



Szív Trail

„szív alakú túra a Budai-hegység szívében”

instant gyalogtúra- és terepfutó kör

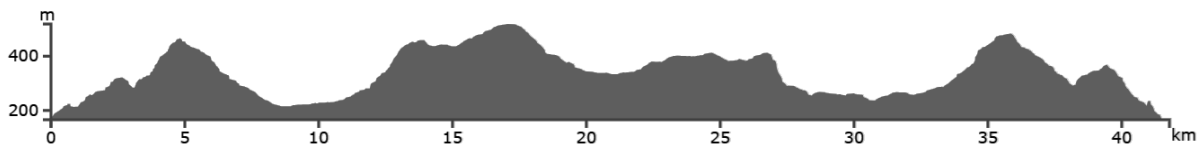
42 km, 1205 m szint, 11 órán belül

Javasolt rajt és cél: Nagyhíd (56-os villamos megállója), javasolt bejárési irány: az óramutató járása szerinti (de ellentétes irányban és eltérő rajt / céllal is teljesíthető).

Útvonal, érintett település(rész)ek: Bp – Budakeszi – Nagykovács – Máriaremete – Bp.

Főbb látnivalók az útvonalon: Tündér-szikla, mamutfenyők, Remete-szurdok, Hármashatárhegy, Árpád-kilátó, Apáthy-szikla.

Szintrajz:



Részletes útvonal leírás, jelzésváltásokkal: A megállóból lemegyünk a lépcsőn, és a villamospálya nyugati oldalán, a ZÖLD SÁV jelzést követve haladunk északi irányban az Alsó Völgy utcán száz métert. A jelzéssel együtt a Szerb Antal utcán balra fordulunk. A jelzést követve elérjük a Széher utat, majd a Gyémántos lépcsőn leereszkedünk, a Kuruclesi úton jobbra fordulunk. Az erdőt elérve is tovább követjük a jelzést, a Hárshegyi útig. Ott a JELZÉSRŐL LETÉRÜNK (1.4 km), balra fordulunk a Hárshegyi úton, majd a Dénes utcán keresztül elérjük a Budakeszi utat (figyelem, forgalmas út, óvatosan keljünk át!), ahol ismét balra fordulva (Budakeszi irányába) megyünk úgy 150 métert az út mentén, amíg el nem érjük a betérést vissza a ZÖLD SÁV (2.2 km) jelzéshez, és azon folytatjuk a túrát, déli irányban, hamarosan megpillantva a Tündér-sziklát. Ezt a jelzést követjük egészen addig, amíg a Szent Anna rét előtt elérjük a SÁRGA KERESZTET (4.5 km). Virágvölgnél keresszük a Gyermekvasutat. A ZÖLD KERESZT (5.2 km) jelzést elérve azon haladunk tovább délnyugati irányban Makkosmária széléig (ez a túra legdélibb pontja, a szív alakzat alsó csücske), majd innen északnyugati irányt tartva megyünk

tovább a zöld kereszt, majd a **SZENT JAKAB (7,0 km)** jelzésen, a Trinitárius, Bolgár, Lejtő, Kert utcákat követve. A körforgalomtól a közben visszacsatlakozott **ZÖLD KERESZT (8,5 km)** jelzést követjük északi irányban, tovább a Kert utcán. A jelzéssel együtt átkelünk a Fő utcán, a Dózsa György tér jobb oldalán haladva a Táncsics Mihály, Szél, Munkácsy Mihály utcákon haladunk tovább északnyugatnak. Elérjük a mamutfenyőket, és továbbra is a zöld keresztet követjük. A **PIROS HÁROMSZÖG (15,8 km)** jelzést elérve azon jobbra fordulunk északkeletnek tartva, majd úgy 300 méter után letérünk a piros háromszögről, és balra fordulva a **KÉK KERÉKPÁRÚT (16,1 km)** jelzésen folytatjuk az utat. A **ZÖLD HÁROMSZÖG (17,4 km)** jelzést elérve azon megyünk tovább északi irányban. A **SISAKVIRÁG TANÖSVÉNYHEZ (18,5 km)** érkező balra, északnak fordulunk, míg el nem érjük a **ZÖLD SÁV (19,5 km)** jelzést, ahol balra, Nagykovácsi irányába fordulunk, immár északkeleti irányba tartva. A Telki út után a Kossuth Lajos utcához érünk, ott jobbra, nyugatnak fordulunk. Követjük a jelzést az Antónia, Sport, Bánya utcákon, majd a Zsíroshegyi úton. A Halom utcánál elhagyjuk a zöld sáv jelzést, és jobbra letérve a már korábban fonódó **MÁRIA UTAT (22,4 km)** követjük. Nagykovácsit elhagyva megérkezünk a fonódó **KÉK SÁV (24,1 km)** jelzéshez, azon délnek tartunk. A kék sávot Máriaremetén, a Kisboldogasszony Bazilikánál hagyjuk el, onnan a **KÉK KERESZTET (29,1 km)** követve, északnyugati irányban. A kék keresztet egészen Virágos-nyeregig megyünk, onnan a **KÉK SÁV (34,4 km)** jelzésen haladunk délnyugatnak, a Hármashatárhegy felé. A kék sáv az Árpád-kilátóig visz minket, onnan a **ZÖLD SÁVOT (39,6 km)** követjük, délnyugatnak. Az Apáthy-sziklák után már nem kell sokat mennünk, hogy továbbra is a zöld sávot követve megérkezzünk a (rajt)célba, a Nagyhídhöz, bezárva a szív alakzat körvonalát.

Gratulálunk a Szív Trail teljesítéséhez!

Bakancsos Szurikáta Természetjáró Egyesület

bakancsos.szurikata@gmail.com

cssandor@gmail.com

Ha elírást, hibát, elavult információt stb. találsz a leírásban, kérjük jelezd!

További információk, térképek, GPS track, teljesítők listája:

<https://szivtrail.hu>



A túrán mindenki saját felelősségére indul!

Szív Trail itiner – v.1.5 – 2026. 01. 05.

Csetneki Sándor