

Dolomitok gyalogtúrák (Cortina)

Csodás sziklatornyok között Cortina 'd Ampezzo környékén.

Időpontok	Indulás-érkezés*	Telítettség	Jelentkezési határidő
2025. július 23. - 2025. július 27.		A jelentkezés lezárult.	2025. július 23.
Ár: 139 900 Ft		10% törzsutas kedvezménnyel: 125 910 Ft	
Előleg: 55 000 Ft, mely jelentkezéskor fizetendő.		Fennmaradó összeg: 84 900 Ft, mely indulás előtt 30 nappal esedékes.	

Miért éppen a Dolomitok?Töretlen népszerűséggel szervezzük immár évek óta gyalogtúráinkat a Dolomitok lenyűgöző, páratlan szépséggel bíró hegyormaihoz. A célunk az, hogy minél többen megismerhessétek ezt a lenyűgöző szépségű sziklavilágot, amely sokak szerint egyértelműen az Alpok legszebb szeglete. A Sella-csoport környéki panorámák, és a [Rosengarten-csoport](#) csikézett sziklatűit felölelő programjaink mellett ezúttal a Cortina környéki lenyűgöző sziklavilágot látogatjuk meg, ez volt sok évvel ezelőtt az első Dolomitok programunk. Aktív programunk alatt túrázunk völgyekben, hegycsúcsok körül, vagy épp kiépített ösvényeken, hogy kiélvezzük az egyedülálló panorámát és a természet közelségét, hogy a nap végén aztán felváltva mesélhessük egymásnak friss élményeinket! Dolomitok gyalogtúránk ezúttal is a [via ferrata csoporttal](#) párhuzamosan halad, egy autóbusszal utazunk, ugyanabban a kempingben szállunk meg, és a napi túráink is hasonló térségekbe vezetnek – csak más-más utakon.**Melyek a Dolomitok (Cortina) legfontosabb látnivalói?**- Tre Cime di Lavaredo sziklatornyai- Sorapiss-tó, a Dolomitok türkizkék tengerszeme- Monte Nuvolau (2574 m) csúcsa, körpanorámával a környező hegyekre- Lago di Braies, a Dolomitok legnagyobb tava

1.nap - Budapest, Olaszország

Találkozás 20:00-kor a XI ker. Pázmány Péter sétány és a Magyar Tudósok krt. sarkán levő parkolónál (az ELTE új épületei mellett, a Petőfi-hídtól 5 percre az A38 hajóval szemben), **indulás 20:30-kor**. Az éjszakát az autóbusszon töltjük.

2.nap - Cortina d'Ampezzo, Tre Cime di Lavaredo

Reggel érkezünk meg a Cortina d'Ampezzo körüli gyönyörű tájakra. Egyenesen az Auronzó-menedékház melletti parkolóba tartunk, hogy meglátogassuk a Dolomitok talán leghíresebb, emblematisz sziklaalakzatait, a Tre Cime di Lavaredo sziklatornyait. Innen indul a mai körtúránk: széles, kiépített, de csodálatos panorámájú úton jutunk el a Lavaredo házhoz, majd rövid kapaszkodást követően a Paterno-nyeregből megpillantjuk a Három Nővér hatalmas tornyait. Innen az utunk a Locatelli-menedékházhoz vezet tovább, ahol a szomszédos kis tengerszemek mellett majd megpihenhetünk. Innen aztán átvágunk a Lavaredo-tornyak előtti fennsíkon, s néhány kisebb tengerszemet érintve a Forc. Col di Mezzo hágóján átkelve hamarosan vissza is érkezünk az Auronzó-menedékházhoz. Innen a kempingünkbe utazunk, ahol miután felállítottuk sátrainkat, közös koccintással és ismerkedéssel fejezzük be a napot. Menetidő: 5 óra, táv: 13 km, szint: 500 méter.

3.nap - Cortina d'Ampezzo, Lago Sorapiss (1923m)

A Sorapiss-tó a Dolomitok talán legkülönlegesebb színű tengerszeme – ma erről személyesen is meggyőződhetünk. Reggel rövid buszozást követően érkezünk a Tre Croci hágóba, túránk kiinduló pontjához. Kényelmes erdei ösvényen indul a túra, hatalmas, szétszórt sziklák mellett vezet utunk. Ahogy az ösvény egyre meredekebbé válik, úgy nyílik ki a táj, s bukkannak elő a Cristallo csoport csipkés vonulatai. Utunk innen már a meredek hegyoldalon, kitett ösvényen vezet, alattunk a szédítő mélység, de ahol szükséges, ott lépcső vagy drótkötél segíti a biztonságos továbbjutást. A tó hirtelen bukkán elénk, és szájtátva állapítjuk meg, hogy a fényképeken látott csodás tejes-türkiz szín bizony valós. A tengerszemnél hosszabban elidőzünk, így jut idő fotózni, átsétálni a másik végéhez, vagy a közeli Vandelli menedékházban elfogyasztani egy frissítőt. Miután kellőképp kigyönyörködtük magunkat a látványban, a már ismert úton visszaereszkedünk a Tre Croci hágóba, majd szállásunkra utazunk. Menetidő: 6 óra, táv: 15 km, szint: 350 méter

