

*Kinizsi
Százás*



Hosszútávú túra

2004. május 22 - 23.

A KINIZSI SZÁZAS TELJESÍTMÉNYTÚRA KIÍRÁSA

Szakosztályunk, 2004. május 22-23-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:	101 km/24 óra	38 km/10 óra	27 km/7 óra
Nevezési díj:	700 Ft	300 Ft	200 Ft
Díjazás:	oklevél, jelvény	kitűző, emléklap	kitűző, emléklap

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

Nevezés: a rajt előtt a helyszínen.

Rajt: 2004. május 22., Csillaghegy (a strand kerthelyiségében)

K-100	6.45 - 8.00 között folyamatos indítás
K-40, K-25	7.30 - 8.30 között folyamatos indítás

<u>Cél:</u> K-100	23-án 8.00-ig Szárliget, Általános Iskola
K-40	22-én 18.30-ig Dorog, Határ-csárda
K-25	22-én 15.30-ig Pilis-nyereg

A túra résztvevői: A nyílt rendezvényen bárki elindulhat, de a 100 km-es távon egészségi alkalmasság igazolása szükséges (a rendezvényre szóló háziorvosi igazolás, vagy egy évnél nem régebbi – bármely sportágra szóló – sportorvosi engedély). 18 évnél fiatalabbaktól csak a túrára szóló, a rajtban leadott igazolást fogadjuk el.

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

Nevezési lap előzetesen kapható a Tengerszem-Sport üzletében (Bp. VII., Dohány u. 29.), és a Cartographia térképboltjában (Bp. VI., Bajcsy-Zsilinszky út 37.). Vidékiek – felbélyegzett válaszbortékkal – szakosztályunk címén (1068 Budapest, Városligeti fásor 44.) postán kérhetnek nevezési lapot.

A túrán mindenki saját felelősségére indul. Csomagszállítást nem tudunk biztosítani. Az útvonalon – Bányahegyen – teát, a szárligeti célban virslit és teát adunk a résztvevőknek.

Szálláslehetőség a rajt közelében: Római part Üdülőfaló, Szentendrei út 189.

Telefon: (1) 388-7167.

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

„Minden bolond talál egy még nagyobb bolondot, aki őt értékelni tudja.”

Gellert

RENDEZVÉNYÜNK TÁMOGATÓI:



ÉDOSZ

Szárligeti Általános Iskola

Magyar Eszperantó Szövetség

Pusztakúti Csárda



A 2003. ÉVI KINIZSI SZÁZAS A SZÁMOK TÜKRÉBEN

Indulók száma:		1204	
Feladta:	0 - 15 km között	8	0.7 %
	15 - 25 km között	11	0.9 %
	25 - 40 km között	118	9.8 %
	40 - 50 km között	132	11.0 %
	50 - 60 km között	97	8.1 %
	60 - 70 km között	37	3.1 %
	70 - 80 km között	77	6.4 %
	80 - 90 km között	38	3.2 %
	90 - 100 km között	32	2.7 %
Késett		6	0.5 %
Pontot kihagyott		0	0.0 %
Kizárva		3	0.2 %
Teljesítette		645	53.6 %

	Indult		Teljesített
Férfiak	1076 89.4 %	599	55.7 %
Nők	128 10.6 %	46	35.9 %
Budapestiek	535 44.4 %	297	55.5 %
Vidékiek	661 54.9 %	344	52.0 %
Külföldiek	4 0.3 %	2	50.0 %

	Indult		Teljesített
-19 éves	109 9.1 %	56	51.4 %
20-24 éves	188 15.6 %	85	45.2 %
25-29 éves	327 27.2 %	156	47.7 %
30-34 éves	237 19.7 %	128	54.0 %
35-39 éves	129 10.7 %	80	62.0 %
40-44 éves	77 6.4 %	55	71.4 %
45-49 éves	41 3.4 %	32	78.0 %
50- éves	70 5.8 %	47	67.1 %

	Indult		Teljesített
1. százasa	572 47.5 %	254	44.4 %
2. százasa	197 16.4 %	93	47.2 %
3. százasa	129 10.7 %	83	64.3 %
4. százasa	75 6.2 %	48	64.0 %
5. százasa	57 4.7 %	34	59.6 %
6.-10. százasa	116 9.6 %	86	74.1 %
11.-23. százasa	58 4.8 %	47	81.0 %

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 14 perc (2001).

HÍREK, KÖZLEMÉNYEK

A túra útvonalával kapcsolatos információkat ez évben is a programfüzet közepén helyeztük el, így az útközben használható lapok ezáltal kiemelhetők a programfüzetből.



A KINIZSI SZÁZAS-t május utolsó hétvégéjén rendezzük, így a következő – jubileumi teljesítménytúránkra 2005. május 28-29-én kerül sor, melyre minden régi teljesítőt és próbálkozót, valamint új érdeklődőt szeretettel várunk.



Várjuk résztvevőink véleményét is – a jövő évi programfüzetbe szánt fényképek, cikkek, rajzok, és a túrával kapcsolatos egyéb észrevételek, tanácsok mellett.

Címünk: **KINIZSI TE „Encián” Szakosztály, 1068 Budapest, Városligeti fasor 44.**
e-mail: kinizsi@mailbox.hu

A Kinizsi Százas honlapja: <http://www.fsz.bme.hu/k100>

A korábbi évek programfüzetei beszerezhetők hivatalos időben (hétfőn 14:00 és 16:00 között) egyesületünknel.



A Nap május 22-én 20ó 23p nyugszik
23-án 4ó 58p kel

A Hold május 22-én 23ó 54p nyugszik
23-án 7ó 37p kel
Újhold után

Névnapijokon köszöntjük Júlia, Rita, Dezső, Dézi, Ugron nevű túratársainkat.



Rendezvényünk gerescei szakaszán a róka veszethez elleni vakcinázása megtörtént. A kapszulát tartalmazó szürkésbarna csalétket repülőről szórták le, így útvonalunk nyomvonala mellett is előfordulhatnak. Kérjük, ne nyúljatok hozzá!



Az ÁNTSZ 2003-ban a koldusszállási erdészház vizét fogyasztásra alkalmatlannak találta és a kutat lezáratta. Az utolsó vízvételi lehetőség Bányahegyen van.



Kék-túrázóknak figyelmeztetés: a Kinizsi Százason az OKT Kesztyűs – Mogyorósbánya és Péli-földszentkereszt – Szárliget szakaszai teljesíthetők. A tokodi, péli-földszentkereszt, pusztamaróti és a Gerecse üdülő bélyegzők – ha az adott helyen ellenőrzőpontunk nincs – a következő állomásunknál hozzáférhetőek lesznek.

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.



Természetvédelmi programunk keretében a múlt évben „saját pohár, saját bögre” címmel új környezetvédelmi akciót indítottunk az eldobható műanyag poharak használatának visszaszorítására.

