



**„Gyógyszer helyett szedd a lábad!”**

**Dávid Ibolya**

## A KINIZSI SZÁZAS TELJESÍTMÉNYTÚRA KIÍRÁSA

Szakosztályunk 2000. május 27-28-án rendezi meg hagyományos gyalogos teljesítménytúráját – három kategóriában – a Pilis és a Gerecse hegységben.

<u>Kategóriák:</u>	<u>K-100</u>	<u>K-40</u>	<u>K-25</u>
	hosszútávú	normáltávú	felkészítő
Táv/szintidő:	100 km/24 óra	38 km/10 óra	27 km/7 óra
Nevezési díj:	600.- Ft	150.- Ft	150.- Ft
Díjazás:	oklevél, jelvény	kitűző, emléklap	kitűző, emléklap

Útvonal: Csillaghegy - Nagy-Kevély - Hosszúhegy - Pilis-nyereg - Kétágúhegy - Dorog - Nagy-Gete - Hegyeskő - Mogyorósbánya - Péliföldszentkereszt - Pusztamarót - Gerecse Gyermeküdülő - Bányahegy - Koldusszállás - Somlyóvár, kulcsosház - Szárliget.

Nevezés: a rajt előtt a helyszínen.

Rajt: 2000. május 27., Csillaghegy (HÉV megálló mögött, a strand kertjében)

K-100	6.45 - 8.00 között folyamatos indítás
K-40, K-25	7.45 - 8.30 között folyamatos indítás

<u>Cél:</u>	K-100	28-án 8.00-ig Szárliget, Általános Iskola
	K-40	27-én 18.30-ig Dorog, vasúti sorompó
	K-25	27-én 15.30-ig Pilis-nyereg

A túra résztvevői: A nyílt rendezvényen bárki elindulhat, de a 100 km-es kategóriában egy évnél nem régebbi (bármely sportágra szóló) sportorvosi igazolás szükséges. 18 évnél fiatalabbaktól csak a rendezvényre szóló (a nevezési lapon szereplő) sportorvosi engedélyt fogadunk el.

Egyéb: A túrát csak gyalog lehet teljesíteni. Teljesítménytúránk nem verseny, minden, a távot a szintidőn belül teljesítő résztvevő egyformán jogosult a díjazásra.

Amennyiben a sportorvosi engedély megszerzéséhez szükség van rá, nevezési lap előzetesen kapható az ÉDOSZ portáján (Bp. VI., Városligeti fasor 44.), a TENGERSZEM Sport-üzletben (Bp. VII., Dohány u. 29.). Vidékiek – felbélyegzett válaszborítékkal – szakosztályunk címén postán kérhetnek nevezési lapot.

A túrán mindenki saját felelősségére indul. Szállást, csomagszállítást nem tudunk biztosítani. Az útvonalon két helyen üdítőt és édességet árusítunk, Bányahegyen teát, a szárligeti célban gulyáslevest adunk a résztvevőknek.

Javasolt felszerelés: bejárattott bakancs, tartalék zokni, esőköpeny, kulacs víz, eü. csomag, elemlámpa, Pilis és Gerecse térkép.

KINIZSI TE "Encián" Szo.  
1406 Budapest, Pf. 6.

## RENDEZVÉNYÜNK TÁMOGATÓI:

ÉDOSZ

IFJÚSÁGI- ÉS SPORTMINISZTERIUM

MOUNTEX

Budapest Gyógyfürdői és Hévízei Rt

Telekodex Kft

Tengerszem-Sport

Hegyalja Kft, Budaörs

Magyar Eszperantó Szövetség

BELSPED - Autokraft Kft

Szárliget, Általános Iskola

## TERMÉSZETVÉDELMI PROGRAMUNK TÁMOGATÓI:

RALSTON ENERGY SYSTEMS Magyarországi  
Kereskedelmi Kft

MIZO Baranyatej Rt

## HÚSZ ÉV KINIZSI SZÁZAS

(Szabó Zoltán)

A KINIZSI TE Encián szakosztálya 1981 szeptemberében rendezte meg először a KINIZSI SZÁZAST, és ezzel kezdetét vette Magyarországon a rendszeres, szervezett teljesítménytúrázás. Már a következő évben követette a SZÁZAST a Gerecse-50, Pilis 50, majd 1983-tól (első évben csak az egyesület saját tagjainak) a Zemplén 50, 1984-től a Baranyából Tolnába 50, Hegyhát 50, Mecsek 50, Orion 2000 teljesítménytúra. A - sajnos korán megszűnt - Orion-2000 jelezte: a nehézséget nem csak a táv hossza, hanem a leküzdendő szintkülönbség is jelenti, megfelelő útvonalválasztással igencsak meg lehet nehezíteni a túrát. A még mindig "élő" Mecsek-1800 túra szintén ezen az elven alapul.



Színesedett is a paletta. Az 1987-ben indult BEAC Super-8-as túráján evezés, kerékpározás, gyalogtúra is szerepel egy kis barlangjárással fűszerezve - az időközben megszűnt Délkör-4 túra mellett máig az egyetlen ilyen kombinált rendezvény. Az ANP-50 barlangos - a Baradla barlang hosszú túráját az útvonalba illesztve - szintén érdekes színfolt volt.

Míg kezdetben a kerékpárosok a legtöbb túrán - a túra nyomvonalától, az indulók számától függően - csak megtúrt vagy nemkívánatos személyek voltak, ma már sok, kifejezetten kerékpáros teljesítménytúra is létezik, és sok rendezvény külön kerékpáros távokat is tartalmaz. Az, hogy néhány túra - köztük a Kinizsi Százás, a Gerecse 50 - megmaradt „A táv csak gyalog teljesíthető” kijelentésnél, nem a kerékpáros természetjárás lebecsülése. A két, különböző átlagsebességgel haladó csoport találkozása szűk ösvényeken, meredek szakaszokon kellemetlen, balesetveszélyes helyzeteket idézhet elő. Ha a túra széles székérutakon, dűlőutakon vezet, nincsenek nagy lejtők, s így a találkozás problémamentes (mint az alföldi túráknál), vagy sikerül a kerékpárosok és gyalogosok időbeni szétválasztása, valamint a rendezők a kerékpárosok számára is tudják azt a biztonsági hátteret nyújtani, amit a gyalogosoknak, akkor lehetséges a vegyes részvétel. Nem véletlen, hogy a legnagyobb létszámú túrák kénytelenek a kerékpáros részvételt korlátozni.

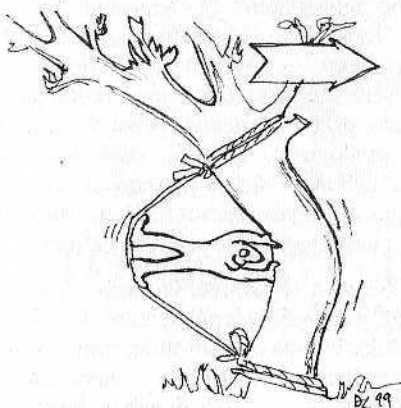
De nemcsak a különféle szakágak felé terjeszkedett a teljesítménytúrázás. A lebonyolítás módja is változatosabbá vált. 1985 óta a Vértes-50 körpályáján több helyről is lehet indulni, és ugyanoda visszaérkezni. A Bükk 900-as csúcsai túrán nincs kötött útvonal, az ellenőrző pontokat tetszőleges sorrendben lehet érinteni - hasonlóan a Cserhát 500-as csúcsai éjszakai túrához. A Pilis-50-en az első években közösen, túravezetővel járták végig a távot. A kezdeti idők után, amikor a résztvevők már nagyobb számban jelentkeztek és gyakorlottabbakká váltak, ennek létjogosultsága megszűnt, de az adminisztratív korlátokat feszegető (leggyakrabban országhatárközeli) túrákon ez még ma is előfordul - mint például az Őrség - Goricko túrán.

Miután a kilencvenedik és a századik kilométer teljesítése közt százszor, ezerszer elátkozza az ember a Kinizsi Százast kitalálót, illetve saját magát, hogy egyáltalán indult-e (hülyeségen) teljesítménytúrán; a célban elfogyasztott Jókai babléves, és egy fél nap pihenő után büszkén és jóleső örömmel emlékezik vissza a nemes testi és lelki próbára. A Kinizsi Százast hosszútávú non-stop túrán a sportoló, ha nem is kis erőfeszítés árán, egy egész életre szóló élményben részesül! Ezen a túrán is, mint minden természetbarát rendezvényen ismeretségek, barátságok kötődnek, amelyek mind az egyén, mind a turistamozgalom számára rendkívül előnyösek. - írta Mészáros János, a BEAC MAXI későbbi szervezője az 1984. évi programfüzetünkben.

Aztán a KINIZSI SZÁZAS hosszútávú (60 km-nél hosszabb) kategóriában elfoglalt "monopolhelyzete" 1988-ban meg is szűnt. A 1989 évi füzetünkől idézve:

*Kérdezték, hogyan válaszolunk a BEAC kihívására, hogy a MAXI-val túlszárnyalták a SZÁZAS-t. Sehogy. ... Semmi értelme a különböző túrák "vetélkedésének". Amikor kilenc éve megrendeztük az első SZÁZAS-t, egy új mozgalmat, a teljesítménytúrázást indítottuk útjára. Azóta sok 30, 40, de főleg 50 km-es túra nyújt lehetőséget mind több embernek az indulásra. Örülünk, hogy a választék egy újabb alkalommal bővült. Csak azt sajnáltuk, hogy - mivel az MTSZ rendezte "50 éves a Kéktúra" ellenőrző pontjai nagyobb részének szakosztályunk adta a személyzetét, csak a "seprünk" tudta teljesíteni a MAXI-t.*

Lemaradás, Kék-Balaton, Kéttorony-Pelikán - ahhoz képest, hogy milyen sok teljesítménytúra indult, nincs is olyan sok százast ... A Mátra-115, Rockenbauer-130 felfelé tologatják a határokat, de lefelé is sűrűre fonódott a lépcső - 98, 94, 93, 92, 90, 88 ... - lassan már keresni kell azt a szabad számot, amelyik még nem fordult elő teljesítménytúra nevében.



Talán a legfeltűnőbb változás a résztávok és a rövid távú túrák szaporodása. Vajon miért érdemes egy 5, 10 vagy 15 km-es teljesítménytúrán részt venni? A kitűzőért vagy oklevélért? A társaságért? A hangulatért? Mert az osztálytárs / szomszéd / barát is megy? Az ilyen távok inkább a családi kirándulások kategóriájába tartoznak, mint a nehéz, felkészülést igénylő erőpróbákéba. Csak gyermekeknek jelenthetnek kihívást, de bárkinek egy jó bulit, egy közös élményt. És a népszerűségük növekszik. Örülünk a jövő teljesítménytúrázóinak!

A másik végletet, az extrém túrák sorát talán a 3 x 50 nyitotta meg - kellemetlen, kevés alvást engedő időbeosztásával. Az Árpád-Vezér a 200 km-es, az ideai Szent István Emléktúra pedig a 250 km-es távjával már túl van azon a határon, amit mi még ép ésszel teljesíthetőnek gondolunk - de nem ugyanez-e a véleménye a 100 km-ről az egyszeri kirándulónak, vagy a notórius otthonülőnek? Vajon hol a határ? Mi a lehetséges, mi az értelmes, mi a célszerű? Akinek fő célja, szinte kizárólagos sportja a teljesítménytúrázás, és ennek megfelelően

erőnlétre, gyakorlatra tesz szert, annak máshol vannak a határai, mint annak, aki egyszeri kihívást lát egy nagyobb táv legyőzésében, vagy aki az egészet tömény marhaságnak tartja - és maximum súlyemeléssel (félkézzel, korszónként) foglalkozik.

Mi a Kinizsi Százast rendezve és más teljesítménytúrákat látogatva is megmaradtunk természetjárónak - részt veszünk magashegyi vándortúrákon, turista tájékozdási versenyeken, közülünk néhányan aktív tájfutók, de járjuk a gyerekeinkkel a Kéktúrát, elmegyünk kisebb "kirándulásokra" is - megnézni ezt-azt, a tájat, a műemlékeket, vagy csak egyszerűen jól érezni magunkat a természetben. Voltunk teljesítménytúrákon, amelyek után azt mondtuk: jó, hogy eljöttünk ide, mert láttuk ezt a vidéket is, és érdemes volt (ha nem lett volna az XXX-50, talán sose megyünk oda), de egyszer elég volt. És vannak tájak, ahol teljesítménytúra nélkül is már voltunk többször, vissza is megyünk még többször, de érdekes volt feszítettebb tempóban is végigjárni, vagy szép díszletet adtak egy edzéshez. Végül is egy 30 - 50 km-es túra jó vonalvezetéssel be tudja mutatni egy táj szépségeit, és annyira nem fárasztó, hogy ne tudná az ember élvezni azt.

A választék tehát bőszeg. És mit mondanak a számok? A hosszútávú túrák résztvevőinek a száma az utóbbi 8 évben lényegesen nem változott - kb. 2000-en indulnak évente 60 km-nél hosszabb túrákon. A normál távú (31 - 60 km közötti) túrák és a részvétel rajtuk még néhány évvel ezelőttig szaporodott, de úgy tűnik, ez is "telítődött" 12000 táján. Az utóbbi 5 évben viszont a felkészítő kategóriájú (30 km-ig) teljesítménytúrák illetve résztávok, és az azokon résztvevők száma növekszik jelentősen, évi 2-3000-rel. A teljesítménytúrázás megtalálta az útját az iskolákba, és ennek évek múltán meglesz a jótékony hatása.

