



KÁRPÁTI LAPOK

A turistaság, a honismeret és a természetvédelem terjesztésére
Kiadja a Magyarországi Kárpát Egyesület

Szerkesztő: Nagy Péter, peter.nagi@t-online.hu

Internet: <http://www.karpategyesulet.hu>

Postacím: 1244 Budapest, Pf.: 800.

A hegyibetegség

Mire számíthat az ember, ha a fellegekben akar járni? Amennyiben turista, hegyászó az illető, akkor a tudományosnak mondható írásunk megadja a választ. (2. oldal)

A Kárpátok legmagasabb csúcsát, a 2655 m magas Gerlachfalvit megmászókat nem fenyegette semmilyen hegyi kórság. Viszont Európa tetejére készülő (Mont Blanc 4807 m) tagtársainknak már számolni kell a hegyibetegség tüneteivel



Extrém minden mennyiségben

Az olaszországi tanulmányúton lévő Kedves Annamária igazán nem veszegeti kevés szabadidejét primitív szórakozásokkal. Okosan kihasználja a környék turisztikai lehetőségeit, sőt már az extrém sportok világába is elkalandozik. Veronai tudósítónkká előlépett Pannika újabb megpróbáltatásairól és élményeiről küldött beszámolóit ajánlom tagtársaink figyelmébe. A „vízben gyakorlat” akár ki is lehetne próbálni már most, a nyári szabadságok idején. (10. oldal)

A hegyibetegség

Napjainkban egyre több és jobb utazási lehetőség érhető el az átlagember számára is. Ezzel együtt egyre többen választják tartalmas kikapcsolódási formaként szabadidejük kitöltésére a különböző magashegyi sportokat - a magashegyi túrázást, a síelést, vagy a hegymászást. Sokan azonban felkészületlenül indulnak el egy-egy magashegyi vakációra, mit sem sejtve arról, milyen veszélyek fenyegetik egészségüket, rosszabb esetben életüket. Az egyik ilyen, kellő odafigyeléssel kiküszöbölhető veszély a hegyibetegség.

A hegyibetegség elnevezés tulajdonképpen nem egy, hanem három – egyes kutatók szerint négy betegséget takar. Ezek a heveny hegyibetegség, a magashegyi tüdőödéma, a magashegyi agyödéma, illetve az idült hegyibetegség. Ez utóbbi azonban a mi – a sportolók – szempontunkból vizsgálva kevésbé érdekes, mivel a hosszú ideje magashegyen élő embereknél alakul ki. Marad azonban így is három válfaja a betegségnek, amely igen érzékenyen érinthet minden magashegyen járó-kelő embert.

Habár nem túl régen tartja számon a tudomány a betegséget – az első vele foglalkozó orvosi kutatómunka eredményét csak a XIX. század végén publikálták, az első megfigyelések jóval korábbra datálhatók. Az első írásos emlék egy kínai utazótól származik, aki útítársát veszítette el, egy különös betegség következtében. Tünetei: habzó száj, koordinálatlan mozgás, gyengeség, fejfájás, eszméletvesztés, majd halál. Később Mirza Muhamad Haidar mogul tollából olvashatunk egy betegségről, mely a tibeti fennsíkon, 4-5000 méteres magasságban portyázó csapatait sújtotta. A tünetek itt is a fentebb leírtakkal egyezöek. Ezt követően a XVI. században egy spanyol jezsuita szerzetes, José Acosta említi Dél-Amerikai úti emlékei között, az őt és társait súlyító betegséget. A tünetek között fejfájás, étkezési zavarok, koordinálatlan mozgás, rosszabb esetben hallucinációk, nehézlégzés, eszméletvesztés, végül halál áll.

A XIX. század közepe táján aztán divatba jön a hegymászás, ekkor kezdenek el komolyabban foglalkozni a magashegyi körülmények között kialakuló élettani változásokkal. A század végén két orvos – az angol Paul Bert, és az olasz Angelo Mosso – egymástól függetlenül vizsgálni kezdik a hegyibetegséget, illetve annak kiváltó okait. Bert nyomáskamrában kísérletezett, itt 6500 méteres tengerszint feletti magasságnak megfelelő viszonyokat produkált. Mindeközben bőrcacsóból oxigént lélegzett be. Mivel nem jelentkeztek rajta a betegség tünetei, megállapította, hogy a kiváltó ok valószínűleg az oxigén hiánya. Mosso a nyomáskamrán kívül a Monte Rosa csúcsán is végzett méréseket, majd a laboratóriumi és az élesben végzett kísérletek eredményeit összehasonlítva Berthez hasonlóan arra a következtetésre jutott, hogy a betegség hátterében a sejtek részleges oxigénhiányos állapota állhat. Ő azonban Bertel ellentétben azt is észrevette, hogy a betegség kialakulásában az oxigénhiány mellett fontos szerepe van a fokozott légzés miatt kialakuló szén-dioxid hiánynak is. A két világháború között aztán a repülés fejlődésének velejárójaként, és a hegyi sportok iránti egyre nagyobb érdeklődésnek köszönhetően tovább bővültek az oxigénhiány következményeivel kapcsolatos ismeretek. Észrevették, hogy a különböző szervek nem egyformán érzékenyek az oxigénhiányra – így a tünetek kialakulásában nagy szerepe van az egyes szervek érzékenységének. Megállapították, hogy a betegségnek három különböző megjelenési formája van.

A kutatók már régen rájöttek arra, hogy a tengerszinttől felfelé haladva a levegő nyomása – és ezzel együtt az oxigén parciális nyomása is csökken. Dalton törvénye mondja ki, hogy egy gázelegyben minden alkotórésznek saját nyomása van, és ezek összege egyenlő a gázelegy tényleges nyomásával. Az oxigén részaránya a levegőben 21 %, csakhogy a légnomás emelkedésével az oxigén parciális nyomása – vagyis a belélegzett levegő oxigéntartalma – is csökken. Míg tengerszinten a légnomás 760 higanymilliméter, addig 2600 méteren már csak 543, 6100 méteren 356 higanymilliméter! Amikor Reinhold Messner és Peter Haberer 1978. május 8-án, a történelem során először oxigénpalack használata nélkül feljutottak a Mount Everest csúcsára,

az általuk belélegzett levegő nyomása – és így az oxigéntartalma is – kevesebb, mint harmada volt a tengerszinten belélegzett levegőének. A légnyomást a földrajzi hely mellett az évszakok váltakozása is befolyásolja. Az egyenlítő felett a troposzféra „kududorodik”, itt a magassága 19 kilométer, míg a sarkoknál alig 9 kilométer. A légoszlop tömegéből adódó légnyomás így az egyenlítőn jóval nagyobb.

Leegyszerűsítve tehát elmondhatjuk, hogy a tengerszint feletti magasság növekedtével csökken a belélegzett oxigén mennyisége, a hegyibetegség kialakulásának veszélye pedig nő. De vajon különböző magasságokban egyforma esélye van a betegség kialakulásának? A kutatók megfigyelései szerint a magashegységek három szintre oszthatóak a betegség kialakulásának gyakoriságát alapul véve:

Nagy magasság: 2700 méter az a magasság, amit a betegség kialakulásának alsó határaként emlegetnek. Ez alatt a magasság alatt nagyon kicsi a valószínűsége a betegség kialakulásának.

Nagyon nagy magasság: 3500-5000 méteres tengerszint feletti magasságban van a halálesetek döntő része. Ezt a magasságot nevezik felső élettani határértéknek – eddig a magasságig képes a szervezet megfelelően alkalmazkodni az oxigénhiányhoz. E felett a magasság felett a szervezetnek állandó oxigénhiánnyal kell megküzdenie. Az ebben a magasságban bekövetkezett nagy számú haláleset oka talán az lehet, hogy ebbe a magasságba még viszonylag egyszerű eljutni, így megfelelő tapasztalatokkal nem rendelkező személyek is feljuthatnak ide.