4.nap - Cortina d'Ampezzo, Monte Nuvolau (2574 m)

Ma ismét egy rendkívül látványos, de hosszabb körtúrára indulunk, hiszen a Nuvolau 2574 méteres csúcsát célozzuk meg. Túránk a Bai di Dones apró hegyi tavától, 1900 méteres magasságból indul. Innen kaptatunk fel előbb erdei ösvényen, majd erdészeti úton a Cinque Torri magányosan álló sziklatornyaihoz, amelyeket megkerülve egy lankás emelkedő után érünk az Averau-menedékházhoz (2413 m). A menedékháztól a Monte Nuvolau északnyugati gerincén már relatív könnyedén felkapaszkodunk a 2575 méteres csúcsra, ahonnan lélegzetelállító körpanorámát élvezhetünk. Itt elfogyasztjuk ebédünket, majd a Nuvolau-nyeregbe visszatérve megkerüljük az Averau impozánsan kiemelkedő, 2647 méteres csúcsát. Innen utunk hatalmas sziklatömbök között vezet, majd egyre szelídül a táj, dúsul a növényzet – végül már olyan, mintha egy gyönyörű sziklakertben járnánk. Leérünk a jéghideg vizű Limides-tengerszemhez, itt uzsonnázunk, majd egy erdei ösvényen visszatérünk túránk kiindulópontjára. Amennyiben időnk engedi, este rövid látogatást teszünk Cortina d'Ampezzo romantikus belvárosába, ahol beülhetünk egy jó pizza-vacsorára is. Menetidő: 6 óra, táv: 13 km, szint: 700 méter.

5.nap - Cortina d'Ampezzo, Lago di Braies (1496 m), Budapest

Ma sátorbontás után egy levezető, de látványos túrát teszünk a méltán népszerű Lago di Braies körül. Korán érkezünk, hogy elkerüljük a forgalmasabb időszakot, így a tó körül kiépített úton végigsétálva minden irányból megcsodálhatjuk a ragyogó türkiz vizet, a tornyosuló hegyeket, ringó csónakokat. Miután visszaértünk a túránk kiinduló pontjához, búcsút veszünk a Dolomitoktól, és elindulunk Budapest irányába. Hazaérkezésünk késő estére, 23-24 óra környékére várható. Menetidő: 2 óra, szint: 100 méter.

Tudnivalók

Út ára tartalmazza

- az utazást autóbusszal, - a szállást kempingben, saját sátorban, - a szervezést és a magyar nyelvű túravezetést.

Út ára nem tartalmazza

- az étkezéseket, - és a biztosítást.

Árfolyam

Fontos! Utazásunk árát 410 Ft / 1 EUR árfolyamig tudjuk tartani. Ha a euró (EUR) ára az utazás indulását megelőző 35. napon ezt meghaladja, akkor árkorrekcióra kényszerülhetünk. Árkorrekció esetén az utazási szerződésünkben rögzített szabályok szerint járunk el.

Utazás

Légkondicionált autóbusszal utazunk, melyet két gyakorlott gépkocsivezető vezet. Oda- és visszaúton kb. 3 - 4 óránként tartunk negyedórás pihenőket, amikor benzinkutaknál, nagyobb parkolóknál, autós pihenőhelyeknél állunk meg. A pihenőhelyek mosdóiban néha fizetni kell, ezért jó, ha van aprópénz. Az autóbusszra a helyfoglalás az előleg-befizetés sorrendjében történik. A teljes csoport elhelyezése érdekében az iroda fenntartja magának a jogot, hogy az autóbusszon való elhelyezésen változtasson.

Létszám

Tájékoztató létszám: 20-28 fő. Az utat minimum 20 fő befizetése esetén indítjuk el.

Túra nehézsége

Milyen nehezek a túrák a Dolomitokban? Gyalogtúra programunkhoz semmilyen hegymászótudásra nincs szükség, ám túrázási tapasztalatot, szédülésmentességet és kitartást feltételez. A napi túraútvonalakat úgy válogattuk meg, hogy azok átlagos sportos erőnléttel, jó kondícióval teljesíthetők legyenek. Mivel a túraútvonalak néhol törmelékenyes, meredek ösvényeken vezetnek, a stabil mozgáskoordináció és a szédülésmentesség elengedhetetlen (túrabet használata nagyon fontos!). Napi 5-6 órás túrázásra kell számítani, a szintkülönbség általában 300-700 méter között mozog. A sziklás szakaszokon esetenként biztonságot garantáló drótkötelek, mesterséges fogások, létrák, hidak segítik előrejutásunkat. Az út nagy része hagyományos túrázást jelent, kisebb-nagyobb kaptatókkal.