Ez évi rendezvényeinken támogatóink által felajánlott bögréket, térképeket, zoknikat sorsolunk ki a programunkba bekapcsolódó túratársak között.

Támogatók: Cartographia Kft., Flex 92 Kft., Tengersizem-Sport.



Következő Téli Teljesítménytúránkat ez év december 4.-én rendezzük meg a Börzsöny-hegységben. Túránk az „Encián Turisták 1914” megalakulásának 90. évfordulóján induló túramozgalmunk nyitó eseménye lesz.



Egyesületünk 2004. július 18-án **Úttalan Utakon...** néven tájékoztatói teljesítménytúrát és versenyt rendez a Börzsöny-hegységben. A túra, valamint a Cartographia- és Hegyalja Kupa részletes kiírása elérhető lesz a <http://www.hegyalja.hu> webcímen.

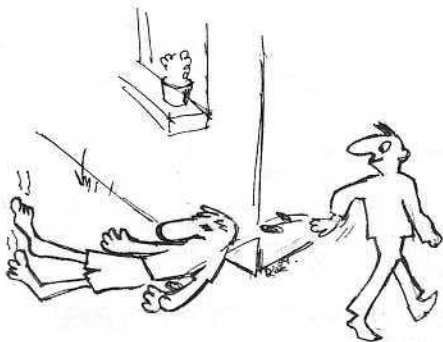


A Fővárosi Bíróság egyesületünket sport, egészségmegőrző, oktató és természetvédő tevékenysége alapján közhasznú szervezetnek minősítette. Közhasznú jogállásunk alapján jövő évtől kezdve fogadni tudjuk a személyi jövedelemadóból történő 1%-os felajánlásokat.

Kinizsi TE

Adószámunk: 19804118-2-42

Hogyan váltam hajléktalanná?



A Kinizsi Százon évek óta nem viszek magammal vizet. Ezért mire Dorogra érek, általában eléggé szomjazom, és a CBA-ban vagy a vasút utáni sarki boltban szoktam magamnak egy 2 literes üdítőt venni, amelyet jelentős mennyiségű csoki és egyéb energiaforrások kíséretében elfogyasztok, ezzel töltődve a maradék 60 km-re. Így történt ez a tavalyi Százason is. Megvettem a két liter üdítőt, majd a

sarki bolt és az utána következő kocsmá közötti falnak dőlve, cipőmet levetve élveztem a pihenést és a táplálkozást. A helyszín kiválasztásában nem esztétikai, még csak nem is higiéniai okok vezérlettek, hanem egyszerűen itt találtam árnyékot.

Egyszer csak a közeli kocsmából kijött egy – láthatóan – törzsvendég, s valamit mormogva elhaladt a sínek felé. Talán csak az elfogyasztott sörtől szabadult meg, pár perc múlva jött visszafelé. Kezében némi aprópénz csörgött, amelyet a markomba akart nyomni. Udvariasan közöltem vele, hogy „nem, köszönöm, én csak egy túrázó vagyok”, mire ő elnézést mormogva eltűnt a kocsmajátóban.

Legyűrtem még az utolsó csokiszeletet, kihörpintettem az üdítőt, és elindultam Szárliget irányába.

Barta Károly

„Kinizsi Százás” – potyautassal

Történetem a gyerekkoromba nyúlik vissza, amikor kajakedzésre kezdtem járni. Az edzőnk, Fodor Ferenc nemcsak a sportot szeretette meg velünk, hanem az erdőjárás, túrázás szépségeivel is megismertetett.

Tőle hallottam először a Kinizsi 100-ról. Ő már sokszor megcsinálta, és az idősebb kajakosok is követték a példáját. Néhány év elteltével az én fejemben is szöveget vert a gondolat, hogy meg kellene próbálnom. De mire a megvalósításhoz jutottam, már minden nap Pest és Ráckeve közötti ingázó lettem, edzésre nem jártam, csak néhány km-nyi futással kellett beérnem hetente. Azért megpróbáltam. És nem sikerült. Bányahegynél dőltem ki vízhólyagokkal teli lábbal, a hidegtől remegve. Akkor azt mondtam, soha többet. És eljött a következő év, a tavalyi, amikor egy nap betévedtem a kajakedzésre, és az egyik srác megkérdezte, nem megyek-e velük a Kinizsi Százásra. Gondoltam: lesz, ami lesz, megyek, ameddig visz a lábam. Hozzá kell tegyem, a tavalyi évben még kevesebbet futottam, mint korábban.

Eljött a nagy nap, 7 óra 15 perckor startoltunk. Négyen vágunk neki, három ifjabb kajakos, és én az „öreg”. Jó hangulatban indultunk, dacolva az egyre melegebb idővel. Azután elkezdtünk fogyni, és Bányahegy után egyedül maradtam négyünk közül. Az éjszaka kellős közepén, egy kissé különcnek számítva, egy csomó pasi közt egy szem lányként gyalogoltam, mire hajnalban végre megint lányokat is láttam. Néhány elemet, cukrot, csokit és szendvicset elfogyasztva, és néhány vízhólyaggal gazdagodva a túrát végül megcsináltam, amit részben Tóbiás Józsefnek is köszönhetek, aki már harmadszori bálozó volt, és az utolsó 20 km-en útitársam.

Itt akár véget is érhetne egy szimpla, egyszerű „Hogyan csináltam meg a Kinizsit” sztori, de nem így lett. A túrát követő héten állandóan szédültem, fáradt, aluszékony voltam. Gondoltam, még nem pihentem ki teljesen a Kinizsit. Végül orvoshoz mentem, és kiderült, hogy Józsi mellett volt egy kis „potyautasom” is a túrán. Azóta ez a kis „potyautas” már kézzelfogható, pontosabban kézbe fogható. 2004. január 9-én született meg, és lesz mit mesélnem neki is a Százásról, ha nagyobb lesz.

Ki tudja, egyszer talán megint nekivágunk együtt.

Nagyné Szűcs Szilvia

Ezúton szeretnénk mi is gratulálni, kívánunk még sok hasonló teljesítményt.

Szerk.



Kulisszák

Tavaly kezdtem írni a Százás megrendezésének kulisszáiról, az idén folytatom. Valamiféle rend kedvéért visszatérek a rajthoz, mivel a tavalyi írásban csapongtam, elkalandoztam.

A rajt egy igen érdekes dolog, évről-évre változik valami. A kezdetekben igénybevett óvodakertet hamar kinőttük, majd a szomszéd fatelepet is. Az óvodától megkaptuk a nagy udvart, majd most már a strand kerthelyiségéből indul a menet. Az első években tömegrajttal oldottuk meg az indítást, azaz egyszerre indult el 7.30-kor az a két-háromszáz fő, aki akkoriban nevezett. Mára ez olyannyira megváltozott, hogy az ezerkétszáz induló mellett a tömegrajt nem megvalósítható. Ugyanakkor a résztvevők kényelmét is szolgálja, hogy 6.45-8.00 -ig tetszés szerint indulhatnak. Megjegyzem itt, hogy a későknek is van lehetőségük még egy ideig elindulni, a saját idejük terhére 8.30-ig.