Extrém magasság: 5500 méter felett már olyan régió terül el, ahová többnyire csak tapasztalt hegymászók jutnak fel, akik megfelelően akklimatizálódtak. Ebben a magasságban a balesetek többsége éppen ezért inkább a kicsúszásnak és a kihülésnek „köszönhető”, mintsem a hegyibetegség valamelyik változatának.

A hegyibetegség változatai

Mint a fentiekből kiderült, a hegyibetegségnek három változatát ismeri a tudomány. A három forma azonban egyszor betegséget takar, és akár együttesen is kifejlődhet.

A hegyibetegség kezdeti stádiuma az úgynevezett **heveny hegyibetegség**. Tünetei: fejfájás, hányinger, hányás, étvágytalanság, kimerültség. Ez a kórkép a hegyekben nyaralók, mintegy negyedét érinti. A heveny hegyibetegség nem szokott végzetessé válni, de tünetei olykor igen súlyosak. Jelentkezése akár 2000 méter körüli magasságban is számítani lehet, de megjelenése erősen személyfüggő.

A következő fokozat a **magashegyi tüdővízenyő**. Viszonylag szerény, 2500 méteres magasságban is termelődik bizonyos mennyiségű folyadék a tüdőben – ez a megnövekedett vérnyomásnak, valamint az ennek következtében kialakuló, a tüdőartériákban megjelenő magassabb vérnyomásnak a következménye. Ilyenkor a lecsökkent oxigénmennyiséget a szervezet megnövekedett pulzusszámmal és verőterfoggal igyekszik pótolni a sűrűbb lélegzetvételek mellett. Ennek következményeképpen a tüdőben található hajszálerek falán át folyadék szivárog a lég hólyagocskába. Ez jó esetben gyorsan felszívódik, egyes esetekben azonban felhalmozódik, – leginkább nagyobb tengerszint feletti magasságban – és a tüdőben felhalmozódva akadályozza az oxigén eljutását a lég hólyagocskákból a vérbe. Emiatt aztán súlyosbodik az oxigénhiány, és egyre több folyadék szivárog a tüdőbe. Legrosszabb esetben a beteg belefulladás saját testnedveibe. Mindennek kísérőjelensége lehet a magaslégzés, amely erős köhögéssel, és vérrel festett köpet ürítésével jár.

A következő, súlyosabb kórkép a **magaslati agyvizenyő**. Akár 3000 méteres magasságban is jelentkezik, és az agy egyes területeinek működészavaraihoz vezet. Korai figyelmeztető jelei a mozgáskoordináció zavarai, amelyek megnyilvánulhatnak dülöngélő járásban, vagy a finomabb mozgások pontatlan kivitelezésében. Ezek a zavarok a kisagy duzzanatának tulajdoníthatók. A tudatzavar és az érzékszálódások szintén a kísérő tünetek között szerepelnek.

A tünetek spektrumának másik végén egy, a hegymászókat nem érintő betegség, az üdült hegyibetegség található. Ez a betegség a magashegyi népeknél, jelentkezik. A 4000 méter felett élők viszonylag kis százalékát érintő betegség tünetei az állandó fáradtság, fásultság, mellkasi

fájdalom, bokaduzzanat. A betegségben szenvedők vörösvértestjeinek száma rendellenesen megemelkedik, vénáikban és tüdejükben pedig vérrögök keletkeznek. Az ebben a betegségben szenvedők többségénél a végeredmény halál, amennyiben nem költöznek a tengerszinthez közelebb eső régióba.

A hegyibetegség enyhe formája általában néhány nap alatt elmúlhat, amennyiben a beteg szervezete képes alkalmazkodni a megváltozott körülményekhez. Amennyiben a súlyosabb lefolyású tüdő vagy agyvizenyő gyanúja felmerül, a legjobb gyógymód az azonnali alacsonyabb szintre ereszkedés. Elégendő mintegy ezer méterrel lejjebb ereszkedni, hogy a beteg állapotában gyors javulás jelentkezzen. A túrát azonban ekkor sem szabad folytatni, mindenképpen orvosi felügyeletre van szükség a beteg állapotának stabilizálásához. Ha javulás mégsem következne be, más betegségekre kell gyanakodni. Hegyibetegség esetében jó megoldás lehet oxigén belélegeztetése is, nagy magasságban azonban, ahol a készülékek amúgy is korlátozottak, ez sem kélsleltetheti a leereszkedést! Ha az azonnali leereszkedésre nincs mód, rövid távú megoldás lehet, ha erős fájdalomcsillapítót, vagy vízhajtót (húgyhajtót) adunk a betegnek. A hegyibetegség megelőzésének érdekében mindenképp igyunk a tengerszinten megszokottnál nagyobb mennyiségű folyadékot. Ennek oka, a száraz levegő által a légzéssel elvesztett folyadékmennyiség pótlása. Jótékony az is, ha a mászóknak az első pár napban kerülük a túlzott megerőltetést. Figyelni kell a só fogyasztásra – a szokásosnál nagyobb mennyiségű só fogyasztása vízvisszatartáshoz vezet, ami elősegíti a betegség kialakulását.

Az akklimatizáció szabályai (DR. Gárdos Sándor nyomán)

Az akklimatizáció egyénileg különböző magassági küszöb – körülbelül 3000 méter felett – kezdődik. Minden alkalmazkodás e küszöb felett lépcsőzetes. Egy adott magassághoz való sikeres alkalmazkodást követően tovább emelkedve újra akklimatizálódni kell.

A sikeres akklimatizáció érdekében fontos minden alvási magasság. Aludni lehetőleg a napi csúcsmagasságnál alacsonyabban – lehetőleg az előző napi alvási magasság felett körülbelül 300-600 méterrel magasabban aludjunk 1000 méterenként két éjszakát ugyanazon az alvási magasságon kell tölteni. A napi túracél lehetőleg ne legyen az előző napi alvási magasságnál 1500 méternél magasabban. Az akklimatizációhoz szükséges idő egyénileg változó – 4000 méteres magasságnál öt-hat nap, 5000 méternél körülbelül két hét. 5000 méter felett alapfeltétel a tökéletes alaptábori akklimatizáció. Ennek elérése után is többnapos pihenőre van szükség, testi megerőltetés nélkül. Fokozatosan kell felfelé haladni, az alvási magasságnál legfeljebb 1000 méterrel nagyobb magasságig. Csak két-három nap ilyen túrázás után szabad az első hegyi táborban aludni. Legkésőbb két, így felépített hegyi tábor után vissza kell térni az alaptáborba, és ott két-három napot pihenéssel tölteni. Rossz idő beköszöntekor ajánlott annak végét az alaptáborban kívárni.

Extrém magasságban a legártalmatlanabb sebek, betegségek (megfázás, kisebb gyulladások, sebek, sérülések) sem gyógyulnak, viszont nagyon hamar súlyosbodhatnak! Ezért ilyen esetben azonnal vissza kell térni az alaptáborba!

Csúcsmászásra kísérletet tenni annál legfeljebb 1000 méterrel alacsonyabb alvási magasság elérése után szabad. Lehetőleg az alaptáborból, a közbülső táborokban tartózkodást a minimálisra csökkentve. Mivel a csúcsmászás különösen veszélyes szakasz, ezért a csúcsmászás után azonnal meg kell kezdeni az ereszkedést. Ezt a lehető legalacsonyabb magasságba történő ereszkedésig kell folytatni, de minimum az előző alvási magasság alá!

Az extrém körülmények által kiváltott egyéb károsodások

Nem a hegyibetegség szövődményei ugyan, de jó megelőzni őket...