Terület

Hova megyünk, mit kell tudni a Dolomitokról? A [Dolomitok hegyei](#) (UNESCO Világörökség) Olaszország észak-keleti, Ausztriával határos vidékén húzódnak. A számos hegycsoportból álló, rendkívül tagolt hegyvidék nevét egy francia geológustól, Dolomieu-től kapta, aki az elsők között tanulmányozta ezt a mészkőhegységekre jellemző kalcium-karbonát mellett magnéziumot is tartalmazó, különleges kőzetet. A rendkívül tagolt felszín, a meredek hegyoldalak, sziklatornyok, mély szakadékok kimeríthetetlen formagazdagsága, a borús időben titokzatos ködbe burkolódzó sziklafalak, a felkelő, avagy lenyugvó Nap kölcsönözte lenyűgöző színvilág együtt teszik a Dolomitok sziklatömbjeit a hegyek szerelmesei számára soha meg nem unható Paradicsommá.

Időjárás

Milyen az időjárás a Dolomitokban? Változékony, esetenként szélsőséges magashegységi időjárásra kell számítanunk. Bármikor előfordulhat eső, heves zápor, ezért különösen fontos a vízálló ruházat. Napközben 15-25 fok közötti hőmérséklet várható, ami természetesen a tengerszint feletti magasság és éppen aktuális időjárási frontok függvényében változik. A magasabb részeken egy-egy erősebb hidegfront betörése esetén akár hóesésre, kisebb-nagyobb hómezőkre is lehet számítani. Erős, viharos szél, a hegycsúcsokat beborító köd, felhő könnyen előfordul.

Felszerelés

Utazótáska, vagy nagy hátizsák (ebbe kerül a felszerelésed azon része, amit a napi túrákra nem szükséges) közepes méretű hátizsák (mindazon felszereléssel, vízzel, elemózsiával, amit a napi túrára magunkkal viszünk), dupla rétegű, esőálló sátor, derékalj, meleg hálósák, lehetőleg vízálló túrabakancs, kamásli, fejfedő, túraöltözet, túrabot, jó esőkabát, meleg ruha, sapka, elemlámpa, vagy fejlámpa, kulacs, egészségügyi ragtapasz, naptej, UV-szűrős napszemüveg. Fontos, hogy jól bejártatott, betört túrabakancsban gyere! Hajnalban a kempingben elég hűvös lehet, ezért mindenképpen meleg hálóságot hozz magaddal! A [Fjällräven](#) ajánlata: Könnyű és légies magától álló sátor két előtérrel, amelyeket a szellőztetés és a jobb kilátás érdekében ki lehet nyitni. Két átlós, keresztet alkotó alumínium merevítőrúd fokozza stabilitását: Ilyen sátor például a Fjällräven Abisko View 2. A Karl túranadrágok, illetve a Karla

túranadrágok szinte bárhol használhatóak, a nyári hétfévi kirándulások és a magashegyi túrázások alkalmával egyaránt. Ez a típus a kopásálló, előavatott G-1000® Silent anyagból készült. A nadrág lábszárhosszvégződése szegés nélküli, így könnyen a kívánt hosszra állítható. Egy jól megválasztott hálósák egy nehezebb túra után megkönnyíti a regenerálódást, hogy másnap már újult erővel vethessük be magunkat a kalandokba. Kérdés, hogy amikor alszunk, a hálósákban forgolódunk-e vagy zsákkal együtt vesszük fel az alvási pozíciót. Mindegyik helyzetre van megoldás: Fjällräven Move with Bag vagy Fjällräven Move in Bag.

Szállás

Hol lesz a szállás a Dolomitokban?Három éjszakát töltünk Cortina d 'Ampezzo városka környéki kempingünkben, saját sátorban. A kemping területén kulturált vizesblokk, illetve mosó-mosogató helyiség található. Konyha-helyiség ebben a kempingben nincs, a sátraink előtt tudunk főzni.