A kezdetek óta nőtt az asztalok száma, ami természetes, még a folyamatos indítás ellenére is óriási a tömeg. Amióta a hordozható számítógépekkel szereltük fel a rajtot és a pontok egy részét, azóta az adatfeldolgozás könnyebb lett és többféle kimutatást tudunk készíteni belőle, jobban követhetőek a vitás esetek is. Idén a rajtnál két géppel tudjuk megoldani az indítást, ez így is sorban állást eredményez. Próbálunk gyorsítani a dolgon, javaslom, hogy a várakozási idő alatt a programfüzettel ismerkedjenek.

A nevezés minden évben úgy zajlik, hogy a kitöltött lapokat amit vagy előre igényelve, – néhány boltban is beszerezhető – vagy a helyszínen hozzájutva, kitöltés után kell leadni a nevezési asztalnál, ahol ellenőrzik az orvosi igazolást és átveszik a nevezési díjat. A résztvevők megkapják az ellenőrző kartont és a programfüzetet.



Az orvosi igazolás kérdését minden évben sokan feszegetik. El kell mondjam, hogy ez az első hazai teljesítménytúra és külföldi példa után mi is kérünk orvosi javaslatot, hiszen egy ilyen túra jelentős megterhelés a szervezetnek és mint a legtöbb sporttevékenység, veszélyes lehet. Kezdetekben sportorvosi javaslatot kértünk, mára beérjük azzal, hogy az illető bármilyen orvos véleményét kikérheti. Tudomásul kell venni, hogy a Kinizsi Százás is egy olyan rendezvény, amin csak orvosi véleményezés után lehet elindulni. Lehet ez akár bemutatott sportorvosi igazolás, vagy ez alkalomra szóló orvosi javaslat. Sokan trükköznek, azaz eljátszották azt, hogy ha az egyik indító asztalnál nem fogadták el a nevezését az orvosi hiányában, átmentek egy másik asztalhoz, ugyanis az orvosi meglétét szűrőpróba szerűen ellenőrizzük. Pár éve változtattunk az ellenőrzés metódusán. Minden évben más módszerrel ellenőrizzük az igazolásokat, az elmúlt években a kisorsolt keresztnévű, vagy meghatározott hónapban születettek kerültek ellenőrzésre. Azt is elmondhatom, hogy az idén a „P” azaz „Peches Ember” kerül ellenőrzésre, azaz orvosijának ellenőrzése nélkül nem indulhat még „Pucros Mackó” sem. ;-)

Ez persze nem jelenti azt, hogy másnak ne kéne orvosi, hiszen mindenkinek kell, csak hát „Peches Ember” biztosra veheti, hogy az övét ellenőrzik. Itt még azt is megjegyezném, hogy mindig van fáradtabb, vagy figyelmetlenebb indító, aki esetleg nem vesz észre egy „P”-t, és így „Palira Vesz” átjut az ellenőrzésen.

A betűket egyébként sorsolással jelöljük ki, nehogy valaki „üldöztetésnek” vegye! Mindezek után állhatunk be a már említett hosszan kígyózó sorba, ami remélhetőleg tűrhető tempóban halad majd az idén. Miután kijutottunk a szűk kapun, próbáljunk meg még néhány lépést tenni és csak ott várni be a többieket, vagy előbogarászni a térképet, hiszen utánunk is jönnek még rengetegen. Jó utat és kellemes túrát, eredményes teljesítést kívánunk mindenkinek!



**PUSZTAKÚTI
CSÁRDA**

kerthelyiséggel

a Csillaghegyi strand területén.

Bp. III., Pusztakúti út 1-3.

**Grill látványkonyhánk vendégeként
fogyókúrás álmait elfeledheti**

A'LA CARTE bőséges választékkal!

XXL méretű adagok!

**Esküvők, rendezvények, baráti összejövetelek
ideális környezetben!**

Pénteken és szombaton élőzene a Sörkertben!

Szeretettel várjuk!



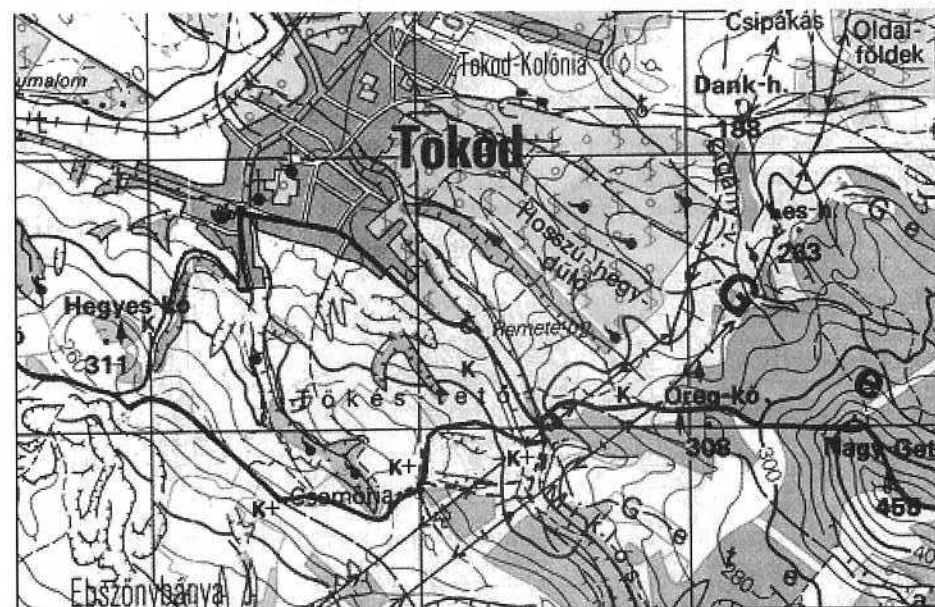
Útvonal változás

Dorog első házait elérve átkelünk a patakon átívelő gyalogos hídon, elérjük az egykori homokvasút töltését. A kék jelzés itt jobbra fordul (régí útvonal), mi tovább haladunk a töltést kísérő szekérúton, amely egy átvágástól zúzott kővel lett felszórva. A négy lábú távvezeték oszlop után egy keskeny ösvényen felkapaszkodunk a töltésre, s azon folytatjuk utunkat. Áthaladunk az esztergomi vasút felett. Rövidesen – az iparvasút sorompójánál – elérjük a 10-es utat. A sorompó túloldalán látjuk a dorogi Határ Csárdát (40 cél).

Az országutat keresztezve a faszorban vezető ösvényen megyünk tovább. A csolnoki országút kanyarjában jobbra fordulunk, a fénysorompónál visszatérünk az Országos Kékre.

