

BringásVándor

TÁBOR



VÉRTES - VELENCEI-TÓ KERÉKPÁROS VÁNDORTÁBOR

2024

KEDVES BRINGÁSVÁNDOR!

Köszöntünk a Pannónia Szíve térség hegyvonulatain átívelő vándortáborunk mintegy 200 (kalandoroknak 250) kilométernyi kalandja előtt! Kulturális, történelmi és geológiai látványosságok garmadája vár rád ezen az útvonalon, melynek során átszeljük a térség borvidégeit, megcsodáljuk a táj hófehér dolomittömbök tagolta hegyoldalait, az erdős részeken gyönyörködünk a terebélyes cserszömörcebokrokban, és megtekintünk számos történelmi jelentőségű helyszínt is.



Ősmandulás között vezet az utunk a végeleáthatatlan szőlőültetvények között. Ebédelni fogunk a csabdi romtemplom árnyékában, hűsölünk az etyeki körpince-sor oldalában, tekerünk a mesébe illő Fáni-völgyben. Pusztabuszozunk csodálatos lovakkal az Esterházyak korábbi birtokain Csákváron, hogy a fáradt vándor lábai is pihenhessenek. Jutalmunk a túra elején előlegként és a túra végén a velencei-tavi strandolás lesz.

Az útvonal Gárdonyról Etyeken, Szárligeten, Pusztavámon, Móra és Csákváron át a Velencei-tóig vezet majd. Időnként erdei csapásokon, bicikli utakon, de leginkább kis forgalmú, aszfaltos utakon fogunk tekerni, gyönyörű dombos-tájakon, különleges természeti és épített örökséget tekintve. A tábor nyomvonalára és emelkedői igazi kihívást jelentenek és méltán lehet büszke mindenki magára, aki teljesíti.

Reméljük, élvezni fogod a hegyeken-völgyeken átívelő bringázást!



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 ELÉRHETŐSÉGE:	_____
<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!



Pipáld ki, ahol jártál a túra során, tedd fel a bakancslistádra, ami kimaradt!



1.
N
A
P

1. Sarvajc-kereszt és kilátó (Dinnyés)
A kilátó tetejéről betekintést nyerhetünk a Velencei-tó titokzatos vízi világába. A kereszt egy kiváló többíró különös, tragikus vadászbalesetének állít emléket.

2. Várpark (Dinnyés)
A park egyediségét az adja, hogy a történelmi Magyarország várait eredeti anyagukból elkészített makettként mutatják be.

2.
N
A
P

3. Halász-kastély (Kápolnásnyék)
A Halász család 19. században épített klasszicista kúriája.

4. Mezőtlábas park (Pázmánd)
Saját bőrünkön tapasztalhatjuk meg a különböző felületek (meggyag, kukoricacsutka, toboz, terméskő stb.) talpra gyakorolt hatását.

5. Kerékpáros pihenő (Pázmánd)
Fedett résszel, ivókúttal felszerelt állomás, ahol vicces csoportképet lehet készíteni az érdekes faragványok között.

6. Etyeki pincesor és körpince
Történelmi jelentőségű pinceegyüttes és présházak, melyeket az 1800-as évek közepén alakítottak ki.

7. Magyar-kút
A ma látható építmény a 18. században készült el klasszicista stílusban.

8. Botpusztai kápolna
Gótikus hangulatú kápolna, mely már az Árpád-korban létező Botth nevű település utolsó mementőjeként áll a dombtetőn.

3.
N
A
P

9. Csabdi romtemplom
Csabdi legrégebbi épített emléke a falu központja feletti domboldalon.

10. Vérteskozma
Az ősi építészet jegyeit megőrző, élő skanzen jellegű település a Vértes közepén.

11. Fáni-völgy
A Vértes egyik legszebb útvonala, csodálatos, egyedi mikroklímával rendelkezik.

12. Várgesztesi vár
A 13. század végén a Csák nemzetség több kővárat emeltetett birtokai védelmére, közülük tartozott a jelenlegi vár helyén létesített korai erődtípus is.

A sorszámozott látniivalókat megtalálod a kiadvány közepén lévő teljes túratérképen.



