



BÜKK – AGGTELEKI-HEGYSÉG
KERÉKPÁROS VÁNDORTÁBOR

KEDVES BRINGÁSVÁNDOR!

Köszöntünk a Bükk-vidék hegyvonulatain átívelő, barlangokban gazdag vándortáborunk 148 kilométernyi kalandja előtt! Geológiai látványosságok garmadája vár rád ezen az útvonalon, melynek során két nemzeti parkot is érintünk, és megcsodáljuk hazánk egyetlen természeti világörökségét, a Baradla-barlangot.

Betekintünk az üvegkészítés mesterségébe, sőt a bükkszentkereszti Üvegműves Házban üvegangyalokat is készítünk. Relaxálunk a gyógyító kövek között, átszeljük Közép-Európa leghosszabb völgyét és gyönyörködünk a Bükk-fennsík szépségében. Gömörszőlősön megismerkedünk az ökológiai gazdálkodás és a paraszt wellness fogalmával, Szinpetriben pedig összemérjük magunkat a világ legnagyobb könyvével.

Az útvonal Bükkszentkeresztről Répáshután, Szentléleken, Gömörszőlősön, Aggteleken át Szögligetig vezet majd. Időnként erdei csapásokon, de leginkább kis forgalmú, aszfaltos utakon fogunk tekerni, gyönyörű dimbes-dombos tájakon, különleges természeti és épített örökséget megtekintve.

Reméljük élvezni fogod a hegyeken-völgyeken átívelő bringázást!



FONTOS ADATOK

☐	TÚRÁZÓ NEVE:	
☐		
☐	VÉSZ ESETÉN ÉRTESÍTENDŐ SZEMÉLY NEVE ÉS ELÉRHETŐSÉGE:	
☐		
☐	☎	
☐	TÚRAKÍSÉRŐ NEVE ÉS ELÉRHETŐSÉGE:	
☐		
☐	☎	
☐	ÉTELALLERGIÁD, GYÓGYSZERALLERGIÁD, EGYÉB FONTOS ORVOSI INFORMÁCIÓK:	
☐		
☐		

ÁLTALÁNOS TUDNIVALÓK

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

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

PROGRAMOK, LÁTNIVALÓK

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



1.
N
A
P

- 1 Kis-Dél kilátó**
A kilátó Magyarország egyik legmagasabban fekvő falvában, Bükkszentkereszten található, ahonnan jó időben a Magas-Tátra is látható.
- 2 Üvegműves ház**
Szálláshely Bükkszentkereszten, ahol üvegművész workshopokat is tartanak.

2.
N
A
P

- 3 Gyógyító kövek**
A legenda szerint Szűz Mária egyik megpihenő helye, amelybe általa gyógyító erő költözött.
- 4 Ilona ház** Az erdészet kezelésében álló pihenőhely.
- 5 Hór-völgy** A víz nélküli patak völgye.
- 6 Gyertyánvölgy**
Egy mára elpusztult település, ahol egykor hamulúgot készítettek üvegyártáshoz.
- 7 Balla-barlang**
Az első magyarországi őskori embermaradvány előkerülő helye.
- 8 Répáshuta Bükki Csillagda**
Páratlan élményt nyújtó planetárium.

3.
N
A
P

- 9 Nagy-mező** A legtöbb védett növényfaj otthona.
- 10 Három-kő** Természetes kilátóhely.
- 11 Olasz-kapu**
Kisvasútvonal építéséhez, olasz hadifoglyok által kialakított sziklaátvágás.
- 12 Petőfi-kilátó**
A Bükk legmagasabb kilátópontja.
- 13 Szentlélek Turistapark**
Magyarország legmagasabban fekvő kempingje.
- 14 Pálos kolostorromok**
Gótikus műemlék, mely egykor pálos szerzetesek kolostora volt.
- 15 Látó-kő**
Keskeny sziklaperem, ahonnan páratlan, élénk domborzatú tájakat láthatunk.

A sorszámozott látnivalókat megtalálod a kiadvány közepén lévő teljes túratérképen.



4.
N
A
P

- 16 Cserépmúzeum**
Cserép és keménycserép magángyűjtemény Dédestapolcsányban.
- 17 Upponyi-szoros**
Hazánk egyik legnagyobb méretű szurdoka, mely számos mészkőbarlangnak ad otthont.
- 18 Mohos-tavak**
Tőzegmoha takaróval borított láp.

