

Kedves Résztevők!

A Zselicről röviden: A Zselic egy lankás, erdősült dombvidék, széles dombhátakkal és sok völgygel. **Sokat tekertek majd erdőben, ahol sok helyen nincs térerő.** Ez fegyelmet követel, ne hagyják el egymást ezeken a szakaszokon a csoporttagok. A Túrakísérők tudnak a vízvételi lehetőségekről, ahonnan mindig teli kulacsokkal induljatok tovább. A Zselicben közúton, kerékpárúton, aszfaltozott erdei utakon és murvás szakaszokon is fogtok haladni, rövid földes szakaszokkal. **Nincsenek magas szintek, de egyes napokon ezeket a szinteket többször is le kell küzdeni, mint egy hullámvasúton,** emiatt is kapta a Zselic a 4-es nehézségi besorolást.

Fontos tudnivalók:

A kerékpárflottánk javarészt mountain bike-okból és trekkingekből áll.

Bukósisakot biztosítunk mindenkinek, de ezeken a sisakokon a gondos tisztogatás ellenére is látszik az intenzív használat. **Ha valakinek van saját sisakja, javasoljuk, hogy hozza magával.**

Ha valaki nem jön, beteg lett vagy más érkezik helyette (biztosítása csak annak lesz, akinek az adatai 5 nappal az indulás előtt szerepelnek a rendszerben), kérlek, szóljatok mielőbb erről.

Allergiák, érzékenységek: A legfontosabb információk egyike nekünk és a szolgáltatóknak is. A kézikönyvben szereplő allergiákat, érzékenységeket kezeljük: laktózérzékeny, tejfehérje érzékeny, gluténérzékeny,ogyoróallergiás és vegetáriánus. **Az egyéb speciális étkezési igényeket mielőbb egyeztessétek velünk!**

Tábor előtt

Gyakoroljatok a tábor előtt közösen, csapatban. A Zselic Vándortábor adottságai miatt a stabil váltókezelésre és biztonságos fékhasználatra szükség van. Több balesetünk is volt amiatt, mert a fékeket nem megfelelően használta lejtőn lefelé haladásnál a résztvevő, vagy nem tartotta be a megfelelő követési távolságot. Ez különösen fontos az „első táborozó” csapatoknak. **A váltók megfelelő használatával** sokkal gördülékenyebb lesz a túra, nem merülnek fel az ebből eredő műszaki problémák, nem kell időnként megszakítani a túrát.

A Zselicben **nem lesz csomagszállítás.** Érkezést követően az utazótáskák tartalmát mindenki átpakolja **2 db vízhatlan 20 literes oldaltáskába.** A bőröndök egy csomagszobában lesznek a tábor ideje alatt Szentlőrincen. Otthon le lehet modellezni 2 db 20 literes kukászsákkal, hogy mi fér bele az oldaltáskába és mi az, amit célszerű otthon hagyni.

HÁLÓZÁSÁKOT és LEPEDŐT hoznotok kell magatokkal (a szálláshelyeken nem lesz ágynemű), ha az nem fér bele az oldaltáskába, **egy vízhatlan táskára és egy gumipókra**

szükségetek lesz, amivel a csomagtartóra tudjátok rögzíteni azt. **Ezekről a résztvevőknek maguknak kell gondoskodniuk!**

Kormánytáskát a rögzítő adapterrel felszerelt kerékpárokhoz biztosítunk, ezek korlátozott számban állnak rendelkezésre.

Naptej, kendő, szúnyogok és kullancsok elleni védekezésre készüljetek kérlek! Sok a kullancs és a szúnyog az erdőben.

