Európa legnagyobb édesvízi akváriumát, strandolunk, kilátókról gyönyörködünk a mesés tájban, megtudjuk, mik azok a kaptárkövek és hol van „Kisamerika”.

Pattanj fel a bringádra és fedezzük fel együtt a csodás táj páratlan természeti kincseit és látnivalóit!



FONTOS ADATOK

<input type="radio"/>	TÚRÁZÓ NEVE:	_____
<input type="radio"/>	_____	_____
<input type="radio"/>	VÉSZ ESETÉN ÉRTESÍTENDŐ SZEMÉLY NEVE ÉS ELÉRHETŐSÉGE:	_____
<input type="radio"/>		_____
<input type="radio"/>	TÚRAKÍSÉRŐ NEVE ÉS ELÉRHETŐSÉGEI:	_____
<input type="radio"/>		_____
<input type="radio"/>	ÉTELALLERGIÁD, GYÓGYSZERALLERGIÁD, EGYÉB FONTOS ORVOSI INFORMÁCIÓK:	_____
<input type="radio"/>	_____	_____

ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

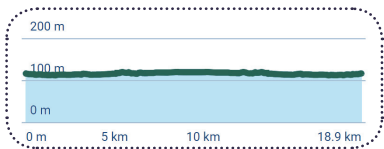
1. Mindig figyelj a túrakísérőre, aki hasznos tanácsokkal lát majd el Téged az egész hét során!
2. Mielőtt útnak indulsz, ellenőrizd a bringádon a fékeket és a gumit! Ha bármilyen hibát találsz, jelezd a túrakísérőnek!
3. Bármikor előfordulhat, hogy hirtelen kell fékezned. Ezért a balesetek elkerülése érdekében mindig tarts az előtted haladótól kellő távolságot!
4. Túrázás közben ügyelj arra, hogy ne kacsázz, egyenes nyomon haladj az út jobb szélén!
5. Mindig add tovább a karjelzéseket és szóbeli figyelmeztetéseket – ezzel a társaidat és a többi közlekedőt is tájékoztatod a szándékodról!
6. Ha megálltok a csapattal, mindig húzd le az útról, és a többieket is figyelmeztess erre!
7. Figyeld a KRESZ-jelzéseket: a közlekedési lámpákat és táblákat; mindig a szabályokat betartva közlekedj a forgalomban!
8. Ha valamiért elhagyod a csoportot, jelezd a túrakísérőnek vagy egy kísérő felnőttnek!
9. Mindig legyen nálad víz és naptej, hogy elkerüld a kiszáradást és a napégést!

+1. Ezt a 9 pontot mindig tartsd be, hogy balesetmentes és vidám túrád legyen!





Táv: 19 km
Szint: 0 m
Nehézség: [Progress indicator]



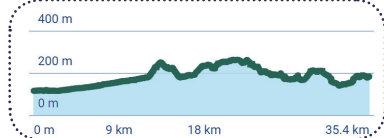
Kik a matyók?
Matyóknak a Miskolctól 40 km-re nyugatra, a Bükk-vidék és az Alföld találkozásánál fekvő három település Mezőkövesd, Tard és Szentistván lakosságát nevezzük, bár viseletükben, hímzésükben mindhárom eltér egymástól.

Mezőkövesd

Mezőkövesd környéke már a honfoglalás előtti évezredben is lakott volt. Mátyás királytól kapott városi címet 1464-ben, sőt legendák szerint a matyó elnevezés is a Mátyás becézéséből (Matyi, Matykó) ered. 1939-ben olajkutatók során olaj helyett 800 méter mélyből gyógyvíz tört elő. Erre a forrásra épült meg a Zsóry-fürdő.



A város „Matyóföld fővárosaként” a mai napig hűen őrzi hagyományait, amely elismeréseként a matyó népművészet felkerült az UNESCO világörökségi listára is.



Táv: 35 km
Szint: 270 m
Nehézség: [Progress indicator]



Hogyan lehetsz Sárkányvadász?
Noszvajon kapunk egy titkos térképet, hozzá egy mindent nyitó kulcsocskát, majd ezekkel, meg persze jókedvvel, vidámsággal a tarsolyodban kelhetsz útra, hogy a meseút 10 házikóját kinyisd.

