

Ingyenes turisztikai
programajánló magazin

ÉLMÉNY itthon



Fókuszban
Vízben az egészség

2011. NOVEMBER

Minden élménnyel több leszel
www.itthon.hu



MAGYARORSZÁG
Szívedhez legközelebb

EGÉSZSÉGESEN | MOZGÁSBAN | VÍZPARTON | KUL-TÚRA | ÍZUTAZÁS | FALUJÁRÁS

Nyerjétek síutat a MOL-tól!

Már egy 3.000 Ft értékű MOL shop nyugtával és egy kis kreativitással síutat nyerhettek az osztályotok* számára! Mire vártok még? Mutasátok meg nekünk mire vagytok képesek, és az ez évi síelésetek költségét mi álljuk!

Regisztráció és további információk a www.molosztalykirandulas.hu és a www.facebook.com/mymolo oldalon 2011. október 10-től.



*csak középiskolai osztályok pályázhatnak a síut megnyerésére!

NOVEMBER



20



6



25



33

Egészségesen

6 Vízben az egészség Melyik gyógyvíz mire jó?

10 Kényeztetés felsőfokon Feltöltődés wellnesszel

12 Családbarát Sárvár Generációk fürdője

Mozgásban

14 Elvonulás a Vértesben Majki remeteség

15 Ahol feltárlanak a természet titkai Az ökoturizmus díjazottjai

16 Somogyi derű a hűvösebb napokra Erdei kirándulás

20 Ősz végi ökoportyák Patcától Gyűrűfűig

23 Szünidei izgalmak Családi programok a Dél-Alföldön

25 Havas hegy épül Budapest szívében Téli fesztivál

Naptár

18 Programtippek novemberre

Kul-túra

26 Játsszunk iparost! Szórakoztató látogató-központok

Falujárás

28 Kitérültek Palócföld szekrénygalériái Hagyományok nyomában

30 Miskakancsó Tiszafüredről Fazekasok városa

Ízüzés

32 Szent Márton szülőföldjén Szombathely Ünnepe

33 Ker(g)essük a libát! Vigasságok, eszem-iszom Márton napján



26



10



MAGYARORSZÁG
Szívedhez legközelebb

ÉLMÉNY itthon
Ingyenes turisztikai
programajánló magazin

Megjelenik havonta a Magyar Turizmus Zrt. kiadásában.

Felélős kiadó: Horváth Gergely vezérigazgató **Főszerkesztő:** Dudás Krisztina marketingigazgató

Felélős szerkesztő: Fucskó Hajnalka **Tervezőszerkesztő:** Vitéz Petra

Szerkesztőség és hirdetésfelvétel: Turizmus Kft. 1074 Budapest, Munkás utca 9. **Telefon:** (36-1)266-5853

Fax: (36-1)338-4293 **E-mail:** sales@turizmus.com **Fotók:** Magyar Turizmus Zrt. Fotótár

Nyomda: CREW Kft. 1067 Budapest, Eötvös utca 9.



Régi pompájában a fehérvárcsurgói Károlyi-kastély

A fehérvárcsurgói Károlyi-kastély főépületének átadásával befejeződött az 1844 és 1853 között klasszicista stílusban épült, majd 1910 körül romantikus stílusban átalakított műemlékegyüttes 1999 óta tartó rekonstrukciója. A kiemelten védett műemlék kulturális találkozó központként született újjá, amely könyvtárnak, konferencia-, előadó-, zene- és kiállítótermeknek ad helyet. Az oldalszárnyakban éttermet és vendégszobákat is kialakítottak, amelyek között főúri lakosztályok és egyszerűbb, kisebb szobák is találhatók. A földszinten megnyílt egy, a Károlyi család és a kastély történetét bemutató kiállítás. Régi pompájában látható a szökőkutas díszudvar és a kastélyt közvetlenül övező park is. www.karolyi.org.hu

Múzeumi őszbúcsúztató

November 15-ig tart a Múzeumok Őszi Fesztiválja, amelynek hat hete alatt 170 múzeum és egyéb kiállítási helyszín veszi ki részét a nagyközönség szórakoztatásából, összesen több mint ezer programot kínálva. A fesztivál a múzeumok hatalmas és csak kivételes alkalmakkor feltárukló, rejtett kincseibe enged bepillantást a látogatóknak, öt nagy téma köré szerveződve: A pincétől a padlásig a múzeumban; Fedezd fel a múltad!; Múzeumi a'la carte – Múzeumok délidőben; A Nagy Rajzolás; Múzeumi őszbúcsúztató. Márton napjához közeledve az utolsó két hétben többek között különleges gasztronómia kalandok is várják a szórakozni, kikapcsolódni vágyó érdeklődőket. www.museum.hu
www.muzeumokmindenek.hu



Fél perc a Maros fölött

Tíz méteres magasságban lendül neki az ember, aztán egy drótkötélen nagyjából fél perc alatt ér át a Maros egyik partjáról a másikra – ilyen a makói folyóparti strand legújabb nevezetessége, a canopy pálya – írta a delmagyar.hu. Másutt is akad drótkötélpálya, amelyen csigákkal át lehet suhanni akár a fák fölött is, de nincs még egy olyan, ami egy folyó felett ívelne át. A makói Maros-parti strandon kialakított kalandpálya októberben átadott attrakciója ilyen. Két tíz méter magas acéltoronyból áll, amelyet a Maros két partjánál állítottak fel, ezeket egy-egy, mintegy 160 méter hosszú drótkötél köti össze. Két oda-vissza csúszás 800 forintba kerül. www.facebook.com/Maros-part,Makó



Környezettudatos szálloda a Duna parton

Négycsillagos szálloda nyílt a fővárosban, mégis érintetlen természeti környezetben, a Ráckevei (Soroksári) Duna-ág területén. A Duna Garden Hotel közvetlenül a parti sétányon, a Gubacsi híd lábánál található. Az elegáns épületegyüttesnek különleges hangulatot kölcsönöznek az egykori csónakházak. A szálloda 21 szobával, étteremmel, hangulatos grillterasszal és a fővárosban egyedülálló módon saját, 19 férőhelyes jachtkikötővel várja vendégeit, akik így akár hajóval is érkezhetnek. A hotel környezettudatos szempontokat is figyelembe véve épült, így például geotermikus fűtésrendszer gondoskodik a melegről. www.dunagarden.hu

Századok, lakók, történetek

A Grassalkovichok kora című állandó kiállítás megnyitása után tíz évvel új, állandó tárlat nyílt a gödöllői kastélyban. A tavaly felújított Gizella-szárny emeleti terem sorában bemutatják a kastély legfontosabb történeteit. A látogatók betekintheznek Ferenc József és Erzsébet gyermekeinek, Rudolfnak, Gizellának és Mária Valériának Gödöllőn töltött napjaiba, felidéznek az utolsó magyar király, IV. Károly és a Horthy család itt-tartózkodását, de bemutatják a Tanácsköztársaság katonai főparancsnoki szobáját, valamint a kastély falai között társbérletben működött szociális otthon és szovjet katonai bázis időszakát is. A kiállítás megemlékezik az 1980-as években megkezdődött helyreállításról és a magyar európai uniós elnökség eseményeiről is. www.kiralyikastely.hu



Szuperprodukciók jövőre Szegeden

Már kaphatók a Szegedi Szabadtéri Játékok 2012-es előadásaira szóló jegyek és bérletek. A 2012-es évad a Jekyll és Hyde című musicallel nyit július 6-án, amelyre – az eddigi jegyeladások alapján – a legtöbben kíváncsiak. Népszerűnek ígérkezik a Mágnes Miska című operett, valamint Novák Ferenc új műve, a Hegyen-völgyön lakodalmom is; a Kossuth-díjas koreográfus hazai és határon túli táncegyüttesek részvételével varázsol fergeteges lakodalmi ünnepséget a Dóm térré. Színe kerül jövőre Szarka Tamás Mária című műve, továbbá operabemutatóként Mascagnitól a Paraszthecsuület és Leoncavallótól a Bajazzók.

Jegyek már akár 2900 forinttól kaphatók, és idén is vásárolhatók kedvezményes bérletek, többféle konstrukcióban, de akár üdülési csekkel is lehet fizetni a belépőért. www.szegediszabadtteri.hu



Töltsd fel élményeidet, és nyerjen wellnesshétvégét!

A www.itthonalegjobb.hu weboldalon novemberben még mindig érdemes játszani, hiszen 21 fantasztikus hazai wellnesshétvége keresi nyertesét. A játék november 30-án fejeződik be, ezért még egész hónapban feltöltheti hazai élményeit. A honlap élményfalán a kis képkockák Magyarország térképét alkotják, a kb. 1600 képkocka mindegyike aktív, rákattintva élénk tárlat az adott régióhoz tartozó feltöltött filmek, fotók sora. A fotó- és videó pályázaton bárki részt vehet, aki regisztrál a weboldalra és feltölti saját élményeit. További részletekért kattintson a www.itthonalegjobb.hu oldalra!



Orchideák a mindennapi életben

Európában az orchidea a gazdagság és a luxus megtestesítője volt, és leginkább dekorálásra használták a trópusok eme kincsét, de őshazájában más célokat is szolgált. Az ókori orvoslásban bevett gyakorlat volt a növények alakjából következtetni hatóerejükre, s mivel az orchidea föld alatti gumója egy bizonyos férfiúi testrészre hasonlít, így szárítva és liszté őrölve ajzószerként készítették belőle. Aki ennél többet szeretne megtudni az orchideákról, látogasson el az Orchidea és Bromélia Kiállításra és Vásárra november 4-6-án a Vajdahunyadvárba. www.orchideafesztival.hu



INFÓ

**Magyar Turizmus Zrt.
Nemzeti Turisztikai
Információs Szolgálat**

0-24 órás infóvonal: 1/438-8080

E-mail: info@itthon.hu

Web: www.itthon.hu

www.tourinform.hu



MAGYARORSZÁG
Szívedhez legközelebb

tourinform
Turista információ - Tourist information

Vízben az egészség

Zord őszi napokon kell-e annál nagyobb gyönyörűség, mint belemerülni egy melegvízes medencébe, s ha korán jön az első hó, lesni a lámpák fényében táncoló pelyheket? Különösen, ha a föld mélyéből feltörő víz áldás – gyógyír a reumára, női bajokra, gyomorpanaszokra, bőrproblémákra.

A gyógyvízes medencék általában nagyon meleg, persze nem véletlenül, hiszen a hő hatására kitágulnak a bőr pórusai, és így a termálvízben található ásványi anyagok jobban fel tudnak szívód-

ni. A szaporább szívverés eredményeként pedig gyorsabban kerülnek be a vérkeringésbe, és intenzívebben fejtik ki jótékony hatásukat. A víz összetett hatással gyógyít: nemcsak a vízben lévő kémiai anyagok felszívódása, illetve belélegzése hoz enyhülést egy-egy betegségnél vagy betegség utáni regenerációnál, de a vízben végzett mozgásnak is fontos szerepe van. A víz felhajtóereje által ugyanis könnyebb a mozgás, az ízületeket sem terheli, ráadásul az ősi elem nyugtató hatással van a lélekre is, kitűnő stresszoldóként segít az ellazulásban. A gyógyvizeket emellett bizonyos anyagcsere-betegségek, gyomor- és bélrendszeri panaszok esetén ivókúrára, illetve légzőszervi megbetegedéseknél inhalációra is használhatjuk.

Ha egészségtudatosan választunk fürdőt, érdemes megnézni az adott víz összetételét és gyógyhatását. Egy szempontból azonban teljesen mindegy, hogy melyik mellett tesszük le a voksunkat: a fürdőzés ugyanis minden korosztálynak – különösen télvíz idején – óriási élmény. Fedezzük fel a fürdők környékét is, ehhez tippeket is adunk.

Zsóry-fürdő

Az itteni víz kémiai hatását a jelentős kalcium-, magnézium-, klorid-, hidrogénkarbonát- és szulfidiontartalma határozza meg, utóbbi a legmagasabb Magyarország összes kénese gyógyvizei között. Értágító hatása révén leviszi a vérnyomást, javítja az erek vérellátását, mérsékli az érmezsenedés veszélyét. A kénese fürdő gyulladáscsökkentő, élénkíti a légzést, javítja az anyagcserét, a

Melyik gyógyvíz mire jó?

Szénsavas vizek: érszűkületi, kardiológiai problémákra

Kalciumos, magnéziumos, hidrogénkarbonátos vizek: gyulladáscsökkentő hatásúak

Kénese vizek: kopásos ízületi betegségekre

Jódos, brómos vizek: ízületi, nőgyógyászati panaszokra

Atlantisi télváró
(Érvényes: 2011.11.06-12.23.)
Ár: 12 500 Ft / fő / éj

Csomag tartalma: szállás **büféreggelivel** és **felpánzióval**. Egy alkalommal **My Hsin-Ni Beauty Mask** arcpakolás (30 perc). Minimum 3 éjszaka foglalás esetén személyenként egy **30 perces aromaolajos masszáz**s jár. Az atlantisi wellness és fürdőrezslig korlátlan használata.

