



FELSŐ-TISZA-VIDÉK

KERÉKPÁROS VÁNDORTÁBOR

KEDVES BRINGÁSVÁNDOR!

Köszöntünk Magyarország gyümölcsöskertjében, a vizek és a középkori templomok birodalmában, a Felső-Tisza-vidék hangulatos kis falvai és népi építészeti emlékei között tekergő túraútvonalunk 198 kilométeres kalandja előtt! A Felső-Tisza-vidék Magyarország egyik új felemelkedő kerékpáros régiója, amely egyre népszerűbb a bringások körében. Az itt található Beregi kör 2024-ben elnyerte az Év Kerékpárútja címet. Ezen a vidéken nem kell fárasztó hegymenetektől vagy meredek lejtőktől tartanod, a szatmár-beregi alma- és szilvaültvényeken keresztül haladva zavartalanul magadba szívhatod a gyümölcsök illatát és a táj látványát. És természetesen a strandolás sem marad el, hiszen ezen a vidéken a Tisza, a Túr és a Szamos szinte végigkísér benneteket utatokon!

Cégénydányádon a Kölcsey-Kende Kastélyban bepillantást nyerhetsz a Felső-Tisza-vidék természetföldrajzába. Szatmárcsekén a Himnusz szülőfalujába lépve Magyarország egyik legizgalmasabb néprajzi értékével, a csónakfejfás temetővel, ahol Kölcsey Ferenc is végső nyugalomra lelt. Magyar határában megpihenhetsz a Petőfi-fa árnyékában – a legenda szerint itt üldögélt a híres költő, amikor Tisza című versét írta. Nemcsak az irodalmi emlékhelyek hívnak izgalmas időutazásra, a Tarpai-Nagyhegy romvulkán tanösvénye a régmúltba kalauzol. Gyügyén, Csengersimán, Csarodán templomba lépve a középkorban érezheted magad: a freskók és a kazettás mennyezetek, faragott berendezések káprázatos látványt nyújtanak. Vámosatyán egy parányi, romjaiból feltámadt vár, Vásárosnaményban pedig Magyarország egyik legszínvonalasabb vadászati kiállítása várja az utazókat. Az útvonal Tivadarból Penyigén, Csengersimán, Kölcse, Beregdarócon, Vásárosnaményon át vezet vissza Tivadarig, amelynek egy része a 2024-es év kerékpárútján halad. Nagyrészt biztonságos aszfaltozott árvízvédelmi töltéseken és kis forgalmú, aszfaltos utakon fogtok tekerni, a különleges természeti és épített örökség helyszíneit megtekintve.

Légy üdvözölve a Felső-Tisza-vidéken, a rejtőzködő kincsek világában!



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!

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



A sorszámozott látnivalókat megtalálod a kiadvány közepén lévő teljes túratérképen.



1. NAP	1. Lekvárda (Penyige) Megismerkedhettek a Felső-Tisza-vidéken őshonos „Nemtudom” szilvafajtával és annak feldolgozási módjaival, valamint a lekvárkészítés misztériumába is bepillantást nyerhettek.
2. NAP	2. Cégénydányádi Kölcsy-Kende Kastély Az állandó kiállítások bemutatják a Kölcsy és a Kende család történetét, valamint a Szatmár-Bereg tájvédelmi körzet természeti kincseit. 3. Gyügyei református templom Kicsiny román kori templom, fő látványossága a 18. században készített kazettás mennyezet, karzat és szószek. 4. Szamostatárfalvi református templom Parányi templom az Árpád-korból, valószínűleg ennél kisebb templomban még nem jártál.
3. NAP	5. Csengersimai református templom A Felső-Tisza-vidék egyik legszebb középkori temploma a Szamos egykori holtága partján. A románkori templom ékessége festett kazettás mennyezete, amelyet ugyanaz az asztalos készített a 18. században, mint a gyügyei templom kazettáit. 6. Nagygéci emlékpark Nagyéce az 1970-es árvíz szinte a földdel tette egyenlővé. Ezen turgikus események emlékére létesítették az emlékparkot. 7. Fürdőzés és evezés az Öreg-Túron Az Öreg-Túr hazánk talán legautentikusabb folyója, a legtermészetközeli vízitúra útvonal, ahol könnyedén el lehet sajátítani a vízitúrázást. Az igen keskeny Öreg-Túr vadregényes környezetben, szinte végig fák, burjánzó növények között folyik. A Kőlcsei táborhely mellett fürdőzhetek és igény esetén evezhetek az Öreg-Túron.
4. NAP	8. Rókás-legelő A védett természeti területhez különleges hagyomány fűződik: a népi emlékezet szerint itt ütköztek meg a Rákóczi szabadságharcban a kurucok a labancokkal. 9. Túrístvándi vízialom Az Öreg-Túron, eredeti helyén látható a 18. században épült, még mindig működőképes három hajtókerekes, alulcsapós vízialom, amely egyedülálló egész Közép-Európában. 10. Szatmárcsekei csónakos fejfás temető A több mint hatszáz, robusztus tölgyfából faragott, embernagyságú fejfájáról híres temetőben helyezték végső nyugalomra Kőlcsey Ferencet. A fejfák alakjára vonatkozóan több teória is létezik a néprajztudományban. 11. Petőfi-fa (Nagyar) Nagyar falu szélén állt egykor az a tölgyfa, amely alatt a legenda szerint a költő a Tisza című versét írta. A famatuzsálem kiszáradt, de mellé egy makkjáról nevelt facsemetét ültettek.

