**Választható Tavaszi Kerékpártúra**

Kedves Hallgatók!

Az tavaszi szemeszterben kezdő túrán vehettek részt. A kezdő túra mindenki számára teljesíthető, de kérem, hogy akinek nincs biztos kerékpáros tudása, az a tárgyat ne vegye fel, vagy még most adja le.

A túra előtti napon 2023.04.21 – 19:00-20:00-ig egy tájékoztatót szeretnénk tartani online. Ehhez a szükséges linket a tájékoztató előtt küldöm nektek Neptunon! Kérem, hogy MS Teamsen mindenki legyen elérhető és bekapcsolható a beszélgetésbe.

**A túra tervezett időpontja 2023.04.22-23.**

Az első napon aszfaltos tekerésre számíthattok, a második napon viszont kimerészkedünk terepre. (Nem kell megijedni, mert montikkal fogunk gravel útvonalon haladni.) Mindkét napon a Sport Hotel Velence telepére fogunk visszatérni, ahol át tudjuk nézni és meg tudjuk tisztítani a kerékpárokat!

Szeretném kérni, hogy mindenki hozzon magával valamennyi ételt és italt. Útközben (kivétel a montis szakaszt) több kút és bolt is lesz, ellenben haladni szeretnénk. A szállítani kívánt ételt és italt kisméretű **szélesebb vállpántos** hátizsákban hozzátok! Mindenki hozzon sajátot, ne közösbe pakoljatok! A kerékpárok javarészén található kulacstartó, amibe szabvány kulacsok belemennek.

**REGISZTRÁCIÓ és TÁRGYFELVÉTEL**

Kérlek titeket, hogy mindenki, aki felveszi a tárgyat, regisztráljon az alábbi felületen és mindenképpen hozzon magával iratokat ( személyigazolvány, lakcím kártya) a hotelbe való becsekkoláshoz! A külön adatokra a Hotelben való előkészületek miatt van szükség, kérlek megfelelő komolysággal kezeljétek azokat!

REGISZTRÁCIÓ I:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1xcUOwOMiBik7o3E6ZZKy-WDgM7O7omOisenCvy48zWA/edit?usp=sharing>

TÁRGYFELVÉTEL:

Tárgyfelvételi információk a regisztrációs időszakot megelőzően Neptun üzenetben, a hallgatói hírekben és a Rekreáció Tanszék/ Táborok oldalán.

**Költségek:**

A költségek a neptunban lesznek kiírva (kb 15.000Ft), mely tartalmazza a szállást, szombati vacsorát, vasárnapi reggelit és vasárnapi ebédet valamint a TF es kerékpárt, sisakot. A Hotelben éjszaka 22:00 ig üzemel bár, de itt csak kártyás fizetésre van lehetőség. Kérem, hogy mindenki egyetemi szinthez méltóan felelősséggel fogyasszon az egészségére káros szerekből! A túlfogyasztás okozta másnapi élménykiesést, sajnos nem tudom tolerálni – ellenben a későbbiekben lehetőség keletkezik ismételt próbálkozásra a következő tavaszi szemeszterben. *(Aki esetleg ismerős lenne Velencén, akkor természetesen itt a közelben lévő finom cukrászdára gondoltam!)*

A TF nek maximum 30 db üzemképes kerékpárja van, ezért kérem, hogy aki tud, hozzon saját kerékpárt mindkét napra. Aki saját kerékpárt hozna, annak a túrára és haza is saját erőből kell eljuttatnia azt, de a túrák közötti este tudjuk tárolni zárt helyen a hotelben. A helyszínen természetesen parkolásra van lehetőség, de kérem, hogy ha lehet egyeztessetek és ne mindenki külön autóval érkezzen. Kerékpárral érkezők virtuális jópontot kapnak tőlünk! ☺

**ÉTKEZÉS, FRISSÍTÉS KERÉKPÁROZÁS KÖZBEN:**

Az alábbi linken csemegézve találhattok javaslatokat: (Aki nem próbált még energiazselét, az ne most próbálja ki kérem, mert van akinél alhasi gondokat okozhat…)

LINK: <https://www.youtube.com/results?search_query=bike+eating>

**TÚRAÚTVONAL:**

1. **nap:**

Találkozó: 10:00 Sport Hotel Velence  
Indulás: 11:00  
Visszaérés - EBÉD: 13:30-14:00  
Tervezett tempo: 15-20 km/h  
Túraútvonal LINK: <https://www.komoot.com/tour/890751579?share_token=amsWt5mO33dJ8vURPlGQugqlLniXtZ8MAALjPW6VPsbqIA09CR&ref=wtd>

Az ebéd után (16:00-tól) csapatépítő kihívással kedveskednénk nektek, ahol 5 állomáson csapatokban tudtok mérkőzni. Este – szabadfoglalkozás, tábortűz. Az időjárástól függően a program változhat!

1. **nap:**

Reggeli: 08:00 - 09:30 Sport Hotel Velence   
Indulás: 10:00  
Visszaérés, ebéd: 13:30 - 14:00

Tervezett tempo: 10-15 km/h

Túraútvonal LINK: <https://www.komoot.com/tour/890785572?share_token=ajmQQGCaCaaFMCNe7WrXhNnN0wb84DhytxgETBnu8Iy717ybcW&ref=wtd>

**Javasolt ruházat: (időjárásnak megfelelően)**

* felül 2-3 könnyen mozgatható, száradó réteg (lehetőleg egy valamennyire szélálló)
* kerékpáros zselés nadrág (opcionális)
* kesztyű
* sisak! (Az egyetem körülbelül 30 db sisakot tud biztosítani, de lehet saját is. Sisak viselése a túra alatt kötelező!)
* vékony sapka sisak alá
* kisméretű hátizsák
* keményebb talpú cipő

A TF kerékpárok természetesen használhatóak, de aki tud, az kérem, hozzon saját (kipróbált, karbantartott) kerékpárt! Maximum 30 darab kerékpárral rendelkezik az egyetem. Mindig több kerékpárt viszünk magunkkal a kelleténél, ezért ha valaki bringáját úgy ítéljük meg, hogy alkalmatlan a túrára akkor azt ott a helyszínen kell cserélnie TF-es kerékpárra. (kérlek, hogy MTB, CX vagy Gravel kerékpárokkal tervezzetek, mert ezek minden terepen kezelhetők)

Kérdés vagy kérés esetén keressetek MS Teamsen keresztül vagy a +36301902006-os telefonszámon! A telefonszám privát szám, kérlek ennek megfelelően kezeljétek.

Üdvözlettel,  
Várhegyi Attila