HOTEL ATLANTIS
MEDICAL WELLNESS & CONFERENCE
HARGHIDTERÜLET

4200 Hajdúszoboszló, Damjanich u. 10.
E-mail: info@hotelatlantis.hu
Telefon: +36-52/899-930; +36-52/899-931
www.hotelatlantis.hu



Miskolctapolca

degeneratív ízületi betegségeket és bizonyos bőrbetegségeket is. A Mezőkövesd melletti gyönyörűen parkosított fürdő 12 medencével rendelkezik: télen a három gyógyvízes medencén kívül két külön élménymedence használható.

www.zsory-furdo.hu

Tipp: Matyó Múzeum

Miskolctapolca

A különleges vizuális élmény mellett a barlangfürdő gyógyvize mozgás- és légzőszervi megbetegedések, gyomor- és bélrendszeri panaszok, valamint szív- és érrendszeri betegségek kezelésére alkalmas. Hétvégenként szaunaszünetet vehetünk részt képzett szaunamesterek vezetésével.

www.barlangfurdo.hu

Tipp: Diósgyőri Vár

Hajdúszoboszló

Európa legnagyobb fürdőkomplexumának jódos, brómos, konyhasós gyógyvize elsősorban reumatikus betegségek gyógyítására alkalmas. Ezenkívül jó hatással van nőgyógyászati gyulladások, valamint ortopédiai műtét utáni utókezelés esetén, sőt ösztrogéntartalma miatt hatásos a meddőségre is.

Az aquapark 12 méter magas indítótornyából csúszva kilenc különféle pályából választhatnak a nagy csobbanás szerelmesei. Van itt négy pályás óriáscsúszda, kétféle kamikaze, csavarcsúszda, „fekete lyuk” és „örült folyó” is, utóbbiakon kizárólag extra úszógumikkal közlekedhetünk.

www.hungarospa.hu

Tipp: Bocskai István Múzeum

Cserkeszlő

Magyarország legelegebb, 82 Celsius-fokos forrása a leggyorsabban ható gyógyvizek egyike. Az alkáli-kloridos, hidrogén-karbonátos hévíz kifejezetten alkalmas reumás, ízületi, illetve idült mozgásszervi és gyulladásos megbetegedések keze-



Cserkeszlő

lésére, de jó eredmények érhetők el a csontrendszeri megbetegedések, az izomgörcsök, -zúzódások és a sportsérülések utókezelésénél is. Vízében enyhülést találnak a pikkelysömörtől (psoriasis) szenvedők is. A gyógyvízszobában a bochniai gyógyvíz áldásos hatásait élvezhetjük, amely kiemelkedően jó hatással bír a légzőszervekre. A létesítmény komplex szolgáltatásokkal, jacuzzival, óriáscsúszdával, számos medencéjével minden korosztály számára kellemes szórakozást ígér.

www.cserkeszlofurdo.hu

Tipp: Tiszakürti Arborétum

Élmény és egészség



Szoba egészséggel...

A hévízi **NaturMed Hotel Carbona****** elsősorban az egészség szolgáltatója. A hozzánk látogatók nem csupán pihenni, feltöltődni vágyanak, de szívesen veszik igénybe szolgáltatásainkat szervezetük tisztítására, immunrendszerük megerősítésére is. Ezen vendégeinknek készítettük és ajánljuk **NaturMed Immune** programjainkat.

Úgy gondoljuk, hogy az egészséghez könnyű kedvet csinálni.

NaturMed Immune – egészségmegőrző kezelésekkel

86.900. - Ft/fő/4 éj ártól

Érvényes: 2011.09.01-12.20.

www.carbona.hu
tel.: +36 83 501 500
hotel@carbona.hu



Berekfürdő

A település alkáli-hidrogénkarbonátos, jó-do gyógyvízére népszerű termál- és strandfür-dő épült, területén még csónakázótó is találha-tó. A víz jó hatású a mozgásszervi megbetege-désekben (gerinc-, csípő-, térdizületi meszesedé-sek) szenvedőknek, és alkalmas a balesetek utá-ni rehabilitációra is. A hatmedencés strand és két-medencés fedett termálfürdő télen-nyáron orvo-si szolgáltatásokkal is várja a gyógyulni vágyókat.
www.berekfurdo.hu

Tipp: Karcagi Nagykun Látogatóközpont

Makó

Az alkáli-hidrogénkarbonátos gyógyvíz a mozgás-szervi, reumás betegségek gyógyítására, törések utáni kezelésre, nőgyógyászati, idegrendszeri be-tetegségek gyógyítására és szklerózis multiplex keze-lésére nagyon hatásos, igen eredményes a marosi gyógyiszappal végzett kezelés is. A fürdő élmény-medencével és gyerekmedencével is rendelkezik, így az egész család számára megfelelő választás.
www.makogyogyfurdo.hu

Tipp: József Attila Múzeum

Zalakaros

A gyönyörű parki környezetben kiépített termál-strand a hullámedencétől a szaunablokkig számtalan élményt kínál. A több mint 2500 méter mélyből feltörő gyógyvíz összetétele alapján alká-li-kloridos, hidrogén-karbonátos gyógyvíz, mely-ben a jó, bróm, kén és fluor együttes jelenléte igen ritkán előfordul, Európában egyedülálló víz-összetételt eredményez. A zalakarosi víz alkalmas a mozgásszervi, idült gyulladásos és degeneratív izületi bántalmak, idegrendszeri zavarok, a szív- és keringési rendszer elváltozásai, anyagcsere-zava-rok, krónikus nőgyógyászati betegségek gyógy-kezelésére, illetve baleseti és ortopédiai műtétek utáni rehabilitációra.
www.furdo-zalakaros.hu

Tipp: Kápolnapusztai Bivalyrezervátum



Berekfürdő



Zalakaros

HÉVÍZEN TÉLEN IS PEZSEG AZ ÉLET!

Hévízen a pezsgő hangulat, a hévízi Tófürdő áldásos klímája és számos tartalmas program, mind felejthetetlen része az itt töltött napoknak.

HELIOS TÉLI AKCIÓ

Érvényes: 2011.12.23-ig.
Foglaljon **MOST**, a szobák korlátozott számában állnak rendelkezésre.

- min 2 éjszaka szállás
- napi háromszori étkezéssel
- korlátlan wellness-részleg használat
- változatos sportprogramok
- ingyenes WIFI

(min 5 éj-től TB kártyával, OEP finanszírozott kúra igényelhető a szállodában)

már 8.900 Ft* / fő / éj ártól

Foglaljon időben és használja ki **5-10%-os** előfoglalási kedvezményeinket.

További információ / szobafoglalás:
Tel: 06 83 / 342 895 • Fax: 06 83 / 340 525
hotelhelios@hunguesthotels.com
<http://www.hotelhelios.hunguesthotels.com>

***Az árak foglaltság függvényében változhatnak**

Egészségpénztári Kártya ELFOGADÓHELY

SZÉP Kártya ELFOGADÓHELY

Ödülési Csekk

Magyar Brands

Gyógyító hétköznapiak nyugdíjasoknak

Az észak-alföldi régió szálláshelyei nyugdíja-sok részére állítottak össze olyan speciális üdülési ajánlatokat, amelyek kedvező árak mellett (négyet fizet – ötöt kap) tartalmaznak egy frissí-tő masszírozást is. Próbálják ki a régió termálví-zeinek gyógyhatását, legyen szó akár egysze-rű hátfájásról, reumás megbetegedésről vagy éppen izületi panaszokról.
www.eszakalfoldi.hu

Gyógyfürdők városa

Az egykori fürdőépületek romjai, freskók és moza-ikok bizonyítják, hogy már a rómaiak és a törökök is felfedezték a Budapest területén található forrá-sok gyógyító, regeneráló hatását. Naponta mint-egy 30 ezer m³ termálvíz tör a felszínre a főváros területén, és hét, tradicionális fürdőkultúrával ren-delkező gyógyfürdő közül is választhatunk.

A természetes gyógymódok híveinek jó hír, hogy gyógyfürdőkúrával számos esetben kiváltható a gyógyszeresedés, de bárkinek jól jöhet, aki sokat ül a

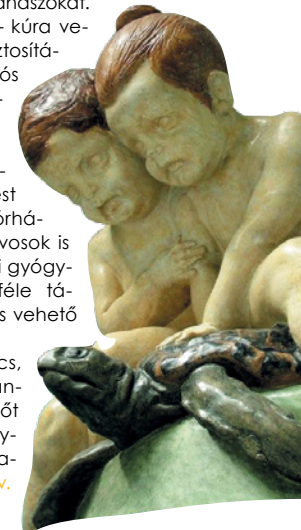
számítógép előtt, akinek stresszes a munkája, gyak-ran fáj a feje, vagy egyszerűen rossz a közérzete. A gyógyvízekkel, iszapokkal végzett kezelések, a külön-féle masszázsfajták kúraszerűen komoly mértékben enyhíthetik a mozgásszervi panaszokat.

Évente két – 15 alkalmas – kúra ve-hető igénybe társadalombiztosítá-si támogatással, rehabilitációs céllal. Ehhez szakorvosi be-utaló szükséges (a szakren-delésekre háziorvosi beuta-lóval juthatunk be), de pél-dául a fővárosban a Budapest Gyógyfürdői Zrt. nappali kórhá-zi osztályain dolgozó szakorvosok is felírhatják a kúrát. A fővárosi gyógy-fürdőkben összesen kilencféle tá-mogatott gyógyfürdőkezelés vehető igénybe.

Széchenyi, Gellért, Lukács, Rudas, Király, Dagály, Dan-dár – bármelyik gyógyfürdőt is választjuk, a kúra után könny-nyebb lesz a mozgás, és ja-vul a közérzetünk is. www.budapestgyogyfurdoi.hu



A törökök építették a Király fürdőt



Adventi napok 13 900 Ft/fő/éj-től

Érvényesség: 2011. november 25-től 2011. december 23-ig

- Min. 2 éjszaka szállás félpanziós ellátással
- Kreatív játszóház gyerekeknek szakképzett pedagógusokkal
- December 03-án Varga Feri és Balászy Betti koncert
- November 26-án, december 10-én és 17-én „Adventi hangulat” - meglepetés zene a Happy End Band együttesrel
- Ele-Fülöp gyerekvilága a legkisebbeknek
- A szálloda egyedi spa- és wellness- komplexu-mának, valamint kardiatermének korlátlan használatára: bel- és kültéri élmény- és gyógy-vizes medencék, szaunák, sétány, játszótér

10% előfoglalási kedvezmény október 31-ig történő 100% előre fizetéssel

További információk honlapunkon:
www.velencespa.com

Velence Resort & Spa****superior
2481 Velence, Tó u. 4-6. • +36 (22) 589 900
reservation@velencespa.com
www.velencespa.com
www.facebook.com/velencespa



Kényeztetés felsőfokon

Egy jól sikerült wellnesshétvége messze repít az egyforma, stresszes és rohanó hétköznapiaktól, segít lelassítani az időt és tudatosan önmagunk felé fordítani figyelmünket. Több hónapra feltölthetjük energiatakarékainkat, s talán az életmódváltáshoz is lendületet kapunk.

Már csak azért is érdemes időről-időre átböngészni a wellnessajánlatokat, mert a szolgáltatók határainkon belül is egyre elképesztőbb élményekkel rukkolnak elő. Egyetlen finn szaunával és egy picike jacuzzival manapság már nemigen lehet labdába rúgni, szemet gyönyörködtető építészeti megoldások, élményelemekkel felszerelt medencék, többfajta izzasztókamra és a masszázsok széles skálája kell ahhoz, hogy a vendégeket visszatérésre csábítsa.

Igy aztán megjelentek a repertoárban a török vagy éppen arab hangulatot árasztó épületek, a szabadban elhelyezett, esténként a csillagos ég panorámáját kínáló jacuzzik, az intimitást megadó baldachinos pihenőgyegek, az erotikusra hangolt szaunák, az izzadást művészi szintre emelő szaunaszeánszok. A lazító, méregtelenítő vagy gyógyító kezelések eredményességére az ősi rituálék, a több ezer éves gyógymódok és a legmodernebb orvosi megoldások kombinálása a garancia. Ha jól választottunk, török hamamban vagy óegyiptomi gyökerű razulban találjuk magunkat, netán egyenesen Thaiföldről érkezett masszörök gyúrják bennünket. Párunkkal közösen többórás, gyertyafényes, romantikusra hangolt kezelésen is részt vehetünk.

Az igazán jó helyeken a helyes táplálkozásra is odafigyelnek, a svédasztalon a fitt életmódhoz passzoló ételek szerepelnek rengeteg zöldséggel, gyümölcssel, salátával. Ha napközben a testmozgásos programokra is ellátogatunk, részt veszünk a vízi tornán vagy sétálunk egy nagyot a szabadban, valóban mindent megfettünk az egészségünkért.

Stresszoldó oázisok

A saját gyógyvízforrással rendelkező sárvári **Spirit Hotel Oázis** wellness- és fürdőrezszele bármelyik nagyobb fürdővel felveszi a versenyt, csaknem



Spirit Hotel Oázis



Ramada Resort Budapest

tízezer négyzetméteren 22 medencével és pezsgőfürdővel gondoskodik az élmények tárházáról. Szaunavilágában kilenc különböző izzasztókamrát lehet kipróbálni, a szaunamester mézzel, jéggel, frissítővel maximalizálja a méregtelenítést. A Thalí'sens kezelések a világ öt égtájára repítenek bennünket.