4. NAP	12. Tarpai szárazmalom Az Észak-Tiszántúl egyetlen, eredeti helyén megőrzött szárazmalma, amely a 19. század közepén épült, és egészen 1929-ig volt használatban. A malmot lovak hajtották. 13. Tarpai Nagy-hegy A 154 m magas Tarpai Nagy-hegy az Alföld egyik legmagasabb pontja, amely a Kárpátok előhegyéhez tartozó romvulkán, amelyen intenzív kőfejtés zajlott egészen az 1980-as évek végéig.
5. NAP	14. Bűdy vár romja (Vámosatya) A reneszánsz stílusban épült egykori lakóvárát vizesárok, három ágyú- és kaputorony oltalmazta. A 16. század második felében szinte teljesen megsemmisült. A várrom átfogó régészeti kutatása és a felújítása az elmúlt években történt meg. 15. Vámosatyai református templom Restaurátori kutatások eredményeképpen derült ki több évszázad után, hogy a középkori templom falát különleges falképek díszítik. A templom 18. században épült fa haranglába szerepel a világörökségi várományosi listán. 16. Középkori templomok útja látogatóközpont A csarodai református templom mellett található látogatóközpontban részletes betekintést kaphattok a Felső-Tisza-vidék középkori és reformációkori egyházi örökségéről. 17. Csarodai mosolygó szentek temploma Magyarország egyik legismertebb középkori eredetű falusi temploma, amelyet az Árpád-kori templomok mintapéldájaként szokás említeni. 18. Tákosi református templom A Bereg talán egyik legszebb kulturális hagyatéka a 18. században a beregi emberek által fából, agyagból és sárból épített templom. Festett fakazettás mennyezete, faragott szószeke és padozata teszi igazán különlegessé. 19. Beregi keresztiszemes tájház (Tákos) A hungarikummá nyilvánított beregi keresztiszemes himzéssel ismerkedhettek meg.
6. NAP	20. Gergelyiugornyai szabadstrand A Felső-Tisza-vidék legnagyobb szabad strandja. 21. Hunor Vadászati és Természeti Kiállítás (Vásárosnamény) Az interaktív tárlat a természet és a vadászat értékeinek összekapcsolódásáról. 22. Beregi Múzeum (Vásárosnamény) A 18. század első felében épült barokk kastély a Felső-Tisza-vidék leggazdagabb néprajzi kiállításának ad otthont. 23. Sétahajózás a Tiszán A jándi kikötőből kiindulva egy sétahajózás keretében ismerkedhettek meg a Tiszával.



Táv: 12 km

Nehézség:

Tudtad?

Hol terem a „Nemtudom szilva”?

A beregi és szatmári síkságon, a Tisza, a Szamos és a Túrárterületein. Pálinkát és lekvárt készítenek belőle. Nevének eredete egy régi történet: egyszer egy idegen Penyigén járva több háznál is megkérdezte, milyen szilva terem a kertekben, és mindenki azt a választ adta, hogy „nem tudom”.



Táv: 40 km

Nehézség:

Tudtad?

Mitől vált Europa Nostra díjassá a gyűgyei református templom?

