A TÉRKÉP HASZNÁLATÁHOZ

A kerékpárosok részben más szempontok alapján választanak útvonalat, mint az autóvezetők. Vannak olyanok, akik lassabban, de a legnagyobb biztonságra törekedve szoktak biciklizni. Ők szívesebben használják a táblával jelölt kerékpárutat, még ha azok keskenyek és kanyargósak is. Vannak, akik nagyobb rutinnal, határozottabb stílusban, a forgalom tempójához alkalmazkodva, a legrövidebb úton szeretnének célba érni, ezért leginkább az úttesten tekernek. A térkép mindkét típusú biciklizőszámára kínál útvonalakat.

A térképen piros szín jelöli a kerékpározás szempontjából fontos létesítményeket.

A legnagyobb biztonságot a **kijelölt kerékpáros útvonalak** jelentik. Ezek sem nyújtanak azonban teljes körű védelmet. A kerékpárutakat (–) és -sávokat (=) használva minden kereszteződésnél más járművekkel kerülhetünk konfliktusba, a kis forgalmú utcákban (=) pedig végig az úttesten, esetleg gépkocsik között kell haladni. Ezért a kijelölt kerékpáros útvonalak használatához is nélkülözhetetlen a közlekedési szabályok (KRESZ) pontos ismerete és az óvatosság.

A térkép által jelölt **összekötő útvonalak** (•••) szolgálnak a fokozatosan kiépülő kerékpáros útvonalhálózat kiegészítésére, összekötésére. Ezek többsége kisebb forgalmú utca. Ahol azonban nincs ilyen a közelben, ott a térkép nagyobb forgalmú utcát is jelöl összekötő útként. Ezek csak gyakorlott kerékpárosok számára ajánlhatók. Sok helyen a járda tölti be az összekötő út szerepét (pl. a hidak többségén).

A **nagy forgalmúnak** (sárga alászínezéssel) jelzett utak többsége egyben kijelölt főútvonal, amelyen 12 év alatti gyermekeknek nem szabad kerékpározni!

A Budapesten átvezető EuroVelo® kerékpáros vándorutat a térképen megkülönböztető jel ábrázolja; a helyszíni kitáblázás 2009 tavaszára várható.

A budapesti kerékpárutak konkrét hibájával kapcsolatos bejelentést kérjük küldjék az alábbi címre:

FŐPOLGÁRMESTERI HIVATAL, KÖZLEKEDÉSI ÜGYOSZTÁLY

V. Városház u. 9-11. (1052), Tel.: 327-1311, Fax: 327-1845
E-mail: tokesb@budapest.hu

Hasonló módon várjuk a térképpel kapcsolatos észrevételeket és a jobbító szándékú javaslatokat is:

FRIGORIA KÖNYVKIADÓ

1119 Budapest, Pajkos u. 66. , Tel./Fax: 203-0915
E-mail: frigoria.kiado@t-online.hu

Beköszöntő

Mindannyian szeretnénk tiszta és biztonságos környezetben élni. Ez azonban nagymértékben függ attól, milyen járművekkel közlekednek körülöttünk az emberek. Budapesten sajnos a kelleténél többen választják a személyautót napi utazásaikhoz. Az elmúlt évtizedben több mint kétszeresére nőtt az autók részesedése a közlekedésben, s emiatt egyelőre nem teljesülhet a vágyunk a biztonságosabb és tisztább környezet iránt. Mennyivel jobb lenne, ha az autó helyett mind többen választanák például a kerékpárt! Ez már ma sem lehetetlen. Egy átlagos napon Budapesten közel ötvenezren közlekednek biciklivel. Ők már tapasztalják, hogy 3-4 km-es távolságon belül a kerékpár a városi közlekedés leggyorsabb eszköze. Kevesen tudják, hogy az esetek felében az autózók sem utaznak ennél messzebbre. Ha csak minden tizedik alkalommal választanánk autó helyett a biciklit, már az is napi százezer autó forgalmától szabadítaná meg a várost.

A gyors és biztonságos biciklizés lehetőségének kiterjesztése érdekében a Fővárosi Önkormányzat is ritmust váltott, és az eddigieknél lényegesen többet kíván tenni a kerékpározás érdekében. A városban elindított nagyszabású útfelújítási program keretében az elmúlt két évben mintegy 30 km új kerékpáros útvonal készült el, és 2010-ig további 100 km kiépítését tervezzük. Átfogó koncepció készült a kerékpározás fejlesztéséről, amelynek megvalósítása során a városi kerékpározást segítő valamennyi lehetséges eszközt igyekszünk felhasználni.

A kerékpárral közlekedők tájékozódásához segítséget nyújt a rendszeresen megjelenő kerékpáros térkép, amelynek legújabb kiadását Ön a kezében tartja. Kérjük, tanulmányozza át az információkat és a tanácsokat is, amelyeket az Ön és a családja kényelme és biztonsága érdekében állítottunk össze a Kiadóval közösen.

...Hogy mindannyian jobban érezzük magunkat városunkban.

Főpolgármesteri Hivatal

ENGLISH • DEUTSCH

Budapest Map for Cyclists

This is the ninth edition of the cycling map Budapest by Bike. The Hungarian capital now has a network of more than 180 km of bicycle paths and recommended connecting routes, with special direction signs to help cyclists find their way. Passengers on the suburban railways (HÉV) and the state railway system can take bicycles aboard in designated carriages. On a longer ride, this is a safer and more comfortable solution than pedalling along the busy roads that run parallel with the railways. Bicycles are also carried on the cogwheel railway (Fogaskerekű) and the Children's Railway (Gyermekvasút), which facilitates access to the Buda Hills.

Different signs are used on the map to denote the various types of bicycle route: dedicated bicycle path, bicycle lane, or quiet street recommended for safe cycling. Also colour-coded are the streets in which cycling is prohibited. On the reverse side of the map, there are lists of recommended cycle repair shops and rental services. Telephone information for tourists and visitors to the city can be obtained from the telephone numbers in the 'Useful Information' box.

Budapest has an outstandingly beautiful setting. It is well worth biking along the picturesque banks of the Danube, round Margaret Island (Margitsziget) or through the City Park (Városliget). A bike makes a good way of sightseeing as well. Buda Castle (Budai Vár), Gellért Hill and the peak of Hármashatár-hegy are all easily reached.

We trust that all cycling visitors to Budapest will return home with rich and unforgettably enjoyable experiences.

Budapester Stadtplan für Radfahrer

Dies ist die 9. Auflage des Budapest-Stadtplans für Radfahrer. Die Länge der Budapester Radwege liegt bei 180 km. Zusammen mit den empfohlenen Verbindungswegen bilden sie ein Netz. Besondere Hinweisschilder erleichtern es dem Radler, sich zurechtzufinden. Fahrräder können auch auf den Linien der Vorortsbahn oder in den gekennzeichneten Waggons der Eisenbahn mitgenommen werden. Dies ist vor allem bei längeren Radtouren ins Umland zu empfehlen, ist es doch weitaus bequemer und sicherer als sich auf verkehrsreichen Ausfallstraßen parallel zur Bahnlinie abzustrampeln. Auch die Budaer Berge sind leichter zu erobern, wenn Sie von den Transportmöglichkeiten der Zahnradbahn oder der "Kindereisenbahn" Gebauch machen.

Auf dem Stadtplan sind die Radwege unterschiedlich markiert, und zwar je nach Art (befestigter Radweg, durch Fahrbahnmarkierung ausgewiesener Radweg, Straße mit wenig Autoverkehr). Eine andere Farbe steht für Straßen, auf denen das Radfahren verboten ist. Auf der Rückseite des Stadplans befindet sich eine Liste von Fahrradwerkstätten und Verleihstellen. Unter "Nützliche Adressen" finden Sie die Telefonnummern der Touristeninformation.