A watsu, a shiatsu masszázs vízi alternatíváját próbálhatják ki a **Ramada Resort Budapest** wellness- és fitneszközpontjában látogatók. A terapeuta a vízben



Bambara Hotel

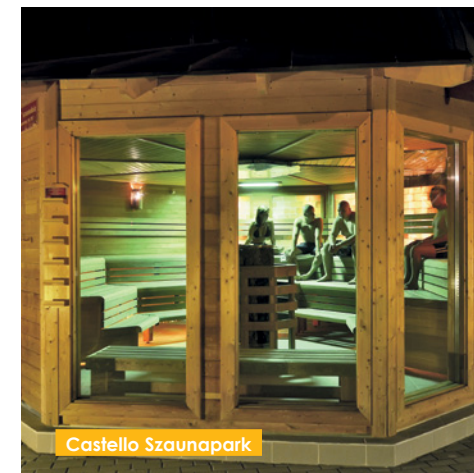
lebegtetni, tartja, mozgatja a vendéget, aminek hatására az kifejezetten mély relaxációs állapotba kerül. Tökéletes módszer a stressz csökkentésére, az alvásrítmus javítására, az immunrendszer erősítésére.

A keleties hangulatú, háromszintes Oriental Spa különlegességei közé tartozik mandalamedencéje is, amely kellemes, nyugtató színeivel kifejezetten a relaxációt szolgálja. A hagyományos masszázsok mellett áfonyás, csokoládés, zöld teás, szőlős, tőzegterápiás és algás kezelést is kérhetünk.

Afrika illata, a Kelet kényelme

Afrika szépségét és Európa kényelmét hirdeti a Bükkkben augusztusban megnyílt **Bambara Hotel**. A Nyugat-Afrikát idéző épület sparszele egy dögön törzsi falu építészetét mintázza, kínálatában az élménymedencék mellett sörözkunyhóval, afrikai herbáriumkunyhóval, sópermetes gőzkabinnal és uszadék fából épült szaunával. Az emeleti wellnessrész kandallós pihenőjében, a kültéri panorámaszaunában és jacuzziban egyaránt a bükki erdő panorámáját élvezhetjük, egy igazi afrikai tea mellett. Szerelmepárok a saját gőzkabinnal, baldachinos pezsgőfürdővel, franciaágygal és páros masszázzsal kecsegtető Kanaga Love szobában romantikázhatnak.

Az egri **Törökfürdő** elődjét a város török megszállásának idején építették. Fő medencéje ennek megfelelően nyolcszögletű, a felette lévő kupolát kétszáz ezer aranylapocskával fedték be. Az autentikus hangulatát megőrző, 2009-ben teljes



Castello Szaunapark

rekonstrukción átesett épület további érdekessége, hogy a gyógyító hatású víz nem vezetéken érkezik, a forrás a medencék talapzatát borító kővek alatt tör fel, három helyen. Élménymedencék, szaunák és masszázsok mellett a török kort idéző hamam sem hiányzik a kínálatból.

Casanova is megirigyné

Ízlésesen erotikus hangulatot árasztó Casanova szauna, kertpanorámás, sötétglával díszített szaunaház és többféle – például jeges, mézes, sörös, citromos, narancsos, sós – szaunafelöntés várja a Gyulára látogató vendégeket. A **Várfürdő** közelmúltban megnyitott Castello Szaunaparkjában három kültéri szaunaház és két beltéri infrasauna, gőzkabin sorakozik, felhevült testünket merülődézsákban vagy dézsazuhany alatt hűthetjük le. A szabadtéri koktélbarban elfogyasztott frissítő után jöhet a laza bugyogás a kültéri jacuzzik egyikében.

P. T.



BAMBARA
HOTEL ***** SUPERIOR

SHIRAZ CSOPORT
AZ ÉLMÉNYHOTELÉK SZAKÉRTŐJE

Bambara Hotel ***** SUPERIOR
www.bambarahotel.hu
info@bambarahotel.hu
3324 Felsőtarány, Bükkerdő sétány 2-4.
Tel: 36-574-500 Fax: 36-574-505

A hirdetés felmutatóinak árainkból

10% kedvezményt biztosítunk.

Jöjjön el egy **ÉLMÉNYRE** hozzánk!



Családbarát Sárvár

Nem csak a múltat és a jelent, hanem a fiatalabb és az idősebb generációt is összeköti a régi és az új épületek közötti folyosó a Sárvári Gyógy- és Wellness Fürdőben. A tavaly átadott új családi fürdőszármnyal a város vízben még erősebb lett, de más élményekben is el lehet merülni.



Tudja-e, hogy...

Sárváron az érzékeny bőrű vendégek is nyugodtan fürödhetnek? A medencék vizét Európában is újdonságnak számító, ultraszűrős technológiával, klór hozzáadása nélkül teszik baktériummentessé.

A fürdőzési lehetőségeket 1200 négyzetméternyi vízfelülettel kibővítő, csupa üveg és fény új csarnokban tényleg minden a gyerekek körül forog. Az apróságokkal érkező családokat a bábipancsolón túl baba-mama szoba, pelenkázó, babakonyha, babamelegedő és egy játszókuckó várja. Az óvodás- és iskoláskorúak különböző csúszdákon, vizes játékokon vagy a gyermek- és a hullámedencében szórakozhatnak. A vakmerőbbek három óriás-csúszdán és egy nyolc méter magas mászófalon tehetik próbára bátorságukat. A tervezők azt is jól tudták, hogy nincs felhőtlenül kacagó gyermek kipihent

szülő nélkül, ezért az apukák és az anyukák kényeztetésére olyan óriási jacuzzit építettek, ahonnan kényelmesen rálátni a gyermekmedencére. Az emeleti részen hatalmas napozóteraszt és pihenőteret alakítottak ki, valamint játszóházat, ahol képzett óvónők ügyelnek a kicsikre, amíg a szülők a szaunavilágban és wellnessrészlegen ejtőznek. A sportos életmód hívei a fitneszterem mellett a 25 méteres úszómedencében vagy a bowlingpályán áldozhatnak szenvedélyüknek.

Bővítették a korábban épült részt is. Az új gyógyvizes élménymedence mellett a megszépült szaunabirodalom újdonságai egy nagyobb finn szauna, jégbarlang, külső és belső jacuzzi, élményszuhany, vitaminbár. A teljesen felújított wellnessrészlegben a különböző kényeztető, feltöltő kezelések exkluzív környezetbe kerültek.

A fiatalabb korosztály kedvét keresik az éjszakai fürdőzésekkel, legközelebb novemberben 4-én lesz erre lehetőség diszkóval egybekötve, amikor is hajnali 2 óráig tartanak nyitva.

Sárvár különlegessége, hogy kétféle gyógyvíz-zel is büszkélkedhet. A fürdőben az alkáli-hidro-

génkarbonátos termálvizet használják, amely kiválóan alkalmas mozgásszervi megbetegedések gyógykezelésére, rehabilitációs betegségek, sportsérülések utókezelésére, neurológiai panaszokra, izomlazító fürdésre. A híres Sárvári Termálkristályt a másik, magas sótartalmú gyógyvízből állítják elő, lepárlással. A sós kádfürdő hatékonyan alkalmazható egyes mozgásszervi, nőgyógyászati és bőrgyógyászati megbetegedések esetén.

A város azonban jóval többet kínál, mint pusztán a fürdőzés. A látóvalók megtekintését érdemes a város szívében helyet foglaló Nádasdy-várral kezdeni, amely vaskos falaival, impozáns barokk dísztermével csábít időutazásra, és otthon ad többek között a Nádasdy Ferenc Múzeumnak. Itt a történeti és iparművészeti emlékek bemutatása mellett a nyomda- és térképtörténet iránt érdeklődők kíváncsiságát is kielégítik, míg az egyre bővülő huszárgyűjteményt nemzetközi jelentősége miatt sem szabad kihagyni. A városi könyvtárban és művelődési központban sem kell kisvárosi unalomtól tartani, az épületben működő Galeria Arcis időszaki tárlatain rangos hazai és külföldi képző- és iparművészek alkotásai láthatók.

A főtéren, a Szent László plébániatemplom és a tanárai között Gárdonyi Géza is felvonultató iskolaépület megtekintése után levezetésként következ-



Nádasdy-vár



het a vár szomszédságában fekvő tízhektáros arborétum. Sétánkat emlékeztetess teszik különleges növényfajai, mesterséges tavai és kellemes sétányai.

A Csonakázó-tó és a Vadkert környéke további szabadidős sportlehetőségeket kínál. A túrázni vágyók átruccanhatnak a közeli Ság-hegyre, a vulkanikus kráter körbesétálása után annak mélyébe is leereszkedve. Ezek után pedig nem marad más hátra, mint ismét visszatérni a fürdőbe, és alaposan kipihenni a kirándulások fáradalmait.

P. T.



Díszterem a városban



Ajudd jól.
Élj jól.

A Park Inn by Radisson Sárvár a világhírű gyógyregió festőien szép városának szívében található.

- 223 modern, fiatalos berendezésű szoba
- Közvetlen összeköttetés a több mint 5.000 m² vízfelületű Sárvári Gyógy- és Wellnessfürdővel
- Megújult konferenciatermek

Park Inn by Radisson Sárvár
9600 Sárvár, Vadkert u. 4.
Tel.: +36 95 530 107
Fax: +36 95 530 120
info.sarvar@rezidorparkinn.com
www.parkinn.hu/hotel-sarvar



Ajánló

Simon Júdás Vászár

Sárvár, október 29.

A több mint hatszáz éves múltra visszatekintő kirakodóvásár idején a belváros átalakul sétálóutcává, ahol félezer vásárló portékájából lehet válogatni. A vásári forgatagot táncbemutatók és zenés programok színesítik a rendezvénysátorban.
www.sarvar.hu

Elvonulás a Vértésben

Mai rohamo világunkban ki ne vágya arra, hogy csodás természeti környezetbe elvonuljon a világ szeme elől, pihenjen, elmélyüljön és feltöltődjön energiával? A majki kamalduli remeteség egyszerű cellaházaiban pontosan ebben a harmóniában lehet részünk.



Oroszlánytól alig egy kilométerre, a Vértés román-típusú környezetében különleges barokk műemlék-együttesünk bújkol meg: a magas kőfállal körülvett egykori kamalduli remeteség templomtornyával, szimmetrikus ösvényeivel és a sötétzöld fenyők között szabályos rendben sorakozó, fehér falú, piros cseréptetős remetelakokkal mindenkit rabul ejt. A majki önfenntartó rendben az lehetővé szerzetes, akit a hároméves próbaidő után az apát érteinek nyilvánított az egész életén át tartó magányra és hallgatásra. A kiválasztott egy elkerített, körülbelül 80 négyzetméteres házban lakott, amely ugyanekkora zárt kertre nyílt. A szerzetesek napközben kertjeikben gazdálkodtak, imádkoztak, elmélkedtek és kézműves-tevékenységet folytattak.

A remeteséget Esterházy József, a vidék birtokosa alapította 1733-ban, a szerzeteslakok magyar arisz-

tokrata családok adományából épültek. A templomnak már csak a harangtornya áll, az épület-együttest a remeteség főépülete – a későbbiekben Esterházy-vadászkastély – zárja. A fogadott némaságban élő kamalduli szerzetesek életének békéje ma is megéri a látogatót.

Az egyik remeteházban kis múzeumot tekinthetünk meg: berendezett hálószoba, kápolna, műhely és kamra mutatja be az egykori lakók mindennapi életét, a kis kert ágyaiban gyógy- és fűszernövények illatoznak. A konventépület is látogatható, a hajdani refektórium és előterének falait csodálatos freskók díszítik.

Az egyik cellaházban nemrégiben csendszobát rendeztek be, ahol meditációs tréningeken vehetnek részt az érdeklődők. Több házikó komfortos apartmanokat rejt, ahol kényelemben, de a moder kor vívmányai nélkül a külvilágot teljesen kizárva pihenhetünk.

A terület különleges kisugárzását radiesztéták azzal magyarázzák, hogy a templom helyén dupla Szent György-vonal kereszteződést találtak. Ha több időt töltünk ilyen helyen, a szervezet immunrendszere helyreáll, és feltöltődünk energiával. Van, aki bizsergés formájában érzi a pozitív sugárzás jelenlétét, más egyszerűen „csak” jól érzi magát Majkon.

Végül is mindegy, a lényeg, hogy érdemes a saját bőrünkön megtapasztalni az Európában is kuriózumnak számító épületegyüttes békéjét.

Rovatunk támogatója az **INTERSPORT**

Ahol feltáruhnak a természet titkai

Minél jobban ismerjük természeti értékeinket, annál inkább tiszteljük és óvjuk. A megismertetést legjobban elősegítő ökoturisztikai létesítményeket idén másodszor díjazták.

A díjazottak kiválasztásánál fontos szempont volt a létesítmények látogató- és családbarát jellege.