* * *

A horgásztó és Hegyeskő közötti szakaszt – a megyei szövetséggel történt megállapodás alapján – kék+ jelzéssel láttuk el.



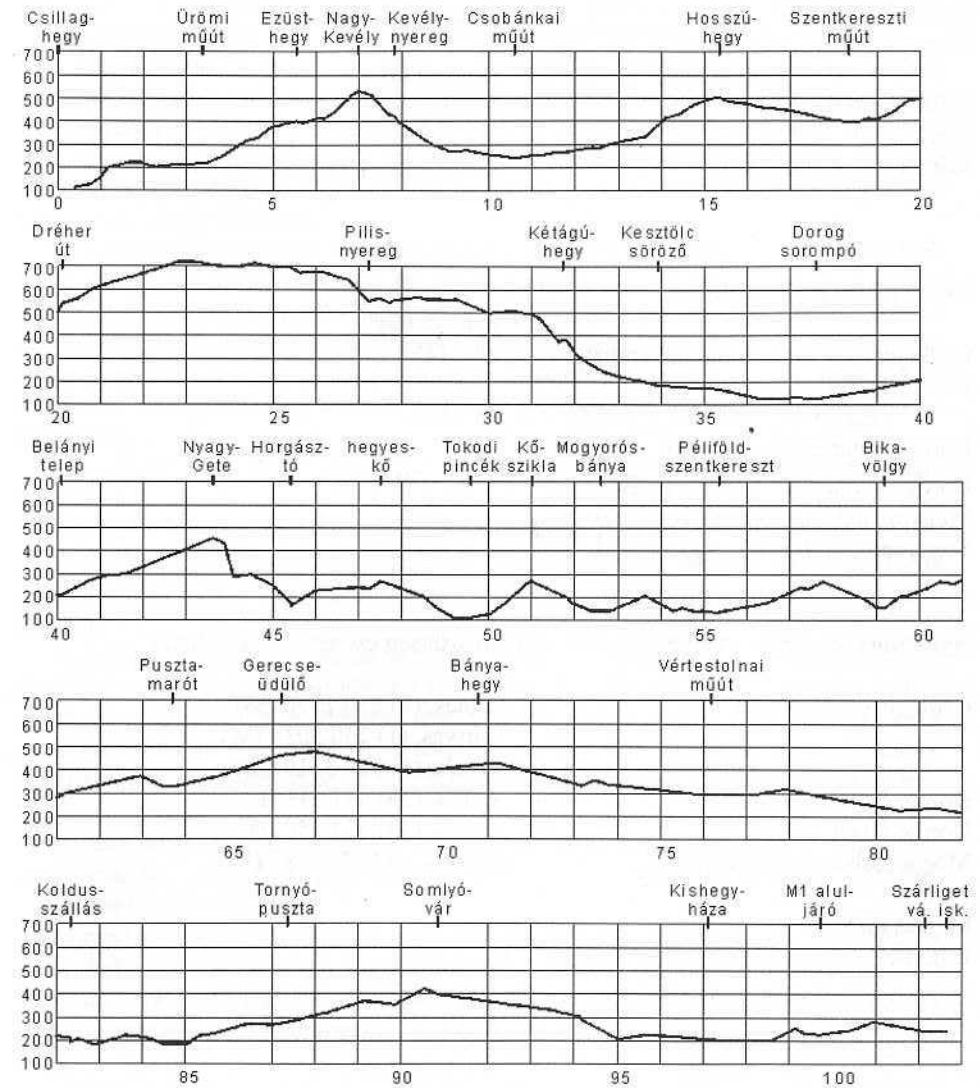
A dorogi, valamint tokodi kitérés (az Országos Kéktúra útvonalán) megengedett. Dorog ellenőrzőhelyet nem létesítünk!

A KINIZSI SZÁZAS ÚTVONALA

	ellenőrző állomás működik	táv (km)	szint (m)	jelzés tovább
Csillaghegy, HÉV állomás	6.30 - 8.00	0.00		piros
Ürömi 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		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, Hársfa söröző		33.92	0	
Dorog, Határ Csárda		37.27	10	K100
Belányi telep		39.05	80	kék
Nagy-Gete	10.30 - 18.00	42.56	220	
Horgásztó		44.36	10	kék+
Hegyeskő		46.45	110	kék
Tokodi pincék		48.54	5	
Kőszikla		49.97	140	
Mogyorósbánya, Kakukk v.	11.30 - 20.00	51.56	0	kék, kék+
Gyertyános nyerge		52.59	65	
Pé liföld-szentkereszt, templom		54.30	15	kék
Bajóti műút (Bika-völgy)		58.15	135	
Pusztamarót		62.64	230	
Gerecse, egyházi üdülő		65.16	135	
Bányahegy	14.30 - 0.45	69.73	50	
Vértestolnai műút		75.13	25	
Koldusszállás	15.30 - 4.30	81.27	35	
Tornyói országút		85.41	140	
Tornyópuszta		86.31	10	
Somlyóvár, kulcsosház	16.30 - 6.30	89.79	160	
Kisegyháza-puszta		96.07	20	
Nagyegyháza, M1 aluljáró		98.67	50	
Szárliget, vasútállomás		101.10	55	
Szárliget Általános Iskola	16.30 - 8.00	101.60	0	
		2775		

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

A KINIZSI SZÁZAS ÚTVONAL METSZETE



INFORMÁCIÓK

Vízvételi lehetőségek a túra útvonalán:

Csillaghegy, Gyöngyvirág u.	nyomás kút
Csobánka, temető	vízcsap (120 m)
Mogyorósbánya, buszmegálló platánfánál	nyomás kút
Pé liföldszentkereszt	nyomás kút
Bányahegy	forrás (600m)
Körösi Csoma Sándor f.	hordóból
	forrás (gyér hozamú)

Vendéglátóhelyek, üzletek:

Csillaghegy, CBA élelmiszer-áruház	nyitvatartás: 6h - 14h
Kesztölc, Hársfa söröző Enci vegyesbolt	6h - 12h
Dorog, Határ csárda (40 cél)	
Dorog, Mária u. COOP Süni ABC	- 20 ³⁰
Mogyorósbánya, Kakukk vendéglő, (e.p.)	- 21h
Tornyópuszta, Italbolt	- 22h

Nyilvános telefonok, melyek az adott számon szükség esetén visszahívhatók:

Csillaghegy, Ürömi út	érmés, (1) 250 1370 (M)
	kártyás, (1) 250 3011 (M)
Rókahegyi út	érmés, (1) 250 3710 (M)
Dorog, Sportcsarnok előtt	érmés, (33) 441 319 (I)
Dorog, Határ Csárda	érmés, (33) 431 150 (I)
Mogyorósbánya, buszmegálló	kártyás, (33) 488 187 (I)

M: MATÁV
I: Invitel

TESZT

Múlt évi teljesítménytúránk keretében az ír Bridgedale 2000 Ltd. megbízásából egy úgynevezett gyorstesztet végeztünk, amelynek szakmai értékelésére kívánok itt kitérni.