Budapest ist berühmt für seine herrliche Lage. Es lohnt sich, aufs Rad zu steigen und ans unvergleichlich schöne Donauufer, auf die Margaretheninsel oder in den Stadtpark zu fahren. Alle Sehenswürdigkeiten der Stadt sind mit dem Rad leicht erreichbar. Das gilt auch für den Gellértberg, die Budaer Burg und den Hármashatár-Berg.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt und viele schöne Erlebnisse, an die Sie sich auch nach dem Urlaub oft und gern erinnern.

HASZNOS ÉS FONTOS CÍMEK

USEFUL INFORMATIONS • WICHTIGE INFORMATIONEN

Country access code / Landes Kennzahl: 36   Area code / Vorwahlnummer: +1

- **Főpolgármesteri Hivatal Közlekedési Ügyosztály** N15
  V. Városház u. 9-11. (1052) T: 327-1311, F: 327-1845
- **Magyar Kerékpárosklub (MK) Hungarian Cyclists' Club** L15
  XIII. Hegedűs Gyula u. 23. (1136) T: 789-5808, 30/964-6016
  E-mail: info@kerekparosklub.hu Honlap: www.kerekparosklub.hu
- **Magyar Kerékpáros Túrázók Szövetsége (MKTSZ)** M15
  Hungarian Bicycle Tourists Association
  VI. Bajcsy Zs. út 31. (1065) T: 311-2467, F: 353-1930
  E-mail: info@mktsz.hu Honlap: www.mktsz.hu
- **Magyar Mountain Bike Szakági Szövetség** V16
  XXI. Varrógépgyár u. 8-10. (1211) T: 278-0946, F: 278-0945
  E-mail: info@mmtbszsz.hu Honlap: www.mmtbszsz.hu
- **Sportaktív Bt.** M15
  VI. Lovag u. 17. (1066) T: 20/4444-770
  E-mail: info@sportaktiv.hu Honlap: www.sportaktiv.hu
- **TUTI Turista és Természetjáró Információs Egyesület** O21
  X. Kőrösi Csoma S. út 15. IX. 34. (1102) T: 260-9948 E-mail: kbuzas@dpg.hu
- **Városi Biciklizés Barátai Egyesület (VBB) Friends of City Cycling** O15
  V. Curia utca 3. (1053) T/F: 317-1307, T: 30/9227-064
  E-mail: info@vbb.hu Honlap: www.vbb.hu
- **Budapesti Természetbarát Szövetség / Kerékpáros Szakág** O15
  V. Curia utca 3. (1053) T: 266-5924, F: 317-9466 E-mail: info@btssz.hu
- **Békásmegyeri „Vándor" Kerékpáros Klub** C15
  III. Víziorgona u. 9. (1039) T: 20/9221-991 E-mail: info@bvkk.hu Honlap: www.bvkk.hu

Turistainformáció • Tourist offices • Turismusbüro

- **www.budapestinfo.hu**
- **TOURINFORM-FŐIRODA** N15
  V. Sütő utca 2. (1052) (minden nap/every day 8-20 h), T: 438-8080
- **AUTOMATA TOURINFORM VONAL (0-24 h)**
  T: 80/630-800 (belföldről), 30/30-30-600 (From abroad/Vom Ausland aus)
- **TOURINFORM HOTLINE (0-24 h)**
  T: 438-8080 E-mail: hungary@tourinform.hu Honlap: www.itthon.hu
- **TOURINFORM** L15
  Westend Citycenter, Nyugati pályaudvar /Western Railway Station (1062)
  (nyitva: 10-20 h, vasárnap 10-18 h), T/F: 302-8580
- **TOURINFORM** V30, U31
  1185 Budapest, Ferihegyi Repülőtér 1, 2A és 2B terminál
- **TOURINFORM** M16
  1061 Budapest, Liszt F. tér 11., T: 322-4098, F: 342-9390
- **TOURINFORM** N14
  1014 Budapest, Szentháromság tér (Budai Vár), T: 488-0475, F: 488-0474
- **TOURINFORM (Pest megyei Iroda)** N15
  1052 Budapest, Városház u. 7., T: 428-0377, F: 353-2956
  E-mail: pest-m@tourinform.hu

104

105

107

- **MÁV Menetrendi Felvilágosítás** (Kerékpárszállítás) www.elvira.hu
  Hungarian Railways timetable information (Bicycle transport) T: 40/49-49-49
- **BKV Rt. Közérdekű Információk** www.bkv.hu
  Budapest Transport Company, information of public interest T: 258-4636
- **FŐVINFORM Információk a közlekedési helyzetről** T: 317-1173
  Information about traffic conditions: www.fovinform.hu
- **KRESZ PARK (Orczy-kert)** VIII. Orczy út 1. (1089) T/F: 333-9501 P18
- **KRESZ PARK (Magyar Autóklub)** IV. Berda József út 15. T: 389-0629 G17
- **MÁV Rt. Széchenyi-hegyi Gyermekvasút**
  T: 397-5392, F: 397-5396 E-mail: info@gyermekvasut.hu
- **DUNA-IPOLY NEMZETI PARK IGAZGATÓSÁG**
  II. Hűvösvölgyi út 52. (1021) T: 391-4610, F: 200-1168
- **Fogyasztóvédelmi Felügyelőségek a kerékpárt vásárlóknak**
  Információs és panasziroda T: 303-9075 (éjjel-nappal)
- **Ökoszolgálat (Zöldtelefon)**
  Környezetvédelmi tanácsadó szolgálat és bejelentések: T: 80/269-446

KERÉKPÁROZZ, ÉS UTAZZ TOVÁBB

A tömegközlekedési járművek és a kerékpár szinte természetes kiegészítői egymásnak. A sínhez kötött járművek nagyobb távolságokon gyorsak, energiatakarékosak, míg a kerékpár rövid távon a legolcsóbb és a legmegbízhatóbb közlekedési eszköz. Alapvetően két módja van a kerékpár és a tömegközlekedés kombinálásának:

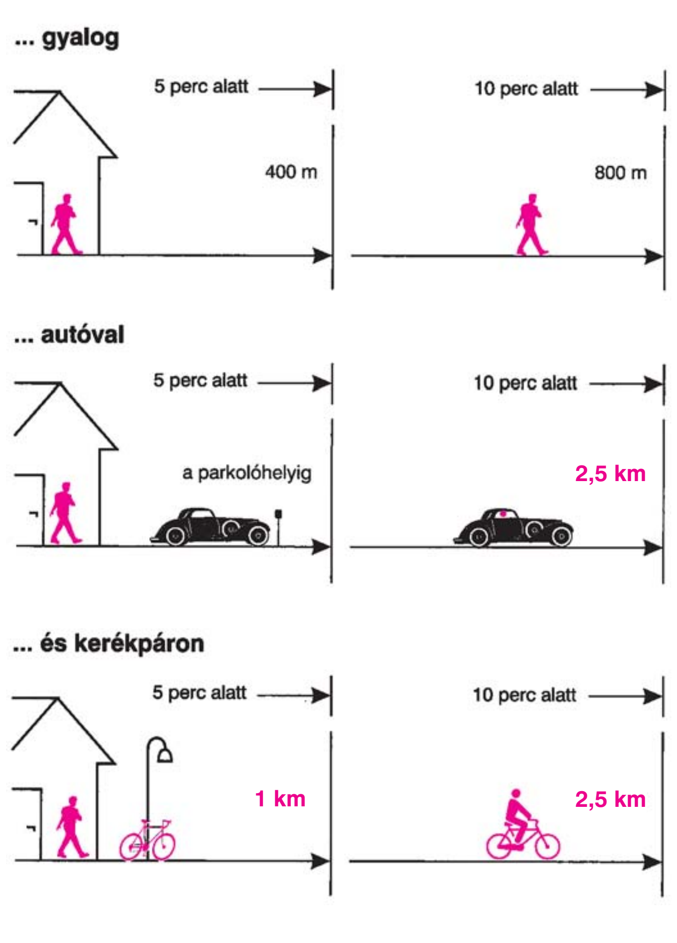
- Leparkolhatunk az állomáson, és bicikli nélkül utazhatunk tovább. Egyre több helyen használható már zárható kerékpártároló szekrény. (Pl. a szentendrei és a pomázi HÉV-állomásokon)
- Együtt is utazhatunk a biciklinkkel a kijelölt HÉV- vagy vasúti kocsikban. Ez vonzó lehetőség pl. egy hosszabb kerékpártúra esetén, mert jóval kényelmesebb és biztonságosabb, mint a vasúttal párhuzamos forgalmas főúton tekerni. A budai hegyek is könnyebben bejárhatók, ha kihasználjuk a fogaskerekű vagy a gyermekvasút bicikliszállítási lehetőségét.