A teljesítménytúrázás úgy épül(t) tehát fel, mint a boszorkány háza. Kezdtük a tetővel, alá a falak, végül elkészül az alapja is. (A számadatok egyelőre hozzávetőlegesek, ha sikerül a még hátralevő adatokat összegyűjtenem - főleg az 1989 és 1995 évek hiányosak - akkor a Teljesítménytúrázók Társasága lapjában, a Százalábában közlésem azokat.)

És hol helyezkedik el a KINIZSI SZÁZAS ezen a széles palettán? Az alábbi sorokat az 1982-es programfüzetünkbe írtuk:

*"Hivatalosan", szervezetileg a természetjárás is sport. De más elvek vezérlik, mint a sportokat általában. A sportban a teljesítmény a cél (a focit még a grundon is gólrá juttasszák), míg a természetjárást nem a minél nagyobb távolságok, szintek megtétele élteti, hanem elsősorban az erdő, a növények, állatok - a természet, valamint a kulturális, történelmi emlékek megismerése, a kellemes környezet élvezete. Egy-egy csúcs meghódításának, nehezebb útszakasz megtételének természetesen megvan a teljesítményből táplálkozó sajátos öröme, különösen magashegységeken, de a lényeg: együtt élni a természettel - ha csak órákig is.*

*És mindezt miért? A Kinizsi Százast az erőnlét, az állóképesség próbája. Aki teljesíti, az bizonyított. Elsősorban önmagának. ... Sokan csak azért próbálják meg, hogy képesek-e rá. Van, akit a kíváncsiság hajt: milyen lehet? Van, aki minden újat ki akar próbálni. Mi, magashegyjárók azért rendezzük - és veszünk részt - ilyen hosszútávú túrán, mert a felkészülés, valamint a Százast alatt olyan erőnlétre tehetünk szert, hogy a nagyobb túráinkon (akár magashegyi, akár itthoni vándortúra) a jóval nehezebb hátizsák ellenére a napi 20-30 km gyaloglás ne okozzon nehézséget. A látványt,*

a természetet tudjuk élvezni a helyett, hogy a fáradtságunkkal lennénk elfoglalva. Vészhelyzetekre is maradjon tartalék erőnk.

Amikor a teljesítménytúrás új volt, akkor még e "műfaj" sport jellegét kellett elfogadnunk a hagyományos természetjáró szemlélettel szemben, míg ma, amikor száznál is több teljesítménytúra létezik, és a Sportturisztikai Szövetség a rendezvényei verseny jellegét emeli ki, a KINIZSI SZÁZAS inkább hagyományos, természetjáró elveivel tűnik ki, miközben a rendezőit az első túra óta változatlan felfogás jellemzi:

*A Kinizsi Százás elsősorban természetjáró rendezvény. Útvonala jelzett turistautakon halad, amelyet követni kell tudni. Nem húzhat a rendezőség 100 km hosszan kordont az út mentén. (Nem lenne egyszerűbb a Budapest-Szolnok autópályán rendezni, vagy mondjuk néhány száz kör a Népstadionban?).*

*Az úton a jelzések általában jók. Jók a néhány évvel ezelőtti állapothoz képest, és jók abszolút értelemben is. De figyelni, azt kell. Ilyenkor a térkép meg a tájoló - vagy egyszerűen a karóra és a nap állása - is jó szolgálatot tehet. Éjszaka természetesen nehezebb. Könnyebb a színeket is összetéveszteni (pl. a Bányahegy utáni kék - zöld elágazás). Nehéz a messzebb lévő jelzést felfedezni. Tartalék elemeink és tartalék izzónk feltétlenül legyen az elemlámpához! És ne "élesben" tanuljuk az éjszakai tájékozódást! Egy előzetes, hangulatos éjszakai séta az erdőben mindenkinek hasznos, aki még nem próbálta. Aki nem biztos önmagában, tájékozódási képességében ismeretlen terepen, az legalább az éjszakai szakaszt járja be előzőleg nappal.*

*Egy másik "kényes kérdés" a víz. Egy természetjáró, ha nem ismeri a terepet, otthon megnézi a térképet, és látja, hogy víz - az bizony nincs. Forrás szinte egy se, csak a lakott helyekre lehet számítani. Tehát egy kulacs víz elengedhetetlen - szomjasabbak literes kulacsot hozzanak. (Bár 30 km-t víz nélkül is ki lehet bírni.)*

*Az erdőben magunkra maradunk. Minimális mentőcsomag (gyorstapasz, a kulacs alján egy kis tiszta víz) legyen mindenkinek. Valami harapnivaló (sokat enni nem célszerű, fokozott megterhelés idején az emésztés ügyis leáll), szőlőcukor, csokoládé, olajos magvak; esőköpeny, tartalék zokni, egy meleg ruhadarab éjszakára, s mindez egy kényelmes hátizsákban - készen is áll a felszerelés.*

*A KINIZSI SZÁZAS-t mindenki magának csinálja, elsősorban a saját lelkiismeretével kell elszámolnia. Van ugyan az útvonalon néhány ellenőrző pont, hogy keretet adjunk a dolognak; van néhány, előre nem kiválasztott ponton lévő ellenőrző hely, hogy senkit ne csábítson az útvonal egy-két kitérőjének levágására, de hát elvégre azért indul valaki ezen a túrán, hogy megcsinálja ... Ha aranyrögöket osztogatnánk a célban a teljesítőknél, megértenénk, hogy egyesek megpróbálnak sumákolni, a jelvény és az oklevél azonban csak a tulajdonosának jelent valamit - a jóleső érzést, hogy képes volt a feladatot teljesíteni. De mi ér az, ha csak azt mondhatja el magáról, hogy jól átvette a rendezőket - valójában nem minket vert át, hanem saját magát.*

*A KINIZSI SZÁZAS nem verseny. Mindenki magával és az útvonallal küzd meg, nem a többi indulóval. Számunkra, rendezőknek egyenlő értéke van a 10 óra alatti és a 23 óra 59 perc alatti teljesítésnek. Azért sem szeretnénk, ha a résztvevők versenynek*

*tekintenék, mert versenynél a mellettem haladó az ellenfelem, akit le kell győznom; a Százás - és minden teljesítménytúra - értékét, jó hangulatát az adja, hogy az emberek egymást segítve, támogatva teszik meg a távot. A rekordokról: A legrövidebb idő alatti teljesítőket ugyan kikeressük és közöljük, de nem díjazzuk. Minden tiszteletünk a túra legidősebb teljesítőjéé. A legfiatalabb teljesítőt viszont nem is közöljük - nem tartjuk helyesnek, hogy ilyen irányban induljon el egy versengés, mert ez a táv gyermekkorban még veszélyes, egészséget károsító lehet.*

A KINIZSI SZÁZASon az indulók vállalkoznak a rajtban valamire - a 100, a 40, a 25 km-re a szintidőn belül. Akinek sikerül a saját vállalása, az teljesített. Aki 100-ra vállalkozott, az Dorogon nem a 40-et teljesítette, hanem a 100-at (még) nem teljesítette. És ha nem is másodpercben mérjük a célban a 24 órát, de mérjük. A bélyegzők meglétét is ellenőrizzük - az "ellenőrző helyek", tehát az előre nem közölt helyen levő pontok bélyegzőjét is. Valahol meg kell húzni a határvonalat. És inkább úgy, ahogy a kiírásban is szerepel. Túl szigorúak, szegletesek lennénk? Úgy véljük, így tudjuk megőrizni a jelvényt, a "Teljesítettem a Kinizsi Százast" kijelentés értékét.

Bár minket elsősorban a kíváncsiság hajtott annak idején, amikor a Nagyszombati Százásra elmentünk: milyen is lehet az, de hamar felismertük, hogy számunkra miért hasznos a teljesítménytúrás: mint ahogy egy korábbi idézetben már szerepelt, a megszerzett erőnlét hozzásegít, hogy hosszabb, "teljes menetfelszerelésben" megteendő túráinkat is élvezni tudjuk. De nemcsak a "magunkfajtáknak" rendezzük - szeretettel látunk bárkit, akinek ez a túra így megfelel - aki a rekordidőt ostromolja, akit a kihívás vonz, aki a jelvénygyűjteményét akarja szaporítani, aki a saját teljesítőképességének a határait akarja megismerni, aki szeretne eldicsekedni a tetteivel vagy aki már bánja, hogy belement a fogadásba, aki a haverjának akarja megmutatni, hogy ő sem puhább legyen, akit a társaság, a túra hangulata vonz, vagy bármi más is legyen az ő személyes célja. Akinek sikerül - gratulálunk, akinek nem sikerül - jövőre, jobban felkészülve visszavárjuk.

Most, hogy a 20. alkalommal kerül megrendezésre ez a túra, szeretnénk köszönetet mondani mindazoknak, akik személyesen, vagy intézményeken keresztül segítettek szakosztályunknak a túrák előkészítésében illetve lebonyolításában - és jó időjárást, maradandó élményeket, még sok sikeres Kinizsi Százast kívánunk résztvevőinknek.



Látod, komám, hukk ... mennyien koc... koc... kockáztassák az egészségüket?

## HÍREK, KÖZLEMÉNYEK

A túra útvonalával kapcsolatos információkat ez évben a programfüzet közepén helyeztük el - az út közben használható lapok ezáltal kiemelhetők a programfüzetből.



A KINIZSI SZÁZAS-t május utolsó teljes hétvégéjén rendezzük meg, így a következő teljesítménytúránkra 2001. május 26-27-én kerül sor. Hogy a cél Szárligeten vagy Tatán lesz-e, az az ideai tapasztalatoktól is függ. Várjuk résztvevőink véleményét is - a jövő évi programfüzetbe szánt fényképek, cikkek, rajzok, meg a túrával kapcsolatos egyéb észrevételek, tanácsok mellett.

Címünk: **KINIZSI TE "Encián" Szakosztály, 1406 Budapest, Pf. 6.**

Drótposta (e-mail): [szabo@fsz.bme.hu](mailto:szabo@fsz.bme.hu)

A 21. KINIZSI SZÁZAS-ra is minden régi teljesítőt és próbálkozót valamint új érdeklődőt szeretettel várunk.

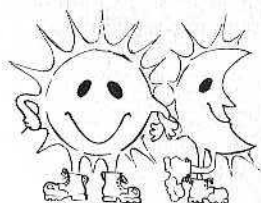


Várjuk az érdeklődőket Téli Teljesítménytúránkra is, 2001. január 13-án a Budai hegyekbe, Budaörsi rajttal és céllal.

Téli Teljesítménytúránk hagyományosan a jellem próbája - az útvonalon ellenőrző pont nincs (de a résztvevők haladását a rendezők figyelemmel kísérik).



Névnapjukon köszöntjük Hella, Emil, Csanád nevű túratársainkat.



A NAP május 27-én 20 óra 29 perckor nyugszik, és 28-án 4 óra 54 perckor kel.

A HOLD május 27-én 13 óra 05 perckor nyugszik, és 28-án 2 óra 38 perckor kel.

Utolsó negyedben



A talált tárgyakat a rendezőség a pontok zárása után megpróbálja a célba eljuttatni. Amennyiben ez nem sikerül, vagy a tulajdonos nem jelentkezik a tárgyért, azt egyesületünk szertárában őrizzük a következő KINIZSI SZÁZAS-ig. A talált tárgyakról év közben levélben lehet érdeklődni szakosztályunknál, valamint azokat a következő évi rendezvény rajtjába kivisszük.



Az utóbbi években azt tapasztaljuk, hogy egyre kevesebb a kerékpáros a túra útvonalán. Köszönjük a kerékpárosok megértését.

Mint a kiírásban is olvasható: a Kinizsi Százás csak gyalogosan teljesíthető, kerékpárral nem!



Kérjük a kutyával túrázókat, hogy gondoljanak a többiekre, ezért vagy szájkosárral és pórázon vezessék négy lábujukat, vagy nagyobb távolságot tartsanak a többiektől.



A korábbi évek programfüzeteinek cikkei, az összes teljesítő névsora is olvasható az Interneten, a Kinizsi Százás honlapján: <http://www.fsz.bme.hu/k100>



A bajóti Öreg-kötől Péliföldszentkereszt, Szent-kút felé

(Kiss Gábor felvétele)

## AZ ELSŐ KINIZSI SZÁZAS

(Sváb László, 18-szoros seprű)

Az előző K100-as füzetben írtam a "Nagyszombati Százasról". Hazaérkezés után legalább két hétig nyalogattam a sebeimet, gyógyítottam feltört sarkam. Kipihenve a fáradalmakat barátaimnak, sporttársaimnak, turista ismerőseimnek meséltem a nagy kalandot. Hülyeség; érdekes lehetett; ilyet talán én is megpróbálnék; nagy marhaság – voltak a vélemények. Úgy gondoltuk, ha rendeznénk egy 100 km-es túrát, lenne akár 30-40 résztvevő is. A szakosztályon belül volt aki ellenezte, volt, aki csak mosolygott az ötleten. Pedig egy ilyen túra megrendezése esetén mindenkinek jut valami feladat.