A templom 1990-es években kezdődött felújítása során kerültek elő az addig rejtőzködő értékek: a festett falmennyezet, a szószék, a padok, a karzat és a külső falak díszes festése. A sikeres helyreállítáért 2003-ban Europa Nostra-díjjal tüntették ki.

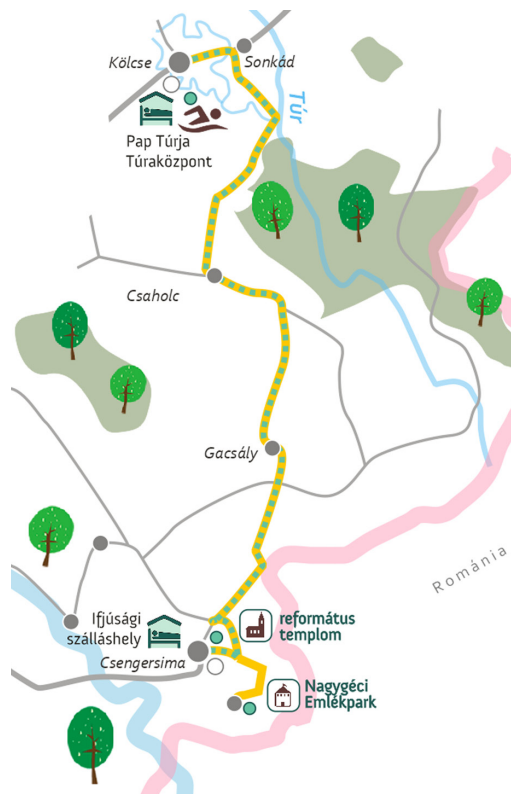
**Lekvárda**

A Lekvárda vagy más néven Lekvárium Magyarország első szilva- és lekvármúzeuma. A szatmár-beregi tájat Magyarország gyümölcsös kertjének is szokták nevezni, nem véletlenül hiszen az alma és szilva termesztésének meghatározó részét adja. A kiállítás bemutatja a szilvával és a lekvárfőzéssel kapcsolatos tárgyi emlékeket, valamint a lekvárfőzés munkafolyamatát.

Kölcsey-Kende Kastély

Az 1833-ban épült, nemrégiben felújított klasszicista stílusú kúriát egy természetvédelmi oltalom alatt álló angolpark veszi körbe. A kastélyban izgalmas kiállítások mutatják be a főúri életet, Szatmár-Bereg természeti értékeit, valamint a Kölcsey és a Kende család múltját. A parkban egy 1800-as évekből származó platánfa áll – hétméteres törzsét hét-nyolc társaddal együtt tudod csak átölelni!





Táv: 37 km
Nehézség:

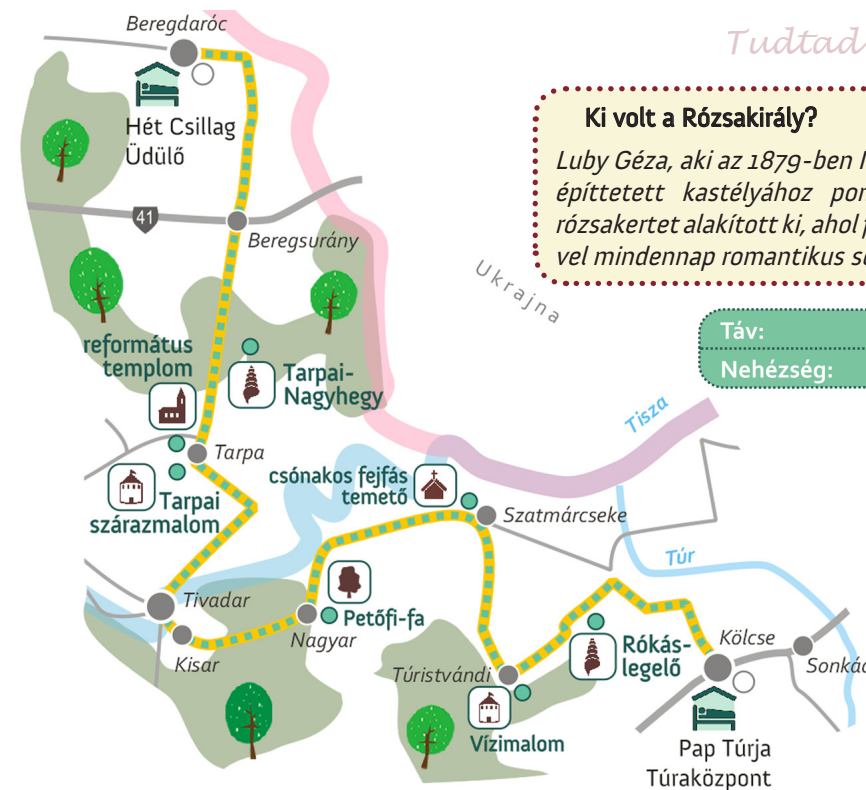
Tudtad?