Együttutazás kerékpárral a BKV HÉV-vonalain, ill. vasúton!

- A BKV Rt. minden HÉV-vonalán utazhatunk már a kerékpárunkkal együtt. Ha biciklivel akarunk felszállni, figyeljük a peronburkolatot, a kocsik ajtaja előtti kerékpárjelzéseket, mert csak ezeket az ajtókat vehetjük igénybe! A kerékpárunkat úgy kell elhelyezni, hogy a többi utast ne zavarjuk le- és felszállás közben. Egy peronon csak 4 db kerékpár szállítható. Egy kerékpár egy jegy érvényesítésével szállítható a vonal teljes hosszán.
- A MÁV Rt. szinte minden járatán lehet a kerékpárunkkal együtt utazni. Egy kiegészítő jeggyel, a vasúti menetrendben megjelölt járatokon és vagonokban többféle módon lehet elhelyezkedni. Utazás előtt érdemes érdeklődni a kerékpárszállítás körülményeiről. (Lásd a hasznos címek listáját!) Nagyobb kerékpáros csoportok részére akár külön vasúti kocsit is tud biztosítani a MÁV Rt.

MIÉRT BICIKLIVEL?

Meddig jutunk el...



TÉNYEK • TANÁCSOK • TUDNIVALÓK

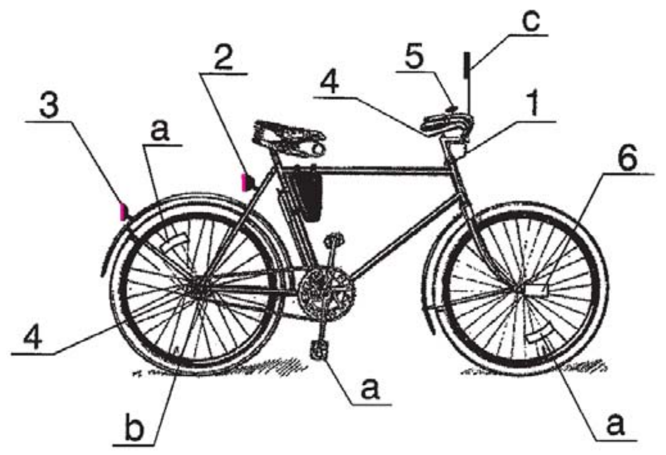
Amit minden biciklizőnek tudnia kell, mielőtt útnak indul:

A kerékpáros és a bicikli felkészítéséről:

A kerékpáros is járművezető, a közúti közlekedés egyenrangú résztvevője.

A kerékpár meghatározása (KRESZ): olyan két- vagy háromkerekű jármű, amelyet egy vagy két személy emberi ereje, illetőleg legfeljebb 300 W teljesítményű motor hajt. A kerékpáron egy 10 éven aluli gyermek szállítására alkalmas pótülés, illetve kerékpár-utánfutó vontatására alkalmas berendezés helyezhető el.

Ha kerékpárunkkal elindulunk – és a vezetésre alkalmas állapotban (!) vagyunk –, gondoljunk arra, hogy a biciklinknek rendelkeznie kell a biztonságos közlekedéshez szükséges felszerelésekkel!



A kerékpár felszerelése:
Kötelező: **1** Fehér fényű lámpa **2** Vörös fényű lámpa **3** Vörös színű prizma **4** Két, egymástól független fék **5** Csengő **6** Névtábla
Ajánlott: **a**) a pedálon és a küllők között borostyánsárga színű fényvisszaverő; **b**) karos szélességjelző prizma (előre fehér, hátra piros fényt adó); **c**) visszapillantó tükör

A kerékpáros közlekedés szabályairól

A KRESZ szabályai ránk kerékpárosokra is vonatkoznak, megismerésük és betartásuk kötelességünk és egyúttal érdekünk is!

Hol és hogyan kerékpározhatunk?

- **Kerékpárral a kerékpárúton vagy a kerékpársávon vagy erre utaló jelzés esetén az autóbuszsávon,** ahol ilyen nincs, a leállósávon vagy a kerékpározásra alkalmas útpadkán, illetőleg szorosan az úttest jobb szélén kell közlekedni.
- Járdán csak akkor kerékpározhatunk, ha az úttest kerékpározásra alkalmatlan. Legfeljebb 10 km/h sebességgel hajthatunk, és a gyalogosokat a legcsekélyebb mértékben sem zavarhatjuk.
- Az útpadkán, az úttesten és a járdán csak egy sorban szabad kerékpározni.
- Irányonként többsávos úton csak a külső sávban szabad kerékpározni.

Tilos kerékpározni:

- ott, ahol ezt tábla tiltja, valamint autópályán és autóúton;
- főútvonalon 12. életévét be nem töltött személynek, viszont ahol e szerint tilos, ott a járdán is szabad kerékpárral haladni, a gyalogos forgalom zavarása nélkül és legfeljebb 10 km/h sebességgel;
- sétálóutcában (gyalogút táblával jelzett útszakaszon).

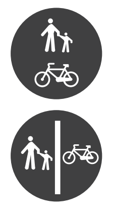
Tilos

- a kerékpárt más járművel vontatni, a kerékpárhoz – kerékpár-utánfutót kivéve – egyéb vontatmányt kapcsolni, ill. kerékpárral állatot vezetni;
- 40 km/h sebességnél gyorsabban kerékpározni.

Biciklizés kerékpárúton, gyalog- és kerékpárúton

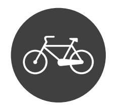
A kerékpárutak nekünk készültek, használatuk kötelező! De egyik kerékpárút (és a gyalog-kerékpárút) sem adhat teljes védettséget.

A kereszteződések és a forgalmasabb kapuk, kijáratok különösen veszélyes pontok, itt fokozottan figyeljünk. A kerékpárutak úttesten való átvezetésénél a kerékpárosnak nincs mindig elsőbbsége! Az útkereszteződésekben az elsőbbséget jelzőtáblák szabályozzák. Ha nincs ilyen tábla, akkor mindig a jobb kéz felől érkezőknek van elsőbbsége.