Feladat: a cég kijelölt termékének gyakorlati összehasonlítása természetes, de "éles" körülmények között, más - a résztvevők által kiválasztott - gyártmányokkal.

Vizsgált tulajdonságok: párnázottság, formatartás, gyűrődés, szigetelés, izzadság elvezetés, száradás, általános lábkomfort.

Vizsgálati módszer: a tesztelő egyik lábán a vizsgált, másikon a saját zokniával vett részt a teljesítménytúrán. Az útvonalon két alkalommal kellett a zoknikat összehasonlítani, először 25-40 km táv megtétele után, másodszer az útvonal utolsó harmadában, vagy a célban.

A tesztelésbe bevontak kiválasztásának szempontjai: a feladat végrehajtásának alapja, hogy a jelöltek többsége teljesítse a távot, ezért felkérő leveleinket olyan túratársakhoz juttattuk el, akik legalább 5 alkalommal teljesítették a Százast. Ezen a körön belül igyekeztünk a korábbi évek statisztikai adatai arányának megfelelő (nem, életkor, egyesületi tagság, stb.) csapatot összeállítani. Ugyanakkor olyanokat is kerestünk az együttesbe, akik a korábbi években lábfeltörés miatt feladták a küzdelmet.

A megkeresettek közül sokan nem vállalták a felmérésben való részvételt, nem kívánták teljesítésüket kockáztatni. Néhányan az indulás előtt léptek vissza, így a rajtban kellett a megüresedő helyekre vállalkozókat keresnünk.

A csapatból öten adták fel - különböző okokból - a túrát. Megnyugtató, hogy egyik sem vezethető vissza a zokni hibájára. Egy lábfeltöréses sérült volt - a saját zokni oldalán.

A tesztelők rendkívül magas teljesítési aránya természetesen visszavezethető a kiválasztás módjára, szereplésük így is sikeresnek értékelhető. A résztvevők mellett ugyanezt elmondhatjuk a vizsgált termékről is. Feltételezzük, hogy a tesztelésbe bevontak többsége a teljesítés érdekében - korábban már kipróbált - legmegfelelőbb zokniját használta, így mind a hét vizsgált tulajdonságnál elért pozitív eredmény önmagáért beszél.

A túra után a résztvevők a vizsgált zoknikkal bekapcsolódtak a már folyó tesztorozatba, amelyben gyártók, forgalmazók felkérésére különböző termékek „nyüzőpróbáját” végezzük.

Mindazok, akik első évi értékelésüket megküldték változatlanul elégedettek e termékkel, sőt a Százast utáni túráikon szerzett tapasztalataik alapján két tulajdonságnál - az izzadság elvezetésénél, és az általános lábkomfortnál - néhány százalékponttal javult az eredmény.



A KINIZSI SZÁZAS TELJESÍTŐI 2003-BAN



Ablonczy Ádám	3
Ablonczy Tamás	
Ábrahám István	
Ádány Dávid	
Ádány Zsolt	2
Agárdi Katalin	
Almádi Róbert	
Almási József	
Ambrus Gergely	
Ambrus Imre	
Ambrus Zoltán	
Anheuer Egon	
Aradi György	
Árva Zsolt	
Árvai László	5
Árvai Tamás	2
Avar László	13
Babinszki Zsolt	11
Babó Ferenc	
Babocsai Zsolt	3
Bagyal Csaba	
Bajári István	5
Bajnok Éva	4
Bakó Barna	
Baksay József	11
Balasi Dániel	2
Balázs Gábor	5
Balogh Ádám	3
Balogh András	3
Baltoni Gábor	
Bán Gergely	6
Bánki Vilmos	
Baranyai Zsolt	
Bárdos Miklós	4
Barkai Márton	2
Barkóczi János	3
Barna György	3
Barna Mihály	
Barta Edit	4
Barta Károly	7



Batonai András	4
Bauer Péter	2
Bayer Péter	
Beck Dávid	
Becksák István	4
Bécsi András	2
Beke Gábor	
Bella Zsolt	10
Benczik Attila	2
Bene András Mátyás	
Benicsák Péter	
Benkő István	
Bérczi Tamás	2
Berecz Péter	
Bessenyei István	4
Bicskei Norbert	
Binder András	2
Bíró Balázs	
Bíró József	
Bíró Szabolcs	
Birta Zsolt	
Blahó Ákos	
Bocskay László	
Bodnár Zoltán	
Bodó István	3
Boemelburg Tamás	

Bógyi Bence	
Borbély György	4
Boros Miklós	6
Borosnyay Balázs	9
Borszéky Károly	8
Bozó János	9
Brózs János	5
Brózs József	4
Brunner István	12
Budai Gyula	
Buday Péter	4
Bula Tamás	
Búzás Pál	8
Corradi Surd	21
Cs. Németh Iván	2
Csajbók Attila	
Csákvári Tamás	
Csáky László	2
Csankovszki Tibor	9
Csánó József	5
Csányi Laci	2
Csapó Géza	3
Császár István	
Császár Miklós	
Csatkó Bence	
Csere Dorottya	
Cseresznyés Csaba	2
Cserey Balázs	3
Csernai István	12
Csernák Szabolcs	3
Csernák Zoltán	
Csernenszky Balázs	
Csernenszky Márton	3
Cserpák József	2
Csesznok Mátyás	3
Csesznok Miklós	13
Csík Ferenc	10
Csizsár Gábor	
Csizmadia Gábor	
Csőrgő Róbert	2

Csuhara Zoltán	3
Czékli Béla	3
Czibolya Anna	2
Czobor Péter	
Darabos László	5
Darvas-Tanács Erik	3
Dávid Albert	
Deák Albert	3
Deák Zoltán	
Décsi Béla	6
Deme Tibor	4
Demeter Attila	
Demeter Norbert	4
Demmler Walter	
Dénes József	2
Dervadelin Gergely	

Erényi Tamás	4
Erki Balázs	
Erős Norbert	
Fábri Dénes	5
Farkas Ákos	
Farkas Árpád	3
Farkas Attila	
Farkas István	4
Farkas László	
Farkas Mátyás	4
Farkas Zoltán (1963)	16
Farkas Zoltán (1968)	2
Farkas Zoltán (1969)	
Fedor Tibor	2
Fehér Imre	2
Fehér Zoltán	

Földvári Ferenc	5
Fórizs Szabolcs	
Fridrich Imre	3
Fügedi Péter	
Fukász István	
Gábor Ágnes	4
Gábor Renáta	2
Gál Benedek	5
Gartner Imre	
Gazdag Tamás	5
Gelencsér István	
Gémes Ferenc	2
Geng Gábor	3
Gerencsér Máté	
Gerendi Attila	
Gerényi Endre	