Gyakoriatik a szemben bekövetkező elváltozások. Ezek szintén az oxigénhiány következtében alakulnak ki. Egy részük az oxigénhiányra érzékeny pálcikasejteket érinti. Ezek működési zavarai miatt tompa fényben a látás akár ötven százalékkal is gyengülhet. Emellett 4500 méter felett a szem recehártáján apró bevérzések is keletkezhetnek, amelyek rendszerint észrevétlenek maradnak, és nem is feltétlenül zavaróak, de egyesek szerint körjelző értékűek, utalhatnak a

szervezet más pontjain megjelenő bevezésekre. Szintén a szemet érintő probléma az erős ultraibolya sugárzás által kiváltott hóvakság, amely akár egyórás fényhatás után is kialakulhat, de tünetei csak tíz-tizenkét óra után jelentkeznek. Az ilyen szem fáj, olyan érzést keltve, mintha homok került volna a szemhéj alá. A tünetek idővel maguktól is enyhülnek, de a szem eltakarása, leragasztása, illetve gyógyszeres kezelése gyorsítja a folyamatot. Gleccszemüveg használata megelőzheti a hóvakságot!

Szintén fontos a kihűlés megemlítése is. Ha a szervezet kihűl, legfontosabb a maghőmérséklet – a belső szervek normális működéséhez szükséges hőmérséklet fenntartása. A kiálló testrészek ilyenkor veszhetnek – a hőközpont „kérésére” a végtagokban a keringés lelassul. Így kevesebb hő vész el, végtagjaink viszont elveszhetnek. A fagyási sérülések kezelése nagyon nehéz. A gyors és azonnali felmelegítésen (35-42 celsiusfokos vízzel) kívül szinte semmilyen terápiás lehetőség nem áll rendelkezésre. Gyakran hónapok múlva, az érintett testrész amputálásával fejeződik be a kaland. Ezért amennyire lehet, meg kell előzni az ilyen jellegű sérülést! Hogyan? Tisztában kell lenni vele: hidegben a fagyás bármikor létrejöhet! Tehát az irányelvek: jól táplálkozni; elegendő folyadékot fogyasztani; jól záró, száraz ruházatot viselni; Szükség esetén ezt azonnal cserélni. Fontos az állandó fizikai aktivitás, de vigyázat: az izzadás ilyenkor káros lehet! Ha mégis kialakul a fagyási sérülés, és nincs a közelben egészségügyi ellátás, legfontosabb a fagyott testrészt mielőbb meleg (35-42 C) felmelegíteni. Szigorúan tilos minden más melegítési mód (gázfűző, fűzőlap, tűz), tilos továbbá dörzsölni (hóval vagy anélkül) a sérült testrészt! Végül lehető leggyorsabban orvosi ellátást kell találni, mert a fagyás gyógyítására legtöbb esély közvetlenül annak bekövetkezése után lehetséges!

Fontos még megemlíteni a száj és az orr nyálkahártyájának kiszáradása következtében kialakuló különféle fertőzéseket, melyek nem elégséges folyadékbevitel következtében alakulhatnak ki. Ilyenkor a kiszáradt nyálkahártya-felület felrepedezik, ezzel kaput nyitva a különféle baktériumok és vírusok szervezetbe jutásához. Az így kialakult fertőzéseket aztán nagy magasságban már igen nehéz gyógyítani, sok esetben a csúcstámadás megghiúsulásához vezethetnek.

Fontos még megemlíteni a nagy magasságban, az erőteljesebb UV sugárzás következtében kialakuló leégést, és az esetenként megjelenő égési sérüléseket (!) is. Az előbbi magas faktorszámú napvédő krémmel, az utóbbit szellős ruhával előzhetjük meg, és azzal, ha különböző bőrfelületeinket nem tesszük ki közvetlenül az erős napsugárzásnak.

Zárszó

A heggyibetegség és az akklimatizáció tanulmányozásából az derül ki, hogy a magashegyi körülményekhez való alkalmazkodásnak sajnos megvannak a maga határai. Persze ez nem tart vissza attól egyetlen hegymászót sem, hogy újra és újra elinduljon az úton, amely az istenek lakhelyére, az örök hó és jég birodalmába vezet. Mindezek mellett talán találó a megállapítás, hogy a legmagasabb csúcsokat az ember soha sem fogja igazán meghódítani, azok mindig megmaradnak lenyűgöző, de távoli birodalmaknak, amíg világ a világ.

Remélem ezzel az írással hozzájárulhatok egy kicsit az idei Mont Blanc expedíció sikeréhez, ha magam nem is lehetek ott a csapattal!

Sok sikert kívánok az összes útrakelőnek!

Török-Ilyés László, MKE

Szakirodalom

Dr. Takács Anna: Amikor a hideg támad. Mount Everest heggyisport és túramagazin (2002)

4. szám, 25. oldal;

Charles S. Houston: A heggyibetegség (1992. december) American Science; 8. évf., 12. szám, 26-32. oldal; Hegymászás – oktatókönyv, MAHOE; Mályi József, Babcsán Gábor; ...

Bálint Péter: Orvosi élettan 1-2., Medicina könyvkiadó (1986);

Csaba György: Orvosi biológia, Medicina könyvkiadó (1983);

Silbernagl – Despopoulos: SH Atlasz – Élettan, Springer Hungaria (1994);

Török-Ilyés László: A heggyibetegség – szakdolgozat (ELTE TFK biológia tanszék, kari könyvtár)

Az „Északi Zöld”

Harmadik rész: Somoskőtől Domaházáig

Vasárnap reggel először Salgótarján felé festettük fel a zöld négyzetet, majd Somoskőtől a határsávban festettünk zöld sávot Medvesen keresztül Matyó-lápáig. Nagyon nehéz volt Ickós-bérc után a terepen haladni. Jónak láttuk a korábbi alapozó jelzéseinket besűríteni. Igyekeztük tartani a határsávot, de néha tíz-húsz méterre is el kellett távolodnunk tőle. Mónika jól összekente magát a festékkel, többször magára öntötte, mert nagyon nehéz a festékes vödörrel egyensúlyozni ezen a mély árkokkal szabdaltn terepen. A Somoskő várához visszavezető utat most hamarabb megtaláltuk, mint a szakácsommal. Mónika hazautazott az esti vonattal, magamra maradtam. Elautóktam Karancsberénybe, hogy az erdésztől, Tözsér Máriától elhozzak néhány akácfa oszlopomat.

Az esti dolgokkal egyedül nem akartam bíbelődni, ezért már nem ettem, nem ittam,



Mályi József eligazítótábla feliratozása közben

úgy ahogy voltam, lefeküdtem aludni. Reggel az eső ébresztett fel. Kemény nap elé nézek, gondoltam magamban. Hét oszlopot hoztam el az erdésztől. Úgy vizesen és sárosan tettem fel a kocsi tetejére és néhányat a kocsi alá is. Kivitettem a korábban használt karancsberényi pihenőhelyre meghántolni. Bőrig áztam, mire végeztem. Nem volt miért sietnem, ezért mindent alaposan lemostam a sártól. Nem ettem, nem ittam, céltalanul elindultam. Óvatosan nyomtam a pedált, tekerem a kormányt. A legjobb helynek a Dornyay fogadó látszott, ahova mehettem volna, elbújni az eső elől, de valami azt súgta, hogy menjek Rónabánya felé a terepet feltérképezni. Rónabányán keresztülhaladva, megérkeztem Ceredre. Ott kimentem az ideiglenes határátkelőhöz, s körülnéztem. Sorompó le volt eresztve és lakattal zárva. Tényleg ideiglenes átkelő. Ritka alkalmakkor van csak nyitva. Az eső csak nem akart alábbhagyni. Bementem a Polgármesteri Hivatalba és közöltem a jegyző asszonnyal, hogy mi járatban vagyok és, hogy jó lenne, ha valami fészert adnának szállásul nekem néhány napra. Megérkezett Czene Árpád, Cered község polgármestere, aki úgy gondolta, hogy jobb lesz nekem fészker helyett nála laknom, amíg a térségben dolgozom. Étellel, itallal, megvetett ággyal láttak vendégül Katalin feleségével.