Még alig jöttünk haza, már 1980 nyarán úgy határoztunk, hogy a következő évben, megfelelő előkészítés után rendezünk egy 100 km-es, 24 órás, hosszú távú, nyílt túrát. Szabó Zoli javaslatára a Pilis, Gete és a Gerecse térségében, Csillaghegy és Szárliget közötti szakaszon alakítanánk ki az útvonalat. Már a térképen is látszott, hogy az útvonal érdekes, sok színtemelkedés, néhol meredek föl- lemenet teszi nehezzé a túrát. Nekem csak a Dorogon való átmenet nem tetszett.

Szeptemberben az első próbatúra (egyhuzamban, szintidőn belüli bejárás) nem sikerült - a csapat több helyen is eltévedt, értékes félórakat, órákat elveszítve a szűkre szabott időből. (Például az Országos Kéktúra útvonalán, Péli-földszentkereszt után a jelzés - térkép szerint - egy kukoricaföldön ment keresztül, de azon egyetlen halvány taposás sem volt, és "természetesen" a kukoricás túloldalán a jelzések is hiányoztak. A legtöbbet a Bika-völgy után, a mai két, szorosan egymás után jövő kerítés-átmászás helye után keresgeltünk. Világossá vált, hogy a résztvevőket útvonal-leírással és egyes helyeken táblák kihelyezésével vagy a jelzés felújításával segítenünk kell.

A következő tavasszal már több sikerrel járt a csapat. Bár útközben "dolgoztak": az útvonalat jegyzetelték, kocsmákban, vadászházaknál beszélgettek a tervezett túráról, és még egy órát szenderegtek is, 23 óra 59 perc alatt elérték a Liget borozóig Szárligetre. Most már nyugodtan meghirdethetjük - mondtuk.

A túra 1981 kora őszére, szeptember 5-6-ára lett kitűzve. A Kinizsi Természetbarát Egyesület névadójáról neveztük el Kinizsi 100-asnak.

Az útvonal bejárásában csak egyes szakaszokon vettem részt. Hamar megtudtam, hogy söprűként számítanak rám. A söprű feladata a túrázók után záró emberként segíteni az eltévedteknek; a sérülteket, rosszul levőket orvoshoz kísérni; a lemaradottakat nógatni, stb. Örültem a feladatnak, mert kíváncsi voltam, hogy hogy sikerül itthon egy ilyen nehéz túra, és ezt legjobb résztvevőként meg tapasztalni.

Szakosztályunk néhány tagja 1981 júniusában megint kiment a Nagyszombati Százásra. Hegedűs István, Kovalik András, Szabó Gábor, Szabó Zoltán harmadszor, Piller Márta és Szádeczky-Kardoss Géza először teljesítette a 100 km-t.

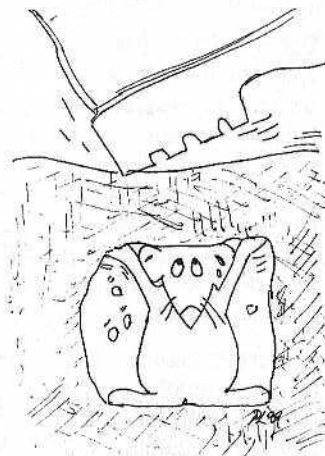
Számomra a rendszeres tájfutás és a nyári magashegyi túra biztosította a megfelelő erőnlétet. Illetve a tájfutás okozott némi gondot: Még júniusban bejutottam a

budapesti első osztályú éjszakai bajnokságra. A verseny időpontja szeptember 4-e péntek éjszaka, pont a Kinizsi 100-as előtt kellett éjszaka versenyezni. Jól előkészítettem mindent a túrára, és pénteken este elmentem a pilisi Hamvas-kő térségében rendezett tájfutó versenyre. A rendezőknek igen nehéz pályát sikerült kitűzniük, két és fél órába telt a kb. 10 km-es pálya leküzdése, de így is sikerült feljutni az országos bajnokságra. Éjjel fél egykor kerültem ágyba, fél hatkor ébresztő és irány Csillaghegy. Már csaknem kétszázan gyülekeztek a rajtnál, mire kiértem. A legtöbben izgatottan nézegették a túra útvonalát és a jó tanácsokat ajánló kis füzetet. Körülnéztem a rajtra várakozók között. A főleg turista öltözetű emberek között sok ismerőst, hegymászt, atléta-öltözetű sportolót és futót láttam, de akadt ballonkabátos, tarisnyás, utcai cipős is. Úgy látszott, a kalandvágy, a 100 km-es táv teljesítése sokakat vonzott. Egy hegymászó nagy, megpakolt hordkerettel jött. Tréfásan megkérdeztem: hova készül? – Természetesen a 100-asra. Majd az elején jól kilépek, este főzök vacsorát, a hálósákomban alszom egy-két órát és megyek tovább – hangzott az érdekes taktika.

Fél nyolckor egyszerre indult a 189 résztvevő. Hegedűs Istival voltam a seprű. Megkaptuk a mentő-csomagokat és az időbeosztást, 8 órakor indultunk utánuk. A Nagy-Kevély csúcsa előtt egy vidám társaság reggelizett, kezükben a K100 füzet. Az egyikük vagdalthús konzervet evett egy nagy törrel. Jó nagy oldalzsákja volt. Vajon még hány konzerv lehet nála? - tűnődtem. Nógatásunkra komótosan elindultak. A csobánkai útnál az orvosi kocsit várt, még nem volt dolguk. A Hosszú-hegyen elég sokan pihentek, ettek. Sokat vártunk, amíg mindenki elindult. Már delet harangoztak, mire a szántói úthoz értünk. Meleg volt, a Pilisre vezető meredek út jól megizzasztott. A Pilistetőn többen jöttek főntről, az ott táborozó szovjet katonák terelték le őket a jó útra. Pilisnyeregig vágatnunk kellett, hogy az előírt időre oda-érjünk. Meg voltunk győződve arról, hogy mögöttünk már nincs senki, de öt perc múlva jöttek még vagy öten (vajon hol kerültük el egymást?) Nehéz volt a sor végén maradni.

Dorog felé egy erősen sántikálót sikerült rábeszélni, hogy jobb, ha abbahagyja, még nagyon messze van a vége. Dorogról kiérve a mézsmű fehér, bűzös pora kellemetlenkedett. A Getére való fásztó fölmenet után a tetőn úgy éreztem, ideje zoknit cserélni. Leültem, pillanatok alatt szúnyogok hada esett nekem, vadul csíptek, a zoknimmal csapkodtam őket, Isti is hadakozott. Mind hangosabban kiabálta, hogy menjünk már.

A tokodi pincéknél vidám volt a hangulat, de gyorsan átmentünk köztük. Lihegve értünk a Köhegyre, itt is vadul támadtak a vérszívók. A nap már lemenőben volt. Mogyorósbánya felé utolértük hordkeretes ismerősünket. Elmondta, hogy Dorogig trappolt, de a Getén már nagyon elfáradt, és azóta csak vándorog. Remélem, még elérem az utolsó buszt Mogyorósbányán – mondta. Lassan teljesen besötétedett.



Mogyorósbányára, a Kakukk vendéglőben lévő ellenőrzőpontra 19 órakor értünk. Gyors evés-ivás után indultunk is tovább.

Pélibőldszentkeresztet elhagyva furcsa zajokat hallottunk. Ahogy közeledtünk a Bika-völgy felé, egyre erősödött. Az aszfaltútra kiérve láttuk, hogy autós rally verseny folyik. Percenként száguldott el mellettünk óriási bömböléssel egy-egy versenyautó. Az út szélén táborúzó mellől sokan figyelték a versenyt. Eszembe jutott, hogy csak hosszas utánajárással sikerült elérni, hogy a jelzett turistautakon az éjszakai áthaladást engedélyezzék - a vadászati szezon miatt. Úgy látszik, az autók nem zavarják a vadakat.

Pusztamaróton a még álló házak közt haladhattunk el, majd a Gerecse oldalában egy sziklás, meredek, fárasztó úton jutottunk el a Gyermeküdülőhöz. Az ellenőrzőpont egy félhomályos helyiségben volt, ahol vagy tízen pihentek. A pontszemélyzet is fáradtnak látszott. Megittuk a langyos teát, és megkérdeztük a szunyókálóktól, ki akar tovább menni? Az arcokon látszott a kétely: menni vagy nem menni? Néhányan elindultak, többen fölálltak, de érezhették, hogy nem megy, fáradtan vissza is ültek.

Egész hűvös lett. A bányahegyi réten (ahol mostanság a teázó ellenőrzőpont van) a nagy sötétben alig találtuk meg a továbbvezető utat, majd belegyalogoltunk a bánya meddőiszapjába. Gépiesen mentünk, néha fényeket láttunk magunk előtt: az előttünk haladók lámpáit. A Peskő-nyereg előtti kerítésen átvezető létra mellett két alak pokrócra burkolva ücsörgött. Meg kéne kérdezni, nincs-e valami bajuk. Megpróbáltam a pokrócot széthúzni, mire egy érdes, álmos hang mérgesen szólt: hagyjál aludni! Majd újra a fejükre húzták a takarót. A nem messze lévő orvosi kocsinak szóltunk, hogy ott fönnt ketten alszanak, figyeljenek rájuk. Koldusszállásnál utólért minket a két pokrócos. Az ellenőrzőpontnál hideg volt, a pontőr vacogott és örült, hogy hamarosan bebújhat a hálósákjába.

A tornyópusztai aszfaltúton hosszan mentünk felfelé, előttünk fények imbolgogtak. Egy kicsit lemaradtam Istítől, egyedül indultam meg a vélt úton felfelé a Somlyóvárra. Mikor felértem egy nagy tisztásra, már kezdett világosodni, madarak csicseregtek. Úgy emlékeztem, a tisztáson van a turistaház, az utolsó ellenőrzőpont. Körbejártam a tisztást, sehol senki, sehol a kulcsosház. Akkor hol vagyok? Elővettem a térképet és akkor láttam, hogy fenn vagyok a Somlyóvár tetején, a turistaház pedig legalább 300 méterrel odébb van. A kulcsosház előtt, a tűz mellett vagy tízen álmosan pihentek. Szóltunk nekik, hogy induljanak, ha időben be akarnak érni a célba. Lassan mi is elindultunk utánuk. Elöttem egy térdgumis fiú sántikált, azon vettem észre magam, hogy én is sántítok. Gyorsan elé mentem és megpróbáltam tempót diktálni, de nagyon lassan jött. Egyik térdét nem tudta hajlítani. Kisegyháza mellett szóltam az orvosnak, beszélje rá, hogy üljön be a kocsiba, így úgysem érne be a célba. Szörnyű lehetett 96 km-nél feladni!



Átkeltünk egy patakon, felkapaszkodtunk egy dombra, majd az M1-es autópálya épülő hídja mellett haladtunk el. Több ember fáradtan vánszorgott, biztattuk őket, hamarosan itt a cél, még beérnek időben. Még egy meredek kaptató, kis erdő és végre elértük Szárliget házait. 7.25 volt, amikor megláttuk a Liget borozót. Még vagy hárman igyekeztek (mint a csiga), hogy időben beérjenek. Kivártuk az öt percet, és pont fél nyolckor mentünk be a célba. Leroskadtam egy asztalhoz és lassan kanalaztam a finom gulyáslevest. A rendezőség is fáradtan pakolt. Többségük szintén több, mint 24 órája volt talpon, de azt hiszem, jól sikerült az első hosszútávú, 100 km-es túra. A 189 indulóból 79-en értek be 24 órán belül a célba.

Hazafelé, a vonaton rám szakadt a két keményen átdolgozott nap minden fáradtsága, azonnal elaludtam. Vidám nevetésre ébredtem. Kelenföldön voltunk, többen leszálltak és fáradt, furcsa mozgásukon nevettek a vonaton maradt társaik. Azután a Keletiben ők is ugyanígy vonszolták magukat a buszhoz, villamoshoz.

Húsz évvel ezelőtt ezzel a Kinizsi Százassal indult a hazai teljesítménytúrázás. Azt hiszem, egyikünk sem gondolta, hogy eljutunk a huszadikig. Azóta teljesítménytúrák sokasága biztosítja a természetjárás e sportos, embert próbáló változatának rendszeres üzését.

Sikeres túrát kívánok a huszadik Kinizsi Százassal minden résztvevőjének!



Az első Százassal tömegrajttal indultak a Csónaképítő Szövetkezet udvaráról



## MIÉRT SZERETEM A KINIZSI SZÁZAST ?

(Az interneten, az Index Törzsasztalánál folytatott "beszélgetés"-ből szemezgettünk)

Az az érzésem, hogy belül kell rendben lenni. Nem a biléta a fontos, hanem ami mögötte van. Ahogyan elszámolok magammal. Ezért aztán lehet egyetérteni vagy sem, de ez nem túl lényeges. Nem verseny, csak egy hatalmas érzés kell, hogy legyen. (lecsoka)

Ha elmondja az ember, hogy 100 km-t gyalogolt 24 óra alatt, mások gyakran megdöbbennek. Van, akinek ez jólesik.

Az általános önbizalmat erősíti, ha tudom, hogy még mindig képes vagyok rá.

Az utolsó szakaszok szenvedése edzi a kitartás és akaraterő képességét, ami az élet számtalan helyzetében hasznunkra válik.