Érkezés Szentlőrincre

Szentlőrinc vasúti csomópont, Budapest felől IC-vel közvetlenül megközelíthető. Találkozásról és indulási időpontról majd később ... **(Mindenkinek legyen országbérlete!)**

A csoportok **érkezéskor** megkapják a sisakokat, kulacsokat (7 dl), pólókat, láthatósági mellényeket és a bicikliket, azokat a túrakísérő segítségével méretükre igazítjuk. A balesetek elkerülése érdekében nagyon fontos a megfelelő védőfelszerelés. **Kötelező a sisak** és a láthatósági mellény (vagy a rikító színű póló) viselete! A megérkezésre, felszerelés átvételére, kerékpárok beállítására körülbelül 1- 1,5 órát kell számolni. Érkezés után minden csapat egy mini bringás képzésen vesz részt (elindulás, megállás, fékezés, kanyarodás, váltókezelés csapatban közlekedés szabályai, táskák felhelyezése stb.) amit egy **13 km-es próbaúton** erősítünk meg az érkezés napján. A megfelelő váltó- és kerékpárhasználat – amellet, hogy meghosszabbítja a kerékpárok élettartamát – a biztosítéka annak, hogy élvezetes legyen a tekerés.

Útvonal

A második napon Bükkösd után egy 9 km hosszú emelkedő lesz az erdőben. Ez a tábor legkimerítőbb szakasza, amíg felértek a tetőre, ahol a Zselic legmagasabb pontja, a Hollófészek is található.

Az útvonalra jellemző, hogy napról napra könnyebb szakaszok követik egymást.

Lesz **két tó is** az útvonalon. A **Deseda tó** jól kiépített strandja és a **Petörke tó**, a maga bájjával. A Petörke tó ugyan kijelölt strand, de nincs felbójázva, nincs személyzet. Az első 10 m sekély (1-1,5 m), onnantól azonban mélyül. **Úszógatya kellene!**

Szállások

- 1. éjszaka: Szentlőrinci** Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola osztálytermeiben matracokon (külön terem a kísérőknek, külön a fiúknak és a lányoknak).
- 2. éjszaka: Bőszénfai** Diákszálló (<http://www.boszenfa.hu/diakszallo.html>) emeletes ágyakon, 2 hálótérben.
- 3. éjszaka: Patca-** Faházakban (<https://katicatanya.hu/szallas/fahazikok/>), illetve a Katica Portán (<https://katicatanya.hu/szallas/turistahazak/katica-porta.html>), ezeknek a szolgáltatási színvonala megegyezik egymással (emeletes ágyak). A szálláshelyek kulcsosház jelleggel működnek, így távozás előtt a gyerekek felsepernek maguk után és a felgyűlt szemetet kiviszik, ellenőrzik, hogy a szobákban sem maradt szemet. Az

említett szálláshelyeken más vendégek is megszállhatnak. Az együttélés szabályait betartva tudunk békésen meglenni a többi szállóvendéggel a közös helyiségekben (fürdők, a Katica Portán konyha, társalgó, szabadtéri kiülő).

4. **éjszaka: Kaposmérő-** Faluház termében matracokon lesz a szállás.
5. **éjszaka: Vásárosbéc-** NSN Vendégház. Két szinten, ágyakon és matracokon lesz a szállás. Fürdőszoba van az alsó és a felső szinten is.
6. **éjszaka: Szigetvár-** Kemping kulcsosházában, **nem sátrakban** (<https://www.szigetvaron.com/szallas>) Hatalmas területtel, zöldövezetben.

Étkezések

- **Szentlőrinc:** Az iskola étkezőjében lesz minden étkezés.
- **Bószénfa:** Zselicvad Étteremben lesz minden étkezés (A Szarvasfarm étterme-Malom u. 3., kb 1.5 km-re a szállástól, de falun belül). A reggelihez már érdemes útra készen érkezni, akkor nem kell visszakerekezni a szállásra.
- **Patca:** Katica Tanya Élmenyközpontban lesz a vacsora és a reggeli (nem messze a szállástól) - **Az étkezés önkiszolgáló**, a szennyes edényeket kérjük a kocsikra pakolni étkezés után. Reggeli után **NINCS uticsomag**.
- **Deseda tó:** 4. napon délben meleg étel vár a Deseda tó strandján működő Lia Büfében.
- **Kaposmérő:** Az önkormányzat konyhájának étkezőjében lesz minden étkezés.
- **Vásárosbéc:** Szálláson lesz az étkezés, **a gyerekek saját maguk készítik az ételt**.
- **Szigetvár:** A Kemping területén lesz minden étkezés.