úgy ahogy voltam, lefeküdtem aludni. Reggel az eső ébresztett fel. Kemény nap elé nézek, gondoltam magamban. Hét oszlopot hoztam el az erdésztől. Úgy vizesen és sárosan tettem fel a kocsi tetejére és néhányat a kocsi alá is. Kivitettem a korábban használt karancsberényi pihenőhelyre meghántolni. Bőrig áztam, mire végeztem. Nem volt miért sietnem, ezért mindent alaposan lemostam a sártól. Nem ettem, nem ittam, céltalanul elindultam. Óvatosan nyomtam a pedált, tekerem a kormányt. A legjobb helynek a Dornyay fogadó látszott, ahova mehettem volna, elbújni az eső elől, de valami azt súgta, hogy menjek Rónabánya felé a terepet feltérképezni. Rónabányán keresztülhaladva, megérkeztem Ceredre. Ott kimentem az ideiglenes határátkelőhöz, s körülnéztem. Sorompó le volt eresztve és lakattal zárva. Tényleg ideiglenes átkelő. Ritka alkalmakkor van csak nyitva. Az eső csak nem akart alábbhagyni. Bementem a Polgármesteri Hivatalba és közöltem a jegyző asszonnyal, hogy mi járatban vagyok és, hogy jó lenne, ha valami fészert adnának szállásul nekem néhány napra. Megérkezett Czene Árpád, Cered község polgármestere, aki úgy gondolta, hogy jobb lesz nekem fészker helyett nála laknom, amíg a térségben dolgozom. Étellel, itallal, megvetett ággyal láttak vendégül Katalin feleségével.

Pár évvel ezelőtt, turistaként szállást kerestünk Bódvaszilason. Nem került a faluban egy szállásadó sem. Akkor, egészen Jósfaóig sodródtunk. Sokszor úgy gondoljuk, hogy mára már az emberek sündisznókká lettek. Megközelíthetetlenek. Szerencsére nem így van. A feladatokat, legyen az a Kárpát-Koszorú túra, vagy éppen ez a hosszú távú jelzésfestés, azért szeretem, mert van valamilyen ürügy a kapcsolatfelvételre, találkozásra. Kulcs a zárban. (Persze, nem szabad visszaélni az emberek jóindulatával, jóságával!) Sok jó ember él a közelünkben, akik magukból adni tudnak, adni szeretnének. Ilyen embernek ismertem meg Czene Árpád ceredi polgármestert is.

Este újabb meglepetés várt rám. Éppen a beszámolómat írtam a Kárpáti Lapoknak, mikor harminc év körüli, nagy bozontos hajú férfi kereste Árpádot. Kiderült, hogy ő, Cene Gál István helybéli festőművész. Házigazdám azonnal bemutatott neki. A festő lelkesen beszélt a kiállításairól, a párizsi, prágai tanulmányútjairól. Ömlöttek a szavak a fiatalemberről, mint a megáradt patak. Egy kis prospektus került a kezembe, benne a legutóbbi kiállításának képeivel. Gyönyörű, kidolgozott, igényes munka. A mai modern magyar művészettől teljesen eltérőek. Élvezhetőek a színei, kidolgozott, szép témái. Sokáig beszélgettünk a festészet irányiról, az ő elképzeléseiről. Azt hiszem, érdemes lesz megjegyezni Cene Gál István nevét.

Másnap reggel még eléggé esőre állt az idő. Czene Árpád hivatalos ügyben, korán indult Pestre, Rónabányáig elvitt. Onnan elindultam Északra, feltérképezni a Matyó-lápa felé menő utat és melleleg jelzést festeni. Mint aki jól végezte a dolgát, ötszáz méter után visszafordultam Rónabányára és elindultam Cered felé a műúton. Bánhidi Attila, határori jelentések alapján a műút festését javasolta. Egy darabig a műúton mentem (Szilvaskő leágazásig).

A sarki buszmegálló után, betértem a határsávba. Mégiscsak jobb erdei úton bandukolni. Szép is volt. Az eső éppen csak annyira szemerkélt, éppen hogy lehetett dolgozni. Éppen hogy nem mosta le a fáról. Hol erdős ligetekben, hol nyílt mezőkön vezetett az út. Cered fölé megérkezve elfogytak az erdők, csak a határkövek vezettek be a falu határába. Egy patak keresztezte az utamat, rajta rossz kis hidacska. Életveszélyes azon átkelni. Remélhetően hamarosan újat építenek helyette. A falu határában az ideiglenes határátkelő éppen nyitva volt. Itt, alaposan kijeleztem az autóutat keresztező turista ösvényt. Még volt egy kis időm sötétedésig, még négy darab akác oszlopot is felállítottam a továbbvezető útra. Az elsőt a határátkelőhöz, az utolsót másfél kilométerrel Zabar felé, a falu fölé. A táblamegírás és kihelyezés másnapra maradt, még így is a borongós, esős idő ellenére, jól haladtam. Egyedül nyolc kilométert jutottam előre (a teljes festéssel: a fehér és zöld sávval együttesen) és négy oszlopot állítottam fel.



A dolgoz szlovákiai magyarok Ceredtől északra

Másnap reggel az este megfestett táblák felszerelésével kezdtem a napot. Három tábla kellett a ceredi határátkelőhöz, kettő föl a falu fölötti dombtetőre. A szerelőmunka után fölöslegessé vált szerszámokkal vissza a kocsihoz, vissza a polgármester házához, majd a festőszerszámokkal fel az utolsó jelzésig. Szép időben sokat kirándulgattam anélkül, hogy a jelzésfestés haladt volna. Dél tájban került fel az első jel a szántók között megbúvó árokparton lévő csemete akácosra. Közel két és fél kilométeren keresztül, szántóföldeken vezet a határsáv. Semmi tereptárgy, mire egyetlen jelzést is rakhattam volna. Határköre nem szabad tenni. Ide, legalább tíz oszlopot kell majd kihelyezni. A szántók után, akácos erdőben haladtam, majd ismét bokros területen. Apró ágakra lehetett jelzést festeni. Így érkeztem meg Zabar falu leágazásáig. Itt működött egy vámház. Mára már csak a romjai láthatók. A vámház után egy jó minőségű kövezett út, a „közös út” vezetett Péterfalva letérőig. A határkövek hol az egyik, hol a másik oldalon mutatják a határt. A tegnapi menethez



Victor Mónika Cered határában festeget

képezt, keveset, kb. öt és fél kilométert haladtam előre. Gyalogosan a már jelzett úton mentem vissza a vámházig, onnan le Zabar felé. Útközben megálltam Felsőutas-pusztánál. Terveztem, hogy másnap idáig feljövök autóval. Jó lenne biztonságba tudnom, mikor elhagyom majd. Szegényes házhoz dolgozók emberek érkeztek. Látszott, hogy náluk jó helyen lesz a kocsim. Beszédbe elegyedtem velük. Még egy kávéra is meghívtak. Meredek dombokon keresztül mentem vissza Ceredre. Már késő este volt, mikor a polgármesterhez megérkeztem. Finom vacsorával vártak.

A következő napon, ha a felállított oszlopok és a kihelyezett táblák számát nézem, jól teljesítettem, ha a lejelzett út hosszát, akkor alig. Megpróbáltam ásóval, talajfúróval, fűrészszel, gallycspeszszel, hántolóval, festékes vödörrel a kezemben, hátizsákkal a hátamon az út jelzését és oszlopozását elvégezni. Majd megszakadtam. Három oszlopot kiállítottam. Még hármat cipeltem magammal, mert ismételt szabad területet mutatott a térkép. Amikor mély árkok állták utamat, feladtam ezt az embertelenül nehéz cipelést. Ledobtam a meghántolt oszlopaimat és elrejtettem a festő kellékeimet. Az oszlopállító

szerszámaimat visszavittem a kocsihoz. A nagy séta után folytattam a jelzésfestést. Egyedül nem megy festeni is, és oszlopokat állítani. Fenyves-tetőig, kb. 3 kilométert jutottam előre és nagyon elfáradtam. Fenyves-tetőről tájoló nélkül indultam el Felsőutas-pusztá felé, a kocsimhoz. Kissé félő volt ismeretlen terepen a sok erdészeti út szövevényében irányba haladni, mert már sötétedett is. Szerencsésen, eltévedések nélkül találtam le a kocsihoz. Czene Árpád és felesége már aggódtak miattam. Mikor megérkeztem, ismét finom vacsorával fogadtak. Péntek reggel elköszöntem tőlük. A festést Rónabányától B. Attila útkijelölését Medves felé folytattam tovább, pontosabban Matyó-lápa irányába. Attila utasítása szerint, Rónabányától négy-ötszáz méterre kell Keletre fordulnom, a határsáv közelében futó erdőgazdasági utat megtalálva Matyó-lápa felé menni. Annak rendje-módja szerint megta-