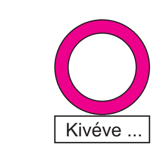


Gyalog- és kerékpárúton nekünk kerékpárosoknak kell jobban figyelnünk a gyalogosokra, és ha szükséges inkább lassítsunk és álljunk meg. A gyalogosok (különösen idősek, valamint gyerekek) kiszámíthatatlan mozgására, hirtelen előbukkanására mindig számítanunk kell, ezért sebességünket ennek megfelelően válasszuk meg! Ha gyalog- és kerékpárúton a gyalogosok forgalma a kerékpárosok továbbhaladását akadályozná, az úttesten is szabad kerékpározni.

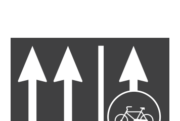
Jelzőtáblák, burkolati jelek, jelzőlámpák...



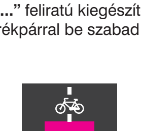
Kerékpárút. Ez a tábla azt jelzi, hogy biciklivel csak itt lehet közlekedni.



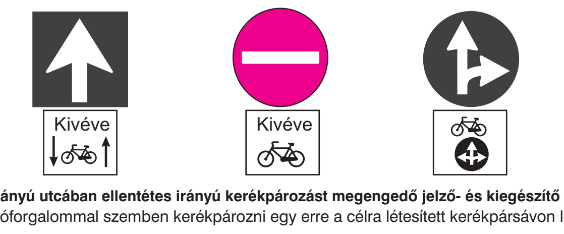
Ha a **„Mindkét irányból behajtani tilos"** tábla alatt **„Kivéve....."** feliratú kiegészítő tábla van, az útra kerékpárral be szabad hajtani.



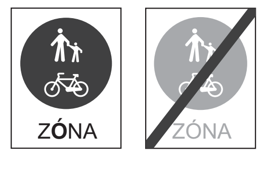
Kerékpársáv: az úttesttel azonos szintben lévő, attól burkolati jellel elválasztott, csak a kerékpárosok közlekedésére szolgáló különleges forgalmi sáv.



Zsákutca, kerékpáros továbbhaladási lehetőséggel: az utca végén a kerékpárosok továbbhaladhatnak.



Az egyirányú utcában ellentétes irányú kerékpározást megengedő jelző- és kiegészítő táblák.
Az autóforgalommal szemben kerékpározni egy erre a célra létesített kerékpársávon lehet.



Gyalogos és kerékpáros övezet útjain csak gyalogosok és kerékpárosok közlekedhetnek. Kerékpárral a burkolati jellel megjelölt részeken legfeljebb 20 km/h, azon kívül 10 km/h sebességgel szabad haladni.

Ha a gyalogosforgalmat irányító jelzőlámpában a gyalogos ábra mellett kerékpárt is látunk, a jelzések értelemszerűen a kerékpárosra is vonatkoznak. **A háromlencsés, piros–sárga–zöld fényű, csak kerékpárt ábrázoló jelzőlámpa** a lámpa mellőli továbbhaladást szabályozza, tehát – a közös gyalogos-kerékpáros jelzőlámpával ellentétben – nem az úttest túloldalán, hanem a kereszteződés előtt elhelyezett jelzőlámpa vonatkozik ránk.

Biciklizés az úttesten

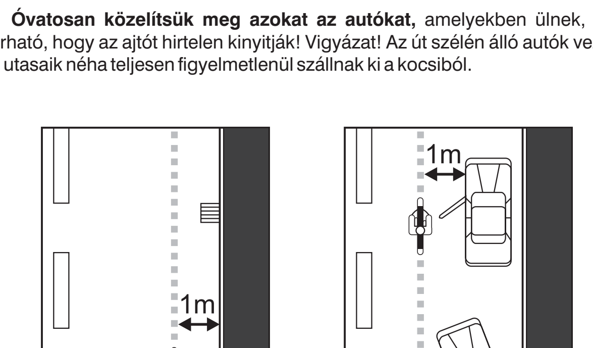
- **Határozott vezetési stílus**

Viselkedjünk egyértelműen, és határozottan foglaljuk el helyünket az úton! Ahol elsőbbségünk van (akár úttesten, akár kerékpárúton haladunk), saját biztonságunk érdekében győződjünk meg arról, hogy megadják-e nekünk, és ha igen, bátran használjuk ki azt. Erősítsük mindezzel azt a benyomást a járművezetőkben, hogy a kerékpár is egyenjogú jármű, és a kerékpáros is komoly partner a közúton, akinek meg kell adni az elsőbbséget.

- **Oldaltávolság, manőverezési lehetőség**

Haladás közben tartsunk legalább egy méter távolságot a járdaszegélytől, vagy a forgalmi sáv szélétől, ill. a parkoló autósor mellett. Így elég helyünk marad egy hirtelen akadály, besüllyedt csatornafedlap, burkolathiba vagy egy figyelmetlenül elinduló autó esetén.

Óvatosan közelítsük meg azokat az autókat, amelyekben ülnek, mert várható, hogy az ajtót hirtelen kinyitják! Vigyázat! Az út szélén álló autók vezetői és utasaik néha teljesen figyelmetlenül szállnak ki a kocsiból.

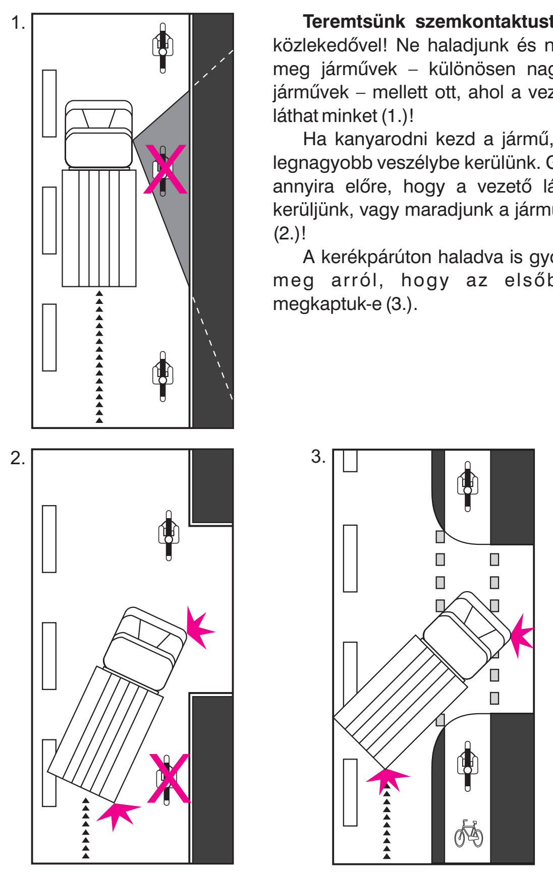


- **Láthatóság, észlelhetőség**

Életbevágóan fontos, hogy a közúton (kerékpárúton is!) láttassuk magunkat!

Sötétben, szürkületben vagy ködben járművünket a KRESZ-ben meghatározott lámpákkal ki kell világítani.

A biciklin hordjunk minél világosabb színű ruházatot! 2007. június 1-től lakott területen kívül éjszaka és rossz látási viszonyok között kötelező a fényvisszaverő mellény vagy szabványos ruházat. A láthatóság fokozható fényvisszaverő szalagokkal és csíkokkal. A kerekekre szereljünk macskaszemet! Lakott területen belül is célszerű ezek viselése.