Fontos számunkra a környezetvédelem, **így a többször használható uzsonnás tasakokról a táborozók önmaguk gondoskodnak!** Az szendvicseket, pékárukat ezekbe a tasakokba teszik reggel, így viszik magukkal.

Programok:

A tábor részvételi díja a következő, kötelező programokat tartalmazza:

2. nap:

- **Zselici Csühhögő:** Hétvégén menetrend szerinti, hétköznap külön vonat viszi a csoportokat. A menetidő 25 perc.
- **Almamellék-** Biedermannok Öröksége Kiállítás. Az almamelléki állomásépületben lévő interaktív kiállítás, itt lehetőség van ajándéktárgyak vásárlására is.

3. nap:

- **Bószénfai Vadaspark és Szarvasfarm-** Reggeli után a vadaspark látogatás, kb 1 órát vesz igénybe.

4. nap:

- **Szennai Skanzen:** Szabadtéri múzeum látogatása és múzeumpedagógiai foglalkozás. Időtartama kb 1 óra.
- **Kaposmérő-Bövényfarm:** Farmlátogatás, kb 1 óra. Itt nincs ivóvíz, csak hangulatos tábori toalett.

6. nap:

- **Patapoklosi Református Templom**
- **Szigetvári Zrínyi Vár:** A belépő a Megállítani Szulejmánt! interaktív kiállítás megtekintését tartalmazza és a várudvar, várfal látogatását.
- **Szigetvári Gyógyfürdő:** Délután 2-3 órás csobbanás a strandfürdő területén (wellness részleg nem látogatható ezzel a belépővel)

További lehetőségek (a fizetős, önköltséges programok külön kiemelve)

1. nap:

- **Szentlőrinc- Brantner-Koncz Emlékház: Önköltséges, fakultatív program.** 15:00-tól 1 órás idegenvezetés. Biciklivel a belső udvarban lehet parkolni. Díja: 5000 Ft/csoport
- **Szentlőrinc- Tanuszoda (Önköltséges, fakultatív).** Az uszoda a szállás mellett található. Úszósapka, papucs kötelező. 20 fő feletti létszám esetén 2 fő kíséreléssel csoportos jegyet lehet vásárolni, ára: 750 Ft/fő. 20 fő alatt felnőtteknek 1600 Ft/fő, diákoknak 1100 Ft/fő.
- Szentlőrinc- Városháza: Kívülről lehet megtekinteni, fakultatív program.
- **Királyegyháza- Fagyizó**

2. nap:

- Hollófészek kilátó: 2 km-es gyalogtúra Nagymátéról.
- Nagymáté Tanösvény: Pihenőhely, 600 m-es tanösvény, fakultatív.
- **Ibafai Pipamúzeum: Önköltséges, fakultatív program! Diák/nyugdíjas: 500 Ft/fő, felnőtt: 1000 Ft/fő. (Pedagógusoknak és 70 év felett ingyenes)** Szélsőséges időjárás esetén előfordulhat, hogy Ibafát nem tudja érinteni a csoport, nagy esőzések esetén kerülőúton mentek Szágy-Sasréti érintésével. A csoportok megértését kérjük, a földesút nagy esőzések után járhatatlanná válhat.
- Sasréti tó, pihenő, Kikerics tanösvény az Almás patak forrásáig, fakultatív.