Dévényi Zoltán	11
Diós Éva	2
Dobi Zsigmond	8
Dobó Zoltán	3
Dobos Ákos	7
Dobos Tibor	2
Dömötör Károly	3
Dóra Balázs	5
Dudás Györki Zoltán	
Eisenberg Péter	3
Eke Zsolt	
Énekes Ferenc	3

Fejéregyházi Zsolt	
Fejes Levente	
Fejes Tóth Péter	5
Fekete Ferenc	
Fekete László	8
Fekete Zsolt	
Feledi Ferenc	
Felleg Réka	6
Fenyő István	3
Fodor Ádám	6
Földesi Gábor	
Földi Győző	

Gnädig Péter	9
Göbölös Sz. György	
Gólent András	2
Gondócz István	12
Gordos Gábor	7
Gyalogos Zita	
Gyarmati Péter (1976)	3
Gyarmati Péter (1978)	2
Győri Jenő	23
Hajagos István	14
Hajnal Sándor	
Hajtman András	3

Halágyik Andrea		Kazsa Tibor	3	Krajcsovits György	
Halász Zoltán		Kelemen László	3	Krajnyák Zoltán	
Halupka János	18	Kerek László		Krecz Péter	4
Hangrád István	2	Kerekes István		Krepsz Judit	
Hantosi Zsolt	3	Kerényi Gábor	9	Kriszt Gábor	3
Harangozó Gábor	7	Keresztes József	6	Krizsma Gábor	
Haraszti Levente	5	Kertész Péter	2	Kudla László	2
Harrach Péter	3	Keszthelyi Attila	9	Kugler György	4
Hatala Péter		Kimmel Péter	2	Kun István	4
Havasi Máté		Király Tamás	4	Kuris Oszkár	4
Hegedűs Ákos		Kircsi István		Kurucz András	
Heilaufer György	3	Kis Zoltán	5	Kusica Mária	
Heizler Norbert László		Kiss Attila		Kuti Zsolt	3
Héjj Balázs		Kiss Botond	6	Lábodi Ádám	
Hetes Valéria		Kiss József (1961)	3	Laczkovich Tamás	
Hevesi Tóth András		Kiss József (1973)		Lajos Péter	
Hiripi Ferenc	3	Kiss Miklós		Lajtos József	2
Homonnai Péter		Kiss Péter		Lakatos Zoltán	
Horvát Antal	2	Kiss Sándor	2	Láng István	
Horváth Ákos (1978)		Kiss Tímea	4	László András	
Horváth Ákos (1966)	8	Kiss Zsolt		Lekeny Gábor	3
Horváth Antal Márk		Kissszékelyi Veronika	3	Lénárt László	3
Horváth Lajos	5	Kocsis Tamás	12	Lencsés Éva	5
Horváth Péter	3	Koltay Károly	20	Lengyel István	2
Horváth Róbert		Komáromi Izabella		Lenkei Zoltán	2
Horváth Valér		Kondás Tibor	2	Lennert Lászlóné	2
Horváth Zoltán	2	Kontó István		Lévai Richárd	
Huszár Gábor		Korányi Balázs		Lévai Viktor	4
Ijjas Viktor		Kormányos Andor		Lévay Béla	16
Imre Lajos		Kóródy Zsolt		Líbor Imre	6
Imre Márk		Korpics Szabolcs	2		
Ispánovity Martin	12	Kötcsei István	10		
Jánosa Dávid Péter		Kovács Ádám	3		
Jánosa Gábor	2	Kovács Árpád	9		
Jenei Gábor		Kovács Domonkos	5		
Józsa Balázs Gábor		Kovács Imre			
Juhász Balázs		Kovács István			
Juhász Bálint		Kovács Iván	5		
Juhász Ildikó	4	Kovács János			
Kakas József		Kovács László			
Kárász Attila	3	Kovács Péter			
Kassai Károly		Kővágó Gábor			
Kató Csaba	2	Kozma Ferenc	2		
Katona Csaba		Kozma Zsolt	2		



Lieb György	4
Lipcsei Sándor	6
Lippai Péter	7

Liszcai Gábor	4	Molnár Gábor	19	Németh László (1954)	4
Löki János	9	Molnár István		Németh László (1985)	
Losonczy Tamás		Molnár Lajos	13	Németh Miklós	
Lőw András	4	Molnár Márk		Németh Szabocs	
Major Balázs	4	Molnár Máté		Németh Tamás	2
Major Irén	2	Molnár Péter		Noszik János	
Márczis Péter	2	Molnár Richárd		Nott Gábor	
Markó Dávid		Molnár Zsolt	5	Oláh Péter	3
Markó Gergely		Montvai Zsolt	3	Oláhné Szente Györgyi	
Marok Róbert	5	Müller Kornél	2	Olekszik Dávid	
Marti Gellért		Murai Tamás		Ollé Tamás	2
Martos Tamás	9	Nádas Gábor	3	Óri Péter	10
Máté Endre	2	Nádor Tamás	2	Ormai Sebestyén	2
Máté Gábor		Nádudvari Zoltán	6	Őrsi Bálint	
Máté József	2	Nagy Ádám		Ország Tamás	4
Matóti Zsolt		Nagy András		Óry Gábor Gedeon	
Matuschek Gyula		Nagy Attila		Padányi Gulyás Anna	
Mátyás Zalán		Nagy Balázs (1979)	3	Padisák Gábor	5
Mayer Árpád	3	Nagy Balázs		Pakányi Péter	2
Mayer Gábor		Nagy Balázs (1976)	6	Pál László	2
Meczenzof Ferenc		Nagy Csaba	7	Pálfi Zsolt	
Medvegy István	3	Nagy István	5	Pálosi Zoltán	
Medvei Ottó		Nagy László (1963)	3	Palotai Henriett	2
Megyer Györk	2			Panyi Péter	
Megyeri György				Panyiczki Gyula	6
Megyeri István	8			Papp Csongor	13
Megyeri Szabolcs				Papp István	4
Meizer György Gábor	3			Papp Tibor	3
Merza József (1957)	7			Papp Zoltán	2
Merza József (1932)	8			Pataki Ádám	
Mészáros Bálint	2			Pathy Nagy László	
Mészáros Dénes	6			Pável Levente Miklós	
Mészáros Gergely	2			Pávlicz Richárd	
Mészáros Péter	3			Pecze Zoltán	
Mészáros Roland Bence				Pék Ádám	2
Mészáros Tamás	4			Pencz Tamás	
Mezei István	20	Nagy László (1978)	3	Pénzes István	7
Mihály Krisztián		Nagy Zoltán		Peredy Márta Dóra	
Mike Sándor		Nagy Zsolt Dezső		Perepatits Mária	
Miklós Péter	2	Nagya Attila	4	Péter László	5
Miklóssy Szilárd		Nándorfő Géza		Pető Róbert	
Miskey Sándor	2	Nemesi Ádám		Pető Sándor	
Mjazovszky Ákos		Nemeskövi Melinda		Petrás Tamás	11
Molnár Ákos	3	Németh Attila	8	Petró Attila	
		Németh Gyuláné			