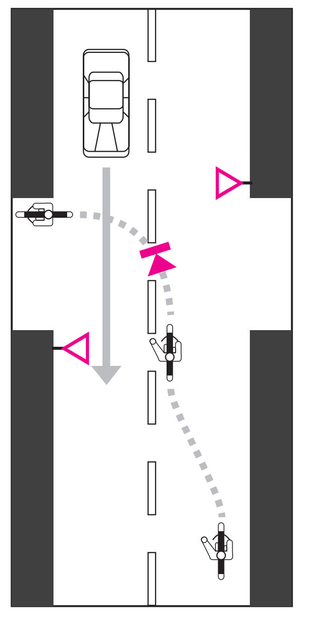


Teremtsünk szemkontaktust a többi közlekedővel! Ne haladjunk és ne álljunk meg járművek – különösen nagyméretű járművek – mellett ott, ahol a vezető nem láthat minket (1.)!

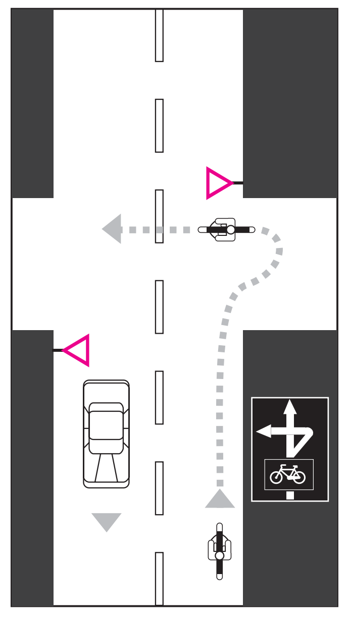
Ha kanyarodni kezd a jármű, akkor a legnagyobb veszélybe kerülünk. Guruljunk annyira előre, hogy a vezető látóterébe kerüljünk, vagy maradjunk a jármű mögött (2.)!

A kerékpárúton haladva is győződjünk meg arról, hogy az elsőbbséget megkaptuk-e (3.).

- **Balra kanyarodás**



1. ábra



2. ábra

Időben és biztonságos helyen kezdjünk el balra húzódni, ha balra be akarunk fordulni. Előtte pillantsunk hátra, és adjunk jól látható jelzést a karunkkal. **A kereszteződésben adjuk meg az elsőbbséget a szembejövő járműveknek (1. ábra).**

Nagy forgalmú és többsávos utak kereszteződéseiben biztonságosabb jobbra a keresztutcába beállással, majd onnan körültekintés után a főúton való áthaladással végrehajtani a balra kanyarodást **(2. ábra)**. Erre tábla is kötelezheti a kerékpárost.

Nem szabad kerékpárral balra kanyarodni vagy megfordulni kerékpársávról vagy lakott területen kívüli főútvonalról. Ilyenkor le kell szállnunk a kerékpárról, és azt tolva kell áthaladni az úttesten, a gyalogosok közlekedésére vonatkozó szabályok szerint!

Együtt a családdal

Indulás előtt tervezzük meg előre az útvonalat, amiben ez a kis térkép is segítséget adhat!

Nagyon fontos, hogy a gyerekek minél korábban megismerjék a kerékpározás örömeit, de egyúttal tanuljanak meg biztonságosan közlekedni. Sokat biciklizzenek a szülők és a felnőttek társaságában! A szülők felelőssége, hogy csak akkor engedjék ki gyermeküket a forgalomba, amikor már képes uralni a kerékpárt, önmaga és mások veszélyeztetése nélkül tud közlekedni.

Ha a család együtt kerékpározik, mindig valamelyik szülő tekerjen leghátul, odafigyelve az előtte kerékpározó gyermek mozgására. A kerékpárosok mindig egymás mögött, egy sorban haladjanak!

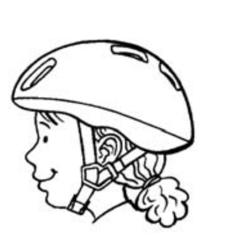
A kerékpár pótülésén egy tíz éven aluli gyermeket szállíthat a 18. életévét betöltött vezető. Egyébként kerékpáron személyt szállítani nem szabad.

Ha gyermekülést használunk a kerékpáron, biztosítanunk kell a gyermeket övvel és lábrögzítő pánttal!

Öltözzünk minél feltűnőbben, lássuk el biciklinket és ruhánkat színes, fényvisszaverős (öntapadós) szalagokkal, matricával!

A jó fejek fejvédőben bicikliznek!

Nagyon fontos, hogy főleg a gyermekek fejvédőt használjanak biciklizés közben. Már kisebb bukásnál is életet menthet!

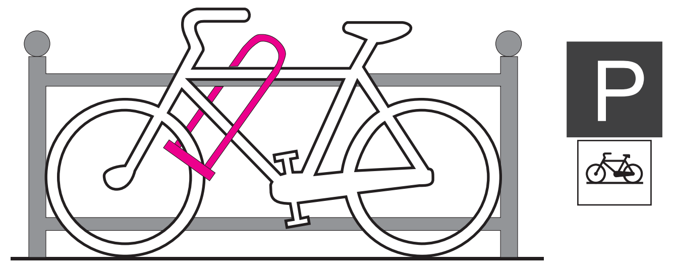


Bicikliparkolás

Biciklink hosszabb idejű parkolásához őrzött vagy zárható helyeket használjunk!

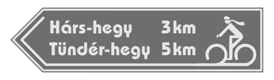
Ha vásárlás vagy ügyintézés közben magára kell hagynunk járgányunkat, szívleljük meg az alábbi tanácsokat:

- Mindig olyan, jól látható helyen hagyjuk a biciklit, amelyre a boltból vagy az irodából is rá lehet pillantani.
- Olyan rácsot, oszlopot kell választanunk a letámasztáshoz, amely szilárd, mozdíthatatlan és elég magas.
- Olyan kerékpártámaszt és olyan kerékpárlakatot használjunk, amelyek alkalmasak a bringa vázának és kerekeinek egyidejű átfogásához és a támaszhoz való rögzítéshez!



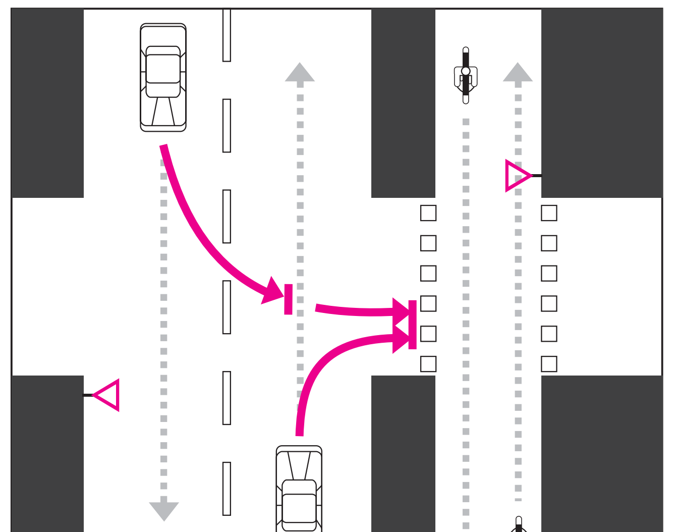
Budapesti kerékpáros útbaigazító táblák

A budapesti kerékpárúthálózaton külön útbaigazító táblák segítik a kerékpározók tájékozódását (zöld alapon sárga felirattal).