láltam az utat, de a bejáraton egy természetvédelmi tábla megállított. „Természetvédelmi Terület, belépés csak engedéllyel.” Itt tehát nem lehet belépni, tovább kell Északra tartani. Észak felé, a sárga jelzésű turistaúton haladva, több utat, ösvényt is találtam, de mindegyiket levédtek táblákkal. Egészen felmentem a már megismert piros keresztjelzésig. Amikor a határsávból kijöttünk (a szakácsommal, ill. Mónikával), akkor azon mentünk fel Somoskőre. Egy felhagyott kőbánya felé vettem az utamat. Biztos voltam abban, hogy ott már szabad lesz a határsáv felé menni. A turista térkép szerint, szabad volt. Egy újabb tábla szerint, nem. Már öt kilométernyi utat festettem fel, hiába. Lesz, ami lesz, elmentem a tábla mellett, be a kocsúton a határsáv felé. Végigjelmeztem további nyolcszáz méternyi szakaszt. Megérkeztem a kihelyezett tábláimhoz. A jeleket szép bükkfákra tehettem. Ideális környezet, abnormális emberi rendelkezések árnyékában. Azt azért el kell ismerni, hogy gazdag vadállomány van itt a határsáv és Somoskő – Rónabánya között húzódó turista utak



Északi Zöld színben a fűrgegyík

közötti területen. Ha mindenütt zavarják az állatokat, akkor mindenütt megszűnik az életük. Nagy veszteség a fajok eltűnése, de a bakancsos turistáknak is kellene életteret biztosítani. Ebben a térségben, táblákkal több terület védett le a Nemzeti Park, mint amennyit a turista térképen bejelöltek. Lehet, hogy ma hiába dolgoztam, sőt némi kárt is okoztam... Hat kilométert haladtam. Mónika ismét eljött segíteni, az esti vonattal érkezett. Már nem mertem visszamenni Ceredre, ezért a közelében sátraztunk. Alig állítottuk fel a sátrat, jótét lelkek által riasztott határőrök már meg is találtak. Rutinosan nyúltam a pecsétes papírjaim után, mikor az egyik járőr felismert és nem tartott igény rájuk. Kicsit ismét elbeszélgettünk velük, majd magunkra hagytak. A szombati napot ismét karózással kezdtük meg. Rónabánya szélére kihelyeztünk egy oszlopot. Már nagyon útban volt a kocsiban. Három db. táblával igazítottuk helyes irányba a vándorokat. Kocsival elmentünk Ceredig. Immáron segítséggel mentem fel a falu fölötti szántókhoz, oda, ahol korábban nem tudtam jelzést elhelyezni. Öt db oszlopot állítottunk fel Mónikával. Az oszlopozáson kívül, nem

is sikerült mást csinálnunk, előre haladni a jelzéstfestéssel.

Vasárnap egy-egy festékes vödörrel, és az oszlopállító szerszámokkal indultunk a határsávnak. Kis kavarással értünk meg Domaháza fölé. Vittünk mindent a festéshez és útjelzőkaró állításhoz. A térkép szerint, a szlovák oldalon erdő van, a magyaron csak legelő. A valóságban a magyar oldalon is erdő van, legalább is a határsáv közelében, mégpedig feketefenyő-erdő. Szép részeken haladtunk keresztül, de Curgó-bérc és Szekeres-Bükk közötti szakaszon, erdőtűz nyomait láttuk. Felső-völgyön ereszkedtünk vissza Domaházára, miután hét kilométernyi szakaszt festettünk le fehérrel is és zölddel is.

Mályi József, MKE

fotók: Mályi József és Nagy Péter

A vízesések kellős közepén

Különleges élményben volt részem: *canyoning* – vadvízi extrém sport, ami abból áll, hogy egy szorosban a patak folyását követve sziklán, sziklák közt kell leereszkedni. Hol mászva, hol rappelezve, hol ugorva - természetesen végig vízben. Olaszországban ez egy közismert sport, nekem viszont teljesen új volt. Sőt, azt hiszem, sok olvasóban fog felmerülni a kérdés, hát normális, aki ezt csinálja?

Nem hétköznapi élmény, az biztos. Jó adag bátorság, elszántság, kalandvágy kell ahhoz, hogy valaki kipróbálja ezt az örültséget (sőt, bizonyos helyeken kemény 100 €-t kell lepengetni a hegyi vezetőnek, ha az ember nem a CAI-val megy). Az sem elhanyagolható, hogy 6-7 órán keresztül jéghideg vízben van az ember, vagy ha vannak is száraz szakaszok, a rajta levő ruházat végig vizes. Ezért van szükség speciális öltözékre, úgynevezett neoprém kezeslábasra. Az elején furcsán éreztem mézesellenes volt „szivacska-kal úszni. Egy idő után azonosodik bőröm lett volna. Annyi-hogy megfelelnek a zavaró hogy vacognak a fogai a hideg-hegy gyomrában vagyunk, el-szűkülő sziklafolyosók, víz ál-dálatos vízesések, különleges

És mindez elzárva a földi megközelítési mód a kötélén csak a csúszós moha nehezít, raz sziklafelület, de legtöb-b-kell haladni. Eleinte prüszköl-hogyan tudnék kievickélni be-jöttem, sellőként siklottam le-veztem, mintha vidámparkban séggel, hogy a sok furcsa szik-munkája. Mindig más és más összezárult a magasban, mint-hol meg szűk kis járatát alakult. engedett be, melyek játékosan



© Gruppo Grotte Emilio Roner ©

Részlet az útvonalból.
Vajo dell'Orsa,
Monte Baldo (VR),
szintkülönbség: 650 m,
hossz: 5 km

rön, máskor meg teljesen kiszélesedett. Hatalmas sziklafalak magasodtak fölöttünk, alattunk meg dübörgött a lezúduló víz, egyes helyeken 5-6 méter magasságból kellett leugrani és nem volt idő tévovázásra, hisz utánam s előttem vártak a többiek. A 20 méteres falakon kötél segítségével ereszkedtünk, melynek az volt az egyetlen hátránya, hogy amíg megvártam, hogy az előttem levő 20 személy leérjen, majd megvesztem a hidegtől. Amíg mozog az ember, nincsen baj, de ahogy egy hegyben kell állni, rögtön kihül a test. Ezért ideális kis csapattal menni, hogy az ember teljesen át tudja adni magát e rendkívüli élménynek.

Mert valóban fantasztikus élmény. Egrészt ott van a veszély, a kaland kockázata, mely felpörgeti az embert, másrészt annyira szépek, különlegesek és titokzatosak ezek a helyek, hogy már csak a látvány lenyűgöző, a természet szépsége teljesen magával ragad.

Keves Annamária, EKE Marosvásárhely

magam benne, valahogy ter-báttal”, bakancscsal meg sisak-ban már úgy tűnt, mintha má-ra szép helyeken jár az ember, apróságokról, még arról is, től. Az volt az érzésem, hogy a varázsolt mesevilágban. Összet-al kivájt mély medencék, cso-sziklaképződmények.

halandó elől, hisz az egyetlen való ereszkedés. Amit néhol jobb esetben van egy kis szá-sztor a vízesés kellős közepén tem és kapkodtam a fejem, lőle, aztán egyre inkább bele-fele. A csúszdákat nagyon él-lettem volna, azzal a külön-b-laképződmény a természet arcát mutatta a szoros, hol ha egy nyitott barlang volna, Néha csak néhány napsugarat táncoltak a türkiszszöld víztük-

Sítúra a gleccserek birodalmában

Egyetlen hétvégén három háromezres! Csodálatos! Magam is alig hiszem, hogy mindez velem történik. Én, aki eddig alig néhány sítúrán vettem részt, egyből beugrottam a mély vízbe – Silvretta hegység, Kelet-Tirol.