A látogatóközpontok között első helyet ért el a májusban megnyitott Tihanyi Levendula Ház Látogatóközpont, amely minden korosztály számára élményszerűen mutatja be a Tihanyi-félszigetet, az itt élő emberek és a természet évszázados együttélését, s ennek emblemikus kultúráját, a levendula-termesztést. Egy látványos képanyagú film megtekintése után az interaktív kiállítótérben szinte minden mozog vagy mozgásba hozható, kitűnően felszerelt foglalkoztatóterem ad helyet az előadásoknak és a kézműves programoknak, az ajándékboltban többek között levendulából készült szappan, illatpárna és tea vásárolható. A látogatóközpont parkja számos további látnivalót és játékot kínál a labirintustól a levendulásig, a kilátótól a Belső-tó nádasának világába vezető pallóorig. www.levendulahaz.eu

A tanösvény kategória első helyezettje, a Tisza és a Tisza-tó között szigetszerű részen kialakított Tiszavirág ártéri sétaút és tanösvény csónakkal közelíthető meg a Szabics Kikötőből. Az 1500 méter hosz-

szú, számos interaktív elemmel izgalmassá tett sétaúton feltáruhnak az ártéri élővilága, kiemelten a tiszavirágzást okozó kérészfaj sajátos élete. Tudásunkat ellenőrizhetjük a tanösvényen elhelyezett forgatható kockatáblákon, a tó páratlan élővilágának és múltjának megismerését madármegfigyelő-tornyok és egy különleges bemutatómalom segítik. Egyes állomásokon olyan ősi mesterségek fortélyaiba pillanthatunk be, mint a halászat, a teknővadás, a kósár- és gyékényfonás. A sétaút végigjárásához szakvezető is kérhető. www.szabicskikoto.hu



Tiszavirág tanösvény

Az év ökoturisztikai látogatóközpontja 2011

1. Levendula Ház Látogatóközpont, Tihany
2. Szemlő-hegyi barlang, Budapest
3. Turisztikai és Természetismereti Központ, Lengyel-Annafürdő

Az év ökoturisztikai tanösvénye 2011

1. Tiszavirág ártéri sétaút és tanösvény, Tiszaörsény
2. Bernecebaráti tanösvény – Sisa Pista nyomában, Börzsöny
3. Saághy István tanösvény, Szombathely



Levendula Ház

Ajánló

Garda Fesztivál

Tihany, november 5–6.

Szerencsére még élnek néhányan a régi halászok közül, akik ismerik a csak ez idő tájt lehetséges gardaforgás csínját-bínját. A vendégek hajókról követik a közös gardahalászatot. A kifogott halakat – az apát-ság perjeljének áldása után – tavalyi szőlővenyigére húzva parázson sűtik meg. A második nap fő eseménye a halászlé- és haléltetőző verseny, emellett halas játszótér, táncbázis és más szórakoztató programok fűszerezik be a hétvégét. www.tihany.hu

Nyitva tartás

Szezonban: Március 15.–november 15.

Minden nap: 10–18 óra

Szezonon kívül: November 16.–március 14.

Péntek, szombat, vasárnap: 10–16 óra

Hétköznapokon előzetes telefonon történő megbeszélés szerint.

Tel.: 34/360-971

www.nemzetimuemlek.hu

www.montecorona.hu

Somogyi derű a hűvösebb napokra

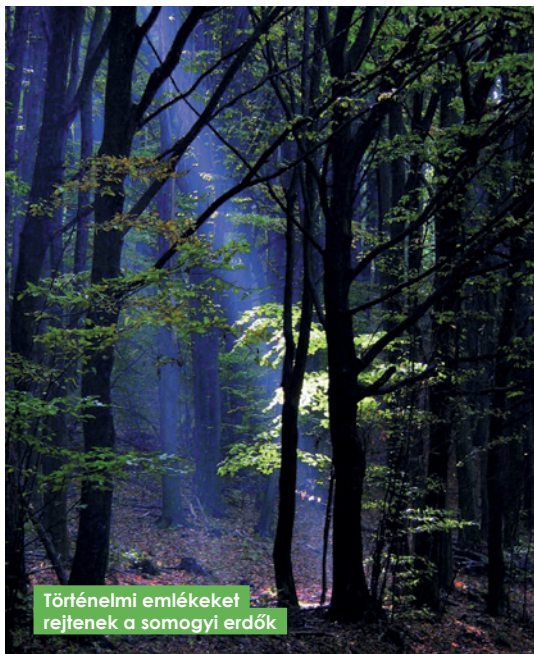
Valljuk be, nem igazán kedveljük a novemberet. Szürke, nyirkos és ködös. A borongós hangulat ellen van egy ajánlatunk: pakoljanak be meleg ruhát, teás termoszt, fényképezőgépet, fürdőruhát, és tartsanak velünk Somogyba, annak is a Balaton-közi vidékére.

Gyalogtúrázóknak és kerékpárosoknak egyaránt izgalmas útvonal, amely Somogy megye legjobb állapotban megmaradt várromjához vezet. A piros színnel jelzett turistaösvény a balatonföldvári vasútállomástól indul és **Kereki** közepén ér véget. Az országot elhagyva jellegzetes somogyi tájon, szép erdők fái közt halad délnek az út, és hamarosan láthatóvá válik Fejérvár vára, egyszerűbben a kereki vár. Múltja nem ismert teljesen, valószínűleg a XIV-XV. században épült. A törökökkel vívott harcok idején ugyan felrobbantották, de a maradványai között fellelhetők szép bolthíves épületrészletek, ajtónyílások, sőt tíz méter magas falak is.

Kölcse a kúriák települése, különleges ünnepe pedig a Kerbájt. Az elmagyarosodott német kifejezés jelentése: a templomfelszentelés napja. A kerbájt valójában nem más, mint egy evangélikus Erzsébet-napi búcsú, amely Kölcse városában számos érdekes szokással van átszőve. Akiket érdekelnek a régi hagyományok, november 19-én ne mulasszák el a felvonulást. www.kerbajt.extra.hu

Gyugyra az Árpád-kori temploma és avarkori temetője miatt érdemes ellátogatni. Igazi kincsre lelhetünk **Somogyváron**, amelynek monostora a Kupa-várhegyen Koppány vezér várával 900 éve épült. (A vár október 31-ig látogatható.) A francia bencés szerzeteseket ide telepítő Szent László király az apátságot jelölte ki saját temetkezési helyéül, ide is temették el, csak később vitték hamvait Nagyváradra. Kedvelt kirándulóhely a közeli Szentessica-forrás, a legenda szerint itt mosta meg kezét István király Koppány legyőzése után. www.somogyvar.hu

Egészen más világba csöppenünk a somogyvárosi **Krisna-völgyben**, amely a maga békés, sajátos életformájával lehetőséget ad arra,



Történelmi emlékeket rejtene a somogyi erdő

hogy legalább egy kis időre letegyük a hétköznapi gondjait és megálljunk a rohanásban. A 260 hektáron fekvő területen a látogatók a recepciótól a templom épületéhez vezető kellemes sétaút során tekinthetik meg a kulturális központ és biofarm látványait. Dísz utak, ligetek, arborétum több száz növény- és állatfajjal, tehenészet,



Krisna-völgy – a béke szigete

biokertészet, méhészet, iskola – megannyi különleges élményt tartogatnak. www.krisnavolgy.hu

Buzsák hírnévét a híres messze földön. Háromféle ősi hímzés: a rátétet, a vészást és a sok színben pompázó boszorkányost még ma is varrják az asszonyok. A Tájházban és a Faluházban állandó kiállítás mutatja be ezt a gazdag szín- és formavilágot. www.buzsak.hu

Niklán Berzsényi Dániel emlékének adózhatunk. A költő, korszakának kiemelkedő lírikusa, 1804-től haláláig itt élt. A műveit, egykori használati és dísz tárgyait bemutató tárlat a néhai Berzsényi kúriában tekinthető meg. A mesés kis falu temetőjében megnézhetjük a költő obeliszk formájú síremlékét is. www.museum.hu/nikla/berzsényi

Kevesen tudják, hogy Berzsényi Dánielnek 22 hold szőlője, pincéje és préháza volt a mai Marcali területén. Ennek emlékét egy kőobeliszk őrzi



Berzsényi kúria Niklán

az egykori birtokon, a kiscsombai „Alsó Öreghegyen”, az út odavezeti a kirándulókat.

Marcali hűvösebb időjárás esetén is kínál elfoglaltságot a városban időzőknek. A 80 ezer négyzetméteres nevezett épületegyüttesben fekvő Gyógyfürdő és Szabadidőközpont tavaly új, 200 m²-es, él-ményelemekkel gazdagon felszerelt gyógyvízes medencével, családi élményszárazdával bővült. Az itteni gyógyvízzel eredményesen kezelhetők a reumatikus, idegrendszeri és nőgyógyászati panaszok. www.marcali-furdo.hu

Júliusban adták át a város új múzeumát, a Kulturális központ épületegyüttesben időszakos és állandó tárlatok láthatók. Az egyik kiállításon például az egykori marcali iparosok közül a képfestő, a cipész, a díszműkovács, a mézesbábos és a kötélgyártó eszközeivel és mesterségével ismerkedhetünk meg. www.marcalimuzeum.hu

Sokadalom vadludakkal

Tata neve jól ismert a magyarországi és külföldi madármegfigyelők egyre népesebb táborában. Az Öreg-tó, ez az alig két négyzetkilométeres mesterséges vízfelület az őszi-téli időszakban olyan fantasztikus látványosságot kínál a természetkedvelőknek, amely méltán teszi híressé – ez a vízimadarak, kiemelten a vadludak vonulása.

A távoli északi költőterületeikről a Kárpát-medencébe érkező vadludak évszázadokkal ezelőtt a tatái Öreg-tavon alakították ki egyik legnépesebb – 1989 óta nemzetközi egyezményrel is védett – pihenőhelyüket. Tízezrével érkeznek minden év novemberében, hogy a hideg téli hónapokat itt töltsék, aztán februárban-márciusban visszainduljanak skandináviai, szibériai költőhelyeik felé. Az Öreg-tó ráadásul az egyetlen olyan madárpihenőhely Európában, amelyet város vesz körül.

A Tatái Vadlúd Sokadalom egész napos rendezvénysorozata nem hangos fesztivál, nem egymást érő koncertek és kirakodóvásárok kavalkádja, mégis ünnep, egyben a magyarországi madármegfigyelők egyik legrangosabb vetélkedője. November 26-án kora reggeltől napnyugtáig tartá-

nak a természettel kapcsolatos programok, ismeretterjesztő előadások, bemutatók, nyomon követhető a sok ezer vadlúd kirepülése és esti behúzása, lesz madárgyűűzés, kreatív környezeti nevelési sátor, az őszi csillagos égbolt távcsöves megfigyelése, megismerkedhetünk a hulladékcsökkentés módszereivel, megkóstolhatjuk a helyi termelők finomságait, sőt Levente Péter is madarakról szóló gyermekműsorral érkezik.

www.vadludsokadalom.hu



Vadludak tízezrei teletnek át a tatái Öreg-tónál

Ajánló

8. Intersport Balaton Maraton és Félmarton

Siófok, november 19–20.

Az őszi Balaton csodálatos „díszlete” előtt futhatnak azok, akik nekivágnak az év utolsó nagy futóeseményének, mert az útvonal egyharmada a parti sétányon vezet. A résztvevők két nap alatt három részletben (14+7+21 km) futhatják le a maratont. A rövidebb távok kedvelői teljesíthetik a maratont párban, futhatnak félmarton egyéniben vagy párban, de akár a harmad- vagy hatodmaratont is választhatják. www.futanet.hu



Novemberi programtipppek

16. Országos Mikulás Fesztivál

Nagykarácsony, november 02.–december 23.
Lehet-e nagyobb élmény egy kisgyerek számára, mint ott-honában találkozni a (magyar) Mikulással és a szánhúzó szarvasokkal? A nagykarácsonyi Mikulás Fesztivál a szokásos attrakciókon túl (Manóvilág kiállítás, Játsház, Karácsonyi Múzeum, Megyék Karácsonyfája) idén új meglepetéssel várja a családokat: a Zöld Karácsony Óriás Társasjátékkal a gyerekek eljutnak a négy évszakba, négy állat lakóhelyére, és megtanulják, hogyan kell gyűjteni a hulladékokat. A rendezvény 52 napján több mint kétszáz programot kínál Mikulásfalva. Az ünnepélyes megnyitót november 4-én tartják határon túli magyar gyerekek részvételével. www.mikulasfalva.com



09. 17.–11. 30.

Őszi Művészeti Hetek
Vác

www.mimk.vac.hu

10. 03.–11. 07.

XV. Őszi Szolnoki Művészeti Hetek
Szolnok

www.szolnokfesztival.hu

10. 08.–12. 04.

58. Vásárhelyi Őszi Tárlat

Hódmezővásárhely
www.oszitarlat.hu

10. 10.–12. 10.

Debreceni Ősz
Debrecen
www.fonixinfo.hu

11. 02.–16.

Művészeti Hetek
Domoszló
www.domoszló.hu

11. 06.

