

Dobogókői Hegyifutóverseny

Dr. Somogyvári Károly *hegyi kismaraton*i útvonalleírása

(leírás: Gyalog Zoltán)

Táv: légvonalban 12,8 km, logikus útvonalon 15,2 km, szint: 420 m

Rajt (Dobogókő) – 1. pont [1] (Fagyoskatona sírja)

A dobogókői rajtot követően leszáguld a tömeg D felé a piros-sárga jelzésen az első ellenőrző pontig, a műútig. Itt azért figyelni kell, mert egy alkalommal (kerítés) a vékonyabb ösvényen halad tovább a jelzés (balra), és a végéhez közeledve, ha az ember nem tart jobbra (a jelzést követve), elfut a pont mellett.

1. pont [1] (Fagyoskatona sírja) – 2. pont [7] (Szilágyi Bernát-forrás)

Ez a leghosszabb átmenet, de szinte semmi szint nincs benne, így nagy sebességgel lehet rajta futni. A kettés pontra több útvonalválasztási lehetősége is van az embernek:

1. Az 1-es pontot követően egyből rátér a sárga jelzésre, és a gerincen végigfutva közelíti meg a kettést. Ha tapasztaltabb tájfutók vagyunk, a Kövecses-hegy mellett való elhaladás után (nagy jobb kanyar) leborítunk a hegyről irányba, s addig futunk lefelé, míg el nem érjük a piros jelzést. Itt a sikárosi rétet figyelve megkeressük a kék jelzést, s elfutunk a forráshoz.
2. Itt is egyből rátérünk a sárga jelzésre, és a gerincen végigfutva a sárga jelzéstől még a kopasz hegy előtt letérünk a Bükkös patak mellé. Itt a patakmedret követve próbáljuk megtalálni a vele párhuzamos ösvényt, amely kivisz a kék-piros jelzésre. Onnan aztán a sikárosi réten átvágva jutunk el a kettéshez.
3. A műúton keleti irányba haladva eljutunk a kék jelzésig. Ezen addig futunk, míg nem kanyarodik el jobbra az út. Ezután átvágunk a sikárosi réten a forrásig.

2. pont [7] (Szilágyi Bernát-forrás) – 3. pont [6] (Sikárosi órház)

Ez az átmenet csak egy fordítópont, itt rákészülhetünk a ránk váró nagy emelkedőre.

A kék jelzést követve elérünk a 3. pontra, ahol frissítőt ihatunk.

3. pont [6] (Sikárosi órház) – 4. pont [8] (Király-kúti-nyereg)

Hosszú, enyhén emelkedő, unalmas átmenet. Itt van szüksége az embernek leginkább a motivációra.

Vagy a műúton haladunk végig, vagy ha nem szeretünk betonon futni, választhatjuk a vele párhuzamos kék kereszt, majd piros jelzést is. A betonon haladóknak figyelniük kell, hogy a pont előtti elágazásnál nehogy továbbmenjenek ÉNy-i irányba.

4. pont [8] (Király-kúti-nyereg) – Cél (Dobogókő)

A verseny legnehezebb átmenete, ugyanis a 420 m szintből itt fut le az ember 250 métert. Itt szintén választhatunk:

1. Végigfutunk a műúton a nagykanyarig, és „felsétálunk” a sípályán, a sífelvonó bal oldalán, majd a tetőn lévő betonutat elérve nyugati irányban befutunk a célba.
2. A pontról nyugatra elindulva egyből bemegyünk balra az első ösvényen, s a völgyet követve felmászunk a tetőre (a völgy vége után kissé jobbra tartva), ahol jobbra fordulva besprintelünk a célba.