Galtür-ből (1584 m) indultunk, kezdetben gyalog, síekkel a hátizsákon, majd ahogy megjelent a hó, felvettük a túraléceket. Enyhén emelkedett az út, kényelmesen haladtunk, hisz első nap csak a menedékházig kellett eljutnunk. Úgy éreztem, túlságosan is könnyű a túra, olyan hamar megérkeztünk, szinte észre sem vettem. De én voltam az egyetlen, akinek nem volt elég a gyaloglás, hiába győzködtem a többieket, hogy menjünk még el valahova délután, csak heverésztek a napon. Így egyedül indultam el felfedezni a környéket. Gyönyörű helyen van a Jamtalhütte, szinte körülölelik a hatalmas hegycsúcsok, végtelennek tűnő gleccsernyelvek. Ilyenkor érzi az ember, milyen hihetetlenül kicsi a természet nagyságához képest.

Körülöttem mindenütt csend honolt, csak mentem és mentem, mintha elvarázsolt világba értem volna. A lemenő nap sugarai aranyfénybe vonták a távoli sziklabérceket, lassan előbukkant a telehold is, béke és nyugalom uralta a tájat. Ezek azok a pillanatok, mikor az ember szinte egybeolvad a hegyekkel, teljesen átadja magát a természet szépségeinek.

Nem tartott sokáig ez az önfeledt boldogság, vissza kellett térnem a menedékházhoz, hisz másnap korán reggel indult a túra. A felkelő nap sugarai útra készen találták a csapatot, öröm volt nézni, ahogy a 37 sílécés, hátizsákos turista libasorba rendeződik. Valahogy volt valami ünnepélyes abban, ahogy mindenki beállt a helyére, órákon keresztül szótlanul és rendezetten haladt felfele. A máskor oly vidám olaszok meglepően komolyak voltak, mintha a gleccser nagysága csendet parancsolt volna közöttünk. Egyre magasabbra és magasabbra értünk, tágult a láthatár, csak úgy bukkantak fel egymás után szinte a semmiből a hóborította hegycsúcsok. Leírhatatlanul szép volt.

A Dreiländerspitze-re (3197 m) nem lehetett síekkel feljutni, az utolsó száz métert jégcsákánnyal, hágvassal és kötélbiztosítással tettük meg, ami méginkább fokozta az élmény intenzitását. Nagyszerű érzés volt felérni a csúcusra, szinte megható volt a hely szépsége, nem is jött, hogy visszaforduljak. Pedig még hátra volt a nap neheze. Le kellett ereszkedni a következő menedékházig. Amíg jégen és sziklán haladtunk nem volt gond, de ahogy visszakerültek a lábamra a lécek, kezdtem elbizonytalanodni. Nagyon meredek volt a hegyoldal, mély a hó, én pedig egyáltalán nem voltam formában. Teljesen más lett volna, ha előtte néhány napot edzem pályán, így viszont több hónapos kihagyás után azt sem tudtam, hogyan kanyarodjak. Ráadásul a jól megpakolt hátizsákom minduntalan húzott vissza. Sorozatosan estem, de ez nem szegte kedvemet, fűrgén pattantam fel s folytattam utamat. Így is lemaradtam a többiekhez képest, akik gondtalanul száguldoztak lefele. Olyan kis buta voltam: hiába láttam, hogy nem tudok lépést tartani velük, a nyomukban akartam maradni. Ahelyett, hogy lassan és nyugodtan ereszkedtem volna, meredeken vettem a kanyarokat, aminek persze mindig ugyanaz lett az eredménye: lehetetlenebbnél lehetetlenebb pozíciókban terültem el a nagy hóban. Borzasztóan fárasztó volt feltápászkodni hátamon a nagy zsákkal de nem hagytam, hogy segítsenek – vagyok én olyan talpraesett, hogy egyedül is boldoguljak – gondoltam magamban, ami megint csak hibás érvelés volt, sok energiát megspórolhattam volna, ha elfogadom, hogy felhúzzanak. Így mire leértünk a Wiesbadener menedékházhoz olyan voltam, mint egy hőembernek álcázott, kicsavart mosogatórongy.

Nekifogtam kipakolni, elrendezkedni, de még jóformán meg sem szusszantam, mikor az egyik srác bejelentette, ő még elmenne valahova. A csapat nagy része már asztalhoz ült és eszük ágában sem volt otthagyni az ebédet, de én nem tudtam ellenállni a csábításnak. Akármennyire is fáradt voltam, újra felvettem a léceket s néhány percen belül indulásra készen álltam. Kemény tempót diktált a négy fiú, de nem mertem reklamálni, így is csodálkoztam, hogy azok után, amit lefele produkáltam, magukkal visznek.

Nagyon fáradt voltam, hisz hosszú utat tettünk már meg aznap. De nemcsak a táv meg a szintkülönbség fárasztott ki, hanem a szokatlan erőfeszítés is. Felfele minden egyes lépésnél ott volt a síléc, az ereszkedésnél pedig a sok esés után nemcsak magamat, hanem a hátizsákomat is ki kellett húznom a hóból. A délutáni túrán igazi megkönnyebbülést jelentett a zsák hiánya, úgy felfele, mint lefele menet. Ahogy haladtunk lassacskán kezdtem elfelejteni a fáradtságot, hisz olyan szép helyeken jártunk, nem találtam szavakat, a sok csoda láttán. Gleccserszakadékok, természet alkotta szebbnél szebb jégszobrok, különleges formájú, színű hó- és jégképződmények. Mintha óriások mesevilágába érkeztünk volna. Megérte legyőzni a fáradtságot, a hegy sokszorosán kárpótolt szépségével. S még ezután következett a nap fénypontja: a visszafele út. Végre élvezni tudtam az ereszkedést, csak úgy suhantam lefele kilométereken keresztül. Nem volt olyan meredek, mint a másik oldalon, jó volt a hó és főleg nem volt rajtam hátizsák. Láttam a fiúkon a megkönnyebbülést, többször is megdicsértek, végre nem húztam vissza a csapatot. Visszatérve a menedékházhoz nem tudom, mit beszélhettek a többieknek, de csak jó lehetett, mert mikor este összegyűltünk, kaptam egy hatalmas tapsot. Annyira jólesett.

Másnap a Silvretta hegység legmagasabb csúcsát másztuk meg, a Piz Buin-t (3312 m), amely már Svájcban található, de semmi sem mutatta, hogy elhagytuk az osztrák határt. Ahogy haladtunk a gleccseren, egyre inkább beborult, csak néha bukkantak fel a távoli hegycsúcsok. Csupán sejteni lehetett a ködfelhő mögött a Svájci Alpokat, időnként fel-felszakadozott a felhőzet, bepillantást engedve a végtelennek tűnő hegláncok fantasztikus világába.

A csúcs meghódítása ugyanúgy történt, mint előző nap, a csapatnak az a része, mely vállalta a sziklák megmászását egy mozgó és egy fix kötélbiztosítással elindult felfele. A lécek helyett hágóvas került lábunkra és nagyon oda kellett figyelnünk az előttünk levő mozgására, mert néha pont olyankor rándult a köté, amikor a legnyakatekertebb pozícióban állt az ember. Lassan haladtunk, mert egyeseknek gondot jelentett a mászás, de jó volt látni, hogy segítik, biztatják egymást, így azok is feljutottak a csúcra, akik kevesebb tapasztalattal rendelkeztek a kételkedtek az elején. A fergeteges csúcslélem elmaradt, mivel szinte semmit sem lehetett látni és ráadásul a szél is fújt becsületesen. Sokat nem időztünk fent, sőt az időjárás miatt a programban szereplő második csúcstról kénytelenek voltunk lemondani, visszafordultunk félúton. Ezt az éjszakát is a menedékházban töltöttük, abban reménykedve, hogy kissé kitisztul, így lehetőség lesz a tervezett útvonalon fejezni be a túrát.