Amikor éppen autót vezetünk, ügyeljünk a következőkre:

- **Kerékpáros előzésekor**
  legalább 1 méteres oldaltávolságot kell tartanunk!
- **Mielőtt kinyitjuk a gépkocsink ajtaját,**
  különösen, ha kerékpársáv mellett álltunk meg, nézzünk a visszapillantó tükörbe, és figyelmeztessük erre útitársunkat is!
- **Lakó-pihenő övezetben vagy csökkentett sebességű (30 km/h) zónában fokozottan** számítanunk kell az úttesten biciklizőkre, különösen a gyerekekre!
- **Ha kereszteződéshez érkezünk és kanyarodni szándékozunk,**
  gondoljunk arra, hogy a mellettünk lévő kerékpársávon vagy a járda szintjén vezetett kerékpárúton érkező kerékpárosnak elsőbbsége van.
- **Jelzőlámpás kereszteződésben**
  a kanyarodó járművekkel egyidőben az úttest melletti kerékpárúton haladó kerékpárosok is kaphatnak zöld jelzést, akik elsőbbséget élveznek.



KERÉKPÁROZÁS A TERMÉSZETBEN

Ritka az olyan főváros, ahol a természet ajándékai, mint a Duna, a felé siető patakok, a hévforrások, a hegyek, az erdők oly jellemző, tegyük hozzá előnyös módon alakítják, befolyásolják az életet, mint Budapesten.

A hegyi, erdei kerékpározás az utóbbi évek nagy „slágere", de figyelembe kell venni, hogy a jelenleg hatályos (1996. évi LIV.) törvény szerint az erdő területén kerékpárral közlekedni csak az arra kijelölt úton vagy csak külön engedéllyel szabad. Részletesebb felvilágosítást, ill. engedélyt a „Hasznos címek" alatt felsorolt helyeken lehet kérni (DINP).

A kerékpáros társadalmi szervezetek kezdeményezésére a Pilisi hegyek és a Dunakanyar térségében, a Budai Vár és a Visegrádi Vár között rövidebb, hosszabb hegyikerékpáros túraútvonalakat (kb. 200 km hosszúságban) jelöltek ki, amelyek aszfaltozott közutakon, erdészeti utakon vagy csak mountain bike-kal járható földutakon vezetnek. (A hegyikerékpáros útvonal jele a térképen: .) Az erdei szakaszokra kizárólag máj. 1. és aug. 31. között, hétvégén ill. szabadnapokon lehet kerékpárral behajtani, betartva a közlekedési szabályokat. Bővebb információ és részletesebb térkép a www.happybike.hu honlapon található!

Csodáljuk a természet szépségét, és óvjuk épségét! Ne feledjük, hogy egészségünk is függ természeti környezetünk épségétől, s ennek a természeti környezetnek mi is parányi részei vagyunk.

Az erdei kerékpározás illemkódexe:

(A Pilisi Parkerdő Rt. ajánlásai és a kerékpáros szervezetek tanácsai alapján.)

- Az erdészeti utakon kijelölt kerékpáros útvonalakon max. 30 km/h sebességgel haladhatsz.
- Az erdőgazdasági utakon is a KRESZ szabályai szerint kell közlekedni (figyelemmel a sebességre, az elsőbbségadásra és az előzésre)!
- A kijelölt kerékpáros útvonalról – bármennyire csábító – ne térj le, mert zavarhatod az erdő élővilágát és kárt okozhatsz a természetben!
- A kijelölt erdei turistautakon (és az erdei kerékpáros utakon is) a gyalogos turistáké az elsőbbség. Mellettük haladj el óvatosan, tarts megfelelő távolságot! Ügyelj a gyerekekre, mert mozgásuk kiszámíthatatlan, és az idősebbekre, akik lassabban reagálnak a biciklizők jelzéseire!
- Közlekedj csendben, többet látsz az erdő életéből! De ha szükséges, a balesetek elkerülése érdekében csengess, vagy jelezz a hangoddal!
- Az erdő nem csak a kerékpározók kirándulóhelye, hanem élettér és egyúttal munkahely is! Az ősz a szarvasbőgés, a tél a fakitermelés és a vadászatok ideje.
- Csak a kijelölt, kiépített pihenőknél állj meg hosszabb időre! Elemózsiád maradványait és a hulladékot csomagold be és vidd magaddal!
- Tábortüzet csak a kijelölt, kiépített tűzrakóhelyen gyújts, ha nincs tűzgyújtási tilalom! Mielőtt továbbkerekezel, győződj meg róla, hogy a tűz kialudt-e!
- Erdei biciklversenyhez és táborozáshoz engedélyt kell kérni az erdő tulajdonosától!
- És végül: ha az erdőben kerékpározol, vendégként közlekedsz. Viselkedj úgy, hogy legközelebb is szívesen lássanak!

BICIKLIS ESEMÉNYEK, TÚRAAJÁNLATOK A FŐVÁROSBAN ÉS KÖRNYÉKÉN

Bővebb információ: Magyar Kerékpárosklub,
lásd még hasznos és fontos címek. Honlap: www.kerekparosklub.org

Budapesti kerékpáros programajánló – minden hónapra

JANUÁR	• Buék Kupa (Hármashatár-hegy, Rekettyés Büfé)
FEBRUÁR	• Bringás Farsangi Napok
	• Szabadidősport Kiállítás
MÁRCIUS	• Idénynyitó kerékpártúrák (III. 15.)
	• Bringaexpo
ÁPRILIS	• Biciklis programok és „Critical Mass" a Föld napján (IV. 21-22.)
MÁJUS	• Buda MTB Maraton és kerékpáros majális (V. 1.)
	• Kihívás napi kerékpáros rendezvények (utolsó szerda, 0–24^{h})
JÚNIUS	• Teljesítmény- és élménytúrák a Budai-hegyekben és a Pilisben
JÚLIUS	• Duna Maraton MTB Fesztivál a Visegrádi Vár környékén (első szo.-vas.)
AUGUSZTUS	• Kerékpárral az óbudai Sziget-fesztiválra
	• Magyar körverseny/Tour de Hongrie (budapesti befutó)
	• 24 órás non-stop MTB váltóverseny, Csillebérc (VIII. 20-21.)
SZEPTEMBER	• A Kerékpározás Európai Napja (IX. 18.)
	• Nemzetközi Autómentes Nap és „Critical Mass" (IX. 22.)
OKTÓBER	• Rákoskerti Kerékpáros Napok (1. és 2. szombaton)
NOVEMBER	• Szezonzáró kerékpáros klubtalálkozók
DECEMBER	• Szilveszteri tekergés (XII. 31.)

Rendszeresen szervezett fővárosi kerékpártúrák

(Kerékpáros fejvédő használata ajánlott, a KRESZ-szabályok betartása kötelező!)

- Kerékpárral a Városért: A Városi Biciklizés Barátainak figyelemfelkeltő tekerése a Városligettől - Budán át - a Vörösmarty térig (kb. 10 km). Áprilistól októberig, minden páratlan hét csütörtökén, délután 6-7 óra között.

Kerékpáros rövidtúra és körtúra ajánlatok

- Városliget: a Kós Károly sétány, április és október között hétvégeken, teljes hosszában a nem motorizált közlekedőké. Kiváló kerékpáros tanulópálya!
- Orczy-kert, Margitsziget, Óbudai-sziget, Népliget, Rákoskert, Naplás-tó
- Szentendrei-sziget, Csepel-sziget, Gödöllői-dombvidék.

