



## Ungarn – 12 dagars sykkel- og fottur i nordaust Ungarn.

Sykkel, vandring, sol, god mat og drikke, herlege termalbad, hyggeleg reiseselskap, vakker natur og gode hotell. Ungarn er som skapt for å gi rammene rundt ein perfekt tur - minna og opplevingane skaper vi i fellesskap.

Sykkel etappane er lagt opp på eit nivå og lagt tilrette slik at alle som ønskjer det, kan bli med. Følgjebil er tilgjengeleg heile vegen for dei som treng alternativ transport.

Vi har lagt til rette for det meste - tilpassa sykkel ventar, måltid og hotell er bestilt, ruta er klar, følgjebil og sykkel service er til vår disposisjon, det einaste du treng tenke på, er å pakke med personlege effektar.

Ungarn varierer frå det flate slettelandet (Pusztaen) i sør, via millionbyen Budapest og den nærliggande Balatonsjøen til fjellandskap og grotter i nord-aust der store deler av landskapet er nasjonalparker og står på UNESCO si liste over verdas kulturarv. Fjellandskapet ligg på rundt 1000 meter, det er vilt og vakkert med toppar, daler og djupe grotter. I den nordaustlege del av landet finn vi to kjære byar for vinkjennarar, Eger som er heimbyen til "Egri bikavér" (Okseblod), og Tokaj der verdskjende Tokaj vinar vert produsert.

Vi inviterer til ein 12 dagars tur som startar i den nordaustlege del av Ungarn og endar ved det flate slettelandet ved Tisza. Gjennom heile ruta finn vi herlege termalbad som vi skal nytte oss av til avslapping og rekonvalesens. Energipåfylling vert også dei daglege piknik lunsjane i det fri og dei tre retters middagane som det vert duka til kvar kveld der vi får nyte ungarsk mat og drikke. Vanskegraden på turen tilsvarer nivå for amatørar og det vert lagt opp til passelege dagsetappar. Følgje bilen er med oss heile tida og tilbyr transport for dei som vil stå over eit strekk. Totalt skal vi ta oss fram 322 km på sykkel og 47 km til fots. Turen vert avslutta med ein heil fridag i Budapest der du kan nyte bylivet eller ta for deg av det store kulturtilbodet i byen.

### Dag 1 – 30. august (middag)

Avreise kl. 09.45 frå Gardermoen med Norwegian (DY 1554) direkte til Budapest der vi landar kl.12.10. Transport direkte til hotellet for innsjekk og tid på eiga hand.

Kl. 18.00 møtes vi til felles middag på hotellet og vårt første møte med den ungarske guiden vår. Under middagen diskuterer vi ruta, og det blir utdeling av sykkelvesker, T-skjorte og kart.

### Dag 2 – 31. august (frukost – lunsj – middag)

Etter frukost på hotellet vert det busstransport til Véckes. Her vert syklane våre tilpassa, før vi kan trakke avgarde på den 35 km lange dagsetappen. Vi sykklar gjennom eit kupert område mellom Mátra og Bükk, forbi vakre vingardar til Egerszalók. Midt i den grøne granskogen over ein kvit kalkstein, kjem ei kvit, gloheit varmekjelde til syne. Vatnet som strøymer ut er 18 – 20 000 år gammalt og har grunna særlege spor-stoff helbredande verknad. Grunna den mikrokjemiske konsistensen er dette eit unikum som vi sjølvsagt må prøve.

Etter lunsj, bade- og avslappingspausen her, dreg vi vidare til den flotte barokk og vin byen Eger, heimstaden til den kjende raudvinen Egri Bikavér. Byen som er ein av dei finaste i Ungarn er omkransa av fine vingardar. I vingardane i "Valley of the beautiful woman" vert dei gode dråpane av Egri Bikavér utvikla. Historia til byen, festninga, kirkene, minareten får vi ei innføring i på by vandringa i morgon. Vinsmaking i "dei vakre kvinners dal". Dagens etappe er på 35 km.

### Dag 3 – 1. september (frukost – lunsj – middag)

Etter by-vandring i Eger, vert vi kjørt i buss direkte til distriktet Noszvaj/Síkfókút i skråninga til Bükk (bøk) fjella. Herifrå går det vidare på sykkel gjennom Mezókövesd, hovedstaden i Matyó området, og til termal landsbyen Bogács som har 8 termalbasseng. Det velgjerande, lett svovelhaldige vatnet held 70 grader når

det kjem ut av jorda. Her ventar basseng med ulike temperaturar og du kan berre nyte gledene. Etter badet vert det transport tilbake til hotellet vårt i Eger. Dagens etappe er 36 km på sykkel og 5 km til fots.

