



**Természetkedvelő Földi Csillagvirágok!
Tündérek és Erdei Koboldok!**

Fellelkesülve a Prédikálószték meghódítása sikerén, valamint a „Kis Rigó” erdei étterem gasztro-kalandja után július 07-én a Lom-hegy körbejárására, egy kellemes, nem nagy szintkülönbségű erdei bolyongásra hívunk meg Titeket, májregeneráló, tüdőtágító, vesetisztító - zsírégető cézzattal...

A túrát követően, akik megkedvelték a „Kis Rigó” erdei étterem konyháját, autókkal átmehetnek egy jó levesevésre, vagy pacalpörköltre.

Részleteiben:

**JÚLIUS 07. VASÁRNAP
LOM-HEGYI KÖRTÚRA (SZENTENDRE)**

(Autókkal 🚗 🚘 és gyalog 🚶🚶🚶)

TALÁLKOZÁS IDEJE: 09.00.

TALÁLKOZÁS HELYE: LAJOS-FORRÁS (SZENTENDRE) PARKOLÓ

Kérésünk, hogy minden túratársunk, aki autóval 🚗 🚘 szeretne jönni, előre biztosítsa a helyét a túrán résztvevő gépkocsijában, mert **csak a Lajos-forrás parkolójában találkozunk!**

ÚTVONAL gyalog 🚶🚶🚶: Lajos-forrás PARKOLÓ — S-turistaút — Lom-hegyi nyereg (Pihenő) — P-turistaút — P+-turistaút — volt HKSz-i út kis része — ZΔ-turistaút — Bölcső-hegy, KILÁTÓ (588 m és tájgyönyör) — ZΔ-turistaút (lefelé kicsit meredek) — Lajos-forrás PARKOLÓ.

Táv:11 km. **Szint:** 250 m . **Túravezető:** Bóta Joci és Komócsin József.

AZ IDŐJÁRÁSRÓL: Vasárnap napsütéses, csapadékmentes, túrázóknak kedvező idő várható sok napsütéssel, változó fátyol- és gomolyfelhőkkel, 29-32 °C-os melegre számíthatok, legalább 1,5 liter folyadékot, túrabotokat hozzatok magatokkal. (A Lajos-forrás vize iható, de ez csak a túra végén lesz.)

Elgondolkozásra:

„A nő, ha ötven, már borrá érett benne sok-sok leszüretelt pillanat, nem fut el, ha szembejön az élet, megéli még, ami eddig kimaradt...” (Nagyapám)

„Egy vizsga előtt szinte mindent kell tudnod, utána meg azt, hogy hol találsz meg.” (Tanárain)

„Az otthonod ott van, ahol a kutyád (vagy bármelyik más szeretett állatod) lakik.” (Soma kutyám)

**Gondolati Ölelés és Távszeretet:
KOM**