Mitől tartják az Öreg-Túrt hazánk legjobb vízitúra útvonalának?

A galériaerdők árnyékába boruló, fergetegesen kanyargó Öreg-Túron még a legnagyobb hőségben is kellemes evezni. A lassú sodrású, sekély folyó a bedőlt fáival egyenesen olyan érzéssel tölti el az embert, mintha dzsungelben hajózna.

Nagyéc, a szellemfalu és a megmaradás emlékhelye

1970-ben a Szamos folyó kilépve medréből, rázúdult a falura, és az itt élő embereknek el kellett örökre hagyniuk otthonaikat, szeretett településüket. Ennek a tragikus eseménysorozatnak állít emléket az egykor virágzó település központjában lévő emlékpark, ahol 200 emlékoszlopon keresztül üzennek a Kárpát-medence magyar lakta falvai az utókornak a magyarság megmaradásának fontosságáról.



Táv: 46 km
Nehézség:

Tudtad?

Ki volt a Rózsakirály?

Luby Géza, aki az 1879-ben Nagyaron építtetett kastélyához pompázatos rózsakertet alakított ki, ahol feleségével mindennap romantikus sétát tett.

Túrsvándi vízimalom

Valaha rengeteg, a termények megőrlésére szolgáló vízi- és szárazmalom állt a Felső-Tisza-vidék falvaiban. Túrsvándiban található Közép-Európa legnagyobb, még ma is működőképes favázás vízimalma, amely a 18. században épült. Az építményt műemlékké nyilvánították, ma múzeumként működik.



Felső-Tisza



Táv: 200 km

Szint: 126 m

Nehézség:

Teljes túratérkép



Táv: 44 km

Nehézség:

Mi az a „Mezítlábas Notre Dame”?

Tákos 18. században épült református temploma. A fakazettás mennyezet, faragott szószék és padozat bámulatos összhangot teremt a malomkőre épített paticsfalú templomban.



Csarodai református templom

Az Árpád-kori templom Magyarország egyik legkülönlegesebb temploma, amelyet a mosolygó szentek templomának is hívnak. Gyönyörű környezetéből, a Csaronda-patak árteréből kiemelkedő templom nevét a templom északi falán lévő szentekről kapta, akiket a freskók készítője kedves, barátságos, mosolygós arcú alakokként ábrázolt.



Táv: 21 km

Nehézség:

Miért váltak híressé a Felső-Tisza szabadstrandjai?

Homokos, szinte tengerpartra emlékeztető lapályai igazi kuriózumnak számítanak. Tivadaron, Vásárosnamény-Gergelyugornyán és Jándon próbálhatjátok ki ezeket a hangulatos strandokat. A Tisza felső szakaszán a víz minősége jobb és tisztább, vize pedig lassan mélyül.

Hunor Vadászati és Természeti Kiállítás

A 2021. évi Vadászati Világkiállítás egyik legjelentősebb vidéki helyszíne volt Vásárosnamény, ahol Hunor vadászati és Természeti Kiállítást ennek apropóján hozták létre. A hatalmas interaktív tárlatban több földrész élőlényeivel találkozhattok, karnyújtásra kerülhettek a vadon élő állatokhoz, miközben átfogó képet kaphattok a természet és a vadászat értékeinek összekapcsolódásáról. A hatalmas területű kiállítás felfedezése interaktív tárlatvezetés mellett történik. Figyelem, a Felső-Tisza-vidéki kerékpáros vándortábor legizgalmasabb helyszínén jártok.



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 találkozhatasz 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 fejedén 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 falkában találkozhatasz éppen termő gyümölcsfákkal. Mivel sosem tudhatod, mikor permetezték őket, inkább állj ellen a kísértésnek!