#### **Dag 4 – 2. september** (frukost – lunsj – middag)

Etter frukost vert vi transportert med buss forbi Bükk fjella til Szilvásvárad, inngangen til Bükk nasjonalpark. Herifrå reiser vi med eit smalspora tog til Szalajka kilda, ei av dei største vassbringande Karst - kjeldene i fjellet. Vassopsamlingsområdet til kjelda er Bükkplatået som ligg over oss. Den ca 8 km lange vandreturen vi skal ha, fører oss gjennom flott natur med små fossefall og krystall klare ørret-vatn. Etterpå vert det transport til Millennium utsiktstårn der vi får eit flott panoramautsyn over dei skogkledde toppane, åskammene og dalane.

Frå "den italienske port" sykklar vi over Bükk høgsletta, eit karakteristisk naturområde der faunaen er eik, bøk og einebærbusker. Dette er heimeområdet til den ungarske lipizzaner hesten. Her får vi sjå vidstrakte beitemarker og vide enger. Vi nyt den siste etappen av den 32 km lange sykkelturen, før vi vert overvelda av slottshotellet i Luftkurstaden Lillafüred der vi skal bu i to netter. Middag på hotellet.

#### **Dag 5 – 3. september** (frukost – lunsj – middag)

Etter frukost ventar ein 10 km lang sykkelstur til den flott lokaliserte Bükkszentlászló som ligg ved sokkelen til dei austlege Bükk-fjella. Herifrå startar vi på ei fantastisk 10 km lang skogsvandring til Miskolc-Tapolca. Her ligg Europas einaste hule-bad, med eit heilt spesielt mikroklima. I gruvegangane, nisjane og hallane sildrar krystallklart vatn, som er 30 grader varmt. Eit opplevingskompleks, som lovar deg avslapping og kvile. Vatnet inneheld jod, brom, fluor, kalsium og kolsyre. Godt utkvilt spaserar vi gjennom kur-parken til bussen vår, og reiser tilbake til Lillafüred for middag og overnatting.

#### **Dag 6 – 4. september** (frukost – lunsj – middag)

Vi forlet vakre Lillafüred, sykklar langs den flotte Håmori innsjøen på den nordlige sokkelen til Bükk-fjella til Ómassa. I Ómassa finn vi eit oppdrettsanlegg for ørret og det interessante skogsmuseet Garadna. Ómassa er ein "blindgatelandsby" og ligg i ein beskytta dal. Herifrå går vi til fots opp til Farkasnyak (ulvehals). Etterpå er det tilbake på sykkelsetet gjennom Lázbèrcområdet, eit nydeleg naturlandskap i BÀN-Bach-dalen. Vi sykklar langs innsjøen med fiskeparadiset Lázbèrc. Området er svært innbydande og dagens lunch blir servert her.

Etter lunsj vert det busstransport til nasjonalparken Aggtelek. Området er internasjonalt verna, og er ein del av verdas naturarv, her finn vi 240 grotter. Dagens etappe på sykkel er 47 km og til fots 7 km. Middag og overnatting på hotell i 2 netter.

#### **Dag 7 – 5. september** (frukost – lunsj – middag)

Vi startar dagen med ein spasertur i den idylliske landsbyen og dagens lunsjpause vert servert her. Ettermiddagen skal nyttast borte frå dagslyset og vi tek oss ned i Baradla grotta. 248 trappetrinn fører oss til hovedgangen som ligg 95-100 meter under bakkenivå. Vi vert guida 2,6 km rundt i desse grottene som er dei finaste og største i nasjonalparken Aggtelek. Grottesystemet her er ca 1,5-2 millionar år gammalt. Bergarten er 200-240 millionar år.

Grottene i Aggtelek blei satt på UNESCO si liste over verdas naturarv i 1995. Temperaturen i grottene er ca 10 grader året rundt, og den relative luftfuktigheita er 95-100%. Lufta er rein og støvfri, difor er klimaet godt for astmatikarar. Floraen og faunaen i grottene er mangfaldig. Det er nesten ikkje til å tru, men her lever meir enn 460 dyreartar og meir enn 40 planteartar. Tappane i golv og tak (Stalagmitt og Stalakitt) og dryppsteinssøylene (Stalagnat) er alle lette å kjenne igjen på forma. Det tek 10-15 år å danne ein kubikkmillimeter. Dei raude og grøne fargane kjem mellom anna av jernoksid. Dei reine dryppsteinane er kvite. Mange stadar kan ein også sjå glitrande "Kalzit"-krystall.

Trapper fører oss til det 19 meter høge "observatoriet", der vi kan sjå den største stalagmitten i hola. Den er 1000 tonn tung og ca. 60-80 000 år gammal. På lavast punkt i grotta er vi 140-160m under overflata. Ei rekke trapper fører oss til den største salen – "kjempenes sal". Namnet kjem av størrelsen på grotta som

er 120 meter lang, 38 meter brei og 27 meter høg. Når vi forlet den underjordiske verda, returnerer vi til hotellet vårt som er det same som i går. Der skal vi skal ha middag og overnatting. Sykkelen får kvile i dag og det vert tur til fots på ca 14 km.