4.
N
A
P

13. Majkpuszta, kamalduli kolostor
Az egykori kamalduli remeteség épületcsoportja.

14. Oroszlányi Bányászati Múzeum
A környékbeli szénbányák fokozatos bezárása során itt gyűjtötték össze az Oroszlányi-szénmedence jellemző gépi berendezéseit és bányászati relikviáit.

15. Heimattmuseum (Pusztavám)
Az 1700-as években német anyanyelvű telepeseikkel benépesített terület néprajzi gyűjteménye.

5.
N
A
P

16. Mór
A Móri-árok legjelentősebb települése, a környék gazdasági, kereskedelmi és kulturális központja. A várost ma több mint tizenötezer fő lakja.

17. Csókakői vár
Fejér megye egyetlen fennmaradt középkori vára, melyet először hivatalos magyar okirat 1299. szeptember 1-én említ.

18. Panoráma tanösvény (Csákberény)
A Vértes egyik legszebb kilátópontját is érintő, több mint 4 km hosszú tanösvény változatos élőhelyek között halad.

19. Bauxitbányászati Múzeum és Földtani Park, Gánt
Az egykori külszíni fejtés bemutatására létrehozott sétaösvény földtörténeti korok hátrahagyott emlékeit mutatja be.

20. Csákvár
A hegylábi település a Vértesi Natúrpark székhelye.

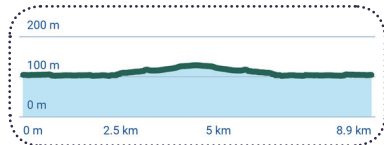
21. Csákvár Emlékház
Az egykori tűzoltószertár épületében berendezett kiállítás a csákvári fazekesség történetét és néprajzát mutatja be.

6.
N
A
P

22. Országos Szintezési Főalappont: a Nadapi Ősjege
A térképészeti és építészeti magasság meghatározásának viszonyítási pontja, az ország geológiai egyik legstabilabb pontja.

23. Velence Korzó
Bevásárlóközpont a Velencei-tó partján.

24. Miskahuszár
A magyar huszár szimbóluma, 13 méter magas emlékmű. A Velencei-tó leglátogatottabb biciklis szelfipontja.



Táv: 9/36 km
 Szint: 23 m
 Nehézség: [Bar chart showing low difficulty]

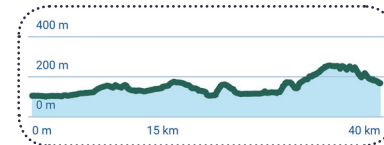
Tudtad ?

Mit nevezünk atillának?

Az atilla a magyar huszárak egyenruháját képező zubbony neve. Egy legenda szerint, amikor a törökök az éj leple alatt támadtak a magyar huszárokra, azok – mivel nem volt elég idejük rendesen felöltözni – kabátjukat sebtében a vállukra csapva indultak a csatába. A lebegő zubbony ujjak miatt az ellenség azt hitte, többkarú katonákkal áll szemben, és ijedtében meghátrált.

Katonai Emlékpark Pákozd

Az emlékpark az 1848. szeptember 29-i, pákozd-sukorói csata tiszteletére és emlékére készült. Nemcsak a történelmet kedvelők számára nyújt kitűnő kirándulási célpontot, hanem a kalandot, élményt és kultúrát keresőknek is nagyszerű helyszín. Az interaktív elemekkel bővített kiállítások mellett a modern digitális tárlatvezető alkalmazás (KEMPP) segítségével barangolhatjuk be a parkot. Az Emlékpark egyes elemei 1848-tól napjainkig a magyar hadtörténelem főbb eseményeit kísérik végig. A látogatás után a katonai akadálypálya és Raptor lézerharc nyújthat kikapcsolódást.



Táv: 40 km
 Szint: 331 m
 Nehézség: [Bar chart showing moderate difficulty]

Tudtad ?

