



## "Leporoljuk a Rám-szakadéket"

Vitalitást fokozó, test és lélekébresztő túra, mozgással, jó levegővel, jó társaságban

**Időpont:** 2024. szeptember 28., szombat

**Részvételi díj:** 5500 Ft/fő, 12 éves korig 4000 Ft/fő.

**Törzsutas kedvezményel a részvételi díj: 5000 Ft/fő,**

**gyermek kedvezmény (12 éves korig): 3800 Ft/fő.**

**Jelentkezési határidő: 2024. szeptember 20.**

Részvételi díj tartalmazza az utazást (külön busszal), a túravezetést, és az elmaradhatatlan „energia bombát”.

**Találkozás:** 7.30-kor a Komjádi uszoda főbejáratától balra, 100 méterre az Irgalmasrendi Kórház parkolójában.

**Indulás:** 7.45-kor, autóbusszal. Pontosan indulunk az autóbusszal.

Az udvariasság szabályainak megfelelő néhány percet kivárjuk, de légy te is udvarias, ne vársd a pontosan érkezőket.

Előre nem látható probléma merülne fel, telefonálj időben, hogy ha van lehetőségünk segíteni tudjunk.

Lehetőség van egyénileg is utazni, ebben az esetben a találkozó a Dömösi hajóállomáson van 8.45-kor.

Az utóbbi időkben divatba jött szurdoktúrák a szomszédos országokba csábítottak bennünket, miközben a rég elfeledett Rám-szakadék - ahol természetesen mindenki járt már legalább egyszer - lehet, hogy egészen más arcát mutatja, mint ahogy megismerted.

Tarts velünk szeptember 28-án hazánk legizgalmasabb szurdokvölgyébe és Dobogókőre, ami egyes vélekedések szerint a Föld legerőteljesebb energiaközpontja! A Pilis ahová túránkat szervezzük, a Kárpát-medence kitüntetett helye, spirituális központja, őseink szerint az a pont, ahol "az Ég és a Föld összeér".

Ez a hely, egyesek szerint, ahol a „Föld szíve dobog” 🌀.

A túra során tájba illően fotós ötleteket is kaphatsz, hogy további utazásaidon a legjobb táj, akcióképet tudd készíteni.

A túra közben Dobogókőn megpihenünk és itt fogjuk elfogyasztani a fakultatív ebédünket, ki étteremben, ki büfében, ki „tarisznyából”.

**A túra útvonala:** Dömös - Rám-szakadék - Dobogókő - Lukács-árok - Dömös.

Táv: kb: 14-15 km. Szintemelkedés kb: 400 m. **Középkönnyű túra.**

A túrát azoknak ajánljuk, akik szeretnek az utazások során teljesen kikapcsolódni, szeretik érezni a bőrükön, és a zsigereikben a természet energiáit, és képesek megpihenni, rácsodálkozni a világ szépségeire.



Bizonytalan időjárás esetén 6.00 - 6.30 között hívd a 06-70/935-3988 mobilszámot! Itt megtudhatod, hogy elindítjuk-e a túrát, vagy esetleg áttesszük egy másik napra.

Mindenkinek nagyszerű kikapcsolódást, és felejthetetlen sport élményeket kívánunk.

**Tensi – Rekreál Sport**

1023 Budapest, Komjádi Béla u. 1.

Telefon: 06-70/935-3988

[rekreal@rekreal-sport.hu](mailto:rekreal@rekreal-sport.hu)