

Az iskolából kigurulva balra indulunk neki a túrának. 9,8 km múlva elérünk *Szurdokpüspökibe*, ahol egyenesen végig haladunk a falun (Gyöngyösi út, Szabadság út). A Gyöngyösi úton érünk be **Pásztóra** és jobbra fogunk kanyarodni a Csillag tér felé. A teret egy körforgalommal hagyjuk el, ezután már a Fő úton haladunk tovább. A város vége felé az elágazásnál, Galyatető irányába fordulunk és Hasznos városrészen végig emelkedve elérünk **Mátrakeresztesre**. A faluba az Óvár Vendéglővel szembeni füves területen vár minket az **1. ellenőrzőpont**.

Az emelkedőt folytatva tovább, elérünk egy szerpentes útszakaszra. Ezután **Fallóskút**, és **Bagolyirtás** településeket érintjük. Majd Mátraszentimrét egy árnyékos úton kerüli el a műút. Ezután **Galyatető** lakott részén keresztül haladunk a Mátrai úton és a lejtést megkezdve elérjük a **24. főutat** a Mátra-nyeregbe, ahol frissítő várja a versenyzőket.

Balra kanyarodva indulunk el a 24 számú főúton **Parád** és **Recsk** irányába. Majd Recsk után jobbra fordulunk Verpelét felé. A kanyar után a vasúti átjárónál van a **2. ellenőrzőpont**, az egykori **Sirok vasútállomáson**.

Verpelét irányába haladunk tovább, áthaladunk **Kőkútpusztán** és **Tarnaszentmárián**, ahol az elágazásban továbbra is a Verpeléti irányt követjük. A faluból kiérve elérünk egy elágazást, ahol jobbra Gyöngyös irányába tekerünk tovább. Keresztezve **Kisnánát**, **Domoszlót** és **Markazt** elérünk **Abasárra**. A falu egyik kereszteződésében Mátrafüred felé kanyarodunk jobbra, majd **Pálosvörösmarton** keresztül beérünk **Mátrafüredre** a 24. számú főútra. Ott a túloldalon lévő kerékpárútra kanyarodunk balra Gyöngyös felé. A **Solymosi elágazásig** követjük a kerékpárutat, ahol a **3. ellenőrzőpont** vár minket.

Ellenőrzés után, jobbra tekerünk tovább **Gyöngyössolymosra**. Az általános iskolához érve balra kanyarodunk és az út bevezet **Gyöngyösre**. Az első jelzőlámpánál jobbra kanyarodunk és követjük az emelkedővel és lejtővel tűzdelt utat **Gyöngyöspatáig**. Visszaérve az általános iskolába beérünk túránk **céljába**. **Gratulálunk!**

Név: \_\_\_\_\_

Rajtidő: \_\_\_\_\_ Célidő: \_\_\_\_\_

<b>Gyöngyöspata</b>	<b>Mátrafüred</b>
7:00-10:00	7:20-11:10
<b>Sirok vá.</b>	Mátra-nyereg <i>Frissítőpont</i>
8:10-13:30	8:40-14:30
<b>Mátrakeresztes</b>	<b>Gyöngyöspata</b>
9:10-16:20	10:00-18:30



Eredmények a  
[www.alfoldte.hu](http://www.alfoldte.hu)  
weboldalon.

**Erdei László**  
**0630/390-0178**

A túra szintideje  
8,5 óra.

Lejtőkön óvatos  
haladásra kérjük a  
résztevőket!

	A (km)	B (km)	C (m)	D (m)	E (m)
<b>Gyöngyöspata</b>	0	0	0	0	0
<b>Mátrakeresztes</b>	27,5	27,5	396	396	202
Mátra-nyereg	23,6	51,1	625	1021	390
<b>Sirok vá.</b>	23	74,1	51	1072	518
<b>Solymosi elág.</b>	34,2	108,3	507	1579	390
<b>Gyöngyöspata</b>	16,7	125	108	1687	124

A – résztáv

B – össztáv

C – részszint

D – össz. szint

E – szintvesztés