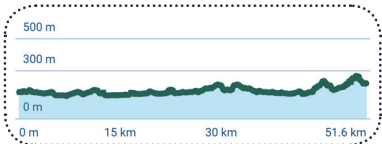
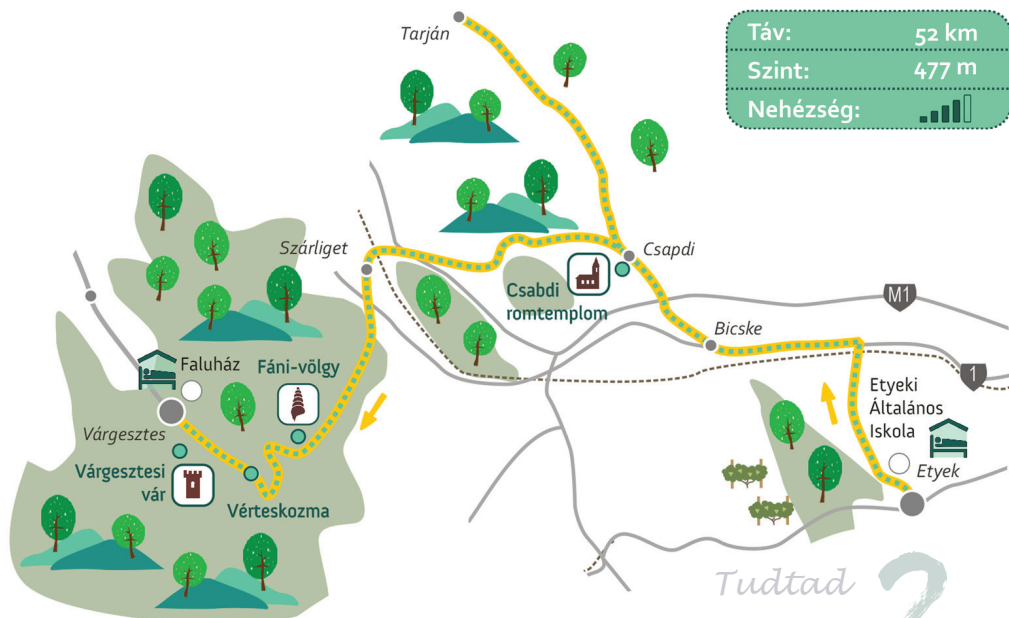
Honnan ered a Kecskegödör elnevezés?

Etyek régióinak egyike a Kecskegödör, mely egy kecskék tartására és legeltetésére szolgáló veremről kapta a nevét. Napjainkban egy egybefüggő pincesor található itt.

Etyeki körpince

Etyek hírnevét a nemzetközi szinten elismert bortermelésnek köszönheti. Területe négy régióra bontható, ezek egyike a méltán híres Körpince. A környéken már a rómaiak idejében is foglalkoztak szőlőműveléssel, melynek mai hagyományai az 1700-as évek elejére vezethetők vissza, az 1860-as évektől pedig már a főváros szőlőskertjeként emlegetik ezt a vidéket.



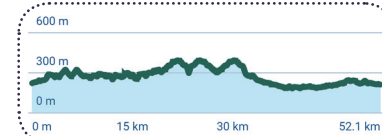
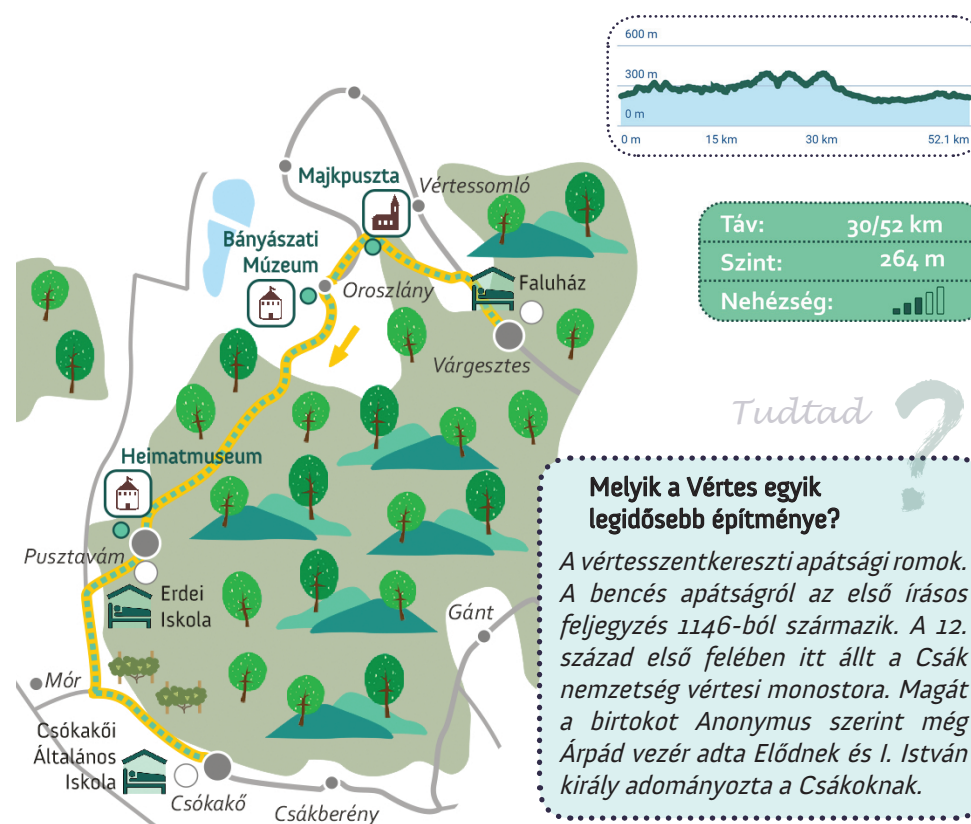


