



SZATT — SZENT ANNA-TÓ TELJESÍTMÉNYTÚRA

# Szent Anna-tó Teljesítménytúra

2026. szeptember 12., szombat  
Lázárfalvi Nyírfürdő

Túraösszefoglaló — 3 táv

# 10 km KÖNNYŰ TÁV



## SZATT

Szent Anna-tó Teljesítménytúra

2026. szeptember 12.

A legrövidebb táv, jól követhető, jelzett útvonalon. A túra a Tusnád-patakot és a Tófeneket érinti, majd a Kis-Harom oldalában egy szép kilátóhelyhez vezet, ahonnan a Nagy-Haromra nyílik panoráma. A Nádasfürdőnél pihenő- és frissítópont várja a túrázókat. Három ellenőrzőpont, 3 órás szintidő.

### ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tusnád-patak → Tófenek → Nádasfürdő → Nyírfürdő

TÁV  
**10 km**

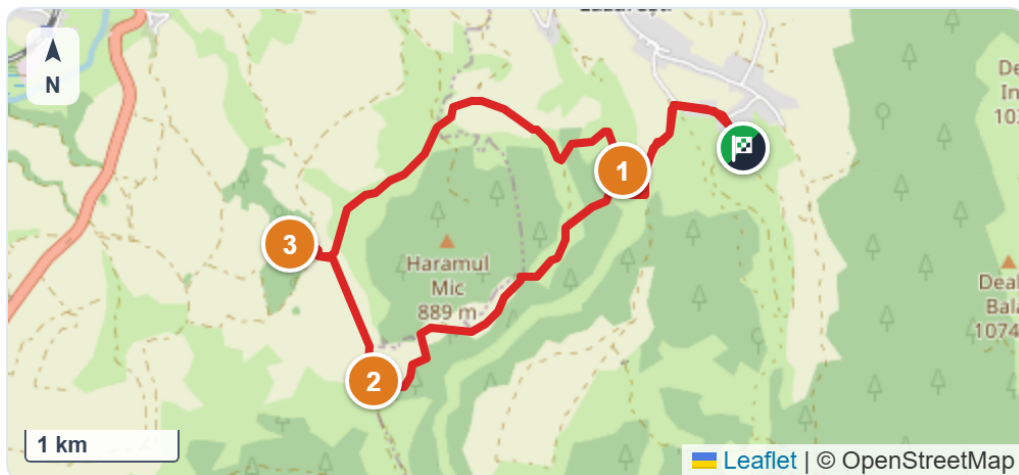
SZINTELMELKEDÉS  
**+302 m**

SZINTIDŐ  
**3 óra**

RAJT IDŐ  
**10:00**

NEHÉZSÉG

**Könnyű**

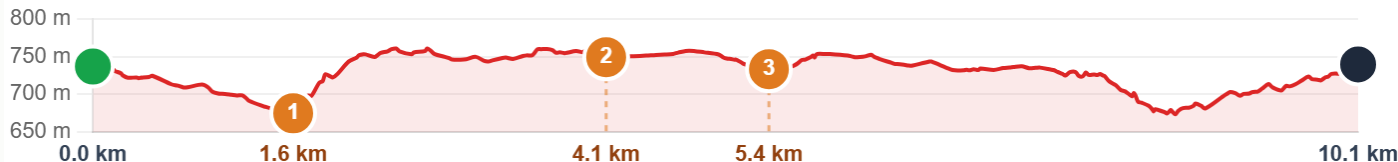


### GPX NYOMVONAL

Olvasd be, és töltsd le a nyomvonalat telefonodra.



### SZINTPROFIL • +302 m szintemelkedés



### ELLENŐRZŐPONTOK

| # | HELY                       | TÁV     | SZINT |
|---|----------------------------|---------|-------|
| 🏁 | Nyírfürdő <i>rajt</i>      | 0.1 km  | 746 m |
| 1 | Tusnád-patak               | 1.6 km  | 679 m |
| 2 | Tófenek                    | 4.1 km  | 747 m |
| 3 | Nádasfürdő <i>frissítő</i> | 5.4 km  | 734 m |
| 🏁 | Nyírfürdő <i>cél</i>       | 10.1 km | 741 m |

### FONTOS TUDNIVALÓK

- ! A túra saját felelősségre teljesíthető.
- ! Az útvonalat csak a kijelölt irányban járd be!
- ! Tartsd be a természetvédelmi előírásokat, ne hagyj szemetet magad után!
- ! Vészhelyzet esetén hívd a szervező alábbi telefonszámát!