Higiénia

A csapvíz, avagy a kijelölt források vize fogyasztható. Túra előtt ajánlott kulacsodat feltölteni, mert nem mindenhol találunk forrásokat. Saját belátás szerinti alapvető egészségügyi csomagot érdemes magaddal hoznod (gyógyszerek, ragtapasz stb.). Javasoljuk az EEK - Európai Egészségbiztosítási Kártya kiváltását (ingyenes), amivel a magyar egészségbiztosítás terhére vehető igénybe azok az egészségügyi szolgáltatások, amelyek az adott tagállamban való átmeneti tartózkodás során orvosilag szükségessé válnak. Az utasbiztosítást nem váltja ki, de tapasztalataink alapján jelentősen megkönnyít egy esetleges egészségügyi alapellátást. Nem fedez például sem magán-egészségügyi ellátást, sem hazautaztatás költségét, de egy esetleges biztosítási kárigény intézését is megkönnyítheti. [További információ itt.](#)

Élelem

Az útra pakolj néhány szendvicset, gyümölcsöt, a túra közbeni energia-utánpótlás biztosítására némi nassolnivalót (aszalt gyümölcs, keksz, csokoládé, müzli-szelet). Javasolt a reggelire és vacsorára való ételkészítés egy részét is itthonról vinni, ugyanakkor friss pékáru, gyümölcs, zöldség, tejtermék, üdítőitalok vásárlására Cortina d Ampezzóban valamelyik nap lesz lehetőségünk. A helyi specialitások kipróbálása végett kerítünk arra is lehetőséget, hogy beüljünk egy-egy olcsóbb étterembe. Egy pizza üdítővel kb. 15-20 euro. Amit itthonról érdemes vinni: készételkonzervek, levesporok, zacskós tésztaételek, szőlőcukor, krumplipürépor, rizs, egyéb konzervek: hal-, májkrém-, zöldborsó-, kukoricakonzerv, méz vagy lekvár, szárazkolbász, sajt, pezsgőtabletták. A napközbeni étkezésre célszerű reggelente szendvicseket készíteni.

Pénz-ügy

Olaszország hivatalos pénzneme az euro. Mindenképp készpénzt hozz magaddal. Költőpénznek nagyjából 100-150 eurót ajánlunk, illetve amennyit itthon is elköltenél (étkezés, innivaló, emléktárgyak, ajándékok, azaz szokásos kiadások esetén), természetesen ez sokkal kevesebb és több is lehet, egyéntől és vérmérséklettől függően.

Vám

Magyar állampolgárok részére csak érvényes személyi igazolvány (a kártya formátumú!) vagy útlevél szükséges. A mindenkor határátlépési információkról a [konzuli szolgálat oldala](#) ad aktuális és részletes tájékoztatást. Mindenki maga felelős azért, hogy azoknak a személyi feltételeknek megfeleljen, amik az utazáshoz szükségesek!

Csomag

Buszos útjaink esetében is él a csomagokra vonatkozó súlykorlát, hiszen nem terhelhetjük túl a buszt, mert az veszélyeztetné mindenki biztonságát. A határ 20 kg/fő, az ennél nehezebb csomagok szállítását a busz vezetői megtagadhatják, a súlykorlátot a felszállásnál méréssel ellenőrizhetik (nem kerülhet a busz

csomagterébe: kartonos ásványvizek, hűtőtáskák, kempingasztalok és székek...). A nagy csomagokat csak a szálláshelyekre megérkezve tudjuk elővenni a buszunk csomagtartójából. Javasoljuk két csomag összeállítását, egy nagyobb, ruhákkal és napi használatra nem szükséges dolgokkal, illetve egy "kézipoggyász" iratokkal, s olyan dolgokkal, melyek jó, ha kéznél vannak.

Biztosítás

Kell biztosítást kötni a Dolomitokba? Kötelező! Szeretnénk figyelmedet felhívni arra, hogy a részvétel feltétele az út teljes időtartamára érvényes utasbiztosítás. Érvényes biztosítás hiányában a túrán való részvételt megtagadjuk. Irodánkban az Európai Utazási Biztosító (EUB) kedvezményes biztosításainak megkötésére van lehetőség: **Önállóan is köthető utasbiztosítás:** Top Extra: 5.800 Ft/fő **Önállóan is köthető sztornó biztosítás:** Storno Basic, ami a részvételi díj 5%-a (önrész: 20 %): 6.995

Ft/fő **Sztornóbiztosítás és utasbiztosítás együtt:** Storno Kombi, ami a részvételi díj 4%-a (önrész: 0-10 %), és az utasbiztosítás együtt: 11.396 Ft/fő A feltüntetett összegek a teljes részvételi díjra vonatkoznak, amennyiben jogosult vagy törzsutas kedvezményre, akkor annak százalékával megegyező mértékben csökken a sztornóbiztosítás díja. **Fontos, hogy amennyiben szeretnél sztornó biztosítást megkötni, azt csak az első befizetéssel egyidejűleg teheted meg, később már nem!** Bővebben a biztosító szolgáltatásairól a honlapjukon olvashatsz: www.eub.hu