Utolsó nap csodálatos reggelre virradtunk, nagy lelkesedéssel vágtunk neki a Tirolerkopfnak (3095 m). Már egész könnyedén mozogtam, olyanok voltak a síléc, mintha hozzám nőttek volna, elmúlt az első napok görcsössége. Nem fáradtam annyira és bőven maradt időm, hogy csodáljam a tájat, hisz mesebeli helyeken haladtunk keresztül. A csúcstról pompás kilátásban volt részünk, utána pedig egy szinte 1500 méteres szintvesztés következett, ami több órás igen-igen kellemes ereszkedést jelentett. Nagyon megelégedve tértünk vissza az autókhoz, én különösen boldog voltam, hisz ez volt életem első igazi hosszabb sítúrája. Az igaz, hogy nem kis megpróbáltatás volt, de legyőzve a nehézségeket, túllépve saját határain, megtéve azt is, amiről azt hittem, nem volnék képes rá, végül óriási a sikerélmény.

Kedves Annamária, EKE Marosvásárbely

Július**1-16. Mont Blanc csoport környéki túrák**

Lásd a részletes tájékoztatót az áprilisi számban!

Infó: PKE, Vámos László, 30/971-2146

6-12. „Körös 2005”, vízitábor

Táborozás Szarvason

Túrávezető: KEM, Kékesi Antal, 46/373 522

9. „Évforduló” – túra

Felsőtárkány – Peskő-völgy – Peskő – Őrkő ház – Zöld-rét – Felsőtárkány

Táv: 20 km, szint: 700 m, mi.: 8 óra

Találkozó: 7.00, Volán pu.

Túrávezető: Nagy Péter, 30/383-1602

12-16. Tátra 2005, túratábor

Lásd a részletes tájékoztatót a májusi számban!

Infó: KEE, Köves Gyula, 20/325-4943

15-24. Alpok

autó – gyalog

Túrávezető: KEM, Farkas Zsolt, 20/324 2318

22-25. MKE tábor 2005 – Bükk

Lásd a részletes tájékoztatót a júniusi számban!

Infó: KEE, Köves Gyula, 20/325-4943

23-24. Szlovákia – Nógrád, kerékpár

Ipolytarnóc (sátrazás) – Losonc – Nagykürtös – Ballasgyarmat – Mobora – Szentkút – Sirok – Eger

Túrávezető: KEM, Répászky Ernő, 30/392-6152

Túraterv**Augusztus****3-7. EKE XIV. vándortábor**

Lásd a részletes tájékoztatót a KL júniusi számában, valamint az Erdélyi Gyopár 2005/2 és a 2005/3 folyóiratban.

Helyszín: Kapnikbánya mellett

Szervező: Erdélyi Kárpát Egyesület, Gutin Osztyál

5-13. Erdély, Szebeni havasok

magasbegyi túra

Táborozás Szarvason

Túrávezető: KEM, Radnai János, 46/317-014

12-14. Magas-Tátra

Tengerszem-csúcs

Szervező: KEM

Infó: K.A.-K.A. BT. 20/942-9182

12-21. Fogarasi-havasok

Kárpát-Koszorú Nemzetközi Túramozgalom

Túrávezető: PKE, Vámos László, 30/971-2146

18-22. Lengyel-Tátra

Sasok útja

Túrávezető: KEM, Farkas Zsolt, 20/324-2318

20-21. Kaptárkő túra

Bükk, Mocsolyás – Eger – Bogács (sátorozás)

Túrávezető: KEM, Radnai János, 46/317-014

Hideghegyi helyzetjelentés

2005. július 19-én hosszabb eszmecsere-t folytattam Kovács István Vilmoossal, a Nemzeti Fejlesztési Hivatal elnökhelyettesével Nagy-Hideghegy kiváló adottságainak jobb kihasználásáról.

A beszélgetés alapja az általam megküldött fejlesztési koncepció volt. Az őszinte jóindulat és segítőkészség mellett az világott ki a beszélgetésből, hogy a döntően uniós támogatásból megvalósuló fejlesztés alapja a megfelelő pályázatot benyújtó társulás, amit a térség összes intézménye támogat. A térség helyzete, besorolása alapján egy önkormányzat a fejlesztéshez 95 %-os támogatást is elnyerhet. Esetünkben – a közlekedési adottságokból fakadóan is – a pályázat benyújtására Szokolya lenne hivatott. A község nem zárkózna el, de saját pénzforrása és az üzemeltetésre alkalmas gazdasági társasága nincs. Jó például kínálkozik, hogy Szob önkormányzata idén 600 milliót nyert el a Szob-Máriánosztra kisvasút helyreállítására, társulva Duna-Ipoly Nemzeti Parkkal, a MÁV-val és a Kisvasutakért Közalapítvánnyal. Amennyiben a pályázatot egy gazdasági vállalkozás (pl. a Si-Ker 2000 Kft) nyújtja be, akkor 50 % saját forrást kell biztosítania.

A fentiek alapján úgy látom, hogy kulcsfontosságú két intézmény, Szokolya és a Duna-Ipoly Nemzeti Park megnyerése, ez esetben az erdőgazdaság várhatóan nem lesz akadályozó tényező. Ha lenne olyan magánvállalkozó, aki beruház (felvonó, hóágyú, házrekonstrukció), annak is szüksége lenne a hatósági engedélyekre, mindenek előtt a környezetvédelmi hatóság beleegyezésére. Kapcsolatban állok a DINP új, megbízott igazgatójával, az ő hozzáállása a korábbiakénál kedvezőbb, de nem tudom, hogy ez csupán verbális-e, avagy érdemi. S persze kérdés, hogy kinevezik-e a posztra.

Rövid távon tehát azt látom a legcélszerűbbnek, ha Láng Róbert cége folytatja eddigi tevékenységét, de az eddiginél érdemibb szoros együttműködésben a MKE-vel. Vagyis közreműködésünkkel, önkéntes munkánkkal, de a költségek fedezésével tegyük üzembiztossá a két felvonót és a Ratracot, az Unimog járművel és gépi kaszával készítsük elő a pályákat. A Ford-pénzből állítsuk helyre a síutat és javítsunk a pályákon. Irányításunkkal, szoros anyagi elszámolással működtessük télen az egész sí-üzemet. Így nem lesz belőle sem jövedelmünk, sem kárunk, tagjaink pedig vagy részt vesznek a munkában, vagy kedvezményesen használhatják a felvonókat. Szó lehet arról, hogy ősztől valamelyik tagunk vagy csoportunk működtesse Magas Taxot, a rekonstrukció megkezdéséig. Szervezéssel, propagandával hozzunk minél több látogatót a térségbe. Télen locsolással szilárdítsuk a hótakarót, törekedve legalább egy hóágyú üzembehelyezésére. Terjesszük, hogy Taxról kiindulva milyen remek sítúra-lehetőségek kínálóznak – föl a Csóványosra és másfelé is. A meglévő szerény kínálatot kibővítve foglalkozhatunk sífelszerelés-kölcsönzéssel is. Ennél többre nem futja az erőnköből, s nincsenek meg a jogi keretek sem.

Láng Róbert és az illetékes hatóságok beleegyezésével célszerű lenne a taxi réten működő korszerű, nagy teljesítményű liftet áthelyezni a déli pálya meghosszabbított szakaszához, ahol erre alkalmas nyiladék kínálkozik, a réten pedig egy egyszerűbb, köteles bébi-liftet állítani föl. A parkolóból, illetve Királyrétről induló sibuszok ez esetben nem a menedékházig, hanem a déli pályák aljág közlekednének, ezzel meggyorsítva a fölszállítást.

A főtiek megvalósításához kívánatos lenne a sí-szakosztályt létrehozni, egyúttal növelve az Egyesület taglétszámát is.