3. nap:

- Ropolyi tó: Pihenőhely kápolnával, tájházzal (kívülről), gémeskúttal, büfével.
- Túra a Dugás kúthoz: Gyalogtúra a Dugás kútig (2 km oda-vissza), mely a Ropolyi tótól indul, fakultatív
- Kardosfa kilátó: a Csillagparkkal szemben.
- **Zselici Csillagpark: Önköltséges! Fakultatív.** A Csillagpark programjai nagyon népszerűek, **május végén jelezni kell a Csillagparknak a csoportokat.** Két programlehetőség van időpontoktól függően: **1. Planetáriumi program** (Csillagász vetíti az égboltot a Planetáriumban, majd egy filmet is megnéz a csoport) **2. A Nap**

(Napkémlelés a távcsőkupolában, majd planetáriumi filmvetítés- borult időben a műszereket mutatja be a Csillagász). Mindkét program 1 órás, belépőjegy 1500 Ft/fő (Két fő Táborvezetőnek ingyenes). Pénteken 15:00-kor nyit a Csillagpark, de 14:00-tól már mehetnek a vándortáborozók (mivel nyitás előtt lesznek, így választhatnak is a programok közül).

Részletek: <https://zselicicsillagpark.hu/programrendunk.php>

- Szilvásszentmárton Református Templom, tó: Templomot kívülről, fakultatív program. Csodás levendulás szegélyezi.
- **Katica Tanya Élményközpont: Önköltséges! Fakultatív.** Az Élményközpont attrakcióit egy fél napos jeggyel élvezhetik kedvezményes áron a vándortábor résztvevői. **Ár: 2500 ft/fő**, ami 14:00 és 19:00 közötti időszakra vonatkozóan magába foglalja az élményközpont játékeinak használatát (kivétel: mászófal, minibowling-ezek különdíjasok) **Itt nem szükséges előre jelezni nekem a csoportokat**, ráértek az érkezéstől függően, a helyszínen eldönteni, hogy be akartok e menni az Élményközpontba. Érdeklődéstől függ, de jellemzően a fiatalabb csapatok számára élvezetes ez a program. Részletek: katicatanya.hu

4. nap:

- **Kaposvár: NEU Olasz fagyizó: Önköltséges! Fakultatív.**
- Deseda tó: Fürdési lehetőség.
- **Esőprogram (Önköltséges)** javaslat, ha fürödni nem tud a csapat (körön van, nem messze a strandtól). **Fekete István Látogatóközpont.** Amennyiben jó idő esetén választjátok ezt a programot, úgy a strandolásra kevesebb idő jut. Itt nem szükséges előzetesen jelezni a csoportok érkezését, csak ha szakvezetést kérnek. Részletek: <http://deseda.smmi.hu/>
- Deseda Tanösvény: Fakultatív, a strand mellett van.
- Deseda Kilátó

5. nap:

- Bárdudvarnok- Petörke tó: Fürdési lehetőség, fakultatív. Kijelölt strand, de bója, személyzet nincs!
- Feneketlen kút: pihenési lehetőség.
- Csárdahelyi pihenő (Lidi néni háza): pihenési lehetőség.
- Somogyhárság- Kilátó/Rózsahegy: pihenőhely.
- **Vásárosbéc- Rétesnyújtó műhely (Fizetős, fakultatív).** A rétes elkészítésének teljes folyamatán keresztül jutunk el az édes élményig. **Fakultatív programlehetőség a szálláshelyen.** Díja: 1000 ft/fő

Részletek: A páros rétes készítése nagyon régi néphagyomány Vásárosbécen, a mai napig készítik a helyi asszonyok. Minden hasonló tevékenység (kenyérsütés, meszelés stb.) addig nehéz, amíg nem látjuk a gyakorlatban. A műhelyvezető lépésről-lépésre elmagyarázza a tennivalókat. Érdemes a csoportokat megbontani és egy-egy munkafolyamatot végezni velük, azonban fontos, hogy minden résztvevőnek rálátása legyen a teljes folyamatra. A rétes készítés azért jó választás, mert nem csak tudásátadás történik, hanem egy különleges és édes élményt is nyújt a gyerekeknek.