Kaptárkövek

A kaptárkövek olyan sziklaalakzatok, kúp alakú kőtornyok, amelyek oldalaira fülkéket és egyéb mélyedéseket faragtak, a leggazdagabb előfordulásuk itt, a Bükkalján található. Csakhogy a titokzatos sziklakúpok megfaragásának okát, a fülkék rendeltetését és készítőik kilétét a mai napig nem ismerjük. A fülkés sziklákat eredetileg a szomolyai lakosok nevezték „kaptárkövek”-nek. Eger környékén a „vakablakos kövek” kifejezést használták, máshol a „köpüskövek”, „bálványkövek”, „püspök-süveg” elnevezés is ismert. Egyes sziklák elnevezése is igen beszédes: Ördög-torony, Ördög-kő, Bábaszék, Nyerges, Királyszék, Kősárkány.

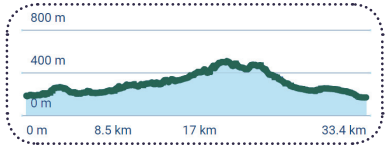




Táv: 33 km
 Szint: 440 m
 Nehézség: [Progress bar]

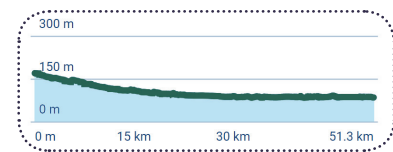
Tudtad ?

Hol van „Kisamerika”?
 Cserépfalu közelében, a Berezdalján elhagyott kőbányák meredek falaiból kivájt barlang lakásokat neveztek a helyiek gúnyosan Kisamerikának.



Suba-lyuk barlang

A Hór-patak völgyének bejáratához közel, a Bükk Nemzeti Park területén találjuk a Suba-lyuk barlangot. Magyarországon először itt találtak neandervölgyi embertől származó csontmaradványt. A neandervölgyi emberek nagyjából 71 000–61 000 éve éltek, egy eljegesedés hidegebb periódusa alatt. Elsősorban vadászatból éltek, a fő zsákmányuk a barlangi medve, a vadló, a zerge, a nyúl és a mammut volt. Nevét egy helyi betyárról kapta, akinek Suba Mihály (Suba Miska) vagy Suba Lukács volt a neve.



Táv: 51 km
 Szint: 0 m
 Nehézség: [Progress bar]

Tudtad ?

Mi az a Hadas?
 Mezőkövesd régi városközpontja, ahol a girbegurba utcácskákban 150-200 éves parasztházakban más-más mesterség fortélyaiba nyerhet bepillantást az érdeklődő. Van itt bútorfestő, mézeskalácsos, fazekas, szövő, tűz-zománcos, de még zeneház is. A kézműves alkotóházak mellett itt található a legnagyobb matyó mintatervező, Kisjankó Bori egykori otthona is, mely ma tájházként üzemel.

Tisza-tavi Ökocentrum

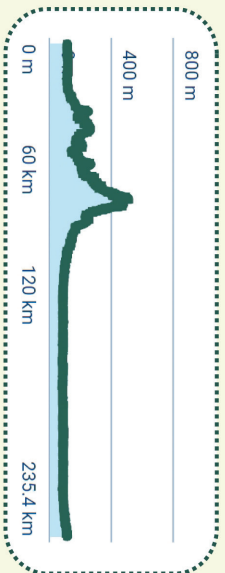
A látogatóközpont interaktív szemlélettel, játékosan mutatja be a Tisza-tó természeti kincseit. Különleges látványosság Európa legnagyobb édesvízi akváriuma, benne a tó egykori és mai halfajaival. A parkban régi magyar állatfajtákkal ismerkedhetünk, és felfedezhetjük a halász-skanzent is. A kikötőből kishajón juthatunk el a tóparti nádas és nyílt vízfelületek élővilágát testközelből feltáró pallós sétaútra.