Szent Imre-napi Búcsú
Badacsonyan
Badacsony
www.badacsonyiprogramok.hu

II. Szolnoki Csokoládé Fesztivál

Szolnok – Aba-Novák Kulturális Központ, november 18–20.
Ez alkalommal ne számoljuk a kalóriákat, hanem engedjük át magunkat az édes bűnbeesésnek! A szolnoki Csokoládé Fesztiválon és Nemzetközi Csokoládé Találkozón az alapjaitól ismerhetjük meg a csokoládégyártás történetét, miközben több százféle finomabbnál finomabb csokoládés ínyencség közül válogathatunk, de lesz csokimozi, csokigyár, sőt csokipuszi is... www.ankk.hu



11. 07.
Fogathajtó díjhajtás, terephajtás, akadályhajtás és vadászajtás-bemutató
Nagykanizsa
www.eventing.hu

11. 09.–11.
Debreceni Irodalmi Napok
Debrecen
www.fonixinfo.hu

11. 10.–13.
Márton-napi Borünnep
Szekszárd
www.szekszard.hu

11. 11.
Márton-napi Ludasságok
Orosháza
www.pmk.oroehaza.hu

11. 11.
Holdfény túra a Rezi várhoz
Rezi
www.bfnp.hu

11. 11.
Márton-napi Újborköszöntő
Kőszeg
www.koszeg.hu

11. 11.
Szent Márton-napi Újbor Ünnepe
Pápa
www.papa.hu

11. 11.–13.
Győri Könyvszalón
Győr
www.gevk.hu



11. 12.
Kenesei Ősz – Márton-napi Libaságok
Balatonkenese
www.balatonkenese.hu

11. 12.
Márton-napi Multságok
Hévíz
www.heviz.hu

11. 12.
Borfutó Szent Márton-nap
Ópusztaszer
www.opusztaszer.hu

11. 12.
VII. Szent Márton-napi Ünnepe
Feldebrő
www.feldebro.hu

11. 12.
Márton-nap
Egerszálók
www.egerszalok.hu

11. 12.
Márton-napi Libator
Hajdúbosszormény
www.hajdubosszormeny.hu

11. 13.
Márton-nap
Sopron
www.prokultura.hu

11. 14.–20.
A Népművészet Hete
Komárom
www.komarov.hu

11. 17.–19.
VI. Kárpát-medencei Vőfélytalálkozó
Földes
www.foldes.hu

11. 18.–12. 30.
Budapesti Karácsony
Budapest, Vörösmarty tér
www.budapestinfo.hu



11. 19.
VI. Békéscsabai Digiporáma Fesztivál
Békéscsaba
Tel.: 66/456-177

11. 19.
András-napi Vigasságok
Komárom
www.komarov.hu

11. 25.
V. Ift-honi Népzenei és Néptánc Találkozó
Szolnok
www.ankk.hu

11. 25.–01. 01.
Téli Fesztivál
Kecskemét
www.kecskemet.hu

11. 25.–12. 24.
Karácsonyi Vásár
Szeged
www.domter.hu

11. 26.
Behajtási Ünnepe – Pásztoradvent
Hortobágy
www.hortobagy.eu

11. 26.
Katalin-napi Disznóvágás
Vonyarcvashegy
www.vonyarcvashegy.hu

VIII. Magyarországi Újbor és Sajt Fesztivál

Budapest – Vajdahunyadvár, Mezőgazdasági Múzeum, november 26–27.
Kóstolja meg Magyarország legjobb újborait és kézműves sajtjait egy helyen! A megnyitón felvonulnak a magyarországi borrendek és köszöntik a VIII. Magyarországi Újborfutam résztvevőit, akik hozzák hazánk 22 borvidékének legjobb újborait. A fesztivál kiváló alkalom, hogy ne csak a termékkel, hanem a készítővel is találkozzunk személyesen, köztük az Év Bortermelőivel és az Év Sajttermelőivel. A 2000 forintos belépőjegy tartalmazza a kóstoló poharat és a kóstolót, valamint a Mezőgazdasági Múzeum belépőjét is. www.ujborressajt fesztival.hu



11. 26.–12. 23.
Advent
Balatonfüreden
Balatonfüred
www.balatonfured.info.hu

11. 26.–12. 24.
Advent
Keszthelyen
Keszthely
www.kesthely.hu

11. 26.–12. 24.
Adventi Vásár
Siófok
www.siofokportal.com

11. 27.
Városi Advent
Gyula
www.muvhazgyula.hu

11. 27.
Városi Advent
Szarvas
www.vpmk.hu

11. 27.–12. 18.
Egri Advent
Eger
www.eger.hu





Ősz végi ökoportyák

A szabadtéri időtöltés a hűvösebb napokon is jó ötlet, ha élményekkel teli. Elő hát a vastag játszós ruhát, és elő a jó öreg Magyarország térképet, mert bizony a GPS sem ismeri azokat a világvégi somogyi és baranyai helyeket, amelyeket a gyerekek is garantáltan imádni fognak.

Patcát Kaposvár felől érdemes megközelíteni, Szennán keresztül, ahol egy rövid pihenőt megérdemel az Europa Nostra-díjas skanzen. A szomszédos, aprócska zsáktelepülésen, több dombra és völgyekbe települve, tó partján alakította ki egy remek család a Katica-tanyát. Handóék vállalkozó kedvét, bátorságát már éveket ezelőtt is csodáltuk, amikor



A Katica-tanyán
rönkvárban is játszhatnak a lurkók

Ajánló

V. Szennai Hurkafesztivál

Szenna, november 19.

A versenyre jelentkező csapatok megküzdnek a legizletesebb hurka és a leggyorsabb hurkatöltő címért, de összemérik tudásukat nyársdugóverszaválásban is. Azon se csodálkozzunk, ha a hagyományos ízek mellett kukoricás, gombás vagy éppen zöldséges tölteléket találunk a disznótorosban. www.szenna.hu

körbeutazzák mind az öt kontinenst, közgazdász létükre kétkezi mezőgazdasági munkával keresve meg minden országban a pénzt a továbbutazáshoz.

A hagyományos falusi és agrárvilág szépségeit, értékeit adják át Patcán bámulatra méltó sokszínűséggel az idelátogató gyerekeknek és szüleiknek, akik testközelből és játékosan ismerhetik meg a házi állatokat, elődeink szokásait, mesterségeit, bölcsességét. Ötven különböző programot kínálnak a kézművesség, természetismeret, hagyományörzés és gazdálkodás területén. A tucatnyi kül- és beltéri játszóalkalom között egyaránt jó móka a hancúrpajta, az öreg mezőgazdasági gépek parkja, a kétszintes játszóház és a hatalmas beltéri csúszdapark. Korhű a középkort idéző, több szintes rönkvár és az óriási kőhajító gépek. A tematikus hétvégi programok az adott időszak ünnepeinek népszokásaihoz kapcsolódnak. Az étkezési és szálláslehetőségek ugyanilyen autentikusak Patcán. www.katicatanya.hu

A hideg évszakokban is csodálatos az éjszakai égbolt. Patcától alig hét kilométerre kiváló minőségű aszfaltos erdei úton lehet eljutni **Kardosfára**, az ország első csillagos égbolt rezervátumába. A Duna-Dráva Nemzeti Park Igazgatóságán bejelentkezhetünk éjszakai megfigyelő túrára is. www.danp.hu További hét kilométerre, ugyancsak a mesebeli kerek erdőn át érhető el **Bőszénfa**, az ország legnagyobb vadsparkja, ahol mind az öt magyar nagyvad látható. A több ezer vad közül néhány szelidet meg is lehet simogatni, például Icirit és Picirit, a szarvaslányokat. www.szarvasfarm.hu

S aki még izgalmasabb, őszi kalandokra vágyik, keresse fel (bejelentkezés után) Kassai Lajos világbajnok lovassíjász közeli birtokát, a **Kassai-völgyet**. www.kassai-lovasijaszat.hu

A baranyai **Gyűrűfű** ökofalu 29 lelkes, alig néhány családi házból álló település. Minden épületét saját földjük sarából tapasztották, fűtőjük a nap, szennyvizüket nád tisztítja. Nyáron a vályogház hűvöse, télen a kemencék melege hívogatja a betérő vándorokat. A Lovastanya Vendégház házigazdáai szívesen mesélnek az aprócska falu történetéről és környezettudatos jelenéről. Az esősebb napok szórakozása a kézművesség, jóga, közösségépítő játékok, száraz időben az íjászat, tereplovaglás ad páratlan élményt a csodás dél-zselici erdőben. A helyi szezonális termékből készült finomságoknál, a szomszéd falu híresen jó kecskesajtijánál – amiért háziasszonyunk napi nyolc kilométeres tájfutása során ugrik be – semmi nem eshet jobban az őszi napokon. www.gyurufu.hu/lovastanya

A közelben, **Bükkösdön** pár hete nyílt meg az Ökopark, ahol az őshonos magyar háziállatok mellett a Magyarországon előforduló nagyvadak figyelhetők meg egészen közelről, akár lovon, lovas kocsin, hintón, sőt szánon is. Az 550 hektáros terület bejárását három különböző hosszúságú és nehézségű sétaútvonal segíti. Jó szívvel ajánljuk családbarát vendégházait. www.okobukkossd.hu

Hegyi Zsuzsa



Barátságos ökogazdaság
Gyűrűfűn

- Szállás
- Étkezés
- Lovak bértartása
- Lovas szolgáltatások
- Vadászat
- Rendezvényszervezés
- Gyerekprogramok
- Vadaskert



www.okobukkossd.hu

* amennyiben elhozza magával a hirdetést és megszáll valamelyik vendégházban, fél órát ingyen hintózhatsz. A BÓNUSZ 2011. december 31-ig váltható be.

BÓNUSZ*

Romantikus kiskastélyok, születésnaposoknak fél áron



Bánó Mária Kastélyszálló



Szent Gaál Kastélyszálló

Somogyban, **Felsőmocsoládon** őse, Bánó Mária 200 éves kastélyát szerezte vissza és újjátotta fel Mocsai Virginia. A név nem véletlenül áthallásos a kézilabda-rajongók számára. Kis szerencsével a világbajnok edzővel is találkozhatunk itt, mint háziúrral. Az összesen 16 vendégszobából legalább hármat igénybe vevő baráti társaságokat, családokat

várják helyi ízekkel és a környék gazdag kulturális ajánlatával, például a kaposvári Rippl-Rónai kiállítással. Gyönyörű a kastély ősparkja, benne a 400 éves hársfa matuzsálem. A fejenként 10.000 Ft-os ár tartalmazza a szálláson kívül a félpanziós ellátást is. Születésnaposoknak a szállást és ellátást fél áron kínálják. További információ: www.mocsolad.com

Szekszárdtól 12 km-re, **Zomba-Szentgaál** szőlőhegyen egy XIX. századi, aprócska kastélyban a látogató elsőként kóstolhatja meg az idei év bora- it a hozzájuk készített, házias Márton-napi ételekkel. Az ódon falak között meglevenedik a régi idők hangulata. Ha a kastély 7 szobájából legalább két- töt legalább két éjszakára vesznek igénybe, a fél- panziós ellátás a borvacsorával és a szállással fejen- ként, éjszakánként mindössze 12.250 Ft-ba kerül. Íze- lítőül a három menü egyike: libaleves macesszom- bóccal – Szent Gaál Rozé, töltött libacomb konyha- főnök módra vörösbors aszalt szilvával, burgonya- fánkkal, szalonnába göngyölt zöldbabbal – Bikavér Válogatás, házi mákosguba vanília öntettel – Tokaji 6p Aszú. Születésnaposoknak 50% árengedménnyel! További információ: www.szentgaal.hu

(x)

NaturMed Immune programcsalád

Avagy az immunrendszer védelme és erősítése

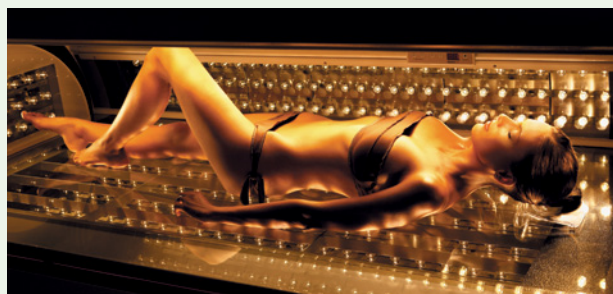
Rajtunk is múlik, hogy az őszi és téli időszakot megfázás és lehan- golság nélkül töltsük, megőrizve életkedvünket és energiáinkat. A kórokozókat és káros anyagokat megsemmisítő immunrendsze- rünk a szervezet egyik védőbás- tyája. Csakúgy, mint szervezetünk egésze, védelmi rendszerünk is akkor működik megfelelően, ha sikerül biztosítani és fenntartani az egyensúlyi állapotát. Az egészsé- ges életmód önmagában is hoz- zájárul immunrendszerünk kar- bantartásához, ám a hideg idő beköszöntével speciális immu- nerősítő programok is segíthetnek vitalitásunk megőrzésében. A Magyar Termék Nagydíjjal ki- tüntetett **NaturMed Hotel Carbona**, ahogyan a neve is jelzi, kiemelten fontosnak tartja az egyén, a természet és a

gyógyászat egyensúlyát: ven- dégei számára igyekszik kom- plex programokat biztosítani, me- lyek garantálják a testi és lelki fel- üdülést, megújulást. A gyerme- kek és a felnőttek életkori sajá- tosságait szem előtt tartó, im- munrendszert erősítő NaturMed Immune programcsalád össze- állítását is a szakmai alapokon

nyugvó teljesség igénye vezé- relte. A polarizáltfény-terápia, a mágneságykezelés, a sókamra és az oxigénterápia életkor- tól függetlenül segíti az immu- rendszert, és ezt a hatást a fel- nőtteknél a Thalasso immunerő- sítő masszázs teszi teljessé.

www.carbona.hu

(x)



Szünidei izgalmak az Alföldön

Igazi adrenalinövelő izgalmakat, kellemes túrahelyeket, élménytelit fürdőket és családbarát szálláshelyeket ajánl a dél-alföldi régió azoknak, akik útra kelnek az idén kivételesen hosszúra nyúló őszi szünetben.

Kicsikkel, de nagyobbakkal is jó választás a Szege- di Vadaspark, ahol a közkedvelt oroszlán, szurikáta, teve és zsiráf mellett rengeteg kuriózumnak számí- tó állattal találkozhatsz. A szegedi kirándulás során a Csú-sziki Kalandpályáról és a Napfényfürdő Aquapolis extra hosszú csúszdájáról bizonyosan so- káig nem tudjuk majd elvonsozni csemetéinket. Ha rosszra fordulna az időjárás, a Játékdzsungel Játshó- ház kínál menedéket és remek szórakozást. A szege- di Fehér-tónál darulesre indulhatunk november 5-én délután, a közeli Ópusztaszeri Nemzeti Történeli Em- lékparkban pedig 12-én, Borfűtő Szent Márton nap- ján libafogó-versenyre is benevezhetünk.