5.
N
A
P

- 19 Gömöriszőlős Őkológiai Intézet Oktatóközpont**
Az önfenntartó gazdálkodást bemutató oktatóközpont.
- 20 Tompa Mihály emlékház**
Tompai Mihály pap-költő, az allegória megteremtőjének életét bemutató kiállítás Kele-méren.

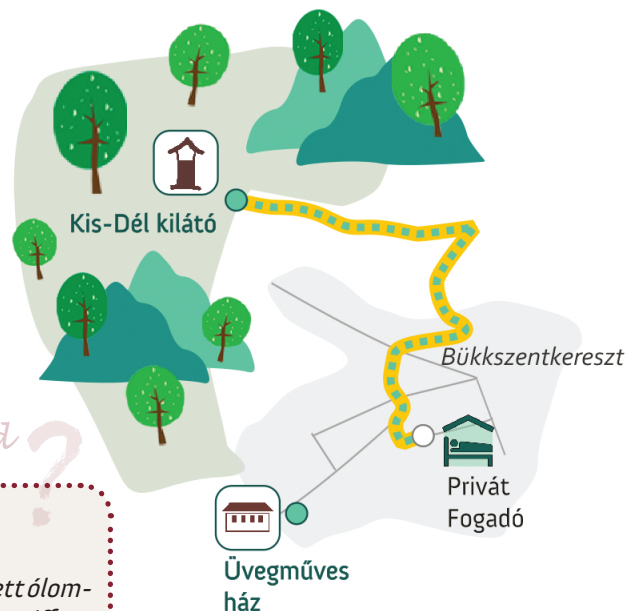
6.
N
A
P

- 21 Baradla-barlang**
Cseppkőbarlang, mely hazánk egyetlen természeti világöröksége.
- 22 A Világ Legnagyobb Könyve**
Egy 1420 kilós olvasmány az Aggteleki Nemzeti Park barlangjairól, növény és állatvilágáról Szinpetriben.
- 23 Szádvár romjai**
A Szögliget határában húzódó Várhegyet koronázó középkori erődítmény maradványai.
- 24 Derenk, a szellemfalu**





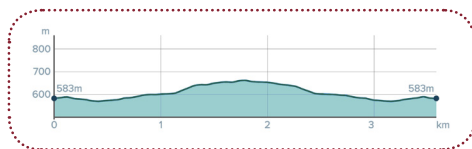
Táv: 4 km
Szint: 90 m
Kihívás:



Tudtad?

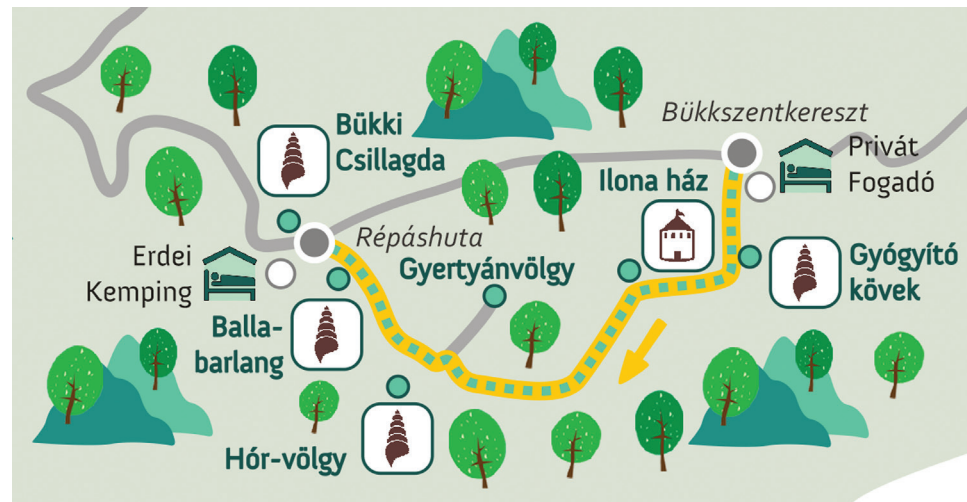
Honnan kapta nevét a Tiffany-üveg?