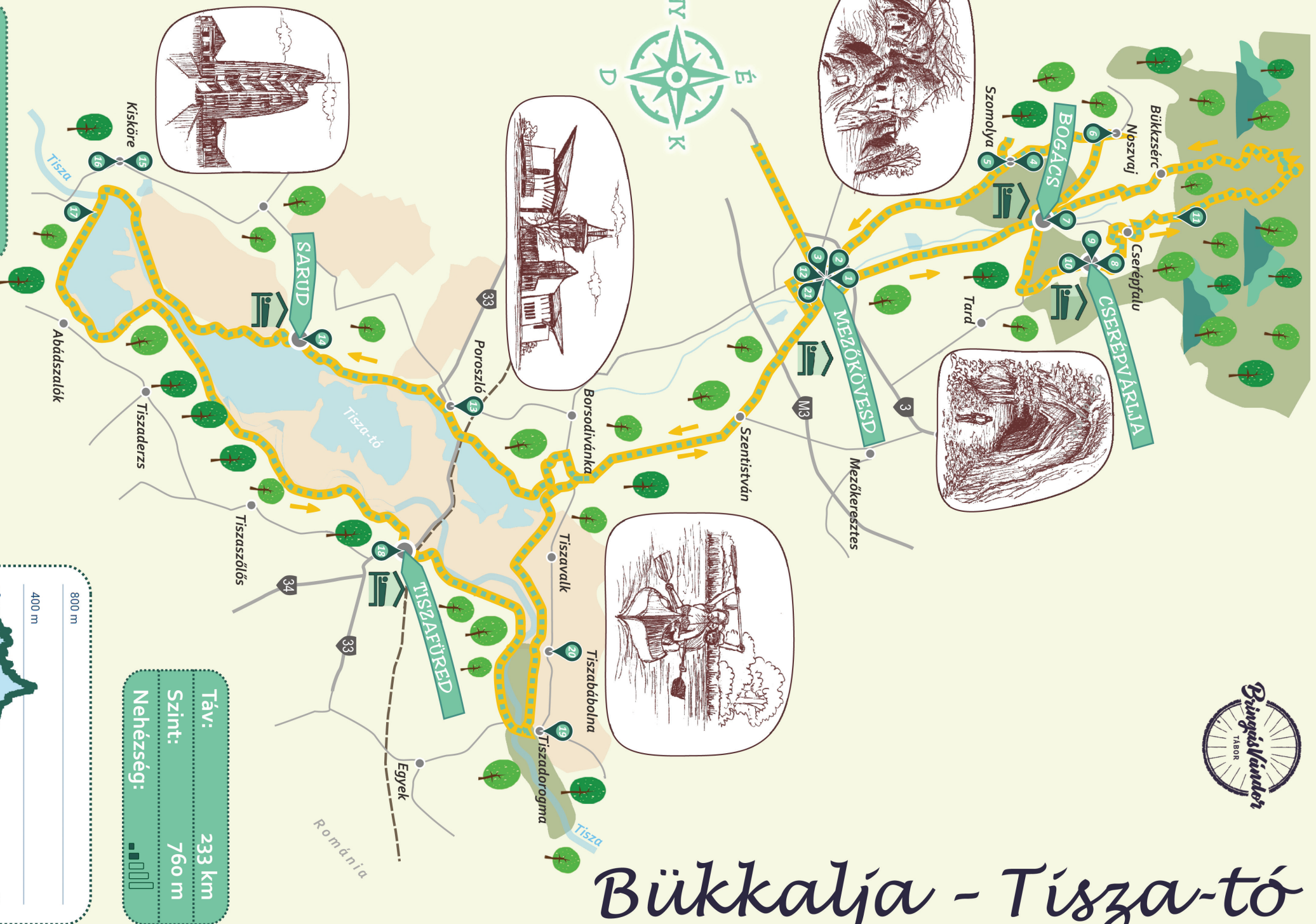


Bükkalja - Tisza-tó

Teljes túratérkép

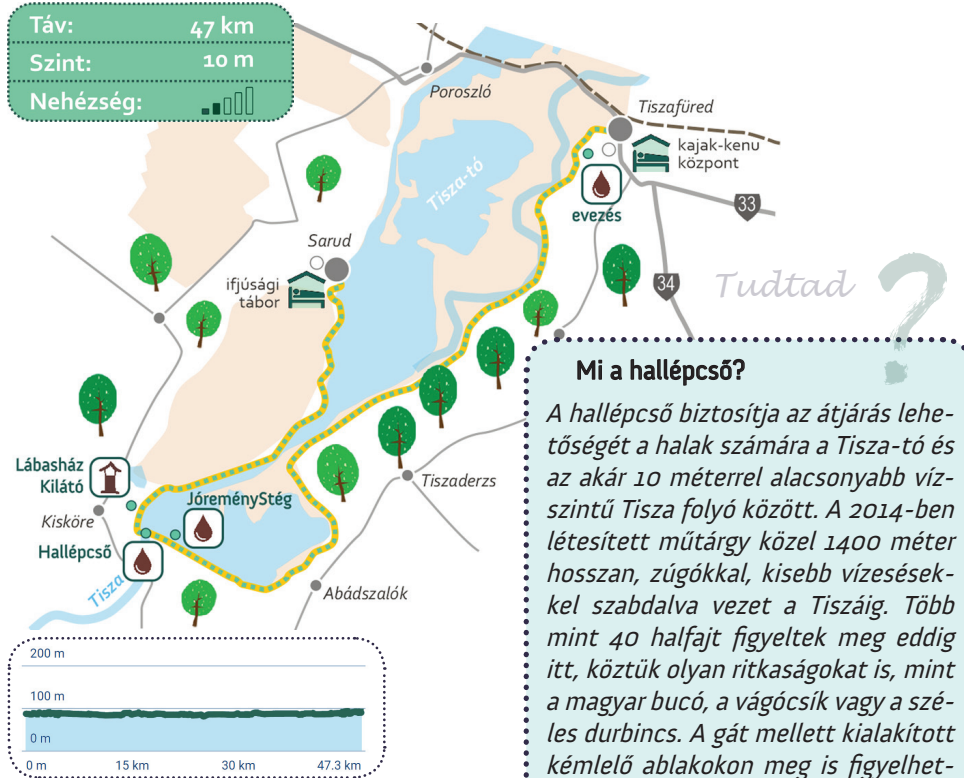


Táv: 233 km
Szint: 760 m
Nehezség: ■■■■■



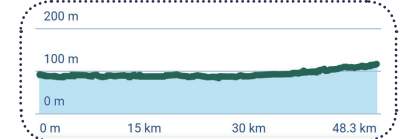
Románia

Táv: 47 km
Szint: 10 m
Nehézség:

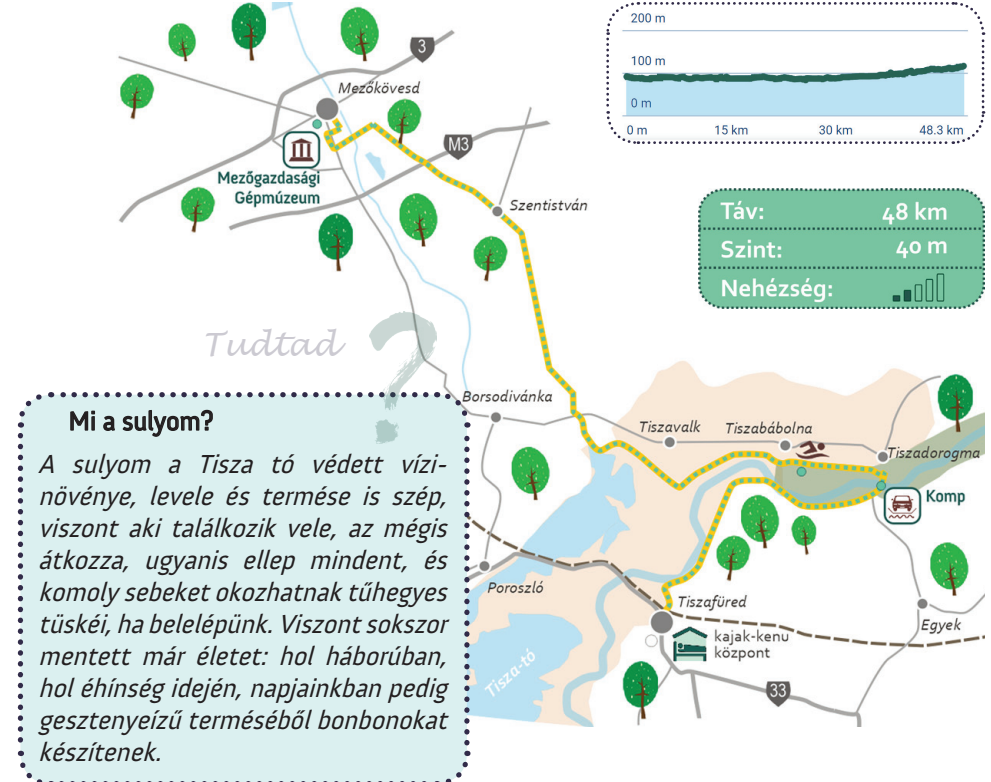


Tisza-tó

Tisza-tó (1988-ig Kiskörei víztározó) Magyarország második legnagyobb tava és legnagyobb mesterséges tava a Tiszán. Létrehozásának legfontosabb okai a Kiskörei Vízerőmű működéséhez szükséges egyenletes vízhozam biztosítása volt, valamint az ugyanebben az időszakban, Tiszaújvárosban telepített új Tiszai Hőerőmű működéséhez szükséges magas vízszint biztosítása duzzasztással. Területe 127 km², melyen mozaikosan váltakoznak a nyílt vízfelületek, szigetek, holtágak, sekély csatornák. Változatos növény- és állatvilág talált benne otthonra. A tó északi partján madárrezervátum is működik. 1999 óta a Hortobágyi Nemzeti Park bemutató területeként az UNESCO világörökség része.



Táv: 48 km
Szint: 40 m
Nehézség:



Hajdú Ráfis János Mezőgazdasági Gépmúzeum

A Magyarországon egyedülálló gyűjtemény alapjait Hajdu Ráfis János és felesége, Bakos Mária vetette meg. A mezőgazdasági gépgyűjtemény 1979 óta múzeummá fejlődött. Környezetbe illő épületeivel, látványos kiállításainak sorával, nagyméretű műtárgyaival, 100 esztendősnél is idősebb, ma is működő gépeivel olyan hangulatot áraszt, mint egy szabadtéri múzeum. Az országban is egyedülálló gyűjtemény célja a paraszti uradalmi gazdálkodásban egykor használatos gépek, járművek és munkaeszközök együttes bemutatása. A gyűjtemény törzsanyagát 160 gőzüzemű és robbanómotoros erőgép, 100 mezőgazdasági gép, 50 gazdasági eszköz és számos gépalkatrész, kovácsoltvas tárgy alkotja. Külön figyelmet érdemel a kiállításnak helyet adó mezőkövesdi porta is.



A LEGSZEBB KILÁTÁS

A LEGEMLÉKEZETESEBB PILLANAT

A LEGJOBB SZTORI

A LEGÉRDEKESEBB DOLOG, AMIT TANULTÁL

A LEGMAGASABB PONT

A LEGJOBB SZÁLLÁS

A LEGFINOMABB ÉTEL

A LEGNEHEZEBB PILLANAT

Nézzük azokat az elsősegélyt igénylő eseteket és a megoldásukat, amikkel a leggyakrabban találkozhatasz a túra során:



Rovarcspítés: A hidegvizes borogatás és patikai készítmények (pl. Fenistil) jól tesznek a kipirosodott bőrnek.



Kullancs: Súlyos betegségeket terjeszthet, ezért esténként nézd át a tested a szálláson, és ha találsz magadon kullancsot, fordulj a túravezetőhöz, hogy minél hamarabb szakszerűen, csipesszel eltávolíthassa! Figyeld a csípés helyét, és jelezd a túravezetőnek, ha körkörös kialakuló vörös, kokárdaszerű vagy egybefüggő piros elváltozást tapasztalsz a bőrödön!



Leégés és napszúrás: Tegyél meg mindent a megelőzés érdekében: használj a szabad bőrfelületeken magas faktorszámú naptejet, amit ne felejts el újrakenni néhány óránként! Viselj napszemüveget, legyen a fejedben sapka! Leégés esetén az aloe vera gél vagy a Panthenol segíti leghatékonyabban a bőr gyógyulását.

Dehidratáció: Nagyon fontos, hogy elegendő vizet fogyassz túrázás közben, különösen, ha megsüt a nap. Ezzel a bőröd regenerációját segíted, az esetleges szédüléssel, émelygős tüneteket pedig gyorsabban enyhítheted.



