

# Túrák másképp...

## Geocaching:

GPS-koordináták alapján a természetben elrejtett „kincseshádák” megkeresése kínál izgalmas kalandot, felfedezést természeti és épített környezetben egyaránt.

## Kincskeresés (questing):

Szellemes feladvánnyal megtalálni egy város nevezetességeit, megismerni történelmét, vagy felkutatni a természeti környezet érdekességeit, a játékos kihívásokat kereső, főként fiatalabb korcsoport számára.

## Nordic Walking:

A tudatos járás technikája, speciális „túrbotok” segítségével. Minden izomcsoportot kíméletesen átmozgató, természetben végezhető sport. Kifejezetten ajánlott az idősebb korosztálynak, vagy túlsúlyos, ízületi, vérkeringési problémákkal küzdőknek.

## Sárkányhajó:

Ázsiai eredetű sportág. A sárkányfejjel-farokkal díszített 11 méter hosszú hajót, 20 éves hajtja kenulapátokkal. Az irányért a kormányos a ritmusért pedig a dobos felel.

Az itt bemutatott lehetőségek nem is annyira a kitartó túraérzéseket, hanem inkább a szabadban eltöltött könnyed, pihentető vagy éppen csapatépítő élményeket célozzák meg. A geocaching, a questing, a Nordic Walking és a sárkányhajóverseny, kifejezetten a korszellemet követő aktív időöltési formák.



Sárkányhajó Békés-Dánfokon

## Ajánló

~ **GEOCACHING:** ha nincs saját helymeghatározó eszközünk, Békéscsabán, Gyulán és Békésen, három-három GPS készülék vehető igénybe, hogy geoládákat

kutassunk fel a környéken. A változatos helyszínekre vezető „rejtések” ugyanúgy segítenek bejárni a tájat, mintha túraútvonalakon haladnánk. Intranetes oldalról (pl. [www.geocaching.hu](http://www.geocaching.hu)) hasznos információk tölthetők le a készülékekre egy-egy célterületről, melyek a helyszínen olvasva a legérdekesebbek. Az geocaching pedig akkor a legizgalmasabb, ha magunk is „rejtünk” el ládát és töltünk fel másoknak tudanyagokat a környékről.

~ **QUESTING:** A Közép-Békési Centrum honlapján ([www.kozepbekes.hu](http://www.kozepbekes.hu)), de a békéscsabai és a gyulai Tourinform irodákban is elérhetőek azok a játékos feladványok,

melyek mint egy igazi kincskereső térkép, szellemes, versbe foglalt talányokkal, tematikus helyszínrajzokkal igyekeznek könnyed „fejtőrést” okozni a túrázóknak. A megoldókulcsok lépésről lépésre vezetik az embert a végső megoldás felé, miközben egyre több olyan „kincs” kerül a birtokunkba, melyek megszerzett tudásként ragyognak fel.



Questing

Sárkányhajózás

~ **NORDIC WALKING:** A sífutók mozgástechnikáját utánzó intenzív gyaloglási mód egyre népszerűbb az egész világon. Sík vagy enyhe domborzatú terepen bárhol és bárki gyakorolhatja, aki szereti a könnyedebb, mégis teljes sport- és túraértékű mozgást. Nagy előnye, hogy nincs szükség kimondott túrahelyszínekre a gyakorlásához. A városok parkjai, csendesebb utcái éppen úgy megfelelnek erre, mint a városon kívüli természeti környezet. Aki még nem próbálta, annak érdemes oktatótól elsajátítania a speciális technikát, amihez csupán két, sibtóra emlékeztető speciális „túrbot” szükséges. Előzetes egyeztetéssel Békéscsabán, Gyulán és Békésen lehetőség van Nordic Walking botok igénybevételére a hosszabb-rövidebb sétákhoz, és szükség esetén oktatói segítség is kérhető, de csoportos tréningekhez való csatlakozás lehetősége is megoldott.

~ **SÁRKÁNYHAJÓ:** Ez az egyre kedveltebb vízisport, a térségben egyedülálló módon tavasztól-őszig bármely 20 fős csapat számára elérhető, de akár két hajóra való „legénység” is összemérheti erejét, ügyességét. Az osztályoknak, nagyobb baráti társaságoknak, családoknak egyaránt ajánlható feledhetetlen és vidám élményt Békés-Dánfokon, a „Körös Mentő” Kishajó-kikötő és -átemelő területén üzemelő turisztikai vízi bázis szolgáltatja. A térségben is egyre kedveltebb vízi csapatsport számára minden évben itt is rendeznek nagyobb versenyeket, melyekhez a Kettős-Körös duzzasztott felvize kiváló pályát garantál.

~ ! Az elérhető lehetőségek és igénybevehető eszközök után érdeklődjön a Közép-Békési Területfejlesztési Önkormányzati Társulás weboldalán: [www.kozepbekes.hu](http://www.kozepbekes.hu)



„Ládarejtés”

Geocaching

Nordic Walking