Honnan származik a Csabdi elnevezés?

Feltételezések szerint a középkorban egy hatalmas tó feküdt a település helyén, amit később lecsapoltak. A falu neve valószínűleg erre a lecsapolt területre utal. Korabeli krónikákban még Chapol néven említik.

Szárliget

Szárliget térsége ősidők óta lakott, kelták, rómaiak, hunok is letelepedtek ezen a vidéken. Fő látnivalója a település felett található Zuppa-tető (más néven Spic-hegy). Ennek tetején egy óriási fa keresztet állított a Szentimrevárosi Egyesület, melynek tagjai a helybeliekkel együtt a hátukon vitték fel a keresztet a hegytetőre.



Melyik a Vértes egyik legidősebb építménye?

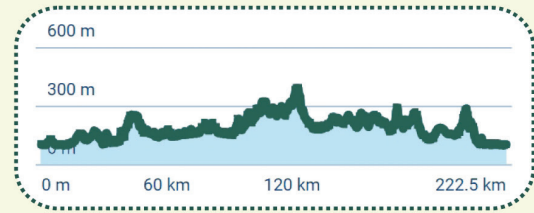
A vértesszentkeresztí apátsági romok. A bencés apátságról az első írásos feljegyzés 1146-ból származik. A 12. század első felében itt állt a Csák nemzetség vértesi monostora. Magát a birtokot Anonymus szerint még Árpád vezér adta Elődnek és I. István király adományozta a Csákoknak.

Majkpuszta - Kamalduli remeteség

A kamalduli szerzetesrend története 1009-re nyúlik vissza, amikor egy Malduli nevű itáliai gazda felajánlotta birtokát a Romuald herceg által alapított rend számára. A „fehér barátok” némasági fogadalmat tartva remeteként éltek, azzal a céllal, hogy elérjék a lelki tökéletességet. A kamalduliak a 17. században telepedtek le Magyarországon, majd a 18. században alakították ki a majkpusztai kolostort és a köré települő épületegyüttest. Később II. József rendelete szüntette meg a rend működését, ekkor az Esterházyak alakították itt ki vadászkastélyukat. Az egykori remetelakok ma üdülőként funkcionálnak.



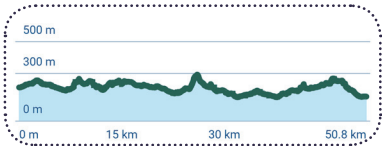
Vértes - Velencei-tó



Táv: 192/243 km
 Szint: 1436 m
 Nehézség:



Teljes túratérkép



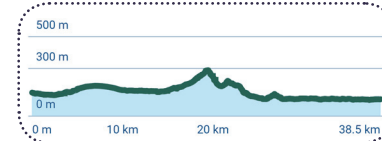
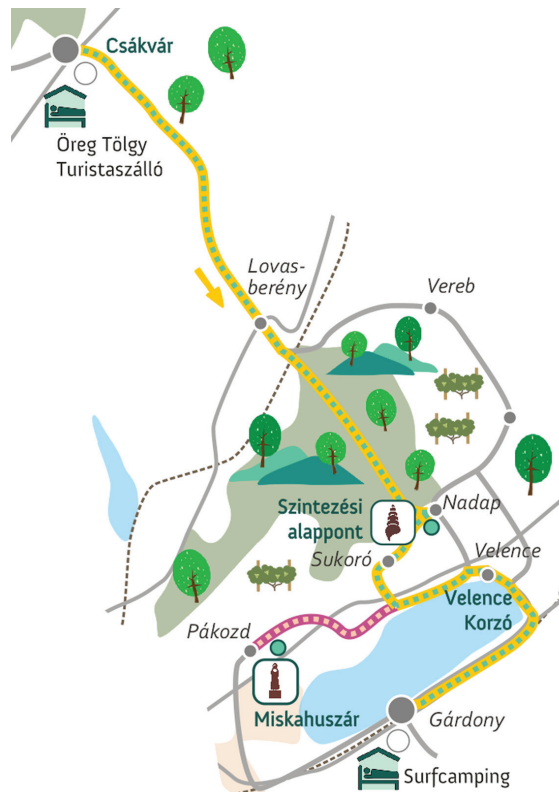
Mit nevezünk „ezerjónak”?

Az ún. ezerjő egy hungarikum fehérbor szőlőfajta, mely nevét a budai szőlőkről kapta. A Mór környéki szőlőskertekből származó gyümölcsök bora a legkiválóbb ezerjő fajta.

Csókakői vár



Az omladozó vértesi végvárok közül a csókakői az egyik, ami jó állapotban maradt meg, és az egyetlen, ami nem az erdők sűrűjében bújjik meg, hanem a hegység peremén, szőlőskertek között meredezik a ma is elevenen élő kis falu fölé. Ormairól tiszta időben a Móri-ároktól egészen Székesfehérvárig ellátni.



Táv: 39 km
Szint: 208 m
Nehézség: [bar chart]

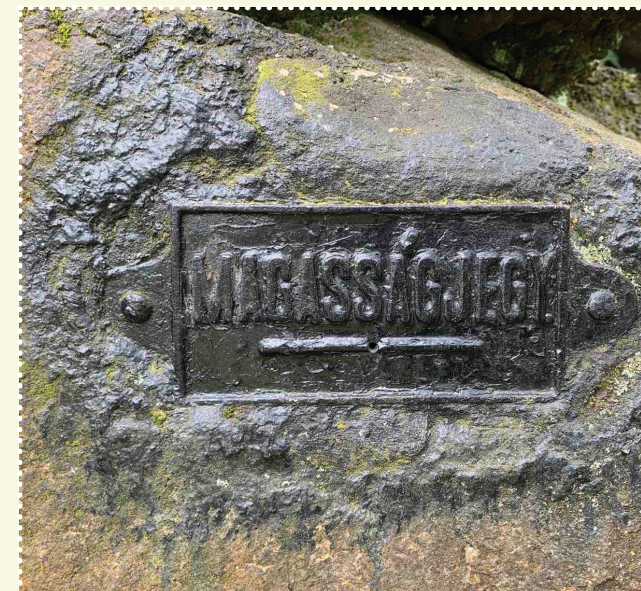
Tudtad?

Hányszor száradt ki a Velencei-tó?

Körülbelül száz évente sújtja kiszáradási hullám a Velencei-tavat, és az elmúlt másfél évezred során már tizennégyszer száradt ki a tó. A mesterséges beavatkozásoknak köszönhetően a jövőbeni ciklusok megjósolhatatlanok, csak azt tudjuk, hogy legutóbb az 1860-as években történt ilyen.

Nadap, Szintezési Ősjegy

Magyarországon a földrajzi magasság meghatározása a Nadapon található Országos Szintezési Főalapponthoz (más néven Nadapi Ősjegy) viszonyítva történik. Az itt elhelyezett emlékmű hazánk egyik legszilárdabb röghegységére került. Magassága az Adria tenger szintjéhez képest 173,8385 méter, így ez lett a nadapi alapszint kezdőértéke.



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) jót 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 erdőkben, 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



TETSZET A TÁBOR? Jelentkezz a többi Bringás Vándortáborra is!

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



 Választható osztálykirándulások:

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

A BRINGÁS ÚTITÁRS.

Töltsd le a kerékpáros-barát appot!



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 imádottn kerékpárodra pattansz, amikor csak tudsz? Hajts a biztonságra és a kedvemre!

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, Bécser Vera

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.bringasvandor.hu

www.maketusz.hu



A Vándortábor Program támogatója az Aktív Magyarország.