Felületi sérülések: A bőr felületi horzsolásai a leggyakoribb sérülések túrázás során. Folyóvizet lemosás után fertőtleníteni kell a területet (például Betadine-nal), majd ha elállt a vérzés, védőtapasz kerülhet a sebre.

Mérgező növények, forrásvíz: Ugyan vannak ehető növények az erdőben, de nagyon sok olyan mérgező növény is, amelyek nagyon hasonlítanak az ehetőkhöz. Ezért ne egyél vadon termő növényeket! Mivel az sem garantálható, hogy a természetben található források vize emberi fogyasztásra alkalmas tisztaságú, lehetőleg ezekből ne igyál! Kisebb mérgezés esetén megúszod egy csúnya gyomorrontással és hasmenéssel, súlyosabb esetben kórházi gyomormosás vagy infúziós kezelés vár rád.



Gyümölcsök: A falkokban találkozhatasz éppen termő gyümölcsfákkal. Mivel sosem tudhatod, mikor permetezték őket, inkább állj ellen a kísértésnek!

! A legfontosabb: ha rosszul érzed magad, szédülsz, émelyegsz, fáj valamid, vagy megsérültél, fordulj a túravezetőkhöz, akik ellátnak, vagy szükség esetén orvost hívnak! !


Kívánjuk, hogy egészségesen és problémamentesen teljen a vándortáboros heted!



Útvonalajánló



TETSZETT A TÁBOR? Jelentkezz a többi Bringás Vándortáborra is!

Vagy vegyél részt osztályoddal az 1-3 napos kerékpáros osztálykirándulások  valamelyikén!



 Választható osztálykirándulások:

- 1. Gyenesdiás
- 3. Csákvár
- 5. Balassagyarmat
- 7. Mezőkövesd
- 9. Bükkszentlőke
- 11. Békéscsaba
- 2. Szigetvár
- 4. Gárdonyi
- 6. Terény
- 8. Tiszafüred
- 10. Edelény
- 12. Sepsiszentgyörgy

A BRINGÁS ÚTITÁRS.

Töltsd le a kerékpáros-barát appot!



Letölthető az App Store-ból



SZEREZD MEG: Google Play



A LEGFONTOSABB KRESZ-SZABÁLYOK

A KRESZ, azaz a közlekedési szabályok a közlekedők (járművek és gyalogosok) biztonságos és kényelmes együtt közlekedését szabályozzák. Ha a közúton bringázol, azaz kerékpárral közlekedsz, a kerékpár járműnek minősül – vagyis rád is vonatkoznak a KRESZ szabályai. Nézzük a legfontosabbakat!

HALADÁS AZ ÚTON

Tudtad?

Ha nincs az út mellett kifejezetten kerékpárosok számára kijelölt út (kerékpársáv, kerékpárút, gyalog- és kerékpárút), akkor bringával az úttest jobb oldalán, egymás mögött közlekedhetünk.

- ⊖ Az úttest szélétől tarts legalább 50 cm távolságot, ám az út szélén parkoló autók mellett lehetőség szerint legalább egy ajtónyitási távolságban haladj el!
- ⊖ Tilos elengedett kézzel kerékpározni!
- ⊖ Ha csoportban haladtok, akkor is mindenkinek egyesével kell a KRESZ-szabályokat betartania! Lehet, hogy az előtted haladó még biztonságban megkezdte az előzést vagy kikanyarodhatott a főútvonalra, de nem biztos, hogy ezt te is megteheted!

ELSŐBBSÉG

Tudtad?

Azt, hogy egy forgalmi helyzetben (pl. útkereszteződésben) melyik közlekedő mehet először, az dönti el, hogy kinek van elsőbbsége.

Az elsőbbséget a rendőr jelzései, a jelzőlámpák, az elsőbbséget jelző táblák és a jobbkez-szabály adják meg, de minden esetben fontos, hogy meggyőződjünk arról, hogy a másik jármű látott-e minket, és megadja a nekünk járó elsőbbséget!



Kerékpáros lámpák:

Csak szabad (zöld) jelzésre indulj el! Ha van külön kerékpáros jelzőlámpa, akkor annak a jelzését kell követned.

Állj! Elsőbbségadás kötelező: **Teljesen állj meg** (két fék behúzva, legalább az egyik lábad a földön), és továbbhaladni csak akkor szabad, ha megadtuk az elsőbbséget a másik úton közlekedőknek.