A modern élet túl kényelmes és megpróbáltatásokban túl szegény, ezt a mentális egészség és egyensúly érdekében fontos ellensúlyozni. Néhány száz év kulturális fejlődése dacára biológiai lényünk még mindig az ősi mennyiségű küszködésre van beállítva.

Tanulságos megfigyelésekre van alkalom a túrán, különösen a végefelé, saját magunk és mások viselkedését, reakcióit illetően. (Pucros Mackó)

A - kis részben ismerős - társaság, a túra szervezettsége miatt, ez a legrégebbi teljesítménytúra, nyilvántartják a teljesítéseket. Másképpen: egy bizonyos kör számára hagyománynak vagy népszokásnak tekinthető, és mióta faluban élek, már kezdem érteni, mit jelent a hagyomány. Ereje van.

Az emlékek miatt. "Tudod, kisunokám, amikor a huszadik Százason, vagy nem is, a huszonkettedik volt az..." :-)) Jó érzés a Százás közben visszagondolni a korábbiakra, meg egyéb túrákra is, hiszen gimiben is ezen a környéken túráztunk-barlangásztunk a legtöbbit.

Másrészt a táj és a növények miatt - azt hiszem, egyébként is ez a két dolog vonzza az erdőbe a legtöbb embert. Igaz ugyan, hogy a Százás nem tipikusan az a túra, ahol az ember negyedórát a növényhatározót bújjá, ha észrevesz egy új fajt, de azért van néhány kedves helyem és növényem. Ezért is jó a május végi időpont - nagyon sok virág nyílik ilyenkor.

Az Ezüst-hegyi nagy köfejtő előtt már megjelenik az út szélén az enyves szegfű. A pirosas-lilás virágok alatt az egyébként zöld szár barna és ragadós - nem tudom az okát, miért. Az Ezüst-hegyi tölgyes meglepően fajszegény - talán a vörös homokkő alapkőzet miatt - viszont a kövek magukban is, mohaborítással is nagyon szépek. A Nagy-Kevély dolomitja sokkal fajgazdagabb - a fenyves rész kivételével. A Nagy-Kevély tetejéről gyönyörű a kilátás, és emlékeim szerint a Pilis sem tűnik nagyon messzinek. A Kevély-nyeregből lefelé menve nagyon szép a széles, lapos völgytalp, bár ilyenkor már 'csak' zöld. Az igazi áprilisban, lila-fehér odvas keltike-szőnyeggel.

A következő kép, ami élénken bennem él, a Hosszú-hegyről lefelé menet egyszer csak előbukkanó, iszonyú magas Pilis. Kevéssel a szántói műút után szokott nyílni a méhfű. A Dréher út mentén nagyon szép és illatos szegfűk nyílnak.

Szeretek innen visszanézni: a panoráma egészében is csodálatos, a megtett út már egész komolyan látszik, és a Pilishez képest meglepően alacsonyak az eddig leküzdött hegyek. Jó időben látszik a Gerecsén a tévéadó - és elég hihetetlennek tűnik, hogy odáig, sőt még tovább is elér az ember.

A Pilistetőre több okból is jó fölérni. Vége az emelkedőnek, általában kellemesen hűvös a levegő, és a bükkös gyönyörű. Itteni kedvenceim a pirosló hunyor és a farkasboroszlán.

Kesztlőc környékén egyetlen fehér virágú zsályafajunk, a magyar zsályafajka nő az út mellett. Elvileg nem egy ritkaság, de én máshol még sohasem láttam.

Pusztamarótnál gyönyörű a bükkössel szegélyezett rét, a Kis-Gerecsére mászva pedig egy újabb kedvenc, a medvehagyma illata tölti be a levegőt. Uborkával és joghurttal, enyhén megsózva kiváló saláta készíthető belőle - persze nem a Százason. Innentől aztán egyre inkább sötétedik, és a beszélgetés marad az egyetlen kikapcsolódási lehetőség. Nagy előny, hogy a szint zöme ekkorra már a hátunk mögött van.

Számomra a Kesztlőc-Mogyorósbánya szakasz a legunalmasabb. (Ermak)

Ízlések és pofonok - de aki a Nagy-Getén kimegy a rét bal szélére, az igencsak tágas kilátást élvezhet. A Hegyeskő alatti fordulóponttól is jól látszik, merre fogunk még menni. Mogyorósbánya előtt, a Kősziklán nem ennyire nyilvánvalóan, de csak néhány lépés észak felé, és szerencse, hogy a szempillantásnak nem kell útlevel. (Gödény)

A kedvenc tájam - nem tudnám megmondani, miért - a Bányahegy utáni szakaszon van, már a kerítésmászás után, ahol egy kissé bokros részen vesz egy hirtelen balkanyart az út. A fene se érti, miért, de ennek a hangulata nekem nagyon bejön. Főleg nappal persze, de azért éjjel is valahogy nagyon otthonos.

A Hegyeskő utáni látvány valóban rettenetesen pazar: majdnem 360 fokban nagyon nagy távolságig lehet látni nagyon mutatós tájakat, és ami a teljesszögből hiányzik, azt is maga a gyönyörűsége Hegyeskő takarja.

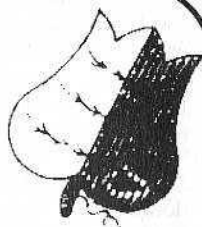
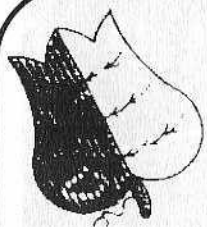
Attól fogva, hogy a Kis-Getéhez közelítve előbukkan a táj, szinte folyamatosan csodás helyeken vezet az útvonal. Sosem felejttem el, amikor egyszer a tavasz egy korábbi szakaszában előtűrára indultam Dorogról. Kora reggel már érezni lehetett a Nap melegét, de még gomolygott a köd a Gete girbegurba fái között, és ebben a tömény, látszó párában terjengett a tengernyi odvas keltike illata... Olyan volt, hogy bármelyik pillanatban elém toppanhatott volna egy zöld erdei manó anélkül, hogy meglepne. (Pucros Mackó)



Pirosló hunyor



Farkasboroszlán



**Belsped - Autokraft**  
**Autójavító Kereskedelmi és Szolgáltató Kft.**  
 H-1107 Budapest, Száva u. 5-7  
 Tel.: 262-5772

### VÁLLALJUK:

**AVIA, BARKAS, IFA, ZUK tehergépkocsik és  
 SZEMÉLYGÉPKOCSIK:**

javítását  
 vizsgára felkészítését  
 vizsgáztatását  
 környezetvédelmi (zöld kártya) felülvizsgálatát  
 kapcsolódó lakatos munkák végzését  
 szervizelését:

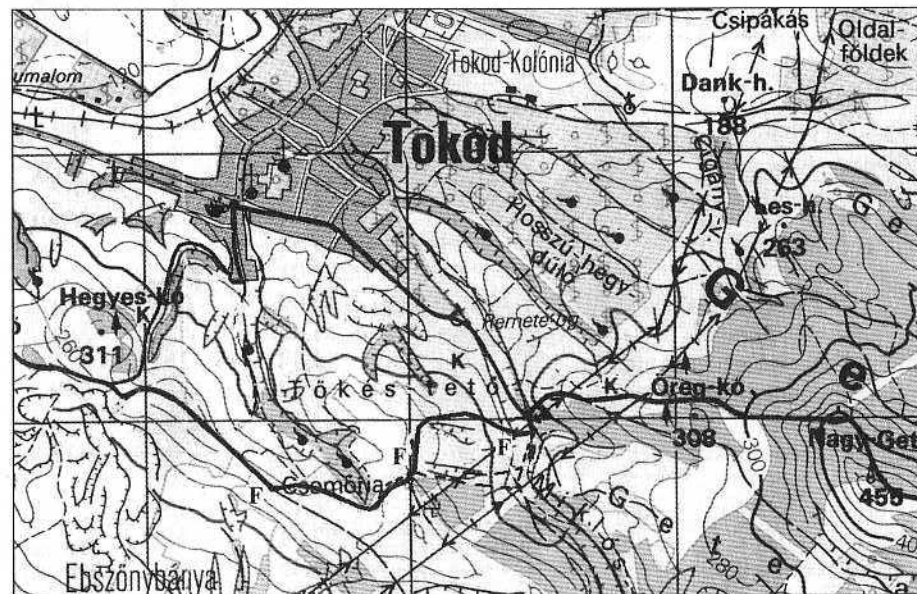
- alsó mosás
- felső mosás
- belső tisztítás
- olajcsere

**SEGÉLYSZOLGÁLAT (262-5772/2 mell.)**  
 6<sup>30</sup>-16<sup>30</sup>-ig



## TÉRKÉPEK

A Gete után, a csillepálya romok után leérve egy meredek és igen mély vízmosású úton keresztül egy autóval is járható földútra érünk. A kék ezen jobbra fordul Tokod felé. Balra előbb egy földút-útvilla jön, amin a jobboldalit kell választani, majd szinte rögtön elválik jobbra fel egy keskeny ösvény, ami hamarosan igen meredek lesz. (Aki a házig meg a kis tóig eljutott, az túlment a földúton.) Az ösvény fehér "jelzéalap"-pal van festve, általában vékony ágacskákon - ezért is szerepel az alábbi térképvázlaton F betű a követendő út mellett. (Rögtön az elején látszik a régi Országos Kék jelzés is volt távvezetékoszlop aljakon, de az ne csábítson le senkit az ösvényről.) Felérve a ligetes-bozotos vidéken az oldalgerincre a szekérúthoz, távvezetékhez már látszik a Hegyeskő. Ahol a vezetékek az úttal balra kanyarodnak, ott makacsul egyenesen kell folytatni - szemben van az első oldalvölgy széle. Az oldalvölgyeket bal felé, a földeken keresztül kerülve eléri az ember a mezőn az Anna-völgyből jövő szekérutat, majd a Hegyeskő előtt a kék jelzést is.



A túlsó lapon Nagygyháza környékének barkácsolt térképét közöljük, mert bár itt végig a kék jelzésen halad a Kinizsi Százás útvonala, de a túristatérképek még nem követték a jelzés változásait. (A túrista- és a tájfutó térképek illesztése nem volt problémamentes, a térkép mérésekre alkalmatlan. Ajánljuk, hogy ki-ki keresse ki a saját, színes túristatérképén az ábrázolt területet)

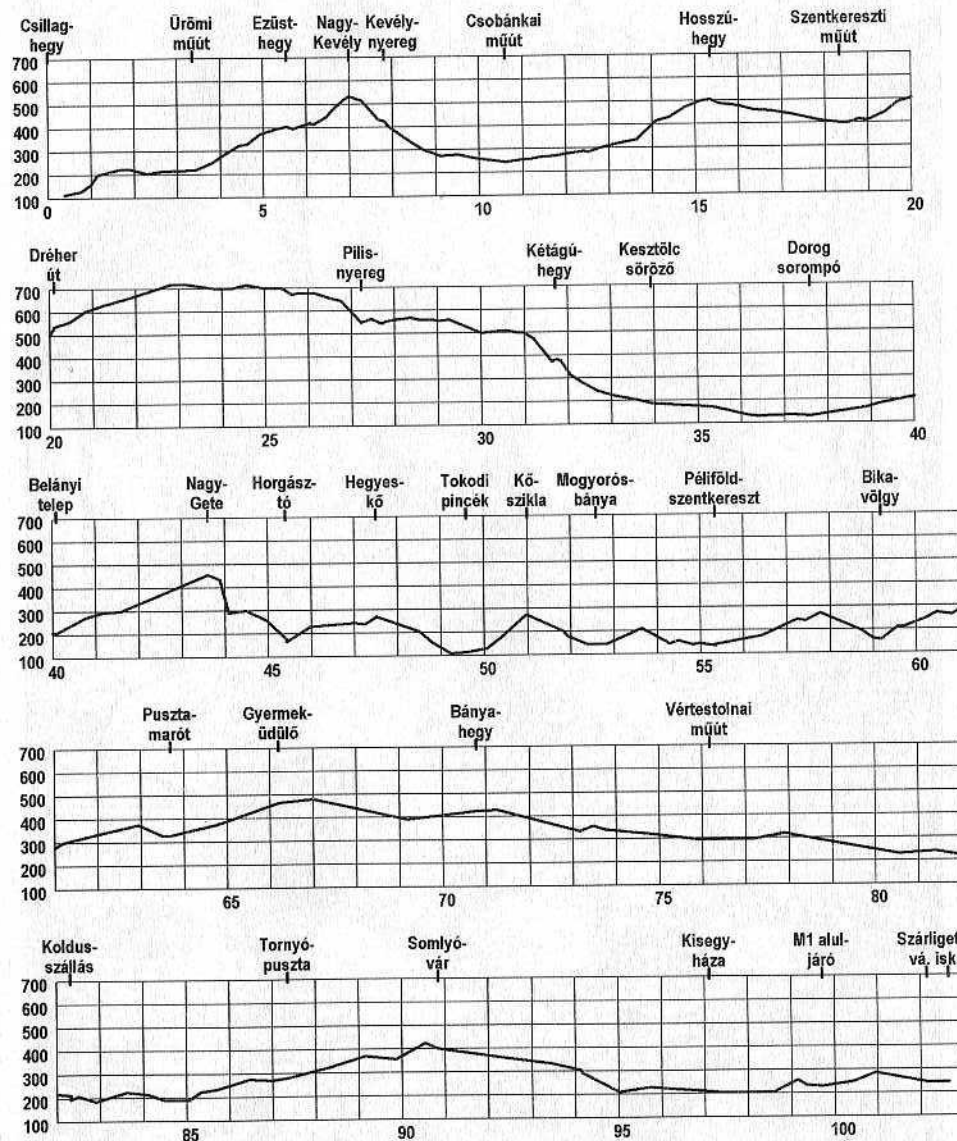
"A sport legyen a szenvedélyed! Drog nélkül, tisztán."