Arézfóliás technikával készített ólom-üveg feltalálója Louis Comfort Tiffany amerikai belsőépítész volt, aki saját üvegöntő műhelyét alakította ki, mert nem talált az elképzeléseinek megfelelő üveget. A színezési technika sajátossága, hogy a gyártás során még folyékony állapotú anyagba még színező oxidokat kevernek.



Kis-Dél Kilátó

Bükk-szentkereszt 2014 óta büszkélkedhet kilátóval, ami ugyan nem kifejezetten tekinthető magasnak, mégis pazar panorámával ajándékozta meg látogatóit: tiszta időben a Magas-Tátra csúcsai is felfedezhetőek róla.



Táv: 20 km
Szint: 280 m
Kihívás:



Hór-völgy

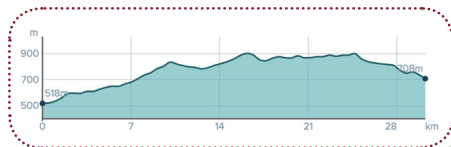
A Hór-völgy Közép-Európa leghosszabb völgye, más néven a víz nélküli patak völgyének is hívják. A Hór patak sajátossága, hogy a népi megfigyelések szerint csak 7 évente csörgedezik benne komolyabb mennyiségű víz, az idő nagy részében pedig még csapadékos időszakokban is gyorsan tűnik el a mederből. Ennek oka, hogy karszthegység lévén a Bükk tele van apró nyílásokkal és nagyobb víznyelőkkel, melyek villámgyorsan vezetnek el a csapadékot.



Tudtad?

Miben rejlik a gyógyító kövek ereje?

A legenda szerint Szűz Mária bejárta a világot fia, Jézus Krisztus halála után. Többek között Bükk-szentkeresztre vitte útja, ahol az erdőben megpihent az egyik kőn, a kőbe pedig így gyógyító erő költözött.



Táv: 30 km

Szint: 560 m

Kihívás:



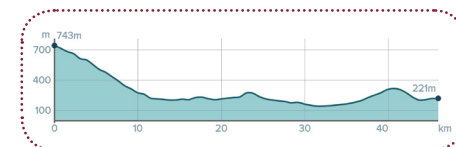
Tudtad?

Hol található a lipicai ménes óvodája?

A lipicai ménes egyik csikótelepe Csipkés-kúton van. A 400 éve fajtatisztán tenyésztett csödör lovak itt nevelkednek 1 és 3 éves koruk között.

Pálos kolostor, Bükkszentlélek

A Bükk rejtekében bújkáló kolostort a Szentlélek és Krisztus Teste tiszteletére alapították az 1300-as években. Lakói – a pálos szerzetesek – remeteként éltek falai között. Az egykori gótikus műemlék ma már csak romként tekinthető meg. A pálos rend egyébként még ma is működik, egyik ismertebb templomuk a Gellért-hegyi szikla-templom.



Táv: 46 km

Szint: 340 m

Kihívás:



Tudtad?

Miről kapta a nevét a keleméri Kisasszonyfa?

A monda szerint a Mohos-tavak partján álló 300 éves tölgyfa szétterülő ágain egykor (a helyiek által lápi kisasszonyoknak keresztelt) mocsári tündérek üldögéltek, egész nap szóttek-fontak, és az arra tévedőkkel incselkedtek.

Lázbérci-víztározó

A barlangokban gazdag Upponyi-hegység meredek sziklafalai között húzódik meg a Lázbérci-víztározó, amely igazi természeti ékszerdobozként, gazdag élővilágával kiérdemelte, hogy tájvédelmi területté nyilvánítsák. A víztározót mesterségesen hozták létre a Bán-patak felduzzasztásával az 1960-as években azzal a céllal, hogy a Sajó-völgyi iparvidék, valamint a környék településeinek vízellátását biztosítsa. Kialakításával egyidőben egy 19 méter magas völgyzárógátat is építettek. A tóban fürödni tilos, de pecásoknak igazi paradicsom!