Kerékpáros városnézés

- **Yellow Zebra Bikes** – Daily bike tours & bike rental. N 15
  Call for more info or visit our offices.
  V. Sütő u. 2., udvar (1052)/ VI. Lázár u. 16. T/F: 266-8777, 269-3843
  E-mail: info@yellowzebrabikes.com, honlap: www.yellowzebrabikes.com
- **Budapestbike.hu Tours** N 16
  VII. Wesselényi u. 13. (1075) T: 30/944-5533
  E-mail: rg@budapestbike.hu, honlap: www.budapestbike.hu

LÁTOGATHATÓ TERMÉSZETVÉDELMI TERÜLETEK ÉS GYÓGYFÜRDŐK

Látogatható természetvédelmi területek

Nature preservation areas • Naturschutzgebiet

Balogh Ádám-szikla	II. Endrődi S. u., T: 327-1156	K11
Apáthy-szikla	II. Nagybányai út, T: 327-1156	J10
Fazekas-hegyi kőfejtő	II. Torda u., T: 327-1156	H8
Pálvölgyi-cseppkőbarlang	II. Szépvölgyi út 162., T: 325-9505	J12
Szemlő-hegyi barlang	II. Pusztaszeri út 35., T: 325-6001	K13
Róka-hegyi bánya	III. Róka-hegy	C14
Budai Arborétum (Kertészeti Egyetem)	XI. Villányi út 35-43., T: 372-6270	P14
Rupp-hegy	XI. Rupp-hegy	P9
Budai Sashegy	XI. kerület	P12
Gellért-hegy	XI. kerület	O14
Kis-Svábhegy	XII. kerület	M12
Tündér-szikla	XII. kerület	L9
Jókai-kert	XII. Költő u. 21., T: 356-2133	N10
János-hegy (kilátó)	XII. kerület	L7
Fővárosi Állat és Növénykert	XIV. Állatkerti körút 6-12., T: 363-3790	L17
Naplás-tó	XVI. Cinkota	M29-30
Soroksári Botanikus kert	XXIII. Péterimajor, T: 287-2432	Y22

Budapesti hévforrások és gyógyfürdők

Thermal bath, spa • Heilbad

Rudas fürdő	I. Döbrentei tér 9. (Szent Gellért rakpart)	O15
Lukács fürdő	II. Frankel Leo út 25-29.	K14
Római fürdő	III. Rozgonyi Piroska u. 2.	E15
Csillaghegyi strandfürdő	III. Pusztakúti út 3.	D14
Pünkösdfürdő	III. Királyok útja 272.	C16
Gellért fürdő	XI. Kelenhegyi u. 4-6.	O15
Palatinus Strandfürdő	XIII. Margitsziget	K15
Dagály strandfürdő	XIII. Népfürdő u. 36.	I16
Széchenyi fürdő	XIV. Állatkerti körút 11.	L17
Paskál-strandfürdő	XIV. Fisher István u. 119-121. (Egressy út)	K21
Csepeli strandfürdő	XXI. Hollandi út 1.	X18
Pesterzsébeti strandfürdő	XX. Vízisport u. 2.	U18

KERÉKPÁRSZERVIZEK

BICYCLE REPAIR SHOPS • FAHRRADWERKSTATT

I. Hunyadi J. út 4. (1011) T/F: 201-8956 N 14
E-mail: info@bikemen.hu, honlap: www.var-kerekpar.hu
VÁR Kerékpárüzlet és szerviz

II. Szilágyi Erzsébet fasor 101. (Nagyajtai u. sarok) (1026) L 11
T: 489-0774, 30/239-2777, F: 392-7638, e-mail: info@hungarobike.hu
HUNGAROBIKE Kerékpárüzlet és szerviz

III. Mátyás kir. út 6. (a csillaghegyi HÉV-megállótól 50 m-re) (1039) D 15
T/F: 250-3038, e-mail: info@rokonsport.hu, honlap: www.rokonsport.hu
ROKON kerékpárbolt és szerviz

III. Vihar u. 12. (1035) T/F: 368-4251, e-mail: info@berguson.hu I 14
Berguson Kerékpárüzlet és szerviz

III. Vörösvári út 31. (1035) T: 240-6156, e-mail: obudabringa@freemail.hu I 14
Óbuda Bringa

IV. Újpest Városkapu Váci úti metrófeljáró, T: 30/921-9642 G 17
E-mail: mail@pedaloman.hu
PEDALOMAN Bringabolt (nyitva: Sz-Cs-P 13-19, Szo, V 9-17 h)

IV. Rózsa u. 3. (1043) T: 30/541-9687, e-mail: mail@pedaloman.hu H 19
PEDALOMAN 2 Bringabolt

IV. Sárpatak u. 6. (1048) T: 230-1947, e-mail: bytoti@yahoo.com C 20
By Toti Kerékpár

VI. Podmaniczky u. 19. (1065) T: 269-5983, 70/625-8501 M 15
E-mail: bikebase@bikebase.hu, honlap: www.bikebase.hu
Bikebase Kerékpárbolt és -szerviz

VI. Szondi u. 98/B. (1068) T: 302-4940 L 16-17
E-mail: info@bringaboard.hu, honlap: www.bringaboard.hu
Bringaboard Kerékpárkölcsönzés és -szerviz

VII. Cserhát u. 16-18. (Garay piac) (1078), T/F: 352-2395, T: 20/217-2332 M 17
E-mail: barker.bt@chello.hu, honlap: www.barker.freeweb.hu
Bar-Ker 97 Bt. – KREANT Kerékpárüzlet, -szerviz

VII. Nyár u. 5. (1072) T: 70/947-8523, e-mail: bringabutik@chello.hu N 16
BRINGA BUTIK Kerékpárüzlet és -szerviz

VIII. Német u. 13. (1084) T: 314-2937 O 16
SZIGETI Kerékpárüzlet és -szerviz

VIII. Baross u. 87/a. (1082) T: 210-8531, honlap: www.maurersport.hu O 17
Maurer Sport Kft.

IX. Kálvin tér 7. (1091) T/F: 217-3975 O 16
E-mail: info@hugo-sport.hu, honlap: www.hugo-sport.hu
Hugo-Sport

X. Örs vezér tere 25. ÁRKÁD üzletközpont, (1106) T: 434-8050 N 21
E-mail: info@ridebike.hu, honlap: www.kerekpar.hu
RIDE BIKE Árkád

X. Mádi út 120. (1105) T: 20/9461-643 P 23
DRÓTSZAMÁR Kerékpárszaküzlet és szerviz

XI. Bartók B. út 21. (bejárat a Mészöly u.-ból) (1114) T/F: 365-0945 P 15
Honlap: www.bicycle.hu
ZÖLD PONT kerékpárüzlet és szerviz

XI. Etele út 71. (1119) T/F: 204-0405, e-mail: mounty.kft@chello.hu R 13
Mounty Kerékpárüzlet és -szerviz

XI. Frankhegy u. 7. (1118) T: 30/499-5000, 247-5000 Q 11
Gazdagréti Kerékpárüzlet és -szerviz

XII. Városmajor u. 32/b. (1122) T: 355-5160, e-mail: kerekparmuhely@t-online.hu M 12
Kerékpárműhely

XII. Kiss János alt. u. 26. (1126) T/F: 202-3854 N 13
E-mail: hajdukerekpar@bolt.xfactornet.hu, honlap: www.hajdubike.hu
Hajdu Kerékpár

XIII. Népfürdő u. 19/d. (1138) T/F: 359-1832 J 16
E-mail: info@nemethkerekpar.hu, honlap: www.nemethkerekpar.hu
NÉMETH O.K. Kerékpárüzlet

XIII. Raoul Wallenberg u. 1. (1136) T: 270-1077 L 15
E-mail: luongo.kerekpar@gmail.com
LUONGO Kerékpárüzlet és szerviz

XIII. Reitter Ferenc u. 22. (1135) T: 30/607-7975 K 17
A Kerékpárbolt

XIII. Reitter Ferenc u. 158. (1131) T: 239-5474, 20/338-2184 J 18
E-mail: mmbike@freemail.hu, honlap: www.mmbike.hu
M&M Bike