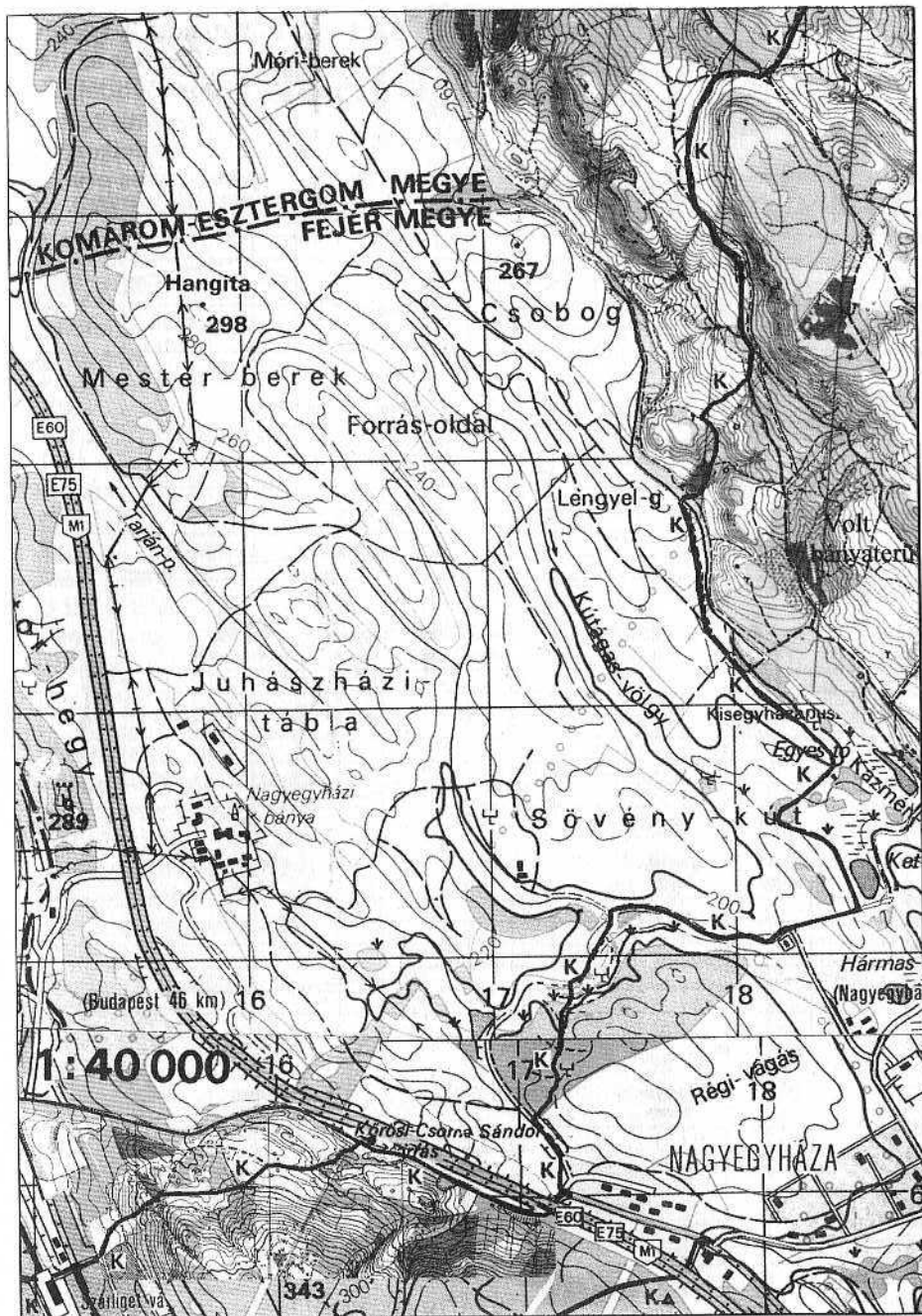
# A KINIZSI SZÁZAS ÚTVONALA

	ellenőrző állomás működik	táv (km)	szint (m)	jelzés tovább
Csillaghegy, HÉV állomás	6.30 - 8.00	0.00		piros
Úrömi műút		3.35	145	
Ezüst-hegy		5.53	185	
Nagy-Kevély		6.98	145	
Kevély-nyereg		7.80	0	kék
Csobánkai műút		10.60	5	
Szent-kúti elágazás		12.50	45	zöld
Hosszúhegy	7,45 - 12.00	15.34	140	
Pilisszentkereszti műút		18.34	0	
Pilis-nyereg	8.45 - 14.30	27.22	345	
Kétágú-hegy		31.71	65	
Országos kék		32.05	0	kék
Kesztölc, söröző		33.92	0	
Dorog, sorompó		37.60	5	K100
Belányi telep		40.09	80	kék
Nagy-Gete	10.30 - 18.00	43.60	220	
Horgasztó		45.40	10	fehér
Hegyeskő		47.49	110	kék
Tokodi pincék		49.58	5	
Kőszikla		51.01	140	
Mogyorósbánya, Kakukk	11.30 - 20.00	52.60	0	
Gyertyános nyerge		53.63	65	kék
Pé liföld-szentkereszt, templom		55.34	15	kék +
Bajóti műút (Bika völgy)		59.19	135	kék
Pusztamarót		63.68	230	
Gerecse Gyermeküdülő		66.20	135	
Bányahegy	14.30 - 1.30	70.77	50	
Vértestolnai műút		76.17	25	
Koldusszállás	15.30 - 4.30	82.31	35	
Tornyói országút		86.45	140	
Tornyópuszta		87.35	10	
Somlyóvár, kulcsosház	16.30 - 6.30	90.83	160	
Kisegyháza-puszta		97.11	20	
Nagyegyháza, M1 aluljáró		99.71	50	
Szárliget vá.		102.14	55	
Szárliget, Általános Iskola	17.30 - 8.00	102.64	0	táblázva
			2770	

Az ellenőrző állomásokon kívül a felsorolásban szereplő pontok közül néhány ellenőrző helyként működik.

# A KINIZSI SZÁZAS ÚTVONAL METSZETE





HEGYMÁSZÓ ÉS BARLANGÁSZ SZAKDOLT

PROFI BÚTAK ÉS BARANGSOK

TURISTA FELSZERELÉSEK, EZER APRÓSÁG



**Tengerszem-Sport**

1075 Budapest, Dohány u. 29.

Új bejárat a Rákóczi út 32. felől is!!!



tel.: (06-1) 322-1606, fax: (06-1) 342-9551  
[www.tengerszem.hu](http://www.tengerszem.hu)    [tszem@mail.datanet.hu](mailto:tszem@mail.datanet.hu)

# AZ ELSŐ 50 KILOMÉTER, avagy HOGYAN NE INDULJUNK A KINIZSI SZÁZASON

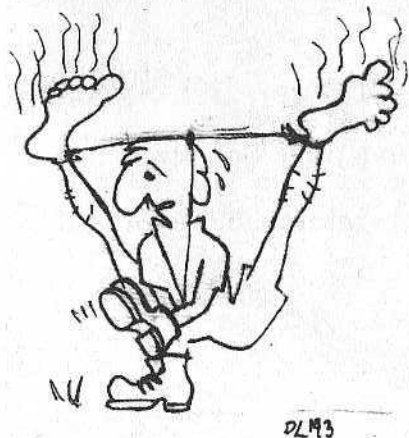
(Padisák Gábor)

Először az érettségim évében, 1989-ben próbálkoztam meg a Százassal – amint a cím is mutatja, félsikerrel. Hogy miért csak félsikerrel? Leírom szépen, sorban – utólag átgondolva. Kellemesebb dolog mások hibáiból tanulni.

Nem tudom már, kitől hallottam a túráról, de tudtam, hogy mikor és honnan kell indulni, sőt még orvosi igazolást is vittem magammal. Előzőleg lemértem a távot a térképen, és nagy önbizalommal megállapítottam, hogy a szervezők rosszul számoltak, és valójában csak 97 km a túra... Ki gondolta volna, hogy a rendezők kerékkel végigmérték?

Hogy a Százásra edzeni kell? Nem, erre nem gondoltam, ráadásul az érettségire is sokat készültem, úgyhogy abban az évben a leghosszabb túrám 15 km volt, és korábban sem mentem egy nap 30 km-nél többet (igaz, annyit többször, nagy hátizsákkal is). Az 'edzést' heti egy úszás, és némi kerti munka jelentette.

A következő hiba az volt, hogy az egészséges életmód jegyében reggelire mindenféle gabonapelyheket ettem narancslével. Mentségemre legyen mondva, hogy ez a menü úszáshoz bevált. Pontosabban, elegendő energiát adott kb. egy óra úszáshoz, az uszodából kilépve viszont első utam a pizzáshoz vezetett. Hamar kiderült, hogy a Százashoz ez kevés. Az Ezüst-hegy oldalában elfogyott az erőm, szinte rosszul voltam a fáradtságtól. (Mondanom sem kell, hogy tizennyolc éves lelkesedéssel, a lehető leggyorsabb gyalogtempómban indultam neki az emelkedőnek.)



A Kevélyről lefelé aztán rendbe jöttem, és a csobánkai gerincen beszélgetni kezdtem egy kedélyes, köpcös túrázóval. A Hosszú-hegyre felfelé menet is csak beszéltem, beszéltem, aztán egyre kevesebb lett a levegő, lemaradtam... aztán leültem, és pár percig fekete és lila volt körülöttem a világ.

A kulacsból ekkorra kifogyott a víz, viszont a pilisszántói műútnál állt egy Aro, a platóján vizespoharakkal. Meg voltam győződve arról, hogy ez mindenkinek jár: „Ugye, kaphatok egy pohár vizet?” és már meg is ittam. Ha jól sejtem, a víz valamelyik csapatot várta, és a kísérő arról volt meggyőződve, hogy pofátlan vagyok...

A Pilis oldalában éreztem, hogy megint fogytán az erő, és elővettem a dopping-szereket: kávétablettát és mézet. Utólag belegondolva, a mai napig nem értem, hogy a kávétablettát miért gondoltam hatásosnak, – a mai eszemmel inkább veszélyesnek

tartom ilyen terhelés mellett. Az biztos viszont, hogy émelyítő, égetően édes ízűk volt – és amint mondtam, a vizem már elfogyott.

Pilis-nyeregben nagyon jólesett a gyümölcslé – akkor éppen félliteres üvegben volt kapható – és a Getéig nem történt semmi említésre méltó dolog, oda viszont megint nagyon nehéz volt fölászni. A Gete és Mogyorósbánya között elkaptam a záporosó, én elővettem a túrára vásárolt, mindössze derékig érő esőkabátomat... és Mogyorósbányán úgy döntöttem, hogy túlságosan ázott és fáradt vagyok még 50 km-hez.

Azért – azóta – nem csak a saját hibáimból tanulok: az egyik teljesített Százason hallottam egy jótanácsot, amit még nem láttam leírva a túra 'szakirodalmában'. Egy vízcsapnál figyelmeztetett valaki egy túratársat, hogy a lábát ne mossa le, mert ő egy korábbi Százason megtette, lemerevedtek az izmai, és nem is melegek be igazán újra.

Hogy mit tegyen az, aki – a rajtban vagy az első pihenőnél – olvasás közben magára ismer? Erre csak annyit tudok mondani, hogy utoljára 95-ben voltam teljesítménytúrán, azóta inkább csak kirándulgattam. Az edzést a túra előtti két hónapban heti egy óra futás jelenti (még szerencse, hogy hegy tövében lakom). A semminél több, az optimálisnál kevesebb, a többit meglátjuk... Szárligetben.

## ILLÚZIÓ ÉS VALÓSÁG

(Palkovics László)

Az illúzió meghatározása: alaptalan remény, valóságnak tetsző látszat. Az illúzió - gondolat -, valósággá - tettekké - változhat. Ezt szeretném egy velem megtörtént eset alapján vázolni.

Amikor túrázni kezdtem, 30 km teljesítése volt a cél. Később, sorra sikerültek az 50 km-es túrák is. Nemsokára, ezek is rövidnek bizonyultak, de arról álmodni sem mertem volna, hogy 100 kilométert 24 óra alatt megtegyek. Ez csak pusztán illúzióknak tűnt. Ám az elképzelést nem akadályozta se tér, sem idő. Így hát ábrándozni kezdtem arról, hogy megyek a sötét erdőben, elemlámpával...és feltűnik a végső cél: Tata.

Az elképzelést a vágy követte. Itt már nem volt mellékes a helyszín és az időpont. Mivel ÉN szerettem volna, itt és most, Magyarországon, 1993-ban teljesíteni a távot.

