



KEDVES és SZERETVE TISZTELT TÚRATÁRSAK!

A szeptember 14-ei túránkat elmosta az eső, ezért a következő természetjárásunkat **szeptember 21-én** tartjuk meg a gyönyörűségeken, szépségeken szép **SPARTACUS-ÖSVÉNY-en**.

Amint tapasztalhatjátok a **Hétvályús-forrás túránk** (Tahitótfalu fölött) majd szeptember 28-án lesz, míg a Kada-csúcs, Nyerges-hegy elmarad, azért hogy október 05-én elutazhassunk a Cuha-patak völgyébe.

A vasárnapi túra részletei:

2025. Szeptember 21. napján SPARTACUS-ÖSVÉNY (PILISSZENTLÁSZLÓ) TÚRA, ami egyben a **HOSOSZ tagszervezetei számára is felajánlott túra**.

Autókkal, vagy autóbusszal és gyalog.

TALÁLKOZÁS IDEJE ÉS HELYE: Szombat, 09:00, PILISSZENTLÁSZLÓ, PETŐFI TÉR PARKOLÓ. A vállalkozó szelleműek utazhatnak a **870-es autóbusszal a szentendrei HÉV-végállomástól** Pilisszentlászló, Petőfi tér-ig. (08.05-kor indul és 08.35-re ér Pilisszentlászlóra.)

INDULÁSHOZ FELKÉSZÜLÉS: Petőfi tér, Szent László szobor előtt (melegítő italok, ingyenölelések szétosztása).

ÚTVONAL gyalog: Jánošíkova krčma (bezárt, de tisztelgünk előtte) — Z-turistaút — Spartacus-ösvény — Jenő kunyhó (nagy PIHENŐ) — erdészeti út a Kiliánok ÉK-i oldalán — P-turistaút — Kaán-forrás — visszafordulás P-turistaút — Apátkúti völgy — Szent László völgy — P-turistaút — Pilisszentlászló, Petőfi tér, Parkoló (ingyenölelések szétosztása, haza utazás) — Szentendrei HÉV-vá, majd Batthyány tér HÉV-végállomás.

Táv: 6 – 12 km; **Szint:** 250m

Túravezető: Pozder Zsuzsanna, Komócsin József

IDŐJÁRÁS:

Szeptember 21-én vasárnap igazán kellemes, késő nyárias, napsütéses, fátyolfelhős időjárás körvonalazódik. D-i irányúra forduló, vasárnap már sokfelé felélénkülő légmozgással meleg légtömeg érkezik a térségbe. a Napisten is „megmutassza” magát, ezért **26-29 °C** nappali hőmérsékletre számíthatunk. Szíveskedjete könnyű nyári öltözetet, szél és eső ellen védő kabátot, hideg italt (legalább egy litert) magatokkal hozni (a Kaán-forrásnál lehet tiszta forrásvízzel frissíteni)!

Vasárnapi jelmondataink:

„Kövesd a szenvedélyedet, de ne felejtse el megörökíteni a pillanatot!”

„A kitartás a kulcs, ami megnyitja a tökéletesség kapuját.” (Jana Salenko ukrán balettáncosnő)

„Ne csak azt nézd milyen mesze még a cél! Értékelj minden lépésedet, amit a változás útján elértél!” (Uhlár Mónika – life coach)

„A természetjárás mozgás közbeni meditáció és „merakolás” is.” (Amennyiben elfelejtettétek, ez egy bosnyák kifejezés: csak nézel ki a fejedből, élvezed a természetet, a jó levegőt, és nagyon jól érzed magad, mert a gondjaiddal nem foglalkozol...)

A találkozásunkig Távszeretet és Gondolati Ölelés:

KOM (íródeák)