Orosháztól elsősorban fürdőjéről ismerjük, amely- nek élményrészlege és gyógyászata is az egyik leg- jobb a térségben, de akadnak itt más lehetőségek is. A város határában található Ravasz-tanyán ak- tív kikapcsolódásban lehet része annak, aki kipró- bálja a buggyt, a quadot, vagy a crossjároműveket. A csorvási Eszter-tanya kézműves-foglalkozásokkal (például csuhé- és szalmafonással, gyöngyfűzéssel, szövással, gyertyaöntéssel, mézeskalácssütéssel), állatsimogatóval és igazi falusi dínom-dánommal (igény szerint mangalica disznótorral, kenyér- és ka- lácssütéssel, kemencés és szlovák ételek kóstolójá- val) csalogat, de előzetes bejelentkezést kérnek.

A Gyulára érkező családoknak minden bizonnyal nem kell bemutatni a várat és a Várfürdőt, viszont ha ki akarják próbálni a városszéli Gellény Élménybirtok kalandparkját, hajóközának a vadregényes Fekete-Körösön, kisvonatoznak a városban, ellátogat- nának a Steigerwald-tanya lovasiskolájába és ta- nyamúzeumába, kirándulnának a Pósteleki Parker- dőben, jelentkezniük egy „Kafaitesz szalonná- val” programra, ami után még a Kézműves Cukrász- da csokiműhelyében tanonckodnának és kóstol- gatnának is, akkor egy egész héfig is maradhatnak Gyulán, garantáltan nem fognak unatkozni!



Kézműves foglalkozás a Meseházban

És még mindig nincs vége a lehetőségeknek, hi- szen Csongrád-Bokrosra igazi Vadnyugati Város, Békéscsabán Meseház, a nemzeti parkokban tan- ósvények, túrautak, látogatóközpontok, a váro- sokban érdekes kiállítások – köztük az út- és hidépí- tés történetét interaktív módon bemutató Közúti Szakgyűjtemény Kiskőrösön, Hadtörténeli Múzeum és Haditechnikai Park Kecelen, Szókratész Játék- múzeum és Műhely Kecskeméten, Csipkeház Kis- kunhalason – várják a családokat.

Még több ötletért és a részletekért böngésszék a www.delalfold.ithon.hu/oszi-szunet weboldalt.

HOTEL BARÁTSÁG

Szállásfoglalás és információ
Márton-napi és további
akcióinkról:

Tel: 52/558-571, 52/558-592
sales@baratsag.hu
www.baratsag.hu

Őszi szünet Hajdúszoboszlón
a Barátság Gyógy- és Wellness***superior
Szállodában

Oktober 28.–november 6. között minimálisan
3 éjszaka foglalható, a program hosszabbítható.
A gyerekek szállása szállodánk ajándéka!

4 nap/3 éjszaka, félpanziós ellátás, a szálloda
fürdő- és wellnessrészlegének (medencék, sza-
una, infrasauna, gőzfürdő, fitneszgépek) hasz-
nálat, fürdőköpeny

Felnőtteknek már **25.800 Ft/fő ártól**
Étkezés gyerekeknek már **13.500 Ft/fő ártól**
Az idegenforgalmi adó a 18. életévétől **410 Ft/fő/éj**

Vigasságok a felújított **Bogácsi Fürdőben**

A bogácsi önkormányzat 2009-ben nyújtotta be az ÉMOP keretein belül meghirdetett Turisztikai attrakciók fejlesztése című pályázati felhívásra a fürdő felújítás terveit tartalmazó pályázatát. A támogatási szerződést 2010 szeptemberében írták alá.

A projekt költségei megközelítették a 200 millió forintot, melyből a támogatás nagyságrendileg 50 százalékot tett ki. A hiányzó fedezetet az önkormányzat a Magyar Fejlesztési Bank által meghirdetett Sikeres Magyarországiért Önkormányzati Infrastruktúrafejlesztési Hítelprogram keretében hitelfelvétellel biztosította.

A beruházás keretében felújították a konyha épületét, a mosdókat és zuhanyzókat, valamint újjáépítették a létesítményeket. Több medencénél burkolatcsere történt, az első nagy medencét pedig félig lefedték. Megépült az új vízi játszótér a legkisebbek számára, valamint új játszótér alakítottak ki az ikermedencék végében. A kénese gyógyvizű fürdő egész évben várja a látogatókat.

Idén ősszel az immár felújított fürdő és környéke több nagy sikerű esemény helyszíne. Közéjük tartozott az október 22-én Bogácson első ízben meg-

rendezésre került **Táracsás Ételek Fesztiválja**, melyen a helyi különleges ízeket és borokat szeretnék volna megismertetni a nagyközönséggel.

November 11–13. között 11. alkalommal rendezik meg a **Márton-napi Vigasságokat**. A bor és gasztronómia ünnepén a finom ételek és italok élvezete mellett pénteken és szombaton este éjszakai fürdőzésen vehetnek részt a bükkü településre érkező vendégek. Szeptember közepétől május közepéig Bogácson heti két alkalommal, minden pénteken és szombaton lehetőség van éjszakai fürdőzésre.

December 3-án, szombaton fergeteges **Mikulás-partira** hívják a látogatókat, fiatalokat és időseket egyaránt. Az éjszakai fürdőzéssel és karaokéval egybekötött zenés mulatság különleges varázsát adja a hideg decemberi napon párafelhőbe burkolózó, félig fedett, gyógyvizű medence.

Bogács nagy szeretettel várja a különleges ételekre, a zamatos borokra és a nyugodt pihenésre vágyó vendégeket egyaránt. További információért látogasson el a www.bogacs.hu oldalra vagy érdeklődjön a turizmus@bogacs.hu e-mail címen. (x)



Havas hegy épül Budapest szívében

A sí- és snowboardpályák, havas lejtők és hűtték hangulatát élhetjük át négy napon át a frissen felújított Városligeti Műjégpályán. Az ország legnagyobb téli fesztiválja folyamatos pörgést, bulizást ígér.

Idén második alkalommal rendezik meg november 10. és 13. között a Monster Energy Budapest Fridge Fesztivált, amelyen ismét felépítenek egy 35 méter magas óriásrámpát – az ugrató magasabb egy tízemeletes lakóháznál. A havas rendezvényen ezúttal is a világ legjobb snowboard- és free ski bajnokai versenyeznek majd, a jégpályán pedig még a kevésbé profi sportolók is kipróbálhatják magukat. A verseny alatt és után koncertek és hajnalig tartó parti pörgeti fel a téli estét, eljön Budapestre többek között az Infected Mushroom, Steve Aoki, Parovoz, Stelar, Pendulum DJ Set & MC Rage, Scooter, John Dahlback, Dub FX, Chase & the Status & the Verse és a Freestylers.

A sporton és zenén kívül pálinka- és forráltbor utca, bemutató versenyek, falmászás, sí- és korcsolyaoktatás, jégkorongtorna, curling, szlovák udvar és egy hamisítatlan osztrák élményfalu vár minden kicsit és nagyot. www.fridge.hu



A világ legjobbjai ugranak az óriásrámpáról

A gyerekekkel együtt nő
SÍLÉC
Csak INTERSPORT-nál

Nő a gyerek? Nem gond!

Mindig a legújabb modell. Mindig a megfelelő hosszúság. Mindig biztonságban. A gyerekekkel együtt növekvő síléc ez igazán egyszerű. És hihetetlenül olcsó!

Indulásként vásároljon egy gyermek sílécet (140 cm-ig), és fizessen csupán 2.990,- felárat. Majd 2 éven belül vásároljon egy új modellt (150 cm-ig) mindössze 6.990,- áron.* Ennek még anyja és apa sem tud ellenállni!

*Gyermekeként és megvásárolt sílécenként 1 csere lehetséges. Az akció a TECNO PRO XT TEAM vagy TECNO PRO SWEETY GYEREK SÍLÉCEKRE érvényes.



INTERSPORT
SPORT TO THE PEOPLE

Játsszunk iparost!

A gyárkémények varázslóműhelyt rejtenek – tudja ezt minden kisgyerek. Mi más lenne az a hely, ahol a formátlan fém autóvá, a piszkossárga agyag virágos tányérrá, egy darabka bőr csinos kesztyűvé változik át? Fogjuk kézen a bennünk lakó kisgyereket, és lessük meg, hogyan dolgoznak a „varázslók”.



Törékeny rózsza készül a nehéz masszából



Ez mind pécsi kesztyű

Kicsiknek, nagyoknak egyaránt pompás szórakozás felkeresni valamelyik ipari létesítményünk látogatóközpontját, ahol sok minden kipróbálható és megfogható, végigkísérhetjük egy termék megszületését, sőt akár mi magunk is belekontárkodhatunk egy-egy mesterségbe.

Az alkotás öröme

Herend nevét hallva mindenkinek a porcelán ugrik be elsőként, azt azonban talán kevesebben tudják, hogy a manufaktúra immár 185 éve öregbíti hazánk és saját hírnevét, nagyobbakat pedig sehol a világon nem találunk. Az 1999-ben elkészült korszerű látogatóközpont, a Porcelánium változatos szórakozást kínál. A Herend-filmet megnézve az 1826-ban alapított manufaktúra csúcs- és mélypontok tarkította történelmébe tekinthetünk bele, majd a Minimanufaktúrában élőben is megnézhetjük, hogyan lesz a nehéz masszából törékeny porcelán. Ha kedvet kaptunk, saját porcelánrózsánkat, figuránkat is elkészíthetjük, egész napos kurzus keretében pedig akár a porcelánfestés rejtelmeiben is elmerülhetünk.

A **Kalocsai Porcelán Manufaktúrában** valamivel szerényebb, de annál autentikusabb körülmények között kísérhetjük végig a porcelánkészítés fo-

lyamatát az öntéstől egészen az égetőkemencéig, majd a festőasszonyok munkáját megfigyelve nyervehetünk bepillantást abba, hogyan kerülnek a híres kalocsai népművészeti motívumok a porcelánra. Ha a serénykedő festőasszonyok láttán magunk is tennénk egy próbát az ecsettel, nosza, rajta! Szakértő útmutatással vagy anélkül, teljesen a nulláról indulva vagy előnyomott mintát színezve készíthetjük el saját „műremekeinket”.

A kézműves munka tisztelőinek ugyancsak érdemes felkeresni a pécsi kesztyűgyártás legjobb hagyományait továbbvivő **Gant Pécsi Kesztyű** üzemet. Viszonylag fiatal létesítményként természetesen nem nélkülözi a modern technológiát, ám amint az a gyárlátogatáskor kiderül, a gépeket csupán egyes munkafolyamatok megkönnyítésére használják. A hangsúly a hagyományokhoz híven a szakemberek közügyességén, szakértelmén és évtizedes tapasztalatán van. Nem kell pusztán a bábmészkodással beérni, mert akár saját kesztyűnket is elkészíthetjük. Ennek ára ugyan modellfüggő, és egy szimpla gyárlátogatásnál valamivel több időt kell rászánnunk, ugyanakkor hányan mondhatják el magukról manapság, hogy a kesztyűjük saját kezük munkája?

Csúcstechnológia közelről

A legmodernebb gyártási technológiákra kíváncsiak a győri **Audi gyárban** találhatják meg számításukat. Itt ugyan különösebb interaktivitásban nem lesz részünk, ráadásul saját biztonságunk és a munka zavartalanságának érdekében szigorú munkavédelmi előírásoknak is meg kell felelnünk. Ha azonban mindezt vállaljuk, akkor testközelből figyelhetjük meg a világ egyik legmodernebb, legprecízebb gyártási folyamatát: a motorgyártástól az összeszerelésig végigkövethetjük egy Audi TT születését.

Játék az energiával

Pakson valóságos tudományos játszótér várja az atomenergia iránt érdeklődőket. Aggódni felesleges, műszerek és műszaki adatok özöne helyett az igen összetett kiállítás a látogató aktív közreműködése révén nyújt bepillantást az erőmű kulisszái mögé. Lehívhatjuk a minket érdeklő információkat a világ bármelyik atomerőművéről vagy a világ energiahelyzetéről. Termelhetünk áramot energia-kerékpár segítségével, magunk aktiválhatunk napelemet, de megnézhetjük az erőmű aktuális teljesítményét is. Aki ennél többre vágyik, az egyszerűsített modellen követheti végig, hogyan lesz energia a sugárzó fémből vagy a Bizalom Képernyőjén megfigyelheti, mi történik épp a vezérlőteremben. A legizgalmasabb dolgokat azonban az erőmű belseje tartogatja, az üzemi terület a speciálisan erre a célra kialakított üvegfolysóról tekinthető meg. A működő atomreaktorokon és vezérlőtermeken idegenvezető kíséri végig, és a védősisak felvétele után még a turbinacsarnokba is beléphetünk, ahol a hatalmas turbinagenerátorok ejtenek ámulatba. A 16 éven aluli gyerekek ebből sajnos kimaradnak, nekik a látogatás végén megfejtendő kvíz okozhat kisebb izgalmakat, melynek segítségével számot adhatnak frissen megszerzett tudásukról.