Ezek után ez vált a célommá. Minden akaratommal azon voltam, hogy elérhetővé váljon számomra. Lelkileg, és főleg fizikailag edzettem magam, megpróbáltam felkészülni egy olyan dologra, amiről addig még csak hallomásból tudtam. A mindig szemem előtt lebegő cél és az akarat segített hozzá, hogy egykori illúzióm valósággá váljon. Annak idején hihetetlennek tartottam, de ma már tudom, hogy valóság. Hiszen én is az élmény részese lettem. 1993-ban 20 és fél óra alatt teljesítettem a Kinizsi 100-at.

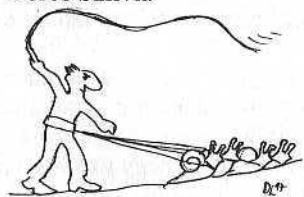
A vonaton hazafelé, félig ébren, félig álomban már el is felejtettem azokat a nehéz pillanatokat, fárasztó perceket, amelyeket csak azért éltem át, hogy illúzióm pusztán önámítás helyett kézzelfogható valóság legyen



# A KINIZSI SZÁZAS TELJESÍTŐI 1999-BEN



Ács Béla	5	Bíró Zsolt		Csordás Sándor	
Adamecz Magda		Bocskay László	6	Csubirkai Károly	
Ágota András		Bognár Tamás		Csutora Gábor	3
Almási Levente		Borbély György		Czeróczki Tibor	2
Androsits Domonkos		Boros Miklós	3	Czetka Zoltán	3
Antal Gábor		Boros Szilvia		Cziczér István	
Aradvári László	2			Czinege Viktor	
Arató Géza	2			Czucz Gábor	
Árvai László				Darabos László	2
Auerhammer Balázs	5			Deák István	
Avar László	10			Decsi Béla	3
Babinecz István	2			Demeter Bálint	
Babinszki Zsolt	7			Demeter Norbert	
Babos Alpár		Borza Gyula		Dévényi Zoltán	8
Bagó Gyula	3	Borza Zoltán	9	Dianovszky Tibor	
Bakó István	2	Borzák Zsolt	2	Dobor Endre	
Bakonyi Péter		Borzásák István	4	Doór Béla	2
Balázs Árpád	4	Borzásák Sándor		Dóra Balázs	2
Balog György Ulrich	5	Bozó János	6	Dora Csaba	3
Balogh József		Brózs József		Doroszlai Zoltán	2
Bán Gellért	4	Brunner István	9		
Bán Gergely	4	Bucszak Győző	3		
		Budavári Tamás	6		
		Buliczka János			
		Buri Gergely		Draskóczy Balázs	
Baranyi Péter		Cech Vilmos	7	Egerszegi György	3
Barczikay Péter		Corradi Surd	17	Egri László	
Barna György		Csankovszki Tibor	7	Egyházi Ferenc	
Baumann Péter		Csécs Attila	5	Elek Károly	2
Bella Zsolt		Csekő Róbert	5	Érsek Ferenc	3
Belső József		Cselédes Sándor	4	<b>Ézsiás Antal</b>	<b>19</b>
Benedek József		Csenki Imre	2	Fábri Dénes	2
Bényei Balázs		Csereklyei László		Faragó Zsolt	2
Berczeli Zoltán		Csesznok Miklós	9	Farkas Mátyas	
Bereczky János	4	Csik Ferenc	5	Farkas Zoltán	12
Béres András		Csikós Tamás	2	Fehér Gábor	
Béres Attila		Csóka Bálint		Fehér József	
Bihari László		Csóka Géza	13	Fehér József	4
Bíró Balázs	2	Csorba Péter	5	Fejes Imre	



Felleg Réka	2	Halupka János	14	Józsa Tamásné	
Fenyvesi Mariann		Hámori István	5	Juhász Gábor	7
Ferenczi Balázs		Hankó László		Juhász Ildikó	
Ferenczy Gábor Zoltán	2	Harangozó Gábor	3	Juhász László	
Filip György		Hardi János	2	Kállai Péter	
Fischer János	3	Harrach Péter	2	Kamasz József	
Fodor Ádám	3	Hárs István	8	Kapi Gábor	3
Fodor Péter		Harsányi Dénes	2	Kapi Zoltán	
Foky Barnabás	2	Hartmann Dániel		Károlyi Zoltán	
Földvári Ferenc	2	Hartmann Mihály	3	Kárpáti György	
Forgács István		Hauszknacht Gábor			
Frankó Tibor		Hegedűs Ágoston	4		
Fruzsna Tamás	2	Hegedűs Róbert	3		
Fülöp Gábor		Helmle György	4		
Fürcht Ákos		Helmle Szilvia			
Gáfor Béla		Herczegh Zsolt	4		
Gajdoss Gábor		Hevér Gábor	2	Kató Csaba	
Gál Benedek		Hicz János		Katona Ferenc	
Gasparics Csaba		Hirt Károly	6	Kelemen Zsuzsanna	
Gazdag László	2	Holczer Zsolt	2	Kenyeres Oszkár	7
Gazdag Tamás		Horn Attila		Keresztes Béla	
Gazdagh Péter	2	Hornyák Zoltán		Keresztes József	2
Gehér László		Horváth István	3	Kern Antal	
Gelsi Viktor		Horváth Patrik		Keszthelyi Attila	7
Gergely Zoltán		Hrabovszky Zsolt		Király Erik	6
Gerlei Norbert				Király Rita	
Gilicze László	2			Kiss Eszter	
Gimeskövi Károly	3			Kiss Péter (1973)	
Gnädig Péter	5			Kiss Péter (1953)	5
Gombos István	2			Kiss Szilvia	
Göndöcz István	8			Klenovszky Győző	10
Gyimesi Csaba		Ignác Anikó		Kocsis Andor	
Gyöngyössi Róbert		Inzelt György		Kocsis István	3
<b>Győri Jenő</b>	<b>19</b>	Istenes László		Kocsis János	
		Izápy Viktor	3	Kónya Attila	
		Jakab Albert		Koren Tamás	2
		Jáni Tamás		Kornyik Júlia	
		Jankovich Béla	2	Korom Csaba	
		Járitz István	3	Korompay Tamás	
		Jávor Zoltán	9	Körtvély Előd	2
		Jelitai Edit		Koskocsák Mihály	
		Jenei Mária		Kőszegi Szilvia	
		Jeney Miklós		Kosznovszki István	2
		Joó Zoltán		Köteles Károly	7
		Jóvér Béla	8		



Kovács Gergely  
Kovács Mónika  
Kovács Viktor  
Kovács Zoltán (1976) 3  
Kovács Zoltán (1945) 15  
Kovács Zsolt 3  
Kovács Zsuzsanna  
Köves Antal 3



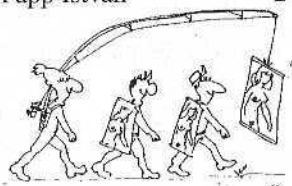
Krecz Péter  
Krizsanóczy Márta  
Kugler György 3  
Kulesár Ferenc 16  
Kun Csaba  
Kunszt Árpád 2  
Kuris Oszkár  
Kurucz Károly 2  
Lantos Róbert  
Lászka János 5  
László Szaboles 3  
Lekeny Gábor  
Lévai Viktor  
Lévay Béla 12  
Luppej Ottó 4  
Major Lajos  
Márczis Péter  
Markó Attila 2  
Marok Róbert 2  
Martin Ispanovic 8  
Martos Tamás 6  
Megyesi Balázs  
Merza Ágnes 9  
Merza József (1932) 5  
Merza József (1957) 6  
Mészáros Tamás 2  
Mezei István 16  
Mikite Gergő  
Móczár Zoltán  
Molnár György 4  
Molnár János 4  
Molnár Miklós 3

Moys Zoltán  
Mudry Ferenc 4  
Müller Kornél  
Nagy Árpád 5  
Nagy Attila  
Nagy Attila  
Nagy Balázs (1976)  
Nagy Balázs (1976) 3  
Nagy Gergely  
Nagy István (1960)  
Nagy István (1972) 2  
Nagy Iván  
Nagy József 5  
Nagy Zoltánné 2  
Natchev Zoltán 7  
Németh Attila 5  
Németh István  
Németh Zalán 2  
Novák Emil 2  
Novák Gábor 2  
Nyéky Imre



Ökrös Csaba  
Oláh András  
Olsefszky Béla 9  
Ördög Ádám  
Őri Péter 6  
Padányi Gulyás Gábor  
Pálfi Zoltán 3  
Pálos József 3  
Palotai István  
Palotai Márton  
Pantali Bence  
Panyiczki Gyula 2  
Pap Gábor

Papp Csongor 10  
Papp István 2



Papp József 2  
Papp László 14  
Papp Zsolt  
Parai Tibor 8  
Parizán Tamás 2  
Part Róbert 3  
Pataki Csanád  
Patos Attila 7  
Pénzes István 5  
Pethő Sándor 2  
Petrás Tamás 7  
Pitter Gábor 4  
Pocsai László  
Podhorszky Péter  
Pokrivtsák Sándor  
Polgár János  
Pósa Viktor  
Posztobányi Kálmán 10  
Pozsgai Szabolcs 3  
Prinz Gergely 2  
Prokopp Erzsébet  
Pusztai Péter  
Rada Balázs 2  
Radócz István  
Radványi Ferenc 14  
Részegh Anna 6  
Rezsuta Ibolya 16  
Richter Zoltán 4  
Riedlinger Csaba 2  
Rónoki Miklós 2  
Salakta Péter  
Sallai Attila 4  
Sámson Imre  
Samu Piroska 13  
Sándor László  
Sárközi Illés 3  
Sass Lajos 2  
Sass László 9

Schmidt András  
Schmidt Ferenc  
Schröder Tamás 5  
Segesdi József 9  
Sike Balázs 6  
Simon Csaba  
Smudla István 3  
Solti Gabriella 3  
Somodi András  
Somogyi Gábor 4  
Somogyi György 3  
Somogyi Krisztián György  
Stuth István  
Sváb László 18  
Szabó Attila 4  
Szabó Bálint 4  
Szabó Dávid 2  
Szabó Elemér 16  
Szabó Imre 2  
Szabó Kálmán 3  
Szabó László 2  
Szalay László  
Számuel Pál  
Szaszák Levente 2  
Szatmáry László  
Szebeni Szonja Erzsébet 2  
Székács László 3  
Székely János 2  
Szemerédi András 6  
Szendrei Tamás  
Szendrey Péter 2  
Szente Kálmán 15  
Szenti Tamás 3  
Széplaki Bence  
Szigeti Rita 2



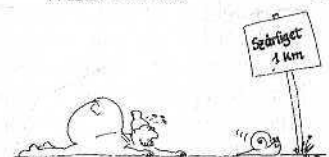
Szijártó Tibor 3  
Szilágyi Csaba  
Szilárdi Tamás  
Szlanka Tamás 10  
Szloszjár Tamás 3

Szöke Mátyás  
Szöllősi Zoltán 2  
Szöllősiné Fülöp Mária 2  
Szórárt László 2  
Sztankó Benedek  
Sztankó Dániel  
Sztasák Imre 2  
Szücs Ferenc  
Szücs Gergely  
Szücs Zoltán



Takács Attila  
Takács Gábor (1972)  
Takács Gábor (1979)  
Takács Gergely 4  
Takács Gyula  
Takács Imre 4  
Takács László 2  
Takács Tamás  
Takács Tibold  
Takács Tiboldné  
Takács Zoltán 4  
Tánczos Csaba 7  
Tánczos László 5  
Tarján Dénes 3  
Textor Ferenc 7  
Thurmann Endre  
Timár Zsófia  
Tippai Attila 3  
Tokai János 12  
Toperczer András 4  
Toplak József 4  
Tótfalusi András 8  
Tóth Attila (Szentendre) 7  
Tóth Attila (Érd) 2  
Tóth Ervin (1979)  
Tóth Ervin (1974) 4  
Tóth Ferenc 4  
Tóth István Attila 3  
Tóth József 4  
Tóth Réka  
Tóth Zoltán (1970)

Tóth Zoltán (1973)  
Trenk Krisztina  
Turi László  
Tymcsák Attila 13  
Vajda Zoltán 16  
Várdai Lajosné 3  
Varga Sándor 3  
Varga Zsolt (1981) 3  
Varga Zsolt (1975)  
Várnai Péter 2  
Vas Zoltán 5  
Vasanits László 9  
Végh Dávid  
Végyári Csaba  
Viczián András  
Vidákovich Milán  
Vigh Sándor Attila  
Vincze Ákos 5  
Vincze Balázs  
Virágh Pál 2  
Vrábel Miklós 4  
Waldinger Péter  
Wicklein Zsolt  
Wiszt Ferenc 5



Zábó Károly 10  
Zámbori Zsolt  
Zelefai István 2  
Zelei Tamás  
Zemen János  
Zichó Zoltán  
Zilahy András  
Zobory László 3  
Zsák Ferenc  
Zsaludek Endre  
Zsámboki István  
Zséfár Lajos 12  
Zsiga György 2  
Zsovák Gábor

## HOGYAN NEM TELJESÍTETTEM A KINIZSI SZÁZAST 1998-ban

(Corradi Surd)

A négy éve közölt történeteim között a törött kezű unokaöccsémről írtam, aki a gipszre kérte a pontokon a pecsétet. Jobb poén helyett a történetet így fejeztem be: "legközelebb gipszelt lábbal jövünk, arra több pecsét fér". 12 nappal az 1998 évi Kinizsi Százast előtt ennek a lehetősége - sajnos - meg is valósult. 1 hét kórház, műtét, 2 csavar a térdembe, 7 hét gipsz ...