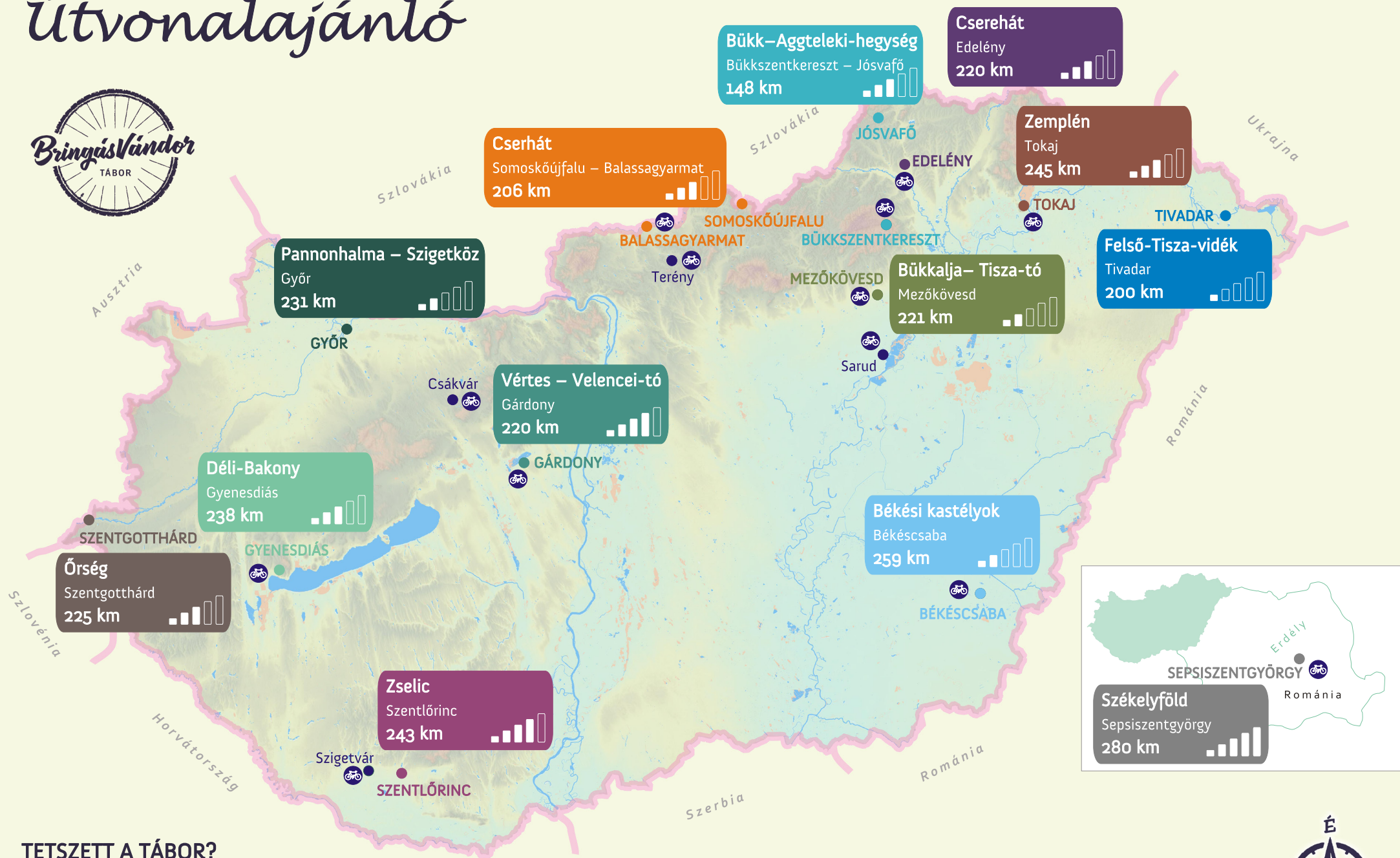


A legfontosabb: ha rosszul érzed magad, szédülsz, émelyegsz, fáj valamid, vagy megsérültél, fordulj a túravezetőkhöz, akik ellátnak, vagy szükség esetén orvost hívnak!



Kívánjuk, hogy egészségesen és problémamentesen teljen a vándortáboros heted!

Útvonalajánló



TETSZETT A TÁBOR?

Jelentkezz a többi 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.