22.13

Petró Péter
 Pinke János
 Pintér Balázs
 Piros Ádám 2
 Poczkodi András Tamás
 Pogány Ákos 2
 Pogrányi Balázs
 Polcz Gábor 2
 Polonyi Gábor
 Popp Mátyás
 Potyondi László 2
 Prekácza László
 Pupp József 6
 Pusztai Csaba 5
 Pusztai Péter (1971) 5
 Pusztai Péter (1968)
 Pusztai Sándor
 Rác András 3
 Rác Frigyes 5
 Radics László
 Radócz István 3
Radványi Ferenc 18
 Rajcsányi Ferenc
 Rátkai Tamás
 Regős Pál
 Reiss Benedek Balázs 3
Részegh Anna 10
Rezsuta Ibolya 20
 Richter Zoltán 8
 Ridly István
 Riedlinger Csaba 3
 Rigó István 2
 Rissai László
 Rittmann Zsolt
 Róbert Tibor 2
 Rónoki Miklós 5
 Rozgonyi Norbert
 Rózsa György
 Rózsás Lívia
 Rózsavölgyi Gergely
 Sagát Ágnes
 Salakta Péter 5
 Salamon Szabolcs

Sályi János 4
Samu Piroska 17
 Somodi Tamás
 Somogyi Aladár 3



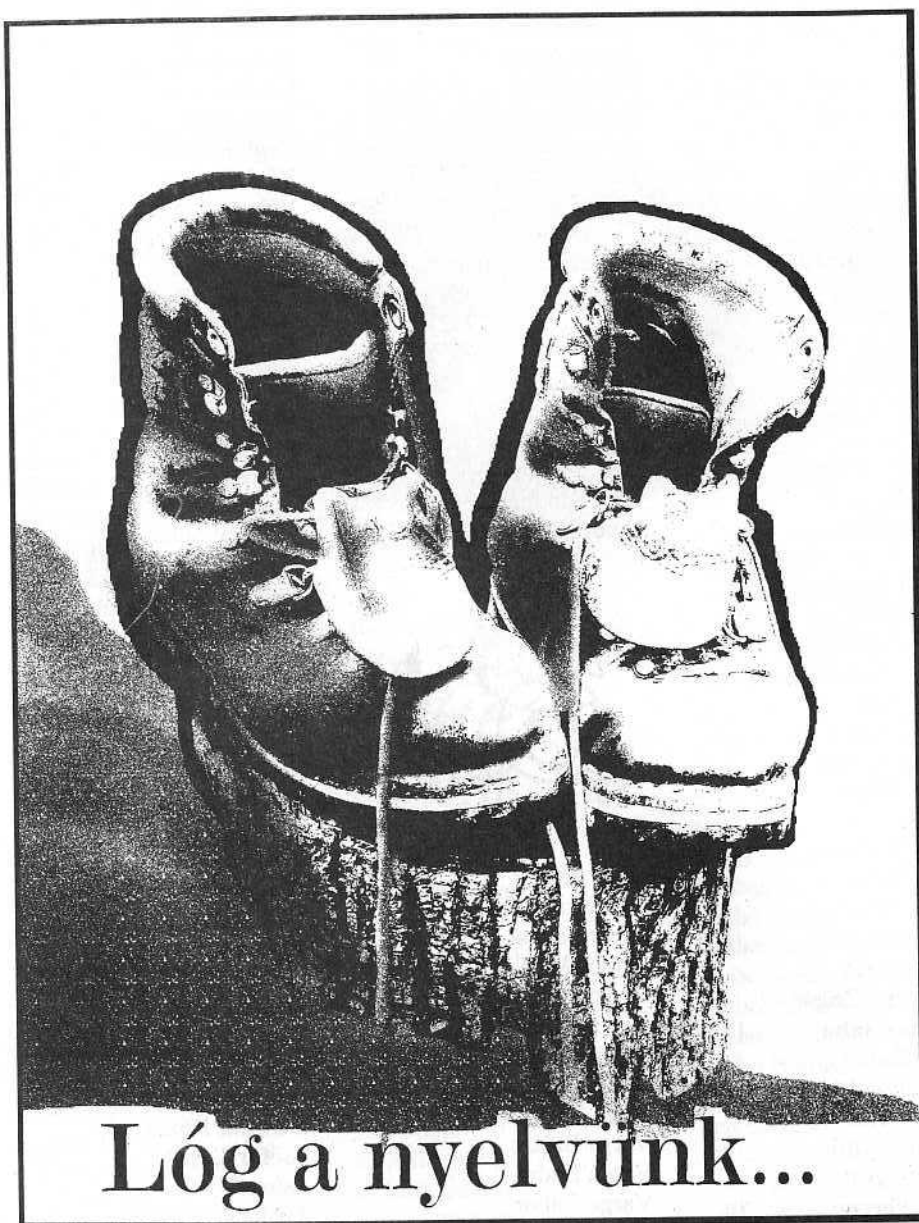
Sándor Csaba 2
 Sándor János 2
 Sántha Ferenc 3
 Sarbak Péter 2
 Sarkadi István
 Schäffer Dávid 2
 Schäffer Gyula 3
 Scheuer Zsuzsanna 2
 Schmidt László
 Schröder Adrienn 2
 Sebestyén Balázs
 Sebestyén Kinga
Sebők Márton 13
 Sepler Gábor
 Seregély József
 Siményi Miklós
 Siményi Vilmos 4
 Simon János 7
 Simor Attila
 Slíz György 2
 Slíz Judit
 Smudla István 5
 Söjtöri Gellért 3
 Solt Domonkos 3
 Solymári András

Somogyi Gábor 8
 Somogyi Károly
 Somogyi Sándor
 Somogyi Tibor 2
 Srágli Roland
 Stefkó Viktor
 Stenszky Dávid
 Suba Gergely
 Subai Géza 2
 Sütő József
 Süveges Dániel 2
Sváb László 22
 Szabadkai György
 Szabó András (1970) 9
 Szabó András (1984)
 Szabó Antal 7
 Szabó Attila 6
 Szabó Bálint 8
 Szabó Botond
Szabó Elemér 20
 Szabó Gábor 3
 Szabó Gyula 2
 Szabó István
 Szabó János 4
 Szabó László (1963)