Ebből következően 1998 május 23. reggelén a HÉV-re nem szálltam fel, így Csillag-hegyre  $\frac{3}{4}$ -kor meg sem érkeztem. Sőt, a kitöltött nevezési lapot sem adtam le. Miután az indítóban nem kívántak jó utat, nem jött a Róka-hegy a falépcsőkkel, a Nagy-Kevély a kellemes sziklás felmenettel és a Hosszú-hegy árnyas emelkedője. A Pilis-tető nyögvenyelős kapaszkodóján Molnár Gábor nem mesélte el szokásos vicceit, a Dréher úti laza szaladás is elmaradt.

Rögvest azután, hogy a Pilis-nyeregben nem ettem meg a feleségem által be nem csomagolt tizórait, a túratársamtól meg sem kaptam magnéziumos pezsgőtablettát szintén kihagytam. Kihaszíratlanul hagyva a viszonylag jó terepviszonyokat, a meredek lemenet örömeit nem élvezve Keszthelyre sem jutottam le. Mivel a Dorog végén levő metetőbe nem mentem be, így a kútgyűrűs csapnál sem fürödtem meg ezúttal. Tokodon szintén elmaradt mind az öt nyomóskút öröme. Sőt, levest sem kaptam a cukrászdában, mint 1995-ben. Mivel a Hegyes-kő motocross-pályát megszegyenítő meredekjén sem mentem fel, le sem kellett róla jönnöm a másik oldalon.

Nem sokkal azután, hogy Mogyorósbányán nem pecsételtettem le az ellenőrző lapomat, a csodásan ringó, zöldellő búzatáblákon sem vágtam át, sőt, a bővízü Szent-kút kis rétjén sem heveredtem le. Nem bosszankodtam Pusztamaróton sem, hogy a szokott helyen nincs pont. A medvehagymás erdő is kimaradt. Mivel Bányahegyen Nagy Laci barátom szokásos paprikás krumplijából sem kaptam, mérgemben elemet sem cseréltem, és az egy óras, el nem töltött pihenő után nem is indultam tovább. Nem másztam át egyetlen kerítésen sem, és nem vágtam át a Vértestolna környéki nagy tisztáson. Ugyan már Bányahegy előtt besötétedett, végig lámpa nélkül voltam.



Koldusszállás, Kiszéti vadászház, végtelennek tűnő murvás út az Öreg-Kovács oldalában - most nem számolom a kerítésoszlopokat (máskor 400-ig is eljutottam, amíg el nem tévesztettem). Ezen a szakaszon - meglepetésemre - senki sem kérdezte meg tőlem teljesen kimerülten, hogy mennyi van még a következő pontig - igaz, nem is válaszoltam volna. Nem iktattam be a szokásos alvásomat sem a Baji Vadászaháznál lévő ponton a táborház mellett a földön fekve, és a meredek lemenete és a néhány km. Aszfaltutat sem tettem meg. Ebből következően ez évben a célba sem értem be. Sem leves, sem oklevél, sem jelvény, sem gratuláció, sem élmény. Igaz, sem fáradtság, sem vízhólyag, sem izomláz. Csak hiányérzet.

Ez volt 1998. Egy évre rá már ismét teljesítettem nagy örömmel. A célban két oklevelet kértem - az egyiket magamnak, a másikat dr. Túri András adjunktus úrnak, aki a lábamat műtötte - a jó munka bizonyítékaként.

## AZ 1999 ÉVI KINIZSI SZÁZAS A SZÁMOK TÜKRÉBEN

Indulók száma:		863	
Feladta:	0 - 25 km között	15	1.7 %
	25 - 40 km között	90	10.4 %
	40 - 45 km között	77	8.9 %
	45 - 50 km között	51	5.9 %
	50 - 55 km között	60	7.0 %
	55 - 70 km között	26	3.0 %
	70 - 80 km között	63	7.3 %
	80 - 90 km között	18	2.1 %
	90 - 100 km között	8	0.9 %
Késétt		2	0.2 %
Pontot kihagyott		2	0.2 %
Teljesítette		451	52.3 %

	Indult	Teljesített
Férfiak	777 90.0 %	417 53.7 %
Nők	86 10.0 %	34 40.0 %
Budapestiek	405 46.9 %	196 48.4 %
Vidékiek	457 52.8 %	255 55.7 %

### Életkor szerinti megoszlás

	Indult	Teljesített
-19 éves	77 8.9 %	44 57.1 %
20-24 éves	257 29.8 %	132 51.4 %
25-29 éves	227 26.3 %	105 46.3 %
30-34 éves	118 13.7 %	66 55.9 %
35-39 éves	70 8.1 %	35 50.0 %
40-44 éves	29 3.4 %	16 55.2 %
45-49 éves	38 4.4 %	24 63.2 %
50- éves	43 5.0 %	29 67.4 %

### Gyakorlat szerinti megoszlás

	Indult	Teljesített
1. százasa	421 48.8 %	178 42.3 %
2. százasa	140 16.2 %	78 55.7 %
3. százasa	94 10.9 %	59 62.8 %
4. százasa	56 6.5 %	33 58.9 %
5. százasa	46 5.3 %	29 63.0 %
6-10. százasa	78 9.0 %	50 64.1 %
11-19. százasa	28 3.2 %	24 85.7 %

Legidősebb teljesítő: Domokos István (Tata), 77 éves (1998)

Legrövidebb idő alatt teljesített

férfi: Ispánki Zoltán (Budapest): 9 ó 35 perc (1998);  
nő: Rezsuta Ibolya (Budapest): 12 óra 29 perc (1992).



## A KINIZSI SZÁZAS SOKSZOROS TELJESÍTŐI

(akik az elmúlt 19 évben legalább ötször teljesítették a Kinizsi Százast)

19  
Ézsiás Antal  
Győri Jenő

18  
Sváb László

17  
Corradi Surd  
Koltay Károly

16  
Kulcsár Ferenc  
Mezei István  
Rezsuta Ibolya  
Szabó Elemér  
Vajda Zoltán

15  
Kovács Zoltán  
Molnár Gábor  
Szente Kálmán

14  
Halupka János  
Papp László  
Radványi Ferenc

13  
Csóka Géza  
Samu Piroska  
Tymcsák Attila

12  
Csorba Ferenc  
Farkas Zoltán

Herpai Sándor  
Lévay Béla  
Ráczkevi Sándor  
Téri Géza  
Tokai János  
Zsefár Lajos

11  
Fábián Tamás  
Hajagos István  
Korecsok Attila  
Nagy Zoltán  
Pusztai Zoltán  
Sebők Márton  
Szörényi Béla  
Zalai Vince

10  
Avar László  
Csernai István  
Halász Tamás  
Honti István  
Juhász Imre  
Klenovszky Győző  
Kovács Gábor  
Molnár Lajos  
Papp Csongor  
Pintér József  
Posztobányi Kálmán  
Szlanka Tamás  
Verőcei József  
Zábó Károly

9  
Borza Zoltán  
Brezvai Gyula  
Brunner István  
Csesznok Miklós

Csige József  
Jávor Zoltán  
Kézdi Balázs  
Klettner Zoltán  
Kocsis Tamás  
Lopuszny István  
Merza Ágnes  
Olsefszky Béla  
Sass László  
Segesdi József  
Vasanits László

8  
Alpár András  
Bajnok Miklós  
Baksay József  
Berekalli István  
Borosnyay Balázs  
Dévényi Zoltán  
Földi Mihály  
Göndöcz István  
Hárs István  
Hoffmann Ádám  
Jóvér Béla  
Kovács Árpád  
Krisztián Gabriella  
Martin Ispanovic  
Molnár Jenő  
Német István  
Parai Tibor  
Spányi Péter  
Tótfalusi András  
Urbánfy Jenő

7  
Almási József  
Babinszki Zsolt  
Cech Vilmos  
Csankovszki Tibor

Farkas Valéria  
Finder Gábor  
Gazdig István  
Jász Nándor  
Juhász Gábor  
Kenyeres Oszkár  
Keszthelyi Attila  
Kis László  
Kötesei István  
Köteles Károly  
Kunos Gábor  
Löki János  
Natchev Zoltán  
Patos Attila  
Petrás Tamás  
Rakk Gyula  
Stefancsik Tamás  
Szászi Béla  
Tamics Gábor  
Tánczos Csaba  
Textor Ferenc  
Újszászi Csaba  
Urbanics Gábor  
Vachek Vladimír  
Vlimkó Gábor



6  
Balázs László  
Balogh István  
Balogh Péter

Bella Zsolt  
Bocskay László  
Böjti Mária  
Bozó János  
Budavári Tamás  
Búzás János  
Búzás Pál  
Csorba Simon László  
Csuka Imre  
Czeizing Ottó  
Dékány Péter  
Domokos István  
Elek István  
Götz Péter  
Hamar Zoltán  
Hidász Lajos  
Hirt Károly  
Horváth Ákos  
Karsai Mátyás  
Király Erik  
Kistankó János  
Kovács Sándor  
Ládi István  
Létai Péter  
Lippai Péter  
Maku László  
Martos Tamás  
Megyeri István  
Merza József  
Molnár-Sáska Gábor  
Nagyszegi Gábor  
Nyergesi Róbert  
Öri Péter  
Pataki Károly  
Patóné Szabó Júlia  
Péteri István  
Pettkes Zsolt  
Rédli András  
Részegh Anna  
Révész Csaba  
Sándorfi György

Sárhidai Attila  
Sass Balázs  
Sike Balázs  
Strasser Péter  
Szemerédi András  
Szűcs Attila  
Tiponucz Tibor  
Tóth Attila  
Tóth Lajos  
Uram Tamás  
Váradai László  
Végh Margit  
Vidákovich László  
Viniczai Sándor



5  
Ács Béla  
Antal Attila  
Auerhammer Balázs  
Bacsa László  
Bakos Csanád  
Balog Géza  
Balog György Ulrich  
Balogh István  
Balogh László Csaba  
Barsy Dezső  
Barta Károly  
Császár Gábor  
Csécs Attila  
Csekő Róbert  
Csemez Attila  
Csik Ferenc  
Csorba Péter  
Debreceni Elemér

Dobi Zsigmond  
Dobos Ákos  
Dobos Csilla  
Dömötör Zsolt  
Dora László  
Ehmann István  
Farkas Elek  
Fekete László  
Felleg Zoltán  
Floch Zoltán  
Garab Róbert  
Gergely Tibor  
Gergelyné Németh  
Gabriella  
Gesztos Ákos  
Gnädig Péter  
Gránicz János  
Gudella Antal  
Győri Péter  
Hajkus József  
Hajnal Gábor  
Hámori István  
Haracska Lajos  
Helméczy Árpád  
Hobot István  
Kapsos Mátyás  
Karkó Ernő  
Kelen Ákos  
Kerényi Gábor  
Kiss Károly  
Kiss Péter  
Kovács Ágota  
Kovács András  
Lantai Lajos  
Lászka János  
Lerch Vladislav  
Madarász Attila  
Madary Sándor  
Márton Marcell  
Mécs László  
Merza József

Mezei László  
Módlí Tamás  
Nádudvari Zoltán  
Nagy Árpád  
Nagy József  
Németh Attila  
Németh István



Okolicsányi Zoltán  
Orosi Zoltán  
Pénzes István  
Petres Pál  
Rózsa Tamás  
Schröder Tamás  
Simányi Nándor  
Simon János  
Süle Zsolt  
Szabó András  
Szabó Antal  
Szabó Csaba  
Szigetlaki Zsolt  
Szijártó Zoltán  
Sziva Dénes  
Sztanév Iván  
Tánczos Ferenc  
Tánczos László  
Thurzó Lajos  
Tomba László  
Tóth Gábor  
Tóthné Mák Ildikó  
Ürmös M. Attila  
Vas Zoltán  
Vincze Ákos  
Vymeták József  
Wiszt Ferenc  
Zsefár Gábor

**GRATULÁLUNK!**

## SZÉL- ÉS ESŐVÉDŐ RUHÁZAT

1999-ben egy táblázatos összeállításban gyártók és forgalmazók túracipő-, bakancsajánlatait adtuk közre. Teljesítménytúránk résztvevői között a vártnál is nagyobb sikert aratott. Többen kezdeményezésünk folytatását kérték. Ennek jegyében ebben az évben a szél- és esővédő ruházatra kértünk ismertetőket.

Több helyről is ugyanazt a termékcsaládot ajánlották.

A Columbia Sportswear arról híres, hogy olyan öltözékeket tervez, amelyek sokféle tevékenységhez és különböző időjárási viszonyok mellett



használhatóak. Minden egyes darabhoz gondosan választják ki megfelelő anyagot, amelyet a nedvszívó képesség, vízhatlanság, légáteresztő képesség, súly és tartósság alapján válogatnak. Az Omni-Tech a Columbia Sportswear által kifejlesztett és levédett technológia. Azzal a céllal tervezik, hogy a ruha viselőjét szárazon és kényelemben tartsa még szélsőséges körülmények között is.