Buzás Gábor



Így készül az Audi TT

Látogatási időpontok, bejelentkezés

HERENDI PORCELÁNMANUFAKTÚRA

www.herend.com

Minimanufaktúra

április 18.–november 13.
hétfő–vasárnap 9.30–18.00
február 22.–április 16. és
november 15.–december 17.
kedd–szombat 9.30–17.00

Porcelánművészeti Múzeum

április 18.–november 13.
hétfő–vasárnap 9.00–17.30
február 22.–április 16. és
november 15.–december 17.
kedd–szombat 9.30–17.00
január 3–8.
és december 27–30. 9.30–17.00

KALOCSAI PORCELÁNMANUFAKTÚRA

www.porcelanfesto.hu

Bejelentkezés:

porcelanfesto@t-online.hu

vagy tel.: 78/462-017

hétfő–péntek 8.00–17.00

szombat 10.00–14.00

GANT PÉCSI KESZTYŰ

www.pecsikesztyu.hu

Bejelentkezés:

udvozoljuk@pecsikesztyu.hu

vagy tel.: 72/517-270

hétfőn és pénteken 10.00–13.00

AUDI HUNGARIA

www.audi.hu

Bejelentkezés:

welcomecenter@audi.hu

vagy tel.: 96/668-660

hétfő–péntek 10.00-tól, 11.00-tól és 12.00-tól,
csak előre egyeztetett létszámmal és időpontban

PAKSI ATOMERŐMŰ

www.atomeromu.hu

Bejelentkezés:

uzemlatogatatas@npp.hu

vagy tel.: 75/505-000

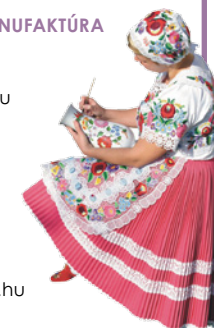
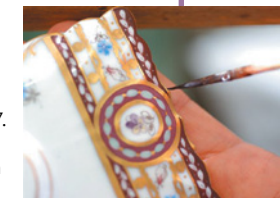
Látogatóközpont

hétfő–péntek 8.00–15.00

szombat 9.00–13.00

Üzemi terület

hétfő–péntek 8.00–15.00



Kitárultak Palócföld **szekrénygalériái**



Szelíd lankák között megbújó apró falvak, azokban füstlikas, kontyolt tetős, hosszú parasztházak, bennünk csöppnyi múzeumok, amelyek a palócok szekrényei mélyéről előkerült szötteket, kelengyéket, főköttöket tárják elének.

Palócföld kicsiny települései kincseket rejtegetnek, e katolikus népcsoport sajátos kultúráját, motívumait, kézműves termékeit immár szépen múzeumokba rendezve. Régi parasztházakat alakítottak át erre a célra, amelyek őrzik a tájegység népi építészetének jellegzetességeit.

Recsken, a több mint száz éves épületben kialakított tájház alkotóműhelyként is működik. Munka közben leshetjük meg a Hevesi Népművészeti és Házipari Szövetkezet itt dolgozó munkatársait, akik a szövés, kenderfonás és a különleges kalodás hímzés tudományának továbbvivői. A régi festett bútorok mintájára újakat készítenek a mai mesterek, a piros-kék színvilágú, virágmotívumokkal díszített komódokat, ládákat, szekrényeket akár meg is vásárolhatjuk, hogy felvidítsák otthonunkat. www.hevesfolkart.hu

A **kazári** nők öltözképe a legszínesebb a palóc népviseletben. De nemcsak a díszes főköttők és a kikeményített, suhogó szoknyák miatt érdemes idejönni. Az eredeti szépségükben helyreállított, takaros parasztportákon kiállítások sora fogad, csak győzzük végigjárni valamennyit, köztük szöttek-, falvédő-, csipke-, gyufacímke-, mackó-, bányászati, sőt egy több mint ötszáz darabos vasalógyűjtemény. Az Európai Falumegújítási Díjjal is kitüntetett Kazár határában található húszmillió éves riolittufa-képződményhez, amelyhez hasonlót a világon hat helyen tartanak számon, igény esetén Tufa-taxival is eljuthatunk. www.kazar.hu

A lekvárok nagy barátjaként az ökoturizmusban jeleskedő **Kozárd** elsősorban a helyi lekvárműfaktúra különleges ízeivel lopta be magát a szívünkbe, a fahéjas almát, a fekete cseresznyét és a

sárgaszilvát mindenképp kóstolják meg! A Hagyományörző Palóc Galéria és Kézművesház épületében a palóc festett bútorok, textíliák és kerámiák mellett helyi gazda- és kézműves termékek, régi használati tárgyak kaptak helyet. www.kozard.hu

Mintha egy rég a padláson felejtett, öreg bőrönd tárulna fel, olyan érzés fog el a világ zajától távol eső **Terényben** a gyönyörűséges csipkegyűjtemény láttán: estélyi ruha, vállkendő, kélzél, gallér, kesztyű, legyező, de még esernyő is készült sokféle csipketecnikával. A múzeum vezetője készséggel bevezet a sajátásgos magyar Hunnia-csipke készítésének rejtelseibe, amelyet családjának egyik felmenője dolgozott ki. www.csipkemuzeum.com

Egyedülálló a terényi Orsós Magnó Múzeum, amely a legszelebb gyűjteménnyel dicsekedhet a világ összes, orsós magnót gyártó országaiból: a több mint 350-féle, működő készüléken ráadásul a saját koruknak megfelelő zenét hallgathatunk meg. www.magnomuzeum.com

A palóc népviselet legékeesebb tartozéka, a főköttő sokszínűségét mutatja be a **Rimócon** rendezett kiállítás, itt húsz palóc településről összegyűjtött negyven színpompás feketőt – ahogyan erefelé nevezik – láthatunk, és néhányat fel is próbálhatunk. Merthogy eltérő viselt a menyecske, a

fiatal és a meglett asszony, más járta hétköznapi és más ünnepnap, van itt gyöngyös, rojtos, csipkés, szalagnak a legtöbbje bővében. www.rimoc.hu

F. H.



Ékes kazári főköttők



Recski tájház

Ajánló

Palócgála Regionális-Nemzetközi Népzenei Fesztivál

Eger – EKM-KBartakovics Béla Közösségi Ház, november 19–20.

A nagy tradíciójú kulturális esemény a hazai és felvidéki folklór legjavából ad ízelítőt. A program színtartóit a palóc népdaléneklési verseny, a népművészet mestereinek hangversenye, néprajzi filmek vetítése, népművészeti kiállítás, gasztronómiai bemutató és palócból. www.ekmk.eu



Szent Márton-napi Vigasság

Hollókő – Ófalu, templom környéke, november 12.

A falu védőszentjének napján láthatunk életképet Szent Márton legendájából, középkori és libás játékokat, a Lámpalázi Színtársulat Lúdas Matyi című vídám előadását, népi játékokat körtáncokkal. A felnőttek indulhatnak a Hollókő Főgúnárja cím elnyeréséért. Az ide látogatók a falu vendégeik lesznek teára, forralt borra és zsíros kenyérre. www.holloko.hu



OTP SZÉP kártya: egyre több helyen fogadják örömmel Egyszerű, biztonságos, praktikus

Egyszerűbbé válik az üdülési támogatások felhasználása az egyre gyorsabb ütemben terjedő OTP SZÉP kártya segítségével. A bérlet kívüli juttatásként adható keret a jövő évtől már nem papíralapon, hanem mágneskártyán kapják meg a dolgozók. A plasztiklap előnye, hogy könnyen kezelhető, biztonságosan használható, és pontosan csak annyit fizet vele az ember, amennyibe az igénybe vett szolgáltatás került.

A SZÉP kártyát elsőként az OTP hozta forgalomba ez év júliusában, s máris több mint 1300 elfogadóhellyel rendelkezik országsszerte. A szerződött munkáltatók köre is dinamikusan bővül, már ma is több ezer munkavállaló kérheti OTP SZÉP kártyára üdülési támogatását. Az OTP SZÉP kártya további előnye, hogy nem igényel bonyolult adminisztrációt, és kibocsátása a munkáltatóknak ingyenes, használata egyszerű és biztonságos.

Ma már a legkisebb szálláshelyeken is lehetséges a kártyás fizetés, mivel a terminálok használata mellett az OTP SZÉP kártya esetében lehetőség van az interneten, de akár a telefonon keresztül történő fizetésre is.

A multifunkcionális OTP SZÉP kártyát várhatóan egyre több szolgáltatás igénybevételére lehet majd használni: ha megvalósulnak a szakmai tervek, jövőre a szálláshelyek mellett az éttermekben és a gyógyfürdőkben is fizethetünk vele. Így a plasztikkártya hasznos segítőnkünk válhat a mindennapjainkban.

(x)



Miskakancsó Tiszafüredről

A legmodernebb, süthető, festhető iskolai gyurma sem ér nyomába a tucatszor átgúrt, kézmelegre langyított-puhított igazi agyagnak, amikor ilyen ősi anyaggal van dolgunk, mintha lelassulna az idő, másképp ketyegne az óra a falon, s más szellemi erők mozognának kezünket, gondolatainkat.

Ködös-nyirkos időkben, amikor a napsütéses órák száma rohamosan fogy, az egyik legjobb kedélyjavító foglalatosság, ha egy fűtött műhelyben, korong fölé hajolva, két tenyerünket vízbe mártva kupacnyi agyaggombócból teremthetünk findszát, köcsögöt, gyümölcsös tálalt, írókázhatunk rá mintát, nézhetjük, miként csurog végig az általunk megálmodott formákon a kék vagy zöld színű máz, s hogyan válnak élénkké a tompának tűnő árnyalatok a kemencéből kikerülve. Külön öröm, ha mindezt egy olyan városban tehetjük, amely a hazai fazekasság egyik ősi központjának számít: a Hortobágy szélén fekvő Tiszafüreden a XVIII. század végétől működtek ilyen műhelyek, s a városi Kiss Pál Múzeumban ma is jelentős számú helyi kerámiatárgyat őriznek. Hódmező-

vásárhely, Debrecen, Miskolc, Mezőcsát, Szentés Mezőtúr mellett a Tisza-parti település is kedvelt alkotóhelynek számított: az itt fellelt leletek szerint ebben a térségben vörösre vagy feketére égetett, mázolatlan edényeket – tállakat, korsókat, kantáikat, köcsögöket, szilkéket – készítettek, s akkor is szép számmal születtek ilyenek, amikor már a mázas kerámia-ák jöttek divatba. Tiszafüred az Alföld legegységesebb és legegységibb stílusú fazekas központja volt, mely Mezőcsáttal együtt a hódoltság kori kerámia legszebb hagyományait folytatta. A helyi mesterek azon kevesek közé tartoztak, akik készítették a miskakancsót is, az emberfejtű, süveges borosedényt. A legtöbb miskakancsót a XIX. század 40-es, 50-es éveiben formázták, ezek majdnem kivétel nélkül

század eleji katonát ábrázolnak csákkal a fején, előtőzeten gazdag sujtással és gombokkal.

Tiszafüreden ma is alkotnak fazekasok, akik az ősi motívumokat napjainkban használatos edényekre álmódják, megtartva a mesterség hagyományait, mégis alkalmazkodva a mostani elvárásokhoz.

A hortobágyi csárda ki van festve

Bár gyorsabban haladnak a ma vándorai, azért éppúgy éhesek és szomjasak, mint akár Petőfi Sándor, amikor Debrecenből Pest-Budára menet megállt pihenni a Hortobágyi csárdánál. Petőfi 1842-ben, itt-tartózkodása alatt írta a Hortobágyi korcsmárosné angyalom című népies dalát. Jókai Mór is többször tett látogatást a pusztán, az író 1892-ben elkészült Sárga róza című kisregényének helyszíne éppen a Hortobágyi csárda volt.

A pusztán átvezető egykori Sóút mentén, két év szünet után, megőrizve a régi idők hangulatát, de modernizálva nyílt meg újra a több mint 300 éves híres Hortobágyi csárda.

A megújult intézmény a minőségi vendéglátást tűzte ki célul, a magyaros ízeket a korszerűség igényével, mértéktartó reform érzékkel tálalva. A tejszínes hortobágyi harcsapaprikás mellé leveles tésztaiba töltött töpörtyűs túrós kerül, a zúzapörkölt mellé tojásos galuska dukál, a mangalicapörköltet juhtúrós galuskával teszlik izgalmassá. Egész évben érdemes ide betérni, a téli zord idő is barátságossá válik a meleg cserépkályhák, levesek és tüzesítő italok társaságában.