XIV. Örs vezér tere 18. (1148) T: 223-6219, F: 467-0695 M 21
E-mail: gapco.kft@chello.hu, honlap: www.bigbike.hu
BIG BIKE Kerékpárszaküzlet

XIV. Erzsébet királyné útja 14/a. (1145) T: 252-4190, F: 363-6174 L 18
E-mail: fulopker@chello.hu, honlap: www.fulopkerekpar.hu
Fülöp Kerékpár Centrum

XIV. Istvánmezei út 6. (1146) T: 460-3695, M 18
E-mail: info@ridebike.hu, honlap: www.kerekpar.hu
RIDE BIKE Récsei

XV. Pestújhelyi út 33/b. (1158) T: 414-0253, 70/386-7752, F: 414-0254, J 21
E-mail: bringaspar@t-online.hu
BrinGáspár, Author Kerékpár Márkabolt és Szakszerviz

XV. Zsókavár u. 32. (1157) T/F: 410-7160, honlap: www.hajtany.hu I 22
HAJTÁNY Kerékpárüzlet és szerviz

XVI. Rákóczi u. 51. (1161) T: 401-0395, F: 405-5773 L 23
E-mail: info@ridebike.hu, honlap: www.kerekpar.hu
RIDE BIKE Rákóczi

XVI. Csenkesz u. 4. (1165) T/F: 407-5080 M 27
SOMA Kerékpárszaküzlet és -szerviz

XVIII. Nemes u. 2. (1188) T: 30/990-1559, F: 294-1652, W 26
E-mail: aruhaz@speedbike.hu, honlap: www.speedbike.hu
SPEED BIKE Kerékpáráruház

Kerékpárkölcsönző • Rent a bike • Fahrradverleih

Charles Rent a bike O 13
I. Hegyalja út 23. (1016) T: 212-9169, F: 202-2984
E-mail: info@charleshotel.hu, honlap: www.charleshotel.hu

Bikebase RENT-A-BIKE Kerékpárkölcsönző M 15
VI. Podmaniczky u. 19. (1065) T: 269-5983, 70/625-8501
E-mail: bikebase@bikebase.hu, honlap: www.bikebase.hu (nyitva: minden nap 9–19 óráig)

Kerékpáros központ • Bicycle Headquarter • Fahrrad-zentrum

Rákoskert Vasúti Kerékpáros Centrum / XVII. Kísérő u. 4. (1171) S 33
Kerékpárkölcsönzés, javítás, turistaszállás, kemping
T: 20/9816-050, 258-2408, F: 258-5906

Kerékpáros ruházat • Cycling clothes • Fahrradbekleidung

III. Vihar u. 10. (1035) T: 242-5730, 368-4251, e-mail: info@berguson.hu I 14
Berguson Kerékpárruházat

BRINGÁS KÖNYVEK, TÉRKÉPEK

Új!

Bicycle guides, atlases • Bücher, Karten für Radfahrer

Budapest kerékpáratlasz
Budapest bicycle atlas • Budapest Radwanderführer
Spirálos, többnyelvű, M 1:20.000 léptékű színes térkép. Ábrázolja a kerékpárutakat: önálló és gyalog-kerékpárutakat, a kerékpársávokat, a táblával jelölt ajánlott utakat, az összekötő útvonalakat, valamint az emelkedőket, veszélyes kereszteződéseket, tervezett kerékpárutakat.
M 1:20.000 scale detailed map, including all bicycle paths, divided and undivided sidewalk- and bicycle paths, bicycle lanes, pro-cyclist roads, marked forest paths and connecting routes for cyclists.

Kerékpártúrák Magyarországon • Atlasz és útikalauz *4., átdolgozott kiadás*
Cycling around Hungary (Atlas & Guide) • Radwandern in Ungarn (Atlas & Reiseführer)
210 oldal; spirálkötés; háromnyelvű; négyszínnyomású térkép (M 1:250.000), színes fotók,
100 túraajánlat több száz variációs lehetőséggel, a látnivalók vázlatos ismertetése és hasznos tudnivalók.
M 1:250,000 scale map which offers 100 tours all over Hungary. Three languages (Hungarian, German, English), spiralbound; recommended tours, sights, useful informations: accomodations, cycle maintenance and hire shops.

Tisza-tó, Hortobágy • Kerékpáros és vízitúrakalauz
Bicycle- and water tour guide • Rad- und Wasserwanderführer
104 oldal; spirálos; többnyelvű, M 1:80.000 léptékű színes térképpel.
104 pages, spiralbound, multi-lingual, M 1:80,000 scale detailed map.

Balaton kerékpáros turistaatlasz és útikalauz *2., aktualizált kiadás*
Balaton bicycle atlas & guide • Balaton Radwanderführer & Karte
24 túraajánlat a Balaton környékén. Többnyelvű, spirálos, térkép: M 1:80.000, várostérképek, látnivalók, hasznos tudnivalók.
24 recommended tours around Lake Balaton. Three languages (Hungarian, German, English), spiralbound, map: M 1:80.000, town maps, sights, useful informations.

Kisalföld kerékpáros turistaatlasz és útikalauz
Kisalföld bicycle atlas & guide • Kisalföld Radwanderführer & Karte
A 26 túraajánlat behálózza Győr-Moson-Sopron megye egész területét. Többnyelvű, M 1:80.000 léptékű. 112 oldal, spirálkötés, túraleírások, látnivalók ismertetése, hasznos tudnivalók.
M 1:80.000 scale map includes 26 tour recommendations in Western Hungary and town maps. The Recommended Tours and the Sights section are in three languages. A5, spiralbound, 112 pages.

Őrség és Alpokalja kerékpáros turistaatlasz és útikalauz
Bicycle atlas of the Őrség and Alpine Foothills • Radwander-Atlas und -Reiseführer für die Őrség und das ungarische Alpenvorland
23 túraajánlat Vas megyében és az Őrségben. Többnyelvű, M 1:80.000, spirálos, útvonaltérkép, várostérképek.
23 tour recommendations, sights in three languages; town maps, M 1:80.000 scale map, spiralbound, 120 pages.

Dél-dunántúli kerékpártúrák
Baranya, Somogy, Tolna
168 oldal, színes térképmelléklet, várostérképek; 20 kerékpártúra, 4 **MTB**-túra. Mecsek, Zselic, a Villányi-hegység, a Somogyi- és a Tolnai-dombság.

Kerékpárral Budapest környékén
240 oldal, 34 színes fotó, 10 várostérkép, színes útvonaltérkép-melléklet. Dunakanyar, Budai-hg., Pilis, Visegrádi-hg., Börzsöny, Cserhát, Gödöllői-dombság, Kiskunság.

Észak-magyarországi kerékpártúrák
Bükk, Aggtelek, Zemplén, Cserehát, Bodrogköz
160 oldal, színes fotók, várostérképek, színes útvonaltérkép-melléklet, 16 kerékpártúra, több MTB-túra és könnyebb túrák.

Kerékpárral a Fertő tó körül
Ausztria & Magyarország
144 oldal, **M 1:100000**-es, színes útvonaltérkép-melléklettel, várostérképekkel.

Duna menti kerékpárút Ausztriában
Passautól Hainburgig
Összekötőút a magyar határig

Duna menti kerékpárút Németországban
A Fekete-erdőtől Passauig

FRIGORIA

Könyveink kaphatók könyvkereskedőknél, bevásárlóközpontokban, vagy megrendelhetők közvetlenül a FRIGORIA Könyvkiadótól:
1119 Budapest, Pajkos u. 66., Telefon/fax: (36-1) 203-0915
E-mail: frigoria.kiado@t-online.hu • www.frigoriakiado.hu