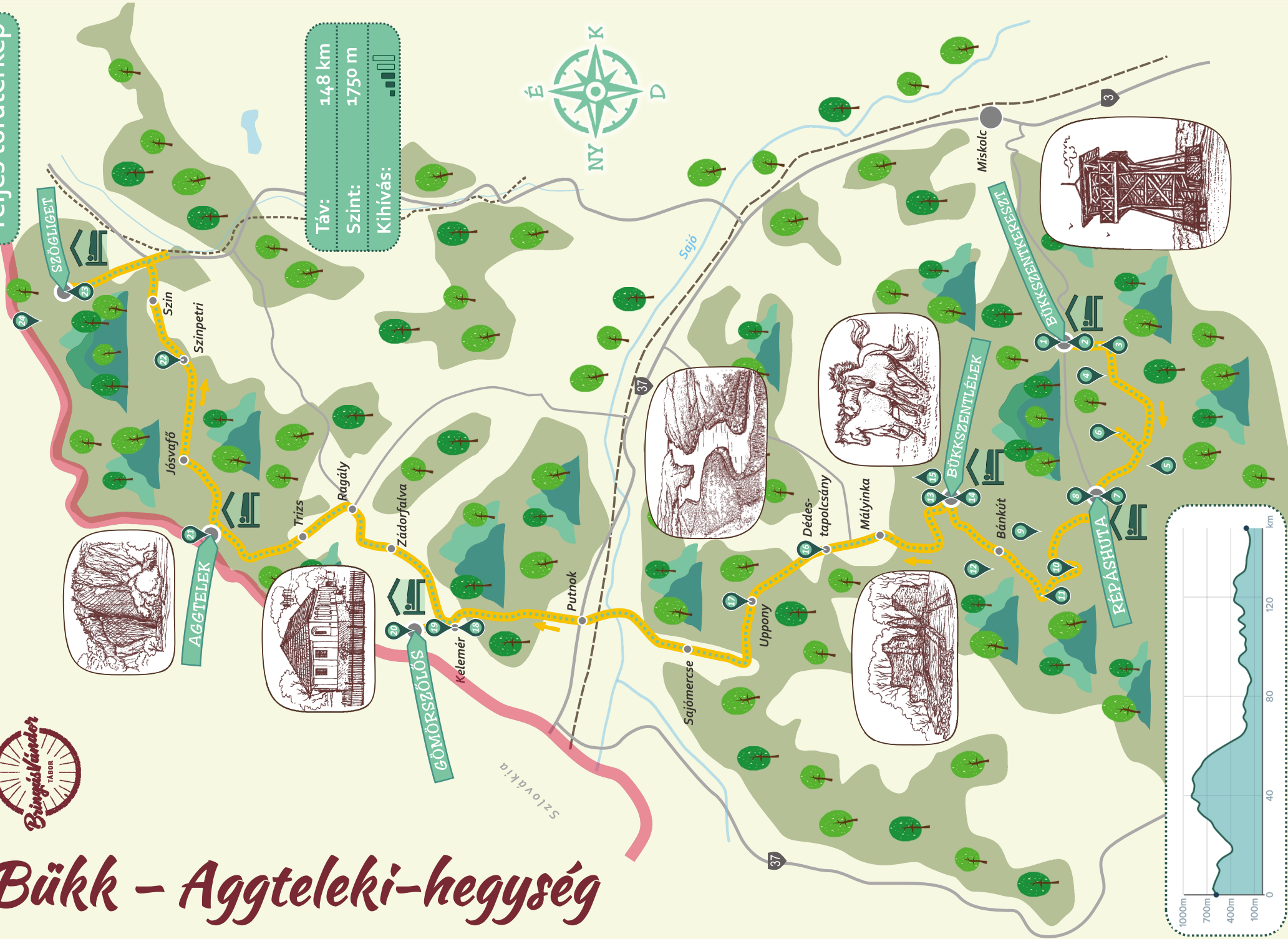
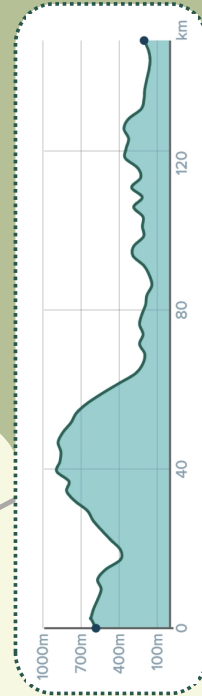


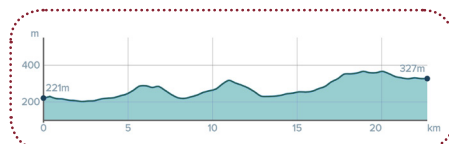


Teljes túratérkép

Bükk - Aggteleki-hegység

Táv: 14,8 km
Szint: 1750 m
Kihívás:





Táv: 23 km
Szint: 320 m
Kihívás:

Gömör-szölősi Ökológiai Intézet

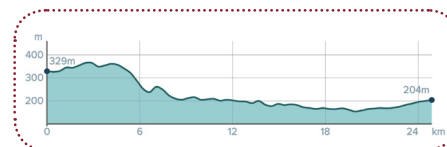
Gömör-szölös hírnevét leginkább ökoturisztikai programjainak köszönheti. Lakossága önálló gazdálkodásra van berendezkedve. Az Ökológiai Intézet indította el a „Gömör-szölös – egy fenntartható falu” elnevezésű programját. Ennek keretében számos régi épületet újíttak fel, ösztönzik a népi hagyományok fenntartását és a mesterségek megőrzését. Hozzájuk kapcsolódik a „paraszt-wellness” programok elhíresülése is, melyek lényegében kerti munkálatokat és hagyományos ház körüli teendőket foglalnak magukba.



Tudtad?

Mit nevezünk ördögszántásnak?

A mészkőhegyek csapadék által kivált párhuzamos barázdáit karrmezőnek, népiesen ördögszántásnak hívjuk.



Baradla-barlang

A Baradla-barlang körülbelül 200 millió évvel ezelőtt képződött a triász időszakban, amikor ezt a területet tenger borította. A benne élő és elpusztult mésvívasz állatok maradványai üledéket képeztek, majd a tenger visszahúzódásával ez a réteg megszilárdulva emelkedett ki, és a kőzetblokk összetöredezésével különböző mészkőformációk képződtek. A Baradla-barlang hazánk legismertebb cseppkőbarlangja, egyetlen természeti világörökségi helyszíne.

Mi a Baradla-barlang nevének eredete?

A Baradla név feltehetően a szláv eredetű „bradlo” szóból származik, amely sziklaszirtet jelent.



TÖLTSD KI A LEG-GYŰJTEMÉNYED ÉLMÉNYEIDDEL!

