

# Te tudod már mit csinálsz április 5-én? Ajánlunk egy programot **Tenkes teljesítménytúra!**

... hogy legyen egy szép napod! Mert sok jó ember kis hegyen is elfér!

Kínálunk egy jól szervezett túrát, szép helyeken, jól jelzett turistautakon. Várunk mindenkit, aki a túrázás szerelmese vagy csak most szeretné kipróbálni ezt az egészséges életmódot. Jöhetsz egyedül, baráttal, családdal, kollégákkal, de hozhatod az egész osztályodat, egyesületedet is! Itt mindenki megtalálja a teherbírásnak megfelelő távot: a Maratoni táv, egy igazi kihívás, a 30-as azoknak, akik még bírják, a 15-20-as már a nézelődős, fényképezős, borozgatós túratársaknak, akik menetközben dönthetik el, hogy melyik távot választják! A 10km-es sétálósat elsősorban kezdő túrázóknak, kis gyermekes családoknak, és azon szép korúaknak ajánljuk, akik nem ijednek meg a „teljesítménytúra” szótól!

**A rajt és a cél a 15-20-30-as távokon Túronyban lesz, a Diósvölgyi ifjúsági táborban. Megközelíthető Pécs irányából az 58-as főútról balra, a zöld sáv turistajelzések mentén kb. 300m. A 10-es és a Maraton távoké Máriagyűdön, a turista pihenőnél!**

A rajtnál ki kell tölteni a nevezési lapot (az adatokat nem adjuk tovább!), majd a befizetett nevezési díjért mindenki kap egy fénymásolt igazolólapot, térképpel, útvonal leírással. **A 10 fő feletti iskolai csoportoknál egy kísérő ingyen indulhat!** A túrákat az teljesíti, aki az ellenőrzőpontokon a megadott sorrendben igazoltat és szintidőn belül a célba ér! A sikeres teljesítők a célban átvehetik egyedi, a teljesítés számához tartozó kitzűzőjüket.

**Adatok, amik segíthetnek a táv kiválasztásában:**

Tenkes	10	15	20	30	Maraton
Táv (km) (térképen mért)	11,3	16,45	20,75	29,51	41,33
Szintemelkedés (m)	421	530	633	1100	1486
Szintidő	5 óra	6 óra	7 óra	9 óra	10.5 óra
Nevezési díj	600Ft	700Ft	700Ft	800Ft	1000Ft
Rajt	8.30-10.30	8.00-10.30	8.00-10.30	7.00-8.30	7.00
Kedvezmény	Magyar természetjáró kártya, diák, nyugdíjas 100Ft. Csak egy kedvezmény vehető igénybe! Az igazolványokat a rajtnál kérés nélkül kérjük bemutatni!				
Szolgáltatás	Minden távon: csomag megőrzés, csoki, üdítőital, zsíros kenyér, kitzűző! 18 éven felülieknek bor! A hosszabb távokon + cukorka és nápolyi! A Maratonin plusz gyümölcs! Meglepetés ajándékok sorsolása!				

**Ha az általunk kínált italt szeretnéd fogyasztani, poharadat hozd (és vidd) magaddal!**

**A rendes ember nem szemetel! A többinek meg tilos!**

Mindenkit szeretettel várnak a rendezők!  
Dráva Természetbarát Sport Egyesület  
Tenkes Természetbarát Egyesület

**Tenkes triatlon! Túrák a Villányi-hegységben éjjel, nappal, tavasszal, nyáron és ősszel!**

Információ és előzetes nevezés (csak a maratonin kell!) a [j.atika@freemail.hu](mailto:j.atika@freemail.hu) email címen,  
atiKÁ-nál (Jancsi Attila).

**Mondd, Te mit választanál?**