Folyamatok: Tészta bedagasztása- Fahéjas alma töltelék elkészítése- Rétesnyújtás- Feltekerés- Sütés

6. nap:

- Szigetvár- Belváros: fakultatív
- Szigetvár- Török ház: Fakultatív, a várbelépővel lehet bemenni.

7. nap:

- **Szentegát: Ingyenes, fakultatív.** Biedermann Kápolna. Itt vegyék figyelembe a hazautazást, a program kb 1 óra és **előzetes bejelentkezést igényel.** Az alapítvány szívesen vállalja a bemutatást, ingyenesen teszik mindezt, viszont nem minden esetben tudnak rendelkezésre állni.

Az egyes fakultatív programokra mind jelentkezünk, így ennek díjára számítani kell. (Pályáztam is, meglátjuk, mit nyerünk...)

Kerékpárok szervizelése:

Utolsó előtti nap Szigetváron, a Kempingben fogja a szervizes a kerékpárokat átnézni, a szükséges javítások is itt történnek meg. Az érkezést követően a Túrakisérők segítségével a gyerekek **lemossák és letakarítják a kerékpárokat**, hogy másnap újra útra tudjanak kelni a Zselicben. **Táska, bukósisak ne maradjon a kerékpárokon.** Innen gyalog mentek a gyógyfürdőbe, így a kerékpárok elhelyezése, őrzése sem lesz probléma, a Kempingtől 5 perc gyalog a Gyógyfürdő. **A Gyógyfürdőbe szükséges holmiknak, kulacsnak készítsen be mindenki egy kis táskát magának.**

Hazaindulás:

Utolsó nap Szigetvárról áttekertek Szentlőrincre (35 km, kb 2-3 órát vesz igénybe, síkvidék) visszatérünk az első éjszakai szállásunk helyszínére, ahol lepakoljuk a kerékpárokat, sisakokat, táskákat. Mivel szép tiszták a bringák a gondos szigetvári takarításnak köszönhetően, erre itt már nem megy el idő.

Innen gyalogosan, kb 10-15 perc alatt lehet megközelíteni a buszmegállót vagy a vasútállomást.

Vonatpályaudvar: Vasút utca vége

Buszmegállók: A 6-os főút mentén Pécs és Szigetvár irányába.

Buszforduló (Egészségközpont): Március 15.tér, a szállás szomszédságában (innen leginkább Pécs felé indulnak autóbuszok).

A vándortábor során készített fotókat majd kérlek, osszátok meg velünk google drive-on vagy e-mailben a tábort követően a szinergiaturisztika@gmail.com címen.

Szeretettel várunk mindenkit! A személyes találkozásig várom a kérdéseket e-mailben!

Üdvözlettel: Lilla

Összefoglaló lista a Zselici Vándortáborhoz:

- Saját bukósisak (ajánlott, de biztosítjuk mindenkinek)
- Hálózsák (ha szükséges, vízhatlan zsák és gumipók a rögzítéshez)
- Saját lepedő
- Törölköző
- Többször használható uzsonnás tasak
- Naptej
- Tisztasági csomag, zsebkendő
- Rendszeresen szedett gyógyszerek
- Szúnyog és kullancsriasztó spray, krém
- Fürdőruha, strandpapucs (Szentlőrinci Tanuszodában kötelező az úszósapka-fakultatív program)
- Szigetvári Gyógyfürdőnél a strandholmiknak egy kis hátizsák vagy táska.
- Egy hétre elegendő ruházat, jól szellőző rövidnadrág, ha van, kerékpáros nadrág, melegítő, meleg pulóver, zárt sportcipő
- Esőkabát
- Fejvédő napszúrás ellen
- Saját kerékpár esetén speciális szerszámok, pumpa és pótbelső

Fakultatív programok:

- Brantner-Koncz Emlékház
- Ibafai Pipamúzeum
- Zselici Csillagpark
- Rétesnyújtó Műhely- Vásárosbéci szállás
- Szentegáti Biedermann Kápolna