A szintén teljesen megújult Kadarcsi csárda, a Hortobágyi Nemzeti Park nyugati kapujaként, híven mutatja be azt az egyszerű, de igen praktikus világot, amikor rudakon száradt a gyúrt tészta, a kamrában lógott a kolbász, szalonna, betyárok járták a vidéket, s szépséges csárdásnék forgolódtak a boros kan-

Az egyik leghíresebb dinasztia a Szűcs-család: itt az édesapa, az édesanya és a két lányuk is e szép szakma művelője. Szűcs Imre népi iparművész, aki még a hatvanas években lett a legendás karcagi Kántor Sándor tanítványa, majd, Tiszafüredre költözve, jó ideig főként az itteni hagyományos edényeket készítette. Később saját stílust teremtett: a fehér alapon zöld és fekete színösszeállítást, virágcsokrokkal, madarakkal. (Cím: Belsőkeresztes út 2/a)

Neves alkotója a városnak Nagyné Török Zsóka népi iparművész, aki ma is a helyi tradicionális cserepek, a huszárt megjelenítő miskakancsó, a pálinkás butella, valamint a fehér, vörös, zöld és fekete színűre festett tányérok és tállak szerelmese. Újdonságként azonban sütő-főző edényeket is készít, melyek jól használhatók a konyhában, tállaláskor pedig az étkezőasztal díszei. Az érdeklődőknek saját műhelyében szívesen bemutatja a szakma fortélyait, a bátrabbak pedig próbára is tehetik tehetségüket akár a korongnál is. (Cím: Szőlősi út 27. Foglalkozások előzetes egyeztetéssel: torokzsoka@freemail.hu)

Eperjesi Olga



Török Zsóka népi iparművész

Így éltek a régi fazekasok

A Malom utca 12. szám alatt megtekinthető Nyúzó Gáspár Fazekas Tájház a XIX. században épült, lakói a Nyúzó fazekasok voltak. Eredeti környezetében mutatja be a félpasztori sorban élő fazekasmesterek élet- és munkakörülményeit, emléket állítva ezzel a híres tiszafüredi fazekasságnak. www.tiszafured.hu



Kadarcsi csárda



Hortobágyi csárda

Ünnepele Szent Márton szülőföldje

A kereszténység egyik legnépszerűbb szentjét, híres szülöttét ünnepli novemberben több mint két héten át Szombathely. A Márton-napi népszokásokat kellik életre libatorral, vásárral, programok sokaságával.

Idehaza Szombathely a Márton-kultusz leggondosabb ápolója, hiszen a hagyomány szerint Szent Márton az ókori Savariában született 316-ban vagy 317-ben, és Tours püspökeként halt meg 397-ben 80 évesen. Emléknapiján, november 11-én és az ahhoz kapcsolódó időszakban az egyházi tiszteletadás mellett a gazdag néphagyomány is megelevenedik. Márton napjával kezdődik a téli évnegyed, amikor „mártonludat” vágnak, megkóstolják az új-bort, s a liba mellcsontjából időt jósolnak. Szombathelyen egyházi megemlékezésekkel, lampionos felvonulással, helytörténeti vetélkedőkkel, tűzrakással, koncertekkel, kiállításokkal, előadásokkal ünneplik Szent Mártont november 4–22. között.

November első hétvégéjén a Vasi Múzeumfaluban az országos hírű Szent Márton-napi nagyvásárral kezdődik az ünnepegsorozat. A nagyszínpadon gyermek-előadások, néptánc, népzene, vásári komédiák szórakoztatják a közönséget, a szent személyéhez kapcsolódó népszokásokkal, ügyességi játékokkal (töklámpásfaragás, lúdnyszakítás) pedig a múzeumfalú egész területén találkozhatunk. A szőlőhegyi pincék között, a Borudvarban is lesznek programok. A városban november 5-én részt vehetünk a Szent Márton Plébánia ünnepi hangversenyén.

Az Agora Szalonban látható lesz a Mirage Salon Quartett (november 9.), Jónás Tamás költő Zaklató örökség című estje (november 10.), Liszt Ferenc műveinek jazzes átdolgozásait adja elő Nagy János zongorista és Frankie Látó hegedűművész (november 11.). Az Agora Művelődési és Sportházban fellép a Hungarian Blues Stars (november 16.), valamint a Budapest Bár lemezbemutató koncertjével (november 22.).

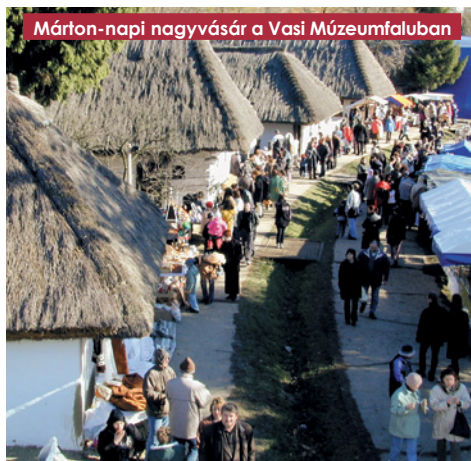
A Szent Márton Látogatóközpontban a szent életével kapcsolatos képeslap-, freskó- és bélyegkiállítás nyílik. November 4-én, 11-én, 12-én és 22-én, 10 és 14 órakor ingyenes vezetett séták indulnak a szombathelyi Tourinform-irodától, bemutatva a szent életútját, szombathelyi kötődését, valamint a város történetét. A Savaria Legio által vezetett lampionos felvonulás november 11-én 17.45-kor kezdődik, a menet a Székesegyháztól a Szent Márton templomig vonul. A Fő téren november 12-én délelőtti játékos és ügyességi feladatokkal, kézműves foglalkozásokkal, táncprogramokkal várják a családokat. A helyi éttermek gasztronómiai ren-

dezvényekkel, jellegzetes libaételekkel csábítják az ínyenceket.

További információ: www.agorasavaria.hu, www.viasancimartini.eu/szombathely



Bárki csatlakozhat a lampionos menethez



Márton-napi nagyvásár a Vasi Múzeumfaluban

Ker(g)essük a libát!

Az újborkóstolótól a libavacsoráig, a tollfosztástól a tökfáragásig, a hurkatöltő-fesztiváltól a népművészeti vásárig tart a Szent Márton-napi programkínálat. Ker(g)essük a libát országszerte! Mert a néphit szerint, aki Márton napján libát nem eszik, az jövőre egész évben éheznek.

Vigasságok, eszem-iszom

Rengeteg néphagyomány kötődik a novemberhez, és még több eszem-iszom. Liba minden mennyiségben, lábon, fazékban és tep-siben, színes programok garmadája várja a vendégeket országszerte, nemcsak november 11-én, hanem a megelőző és az azt követő hétvégén is. Skanzenek, tájházak, számos pincészet és étterem készül menüsorokkal, újborkóstolókkal Szent Márton ünnepére. Aki kedvet kap egy kicsit hosszabb kiruccanáshoz, válogathat a kedvezményes, ünnepi szállásajánlatokból, amelyek között falusi szálláshelyet éppúgy talál, mint ötszallagos szállodát. Mindezeket a Magyar Turizmus Zrt. összegyűjtve elérhetővé teszi a Márton-napi Libato(u)r és Újborünnep www.libatour.itt-hon.hu címen elérhető honlapján.

Debrecenben, a Kossuth téren látványkonyhákban készülnek a hagyományos ízletes libaételek november 11–13-án. Hagymás libamájcsikót, savanyú libalevest, májas libahurkát, libahússal töltött káposztát ígérnek a szervezők, a szomszagos torkok leöblítésére 11 egri borászat kínálja nedűit. A háromnapos rendezvényen egri és debreceni művészeti csoportok mutatkoznak be.

A Heves megyei **Noszvaj** Gazdaházában a látogatók elleshetik a lúdgége tézsa készítésének fortélyát, miközben a kemencében sült libacomb, a „lúdnycs” és a kelt tézsták. A falu pincéi is szélesre tárják kapuikat november 12-én, a Thummerer Pincészet Márton-napi lúdvacsorával készül. www.noszvaj.hu

Nyíregyházán, a Sóstói Múzeumfaluban november 12-én, a libás ételek kóstolása mellett, különféle borvidékek jeles borfajtáit izlelhetjük meg, kipróbálhatjuk a bodnárok mesterfogásait és kézműves portékákat is vásárolhatunk. www.muzeumfalu.hu

A **szentendrei Skanzen** újborfesztiválján és libatorján fedett és fűtött sátor alatt lehet kóstolni a

Ajánló

Márton-napi túra

Órség – Velemér, november 12.

Öt kilométeres túrára invitál az Órségi Tourinform Velemér és környéke természeti és kulturális értékeinek bemutatására, és utána egy Márton-napi ebéd elfogyasztására (előzetes bejelentkezés alapján). Találkozás 10 órakor Veleméren, a Cipó fogadónál.

Tel.: 94/548-034



minőségi italokat, a helyben sült libaételeket és őszi csemegéket november 12–13-án. A tollfosztóban és a kukoricamorzsolóban, aki kedvet érez, bekapcsolódhat az őszi társas munkákba, a szántóföldi munkák lezárulását követő felszabadult hangulatba. A gyerekek kenőtollat, töklámpást és zoknilibát készíthetnek, a baráti társaságokat és a családokat pedig várja a „lúdtalpasok” vetélkedője. A fesztivált a céhes legények díszes szekereken történő jókedvű felvonulása és táncház zárja. www.skanzen.hu



Zalaegerszegen, a Göcseji Falumúzeum november 12-i Márton-napi vigasságán felelevenítik az őszbúcsúztató hagyományokat, a téli paraszti munkákat és a hozzájuk kapcsolódó szokásokat. Kukoricahántás, morzsolás, tollfosztás, kovácsmesterség, kosárfonás, gyertyaöntés, csuhébabakészítés közül választhat a nagydémű, a jó hangulatot zalai népdalok, táncok, illatos borok, libából készült ételek alapozzák meg. www.zmmi.hu

Mi is az a száraz próba, és milyen a tökéletes pálinkáspohár? Miért pont Szent Mártonhoz kapcsoljuk a ludat? – ezekről is hallhatunk **Siófokon** november 11–13. között, a Márton Napi Pálinka Fesztiválon, ahol rengeteg program, koncertek, gasztro-nómiai különlegességek és gyermekműsorok garantálják a felhőtlen jó kedvet. www.siofokportal.com

A Pest megyei **Tápiószentmárton** egész rendezvénysorozattal tiszteleg a település névadója előtt. A vigalom csúcspontja a Sportcsarnokban november 12-én megrendezésre kerülő Nemzetközi Hurkatöltő Fesztivál, ahol mintegy félszáz csapat – köztük erdélyi, felvidéki és vajdasági versenyzők – készíti a hagyományos hurkákat és a hurka-különlegességeket. Néptánc, nép- és katonadalmok, tárogató idézi fel a falusi disznótorok vidám hangulatát. www.sportcsarnok.extra.hu

Nyerj osztálykirándulást vagy síutat a MOL-tól!

Minden évben nagy fejtörést okoz az osztályoknak, osztályfőnököknek, hová szervezzék az osztálykirándulást, és főleg, hogy mennyibe fog kerülni. A MOL, Magyarország legnagyobb vállalata szeretné megkönnyíteni az összetartó osztályok dolgát: a MOL-töltőállomásokon meghirdetett „Nyerjen osztálykirándulást gyermekének!” promóció keretében 5 általános- és 5 középiskolai osztály egyenként 300 ezer forint értékű támogatást nyerhet osztálykirándulásához. Ehhez minél több, legalább 3000 forint értékű MOL-shopnyugtát kell feltölteniük az osztályoknak a www.molosztalykirandulas.hu weboldalra, ezzel növelve esélyüket a november 30. utáni sorsoláson.

S hogy ne csak a szerencsén múljon az osztályok sorsa, a MOL meghirdetett egy különdíjat is a középiskolások számára. A különdíj egy ajándék síút, amelyen az egész osztály részt vehet és együtt síelhet Magyarország meghatározó könnyűzenei csatornája, a VIVA műsorvezetőjével, Iszak Eszterrel. A síúton a VIVA zenei kívánságműsora, a Megálló stábja is forgat, így biztosítva az országos hírnevet a nyertes osztálynak.

A síútért való közdelemben viszont már nem a nyugták száma, hanem az osztályok kreativitása a döntő. Mit kell tenniük a nyerni kívánó középisko-

lai osztályoknak? Regisztrálnak egy 3000 forintos MOL-nyugtával a www.molosztalykirandulas.hu weboldalon, majd készítsenek egy maximum másfél perces videót, amelyből minden kétséget kizáróan kiderül, miért az ő osztályuk érdemli az ajándék síutat a MOL-tól, és végül győzzenek meg minél több ismerőst, rokont, barátot, hogy likeolják a videójukat. A nyertest a MOL zsűrije a legtöbb lájkot gyűjtő 10 videóból választja ki.

Még van idő a pályázásra és a nyugták gyűjtésére, hajrá általános- és középiskolai osztályok! (X)



ZALAKAROSI FÜRDŐ



TARTALMAS ŐSZI FELTÖLTŐDÉS!
Próbálja ki gyógy,- wellness és alakformáló kezeléseinket!

Akciós csomagok, kedvezmények,
változatos programok az őszi szünetben!
Részletek a honlapon!

www.furdo-zalakaros.hu



2 db komplex jegy vásárlása esetén a második jegy **50 %-os** kedvezménnyel vásárolható, a kupon leadása után

A kupon érvényes 2011. október 26. és december 18. között. A kupon egyéb kedvezménnyel nem vonható össze

Zalakarosi Gyógy,- Élmeny és Strandfürdő • Gránit Gyógyfürdő Zrt. • 8749 Zalakaros, Thermál u. 4.
Tel: 93/340-420 Fax: 93/340-318 Web: www.furdo-zalakaros.hu • E-mail: info@furdo-zalakaros.hu

BUDAPEST

fürdő
BEMUTATJA

FÜRDŐK ÉJSZAKÁJA

NOVEMBER 19. SZOMBAT

5 HELYSZÍN, LIVE ACT, DJ SET, PERFORMANCE, MOZI, VIZUÁL

22.00-03.00

SZÉCHENYI

burn
studios
www.burn-studios.com

RUDAS

BRO
SPORT ART MUSIC

GELLÉRT

B14 RADIO
BRO
burn REBELS ON AIR

KIRÁLY

VIZ
RAK
TÉR

LUÁKCS

MOZI

JEGYÁR: 3000 HUF

WWW.FACEBOOK.COM/FURDOKEJSZAKAJA