Elsőbbségadás kötelező: Ha ilyet látsz, **lassíts le** (készülj fel arra, hogy lehet meg kell állni), továbbhaladni csak akkor szabad, ha megadtad az elsőbbséget a másik úton közlekedőknek.

Tudtad?

A csúcsára fordított háromszög és a nyolcszög alakú táblákat hátulról is fel lehet ismerni. Így már messziről láthatod, ha egy kereszteződésben elsőbbséged lesz a mellékútról érkezőkkel szemben.

Ha egy kereszteződésben sem lámpa, sem elsőbbséget szabályozó táblák nincsenek, akkor a **jobbkez-szabály** érvényes: azaz az útkereszteződésben a járművel (kerékpárral) elsőbbséget kell adni a jobbról érkező minden járműnek.

Figyelem!

A kerékpáros átvezetések (azaz: kerékpárút és úttest kereszteződései) esetében általában jelzőtáblák szabályozzák az elsőbbségi viszonyokat. Azaz **nem mindig a bringaútról érkezőnek van elsőbbsége!**

IRÁNYJELZÉS



Mint minden járművezetőnek, a kerékpárosnak is jeleznie kell az irányváltási szándékát: az irányjelzést megfelelő távolságban és időben kell megkezdeni, kinyújtott jobb vagy bal karunkkal jól látható módon. Az irányváltás (kanyarodás, előzés, sávváltás, stb.) előtt nézz hátra bal vállad felett, **karoddal jelezd az irányt**, de a manővert már két kézzel a kormányt fogva végezd, mert úgy biztonságosabb!



EGYÉB KRESZ-SZABÁLYOK

- ⊖ Szürkületben, este és rossz látási viszonyok között **kötelező a lámpa használata**, lakott területen kívül pedig még a láthatósági mellény viselete is!
- ⊖ Biciklizés közben semmilyen körülmények között **ne mobilozz** (ez vonatkozik a fotózásra és a videózásra is), mert fokozottan balesetveszélyes!



Helló Bringás, ismerj meg minket!

hello
BRINGÁS

Te is imádtott kerékpárodra pattansz, amikor csak tudsz? Hajts a biztonságra és a kedvedre!

A hello Bringás **baleset-, felelősség- és vagyonsz biztosításokat** online, egyszerűen megkötheted, és a **MKTSZ5 kuponkóddal* 5% kedvezményt** is kaphatsz. A hello Bringás kerékpár és roller biztosítás részleteivel várunk a **hello.hu** weboldalon.

*Az MKTSZ5 kuponkóddal 5% kedvezmény érvényesíthető **2024.05.29-től 2024.12.31-ig** a hello Bringás biztosítások díjából a **hello.hu** oldalon, vagy a **hello4U** applikációban. Az MKTSZ5 kuponkód az állandó kedvezményekkel együtt igénybe vehető, de más kuponkóddal nem vonható össze.

<https://hello.hu>

IMPRESSZUM

Kiadja: Magyar Kerékpáros Turisztikai Szövetség, 2024

Grafika, tördelés: Kiss Gábor

Fotók: MAKETUSZ archívuma, Kiss Gábor

Vándorolj, fotózz és nyerj!

Örökítsd meg élményeidet fényképekkel a Vándortábor program (Erdei, Vízi, Zarándok vagy Bringás Vándortábor, illetve VándorViadal program) során, és jelentkezz pályázatunkra!

A pályaművet beküldők között értékes nyereményeket sorsolunk ki!

A legjobb fényképek alkotói *egy napot tölthetnek el Zsila Sándor fotóművésszel* Máté Bence, világhírű fotós egyik épített, fotós-lesében, ahol testközelből készíthetnek felvételeket a vadon élő madarakról, állatokról.

A díjazottak között további értékes programokat, tárgyi ajándékokat oszt ki a zsűri.

A pályázatokat folyamatosan várjuk

2024. június 15-től 2024. szeptember 30-ig, a részletekért keresd fel a vandortabor.hu/fotopalyazat-2024 oldalt!



Hogy érezted magad?
Oszd meg velünk
véleményed!

www.bringasvador.hu

www.maketusz.hu



A Vándortábor Program támogatója az Aktív Magyarország.