Nagy-Hideghegy és környéke: a Dél-Börzsöny első idegenforgalmi aduja

Váctól jó negyedórára, Budapesttől - a 2A gyorsforgalmi út jóvoltából – alig egy órányira van, de vonattal és a Börzsönyi kisvasúttal is ennyi idő alatt lehet elérni a Morgó patak kies völgyében fekvő Szokolyára és a hozzá tartozó Királyrétre. Ez a Börzsöny, hazánk különleges szépségű középhegységének a kapuja. Helyes döntés volt ezt természetvédelmi területté, a Duna-Ipoly Nemzeti Park részévé nyilvánítani, de bűn lenne elzárni a természetben szépséget és felüdülést kereső emberektől, a turistáktól, a sportok aktív úzóitól. Ma Európa-szerte az idegenforgalom jelenti a hegyvidéki tájakon a legfontosabb gazdasági ágazatot, ennek révén munkaalkalom és jövedelem keletkezik az egyébként hanyatló, a népességet megtartani nehezen tudó vidékeken.

A Dél-Börzsöny turisztika vonzereje nemcsak a különleges táji adottságokban, a mély, patakok-szabdalta völgyekben, a sűrű erdőségekben és a magas csúcsok kínálta festői panorámában rejlik, de abban is, hogy csak néhány kilométerre fekszik a Dunakanyartól, a történelmet árasztó Visegrádtól, nyáron a vízisportok széles kínálatától, vagy Nógrád és Drégely látványos romvárától.

A 865 m magas Nagy-Hideghegy a hegység második csúcsa, de a Csóványosnál jobban megközelíthető és számos szabadidő tevékenység számára kínál kiváló lehetőségeket. A gyalogos (és egyre inkább a kerékpáros) turizmus számára két menedékháza jelenleg még száznál is

kevesebb látogató számára nyújt szállást és további túrák számára ideális bázist. A Magas Tax tövében, festői alpesi jellegű réten található kisebb turistaház átépítése, komfortosítása, a környékkel kapcsolatos követelmények megvalósítása nem tűr halasztást. Nagy-Hideghegyen a lapos tető állandóan beázik, egy sátozottóval ez kiküszöbölhető lenne, és kis mértékben a férőhelyek száma is nőne. E házra is ráfér a belső felújítás.

A Hideghegy-Szokolya térségben az idegenforgalom elsősorban télen növelhető. Itt található az ország legváltozatosabb, legtöbb élményt kínáló síterepe, jobb kiépítés mellett a jóval ismeretesebb Mátra és Bükk (Kékes, Galya és Bánkút) pályáinál sokkal többet nyújt. A 2004-ben hóágyúkkal gazdagodott Mátraszentistvánon csak két pálya van egyetlen lejtőn, jóval kisebb szintkülönbséggel, mégis a hét minden napján zsúfolt volt. Hideghegy és térsége téli-nyári jobb kihasználásához a következő sürgős fejlesztések szükségesek.

1. A két említett turistaház rekonstrukciója. Magas Tax esetében egy pályázat jóvoltából erre 2006-ban sor kerülhet.

2. Jelenleg Nagy-Hideghegyen működik az ország leghosszabb (500 m hosszú, 230 m szintkülönbségű) felvonója, másfél nehéz (fekete) és egy középnehéz (piros) pályát kiszolgálva. Ennek tehermentesítésére a régi északi kis felvonó nyomvonalának meghosszabbításával, ott egy új felvonó építésével lenne mód. 2005. januártól működik a déli, könnyebb (kék) pályán egy kis felvonó. Szükséges és sürgős a Magas Tax –i rét és Hideghegy között egy vonszolós rendszerű felvonó, ez egyúttal radikálisan megkönnyítené a hegyre történő feljutást, mert a látogatóknak sífusszal csak Magas Taxig kellene eljutniuk, onnan már sível folytathatnák az utat.

3. A klimatikus ingadozások kiküszöbölésére az egész világon elterjedt a „hóágyúk” használata. Ezek minden adalékanyag nélkül, a helyben található vizekből, nagy nyomással szétpermetezve kiváló minőségű, tömör havat tudnak előállítani. E nélkül nem garantálható a hótakaró, nem lehet csoportokat, sítanfolyamokat szervezni. Garantált közönség nélkül hétközben a sílift(ke)t nem lehet beindítani, így a turistaházak ilyenkor kihasználatlanok. (Ugyanis a potenciális közönség jelenleg a jóval drágább, de hóban biztos külföldi – osztrák, olasz, szlovák, francia síközpontokba szervezett egész hetes utakra jelentkezik. Pedig ifjúságunk nagyobbik részét csak az olcsóbb hazai lehetőségekkel lehetne a sportra, közte a különlegesen vonzó sísportra rászoktatni.) Tehát Hideghegyen legalább a pályák egy részén meg kell teremteni a mesterséges hó előállításának a lehetőségét.

4. Hideghegy különleges vonzereje, hogy a hegy csúcsától az inóci autóparkolóiig egy 8 km hosszú lesiklás kínálót vezet. Ennek rendbemozgatását, használatát (amely egyben jelzett turistaút, Hideghegy megközelítésének legrövidebb módja) a Nemzeti Park egyelőre nem engedélyezi. Ezt a hozzáállást meg kell változtatni.

5. A 700 m magasságban található taxi réten egy természetes jégpályát kellene létesíteni.

6. A szánkózók számára részben az említett autóparkoló közelében (450 m tszf), részben a Magas Tax északi oldalában lehet jó pályákat kijelölni, egy ún. téliparkot létrehozni.

7. Királyrét és Szokolya szállóvendégeit menetrendszerű autóbuszjárat (téli sífusz) szállítja az inóci parkolóiig, télen Magas Taxig. Ezt a jól kiépített erdészeti utat közöttük kellene átszolgálni és télen gondoskodni kell rendszeres takarításáról. (Annak nincs akadálya, hogy ezen a Nemzeti Park vagy az erdőgazdaság szerény mértékű útdíjat szedjen, ezzel is szabályozva a térség látogatóinak a számát és visszaszorítva a sajnálatosan terjedő bűnözet, autófosztogatást.)

8. Szükséges a térség turistaútjainak megfelelő karbantartása és jelzése, ideértve a sífutásra, sítúrázásra alkalmas útvonalakat. Ettől az erdőgazdaság és a Nemzeti Park egyaránt elzárkózik. E feladatot a Magyarországi Kárpát Egyesület el tudja végezni, de ehhez – pályázat révén - pénzügyi támogatást kell kapnia.

MKE, Jeszenszky Géza

Magas-Tátra 2005

A Magas-Tátra kedvelőinek jól ismert dátum a 2004. november 19-e, amikor a hegységben e napon söpört végig az utóbbi idők legnagyobb pusztítást okozó szélvihara. Csak emlékeztetőül: 2,7 millió m³ fa dőlt ki, vagy tört ketté 800-1300 m magassági szinten. Minket, a Kárpát Egyesület Eger tátrajáróit nem rémíszttette el a szomorú esemény, hanem megfogadva Ivan Volosčuk professzor úr – a TANAP volt igazgatójának – biztató szavait, a szokásos évi táborunkat, a Tátlalomnic közeli motelekben táborozva, július elején ismételtén megtartottuk.

Már a megérkezésünk napján, Ó-Tátrafüreden gyorsan tájékozódunk a pusztítás következményeiről. Az ingatlanokban, a műszaki létesítményekben, okozott károk nagy részét felszámolták, a faállomány mentésén folyamatosan dolgoznak. A lakott területekről induló főbb turistautak járhatóak, azonban vannak lezártak is. Emiatt érdemes előre tájékozódni a túraútvonal tervezésénél.

Számomra a Tátra 2005 tábor túraprogramjai kellemes kapcsolódást jelentettek. Ajánlom a Magas-Tátrát minden kedves túratársamnak.

Kép és szöveg: Nagy Péter

Felső kép:

Ó-Tátrafüredről fotózva a Nagyszalóki-csúcs.

Középső képen:

Ó-Tátrafüred főutcája.

Az alsó képen pedig: amerre a szélvihar nem pusztított, túra Téry ház felé