**Dag 8 – 6. september** (frukost – lunsj – middag)

I dag er det sykkelen, du og naturen. Dagens etappe er på 60 km gjennom Cserehát, eit kupert terreng fullt av naturopplevingar, mellom Bòdva- og Hernád-dalen. I Szalonna får vi sjå eit av dei finaste døma på landsbyarkitektur i romersk stil, ei reformert kyrke med tre tak og klokketårn av tre. Vi vert transportert med buss til den oppdemma sjøen ved Rakaca, som er Ungarns største vasslager og ein populær utfluktsstad. Frå Büttös sykklar vi kanskje den finaste etappen på heile turen. I eit mennesketomt, storslått område ved den ungarsk/slovakiske grensa, får vi ei fantastisk panoramautsikt mot dei høge, flotte Tatra-fjella før vi avsluttar dagens etappe gjennom små, draumeaktige, blomster smykka landsbyar på ferda mot søraust. Middag og overnatting ved Encs/Forró

**Dag 9 – 7. september** (frukost – lunsj – middag)

Vi startar dagen med ei reise til dei imponerande borgruinane frå 1300 talet, Boldogkövåralja. Her skal vi ha ei vandring på ca 3 km i borgruinane, få ei innføring i historia og nok ei flott panoramautsikt. Den 50 km lange sykkelturen forbi elva Bodrog og med nydelege naturopplevingar der elvene Bodrog og Tisza (Theiss) flyt saman, fører oss fram til dagens magiske mål, Tokaj. Her vert den laga, kongen av vin. Ved første blick ser Tokaj nesten for fin ut til å kunne vere sann - som ei perle midt i mellom høgdene.

”Drikk Tokaj’aren utan bekymring, Deres Majestet. Det første par menneske blei ikkje kasta ut av Paradis grunna det dei drakk, men av noko dei åt”, sa den italienske Hoffmeister Noel til kong Fredrik den store. Og når solkongen Ludwig XIV satt til bords, kunne ikkje Tokaj’aren mangle!

Denne edle drikken vert pressa av druer som vert dyrka på randen av Zemplèner-fjella, på 6500 hektar vulkansk jord. Her vert druene verna mot den rå vinden og modnar i det lyse solskinet og dei milde haustane. Truleg vart dei første vin-rankane planta av kelterane. Her fortel lokale fagfolk løyndommen til den verdskjende vinen og det blir vinsmaking i historisk vinkjellar. Middag med vin i ein rustikk restaurant. Overnatting i Tokaj området.

**Dag 10 – 8. september** (frukost – lunsj – middag)

Sykkelturens avslutningsetappe er på 52 km der vi tek oss fram på rolige sideveggar i retning sør. Vi legg fjella bak oss og syklane fører oss inn i eit landskap med vide sletter der busetnaden vert sjeldnare. Vi sykklar langs den bilfrie elvebreidda fram til Tiszaújváros, som ligg ved døra til Pusztaen. Herifrå vert det busstransport ut av sykkeleventyret og tilbake til det normale liv. På hotellet vårt i Budapest skal vi ha avslutningsmiddag med guide og sjåfør.

**Dag 11 – 9. september** (frukost)

Etter frukost på hotellet er heile dagen til disposisjon.

**Dag 12 – 10. september** (frukost)

Etter frukost og utsjekk, reiser vi til flyplassen for heimreise med Norwegian (DY 1551) kl. 10.45. Vi landar på Gardermoen kl. 13.15 fylt opp av gode minner.

**Pris kr. 15 300,-** som inkluderer:

- fly t/r Oslo – Budapest inkl skattar og avgifter
- transport t/r flyplass – hotell i Budapest
- 11 overnattingar med frukost i gode hotell eller pensjonat i del av dobbelt rom
- 9 lunsj med inkludert drikke
- 10 middagar med typiske ungarsk mat der tre av dei inkluderer drikke
- innlagte drikkepauser under heile turen der det vert servert vatn / juice

- 2 x vinsmaking - i Eger og Tokaj
- 3 x inngang til bad
- 1 x båttur i Hortobágy nasjonalpark (vestsida av Tisza-sjøen)
- 2 x transport med smalspora jernbane i Bükkfjella
- all transport etter programmet, med eigne bussar
- fergeoverfart på Tisza
- dame- og herresyklar med 7 eller 21 gir og små sykkelvesker.
- service/følgebuss for bagasjetransport mellom hotella
- spesialhengar for sykkeltransport for alle syklar og erstatningssyklar gjennom heile turen
- god teknisk støtte under heile turen
- all inngang og omvisning som står i programmet
- ungarsk, engelsktalande guide gjennom heile turen
- reiseleiar frå Møre Folkehøgskule
- godt utarbeida reiseomvisning, og gode omvisarar samt godt teknisk støtte undervegs
- all tips

Ikkje inkludert: Enkeltromstillegg kr 1900,-

**Vi tek atterhald om programendringar og ønskjer vel møtt til flotte dagar i Ungarn!**