A LEGSZEBB KILÁTÁS

A LEGEMLÉKEZETESEBB PILLANAT

A LEGJOBB SZTORI

A LEGÉRDEKESEBB DOLOG, AMIT TANULTÁL

A LEGMAGASABB PONT

A LEGJOBB SZÁLLÁS

A LEGFINOMABB ÉTEL

A LEGNEHEZEBB PILLANAT

ELSŐSEGÉLY 1X1



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



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



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



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

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



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

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



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

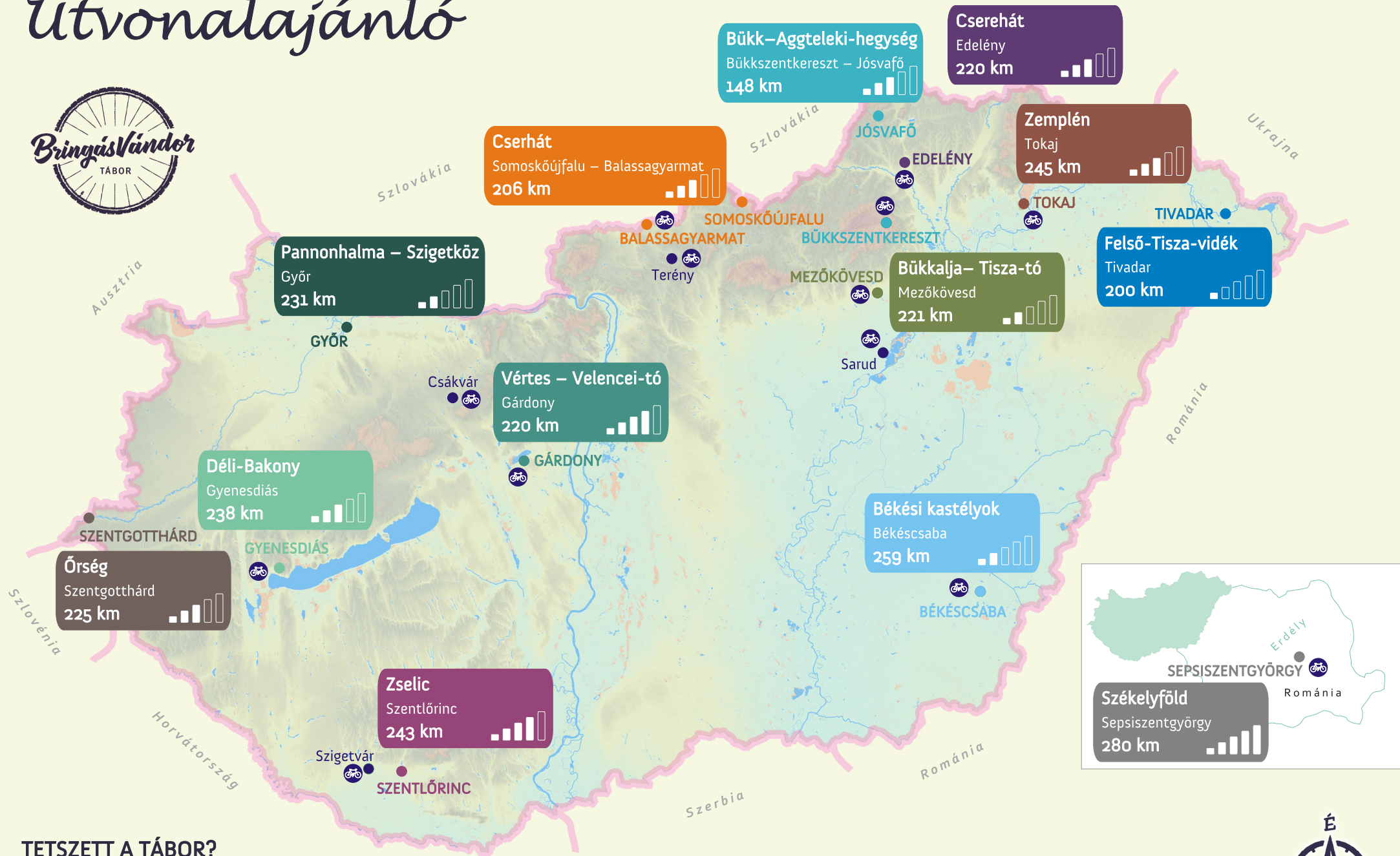


A legfontosabb: ha rosszul érzed magad, szédülsz, émelyegsz, fáj valamid, vagy megsérültél, fordulj a túravezetőkhöz, akik ellátnak, vagy szükség esetén orvost hívnak!



Kívánjuk, hogy egészségesen és problémamentesen teljen a vándortáboros heted!

Útvonalajánló



TETSZETT A TÁBOR?

Jelentkezz a többi BringásVándor táborra is!

Vegyél részt osztályoddal az 1-3 napos kerékpáros osztálykirándulásokon is!



A LEGFONTOSABB KRESZ-SZABÁLYOK

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

HALADÁS AZ ÚTON

Tudtad?

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

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

ELSŐBBSÉG

Tudtad?

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

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



Kerékpáros lámpák:

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

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



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

Tudtad?

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

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

Figyelem!

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

IRÁNYJELZÉS



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



EGYÉB KRESZ-SZABÁLYOK

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



IMPRESSZUM

Kiadja: Magyar Kerékpáros Turisztikai Szövetség, 2025
Grafika, tördelés: Kiss-Polák Andrea
Fotók: MAKETUSZ archívuma, Bécser Vera, Kiss Gábor

VÁNDOROLJ, ÍRJ ÉS NYERJ!

Meséld el a Vándortábor program (Erdei, Vízi, Zarándok vagy Bringás Vándortábor, illetve VándorViadal program) során megéltedet, és jelentkezz pályázatunkra!

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

A pályázatokat folyamatosan várjuk
2025. június 16-tól 2025. szeptember 30-ig,
a részletekért keresd fel a
vandortabor.hu/novellapalyazat-2025 oldalt!

HOGY ÉREZTED MAGAD?

Oszd meg velünk véleményed!



VÁNDOROLJ, FOTÓZZ, VIDEÓZZ ÉS NYERJ!

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

Az első helyezettek *egy napot* tölthetnek el *Zsila Sándor fotóművésszel*. A díjazottak között további értékes programokat, tárgyi ajándékokat oszt ki a zsűri.

A pályázatokat folyamatosan várjuk
2025. június 21-től 2025. szeptember 30-ig,
a részletekért keresd fel a
vandortabor.hu/fotopalyazat-2025 oldalt!

www.bringasvander.hu

www.maketusz.hu



A Vándortábor Program támogatója az Aktív Magyarország.