Szabó László (1974) 2
 Szabó László Béla
 Szabó Miklós 3
 Szakács András
 Szalay Richárd
 Szalay Zsolt
 Szarka Zoltán 2
 Szászi Béla 9
 Szedlák Csaba
 Szedlák Sándor 4
 Szegedi Péter
 Szegner László
 Szeifert Béla
 Székely Dániel 2
 Szekretár György
 Szemán János
Szente Kálmán 19
 Szigeti György 2
 Szilágyi Gábor
 Szili Mátyás 2
 Szirányi Tamás 3
 Szirmai Zsolt
 Szirtey Zsuzsanna 4
 Szlavkovics László 4
 Szögi Lajos
 Szöllösi Zoltán 6
 Szombathy Iván
 Szomor Tibor
 Szűcs Szilvia
 Tagscherer Imre 3
 Takács Attila 3
 Takács József
 Takács Zoltán 8
 Tamás László
 Tamásovics Zoltán 4
Tánczos Csaba 11
 Tarjáni Zsolt
 Tarnóczy Zoltán 2
 Tárnoki Péter
 Taskovics Attila 2
 Teknős József
Textor Ferenc 10
 Tigyi László 3

Timár László
 Tóbiás József 3
Tokai János 16
 Tőkés Péter 2
 Tolnai Gyula 2
 Tompa László 6
 Tompa Tamás
 Toplak József 8
 Tormássy Endre
Tótfalusi András 12
 Tóth András (1954)
 Tóth András (1982) 2
 Tóth András (1961) 2
 Tóth Antal
 Tóth Attila 6
 Tóth Ervin 8
 Tóth Miklós 2
 Tóth Sándor
Tymcsák Attila 16
 Várnai Gergely
 Várnai Péter 5
Vasanits László 13
 Vass Szilvia 2
 Vass Zsolt 3
 Végh Katalin
 Végh Zoltán 2
 Vékony Szilárd
Verőcei József 12
 Vida Ferenc
 Vidovics Tamás
 Vidra Gábor 6
 Vigh Tibor 3
 Vincellér Attila 4
 Vincze Ákos 6
 Vincze Balázs 5
 Vincze Dániel 3
 Viniczai Kristóf 2
 Viniczai Sándor 9
 Virág Attila
 Virágh Attila 2
 Viski Brigitta
 Visnyovszki Norbert
 Vitéz Viktória
 Vona István 3
 Walter Zoltán
 Weber Csaba
 Weber Zoltán
 Wehner Géza 4
 Wehner Vince 3
 Wermescher Ildikó
 Wittich György 2
 Wojteczky Csaba 3
 Zajác József 5
 Zemen János 4
 Zentai Zoltán
 Zilahy András 4
 Zrínyi Péter
 Zsámpár Rózsa
Zséfár Lajos 16
 Zsíros Gyula 4
 Zvolenszki Csaba





Lóg a nyelvünk...

REJTVÉNY

A felajánlott tárgynyerményeket azok között sorsoljuk ki, akik legalább egy helyes választ adnak, és a megfejtést december 8-ig beküldik szakosztályunk címére. A sorsolást a helyes válaszok számával súlyozottan végezzük.

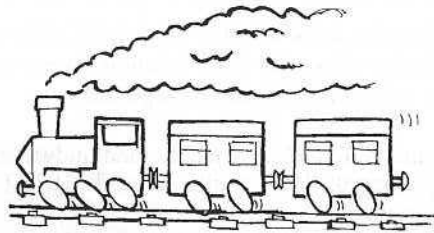
- 1.) A Gerecse-hegység turista feltárása Trianon után indult meg. Túránk egyik szakaszát az Encián Turisták 1914 tagjai jelezték 1926-ban. Melyik ez az egykori sárga jelzésű útvonal?
 - a) Mogyorósbánya – Péliföldszentkereszt.
 - b) Pustamarót – Sandl-hárs.
 - c) Somlyóvár – Váli-víz.
- 2.) Vízválasztótól a Gerecse üdülő felé haladva gyakran érzékelek egy intenzív illatot. Honnan ered?
 - a) Többnyire a Százás időpontjában virágoznak a környéken lévő akácok.
 - b) A résztvevők széttapossák az ösvényre kihajló medvehagyma leveleit.
 - c) Az erdei szömörcsög átható szaga szélmentes időben 40-60 méter távolságból is érzékelhető.
- 3.) Új útvonalunk az egykori homokvasút töltésén halad. Mit szállítottak eredetileg rajta?
 - a) Homokot.
 - b) Mészkövet.
 - c) Szenet.

Múlt évi rejtvényünk helyes megfejtése:

- 1.) a) Stromfeld emlékpád a Kevély-nyeregben.
- 2.) a) A maróti csata Mohács után 1526-ban zajlott le.
- 3.) b) Estei Hippolit 14 éves korában nyerte el a bíborosi címet (7 évesen „csak” primás volt).

A sorsoláson Polgár Tamás a Compass-Sport Silva lépésszámlálóját, Csemez Attila a Hegyek Vándorai TE Őrség-Vendvidék turistakalauzát, Birta Zsolt a Kornétás Kiadó ajándékát, egy éves Mount Everest előfizetést nyert.

MENETRENDI KIVONATOK



(1)

Tatabánya	20.08	22.43	4.31	5.31	6.43	8.59	10.01
Szárliget	20.19	22.54	4.42	5.42	6.54	*9.07	10.12
Bicske	20.30	23.04	4.53	5.56	7.04	9.14	10.22
Budapest Kelenföld	21.05	23.40	5.26	6.30	7.40	9.38	10.59
Budapest Déli pu.	21.13		5.33	6.38	7.48		11.08
Budapest Keleti pu.						9.53	

* Csak a rendezvény napján áll meg.

(1)

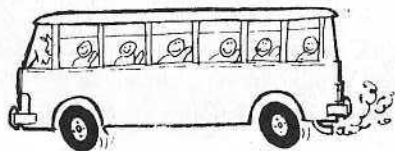
Szárliget	22.00	23.59	4.54	7.31		8.34	
Tatabánya	22.11	0.10	5.07	7.42		8.45	8.59
Tata	22.24	0.23	5.18	7.54		8.57	9.08
Almásfüzitő	22.31	0.30	5.25	8.01		9.05	
Komárom	22.44	0.43	5.38	8.14	8.40	9.17	9.22
Győr	23.22		6.13		9.13		9.48

(2)

NG

Dorog	15.13	15.44	16.32	17.01	18.18	19.16	21.16
Budapest Nyugati	16.41	17.23	17.43	18.28	19.33	20.29	22.30

NG: gőzvontatású nosztalgiajvonat



(2906)

Kétkükkfa-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	18.20	

(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		18.06	19.01	20.45	22.28
Dorog, városháza	16.29	17.20		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)

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

(8535)

Mogyorósbánya	15.45	16.53	18.45	20.50
Tát, vendéglő	15.52	17.00	18.52	21.01
Dorog	16.05	17.13		21.14

(8492)

Dorog, városháza	15.13	30 percenként	19.23	20.23	21.13	22.13
Kesztlői elágazás	15.19		19.29	20.29	21.19	22.19
Budapest, Árpád híd	16.20		20.30	21.30	22.20	23.20

(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	4.32	7.33	10.43
Tardos sz. bolt	4.44	7.45	10.58
Tata	5.14	8.15	11.28

A menetrendi kivonatok 2004. május 22-én és 23-án érvényesek.