- **Vízhatlanság:** mikroporózus bevonatot alkalmaznak az anyag belső oldalán. A vízmolekulák túl nagyok ahhoz, hogy áthatoljanak az apró pórusokon, így a test száraz marad. Ezen kívül szupertartós víztaszító bevonatot alkalmaznak a ruhaanyag külső felén, amely a vizet még többszöri mosás után is lepergeti. Cipzárat, zsebeket, szellőzőnyílásokat és kapucnikat is terveznek annak érdekében, hogy a ruha viselője számára a legjobb védelmet és értéket biztosítsák. (17000 mm vízoszlopnymást is kibír)
- **Légáteresztő képesség:** ugyanazok a mikroszkopikus méretű pórusok, amelyek megakadályozzák a víz beszivárgását, elég nagyok ahhoz, hogy lehetővé tegyék a pára (izzadság) elpárolgását, ezáltal megakadályozva azt, hogy a ruha alatt nedves legyen a saját verejtékétől (6000 g/m<sup>2</sup>/24h)
- **Szélállóóság:** mivel a szél hidege viselőjét percek alatt csontig hatolóan lehűtheti, az Omni-Tech-et úgy tervezték, hogy az a szelet teljes mértékben kizárja. A ruha meleg és kényelmes marad.
- **Hegesztés:** a teljes vízhatlanság elérése érdekében valamennyi varrást vízhatlan szalaggal szigetelnek.

Marosport Kft  
Columbia Márkabolt  
Mr. Manus sport  
MOUNTEX BT  
Pamír Túrabolt  
Tengerszem Sport

Budapest III., Hajógyári sziget 122. (1) 457-1077  
Budapest XIII., Westend City Center  
Budapest VI., Bajcsy Zs. út 17. (1) 311-4055  
Budapest XIII., Lehel út 23. (1) 350-3775  
Budapest VI., Paulay Ede u. 2. (1) 328-4039  
Budapest VII., Dohány u. 29. (1) 322-1606



A MOUNTEX BT (1134 Budapest, Lehel út 23. Tel: 350-3775) ajánlatai:

Hannah gyártmányok (Csehország): Protex víztaszító anyagból készülnek, a beázás ellen a varrások kezelve vannak.

BORA kabát: gallérban elhelyezett kapucnival, derék- és alsó része behúzzható, két cipzáras oldalzsebbel. Ára: 11.100 Ft

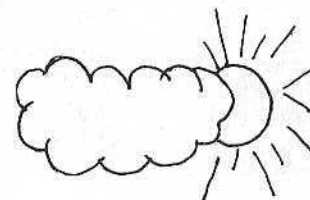
FALCON kabát: gallérban elhelyezett kapucnival, elasztikus mandzsettával, derék- és alsó része behúzzható, cipzáras mellzsebbel és két fedett cipzáras oldalzsebbel. Ára: 11.700 Ft

SANDSTONE gyártmány (magyar termék)

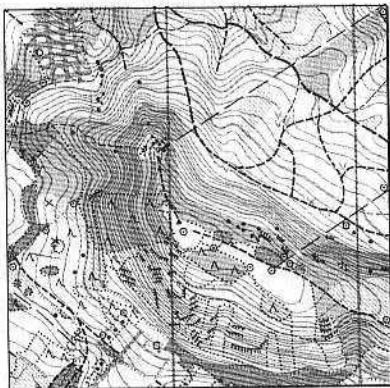
HIKER kabát: HI TECH anyagból készült kabát, amely átengedi a testpárát, de ugyanakkor szigetel az eső ellen. A varrások beázás ellen kezelve vannak. Ára: 14.900.- Ft

Boltjaik:

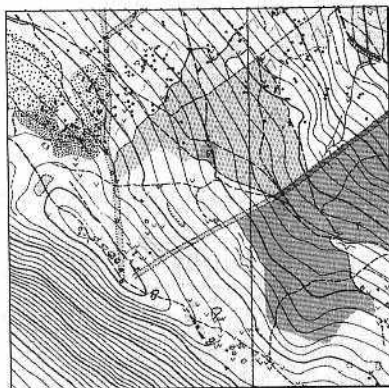
Budapest, 1134, Váci út 19.	(1) 239-6050
Budapest, 1091, Üllői út 7.	(1) 217-2426
Budapest, 1024, Margit krt. 61-63.	(1) 212-4086
Győr, 9021, Győr Plaza,	(96) 411-194
Miskolc, 3525, Széchenyi út 21.	(46) 329-933
Debrecen, 4032, Csapó u. 40.	(52) 411-049
Székesfehérvár, 8000, Károly J. u. 1.	(30) 222-5548
Nyíregyháza, 4400, Bethlen G. u. 6.	(42) 314-762
Eger, 3300, Dobó u. 21.	(20) 9277-771
Kecskemét, 6000, Kéttemplom köz 2.	(76) 320-909



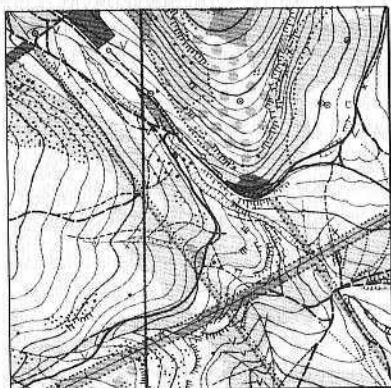
# REJTVÉNY



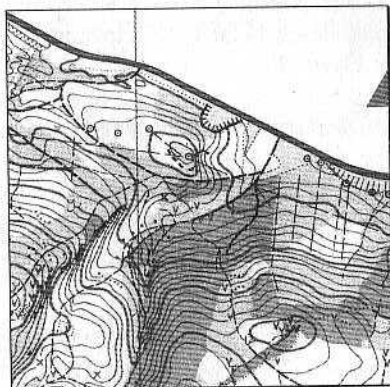
1.



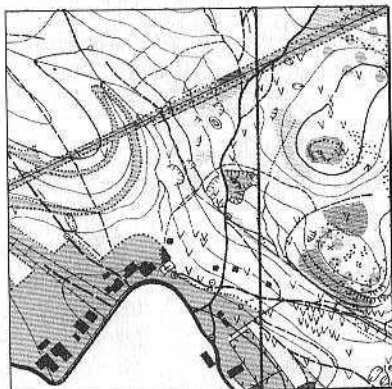
2.



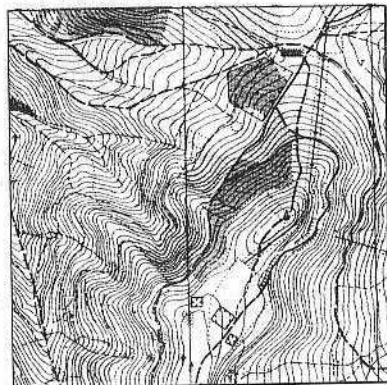
3.



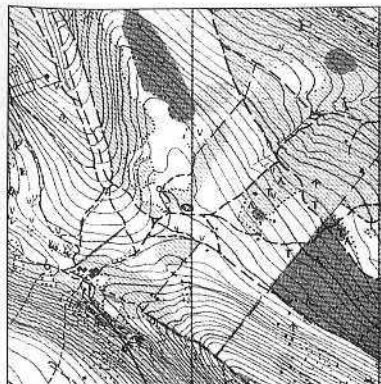
4.



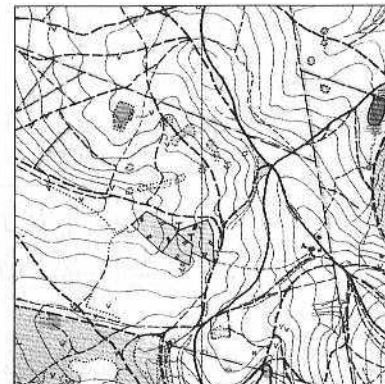
5.



6.



7.



8.

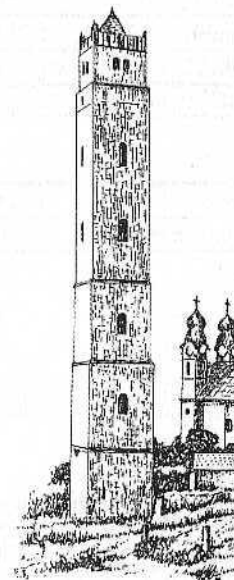
A Kinizsi Százas 20 évének útvonalairól (tehát Tata és Szárliget céllal is) válogattunk tájfutótérkép-részleteket. Hol találhatóak ezek a részek az útvonalon? Vigyázat, a térképek közé egy kakukktójs is keveredett - az egyik Téli Teljesítménytúráról.

A felajánlott tárgynyerményeket azok között sorsoljuk ki, akik legalább egy helyszínt jól ismernek fel, és a megfejtést címünkre december 5-ig beküldik. A sorsolás a helyes válaszok számával súlyozva történik.

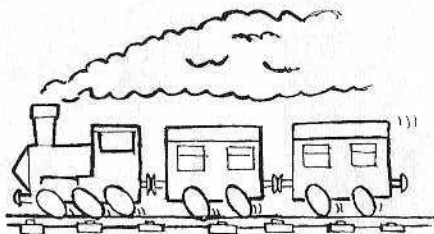
Múlt évi rejtvényünk helyes megfejtése (zárójelben a helyes megfejtések száma):

- 1, A. A Gerecse egyetlen épített kilátója a tatai Kálváriadombon áll (20)
- 2, A. A fenti kilátót Fellner Jakabról nevezték el. (20)
- 3, C. Bezerédy Gyula szobrászművész Mogyorósbányán született (19)

21 megfejtőnkől 59 helyes válasz érkezett. Idei nyerményeinket a **Mountex** (Budapest XIII., Váci út 19.) pólóját Hartmann Mihály budapesti, a **FU HAO ELITE kínai étterem** (Budapest VII., Dózsa György út 76.) kétszemélyes vacsorajegyét Várdai Lajosné székesfehérvári, a **Pamír Túrabolt** (Budapest VI., Paulay Ede u. 2.) tájolóját Kovács Balázs egri megfejtőnk nyerte. A nyerményeket, illetve utalványokat a nyerteseknek postán megküldtük.



## MENETRENDI KIVONATOK



(1)

Tatabánya	19.44	23.00	4.31	5.36	6.36	7.34	8.47	9.54
Szárliget	19.53	23.09	4.42	5.47	6.47	♦7.42		10.05
Bicske	20.03	23.19	4.53	5.58	6.58	7.50	9.01	10.16
Budapest Kelenföld	20.29	23.46	5.28	6.33	7.33	8.13	9.22	10.52
Budapest Déli	20.40		5.38	6.43	7.43	8.23	*9.43	11.03

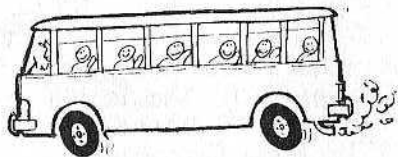
♦: Csak a Kinizsi Százaspályán áll meg! \*: Budapest-Keleti pu.

(1)

Szárliget	21.46	23.45	4.52		7.23		8.38
Tatabánya	21.56	23.55	5.03	7.05	7.34		8.49
Tata	22.38	0.06	5.17	7.15	7.48		9.02
Almásfüzitő	22.45	0.13	5.24		7.55		9.09
Komárom	22.57	0.25	5.37	7.28	8.08	8.40	9.22
Győr	23.29		6.13	7.55		9.13	10.05

(2)

Dorog	14.40	15.56	17.35	18.28	19.40	20.56
Budapest Nyugati	16.10	17.20	19.05	19.40	21.04	22.20



(2906)

Kétebükfa-nyereg	14.12	15.12	16.12	17.12	18.12
Pomáz	14.45	15.45	16.45	17.45	18.45
Budapest, Árpád híd			17.20		

(8518,8520,8525,8530)

Tokodi pincék	16.14	17.02		18.01	18.58	20.41	22.25
Tokod, Hősök tere	16.17	17.05	17.21	18.06	19.01	20.45	22.28
Dorog, városháza	16.29	17.20	17.33	18.17	19.13	20.57	22.40

(8497)

Tokod, Hősök tere	17.10
Tokodi pincék	17.13
Budapest, Széna tér	18.50

(8546,8540)

Pélföldszentkereszt	21.20	
Bajót	21.25	
Nyergesújfalú, bajóti elágazás	21.33	22.25
Dorog		22.47

(8535)

Mogyorósbánya	15.45	16.50	20.50
Tát, vendéglő	15.52	16.57	21.01
Dorog	16.05	17.10	21.14

(8492)

Dorog, városháza	15.13	30 percenként	19.13	20.13	21.13	22.13
Kesztölczi elágazás	15.19		19.19	20.19	21.19	22.19
Budapest, Árpád híd	16.15		20.15	21.15	22.15	23.15

(8410,8406)

Tardos		4.50				7.01	
Vértestolna, tűzo.sz.		5.01				7.12	
Héreg forduló	4.30		5.41	6.30			7.40
Tarján aut. vt.	4.42	5.12	5.54	6.42		7.23	7.52
Tornyópuszta elág.	4.50	5.20	6.01	6.50	7.07	7.31	8.00
Koldusszállás bej. út	4.56	5.26	6.07	6.56	7.13	7.37	8.04
Tatabánya	5.14	5.44	6.25	7.14	7.31	7.55	8.24

(8406)

Vértestolna újtelep	4.30	7.31	10.44
Tardos sz. bolt	4.44	7.45	10.58
Tata	5.14	8.15	11.28

A menetrendi kivonatok 2000. május 27-én és 28-án érvényesek