### ONLINE TÉRKÉP

A túra oldala  
telefonon



VÉSZHELYZET  
**+40 757 546 901**

### SZERVEZŐ

Csikszéki EKE  
info@cseke.ro  
szatt.cseke.ro



## ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tusnád-patak → Tófenek → Nádasfürdő → Nyírfürdő

A túra a Nyírfürdőről indul, ahonnan az aszfaltúton a falu irányába indulunk. Az első elágazásnál balra térünk, majd a piros-fehér szalagokat és a neonzöld jelzéseket követve hamarosan letérünk a homokos útra. Az út fokozatosan vezet be az erdőbe, majd egy izgalmasabb szakaszhoz érkezünk, ahol egy gázlón is át kell kelni. A túloldalon rögtön az első ellenőrzőpont vár ránk, innen pedig megkezdjük az emelkedést a Kis-Harom irányába.

Az elsőre kissé bizonytalannak tűnő, füves szakasz hamarosan jól járható erdei ösvénnyé válik. Felfelé haladva egyre inkább magunk mögött hagyjuk a nyíltabb részeket, és az erdő csendjében folytatjuk utunkat. Az emelkedő végén a Kis-Harom oldalában vezet tovább az ösvény, majd egy szép kilátóhelyhez érkezünk. Innen nagyszerű panoráma nyílik a Nagy-Harom felé, így érdemes egy pillanatra megállni és körülnézni.

A kilátó után továbbhaladunk a Kis-Harom körül, majd a Kis-Harom és a Nagy-Harom közötti elágazásnál találjuk a második ellenőrzőpontot. Innen az út a Nádasfürdő felé folytatódik. Az erdei ösvényen egy újabb elágazásnál letérünk, majd rövidesen megérkezünk a Nádasfürdőhöz. A fürdőnél kellemes pihenőhely és információs táblák várják a túrázókat, valamint itt található a harmadik ellenőrzőpont is.

A pihenő után visszaindulunk a Nyírfürdő irányába. Az út egy részén ugyanazon az ösvényen haladunk vissza, amelyen érkeztünk, majd jobbra térve újabb erdei szakasz következik. A nyárfák között haladva ismét szép panorámás részhez érkezünk, ahonnan több környező hegycsúcs is látható, köztük a Vártető, a Mitács, a Nagy-Piliske és a Kakukk-hegy. Ha gyerekekkel túrázol, itt érdemes egy kis játékot is beiktatni: ki tud több templomtornyot megszámolni a bal oldali völgyben? Innen az út fokozatosan visszavezet Nyírfürdő felé.

A túra utolsó szakasza már jórészt ereszkedésből áll. Az ösvényen több elágazás mellett haladunk el, ahol a piros-fehér szalagok és a neonzöld jelzések mutatják a helyes irányt. Az útvonal egy épülő ház környezetét is érinti, majd innen továbbhaladva fokozatosan közeledünk a túra elején már megismert szakaszhoz. Végül ismét elérjük a gázlót, amelyen ezúttal visszafelé kelünk át, majd a már ismerős úton egyenesen besétálunk a Nyírfürdőre, ahol a túra célja vár bennünket.

A teljes útvonalon piros-fehér szalagok és neonzöld jelzések segítik a tájékozódást. Különösen az elágazásoknál érdemes figyelni a jelzéseket, hogy mindig a kijelölt útvonalon haladjunk.

Jó túrázást, szép panorámákat és élményekben gazdag napot kívánunk!



# SZATT

Szent Anna-tó Teljesítménytúra

2026. szeptember 12.

## 16 km KÖZEPES TÁV

Közepes táv a Nyírfürdő környéki erdőkben és mezőkön. Az útvonal váltakozó terepen halad, erdei szakaszok és nyílt mezők követik egymást, a Nagy-lázon át a Kápolna-mezőig. Négy ellenőrzőpont az útvonalon, a Kápolna-mezőn frissítővel. Ötórás szintidő.

### ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tusnád-patak → Tófenek → Büdös-patak → Kápolna-mező → Nyírfürdő

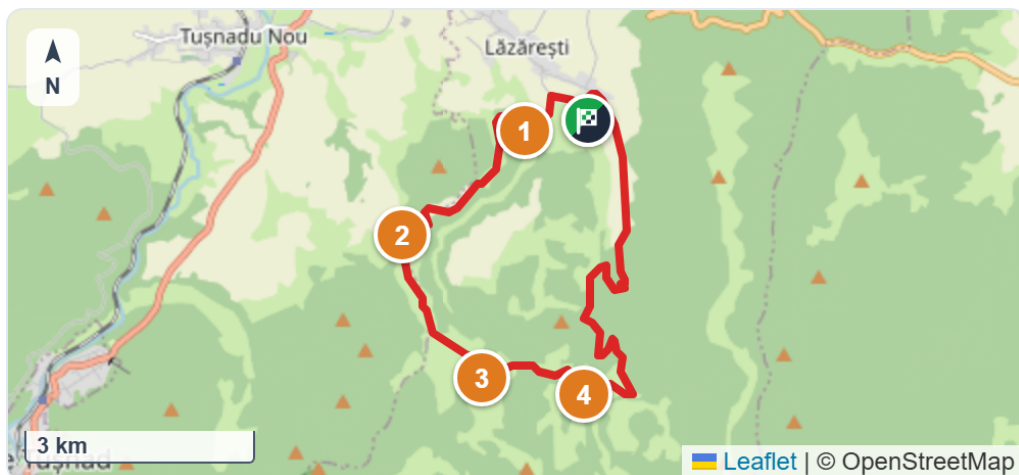
TÁV  
**16 km**

SZINTEMELKEDÉS  
**+365 m**

SZINTIDŐ  
**5 óra**

RAJT IDŐ  
**09:00**

NEHÉZSÉG  
**Közepes**

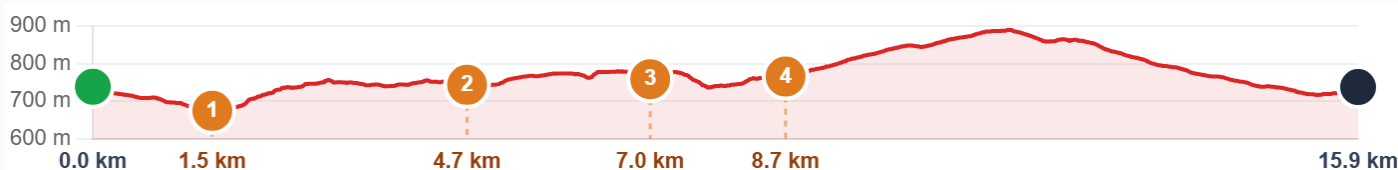


### GPX NYOMVONAL

Olvasd be, és töltsd le a nyomvonalat telefonodra.



### SZINTPROFIL • +365 m szintemelkedés



### ELLENŐRZŐPONTOK

| # | HELY                  | TÁV     | SZINT |
|---|-----------------------|---------|-------|
| 🏁 | Nyírfürdő rajt        | 0.0 km  | 739 m |
| 1 | Tusnád-patak          | 1.5 km  | 675 m |
| 2 | Tófenek               | 4.7 km  | 745 m |
| 3 | Büdös-patak           | 7.0 km  | 754 m |
| 4 | Kápolna-mező frissítő | 8.7 km  | 766 m |
| 🏁 | Nyírfürdő cél         | 15.9 km | 737 m |

### FONTOS TUDNIVALÓK

- ! A túra saját felelősségre teljesíthető.
- ! Az útvonalat csak a kijelölt irányban járd be!
- ! Tartsd be a természetvédelmi előírásokat, ne hagyj szemetet magad után!
- ! Vészhelyzet esetén hívd a szervező alábbi telefonszámát!

### ONLINE TÉRKÉP

A túra oldala  
telefonon



VÉSZHELYZET  
**+40 757 546 901**

### SZERVEZŐ

Csíkszéki EKE  
info@cseke.ro  
szatt.cseke.ro



## ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tusnád-patak → Tófenek → Büdös-patak → Kápolna-mező → Nyírfürdő

A túra a Nyírfürdőtől indul. Az aszfaltúton a falu felé tartunk, majd balra letérünk egy mezei útra. Az út a völgy irányába fordul, és a Tusnád-patak partján vár az első ellenőrzőpont. Innen kelünk át a patakon. Az átkelő a víz állásától függően kalandosabb is lehet, érdemes megnézni, hova lépünk.

A pataktól rövid emelkedő indul. Az út a Kis-Harom déli oldalán vezet tovább, mezei úton, nyílt terepen. A nyomvonal itt hullámszik, erdősélek és lekaszált mezők váltják egymást. Nyugatnak fordulva érjük el Tófeneket, ahol a második ellenőrzőpont van.

Tófenektől nyílt terepen haladunk tovább a Nagy-láz részen, a Nagy-Harom irányába. A hegy alá érve balra térünk, és egy pásztortanyát érintve leereszkedünk a Büdös-patak mellé. Itt van a harmadik ellenőrzőpont.

Az ellenőrzőpontnál átkelünk a Büdös-patakon. Innen ismét nyílt terepen megyünk, és hamarosan megérkezünk a Kápolna-mezőre. Itt áll a felújított Szent István-kápolna, a fenyők takarásában. A mezőn van az utolsó ellenőrzőpont, és itt van a túra frissítőpontja is.

A Kápolna-mezőtől indul a nap emelkedője. Nem megerőltető szakasz, az út árnyas, kellemes erdőben kanyarog felfelé. A tetőn, 890 méteren áll a túra legmagasabb pontja. Innen csodálatos panoráma nyílik az egész alcsíki medencére. Jól látszanak a Dél-Hargita ismertebb csúcsai is, köztük a Kakukk-hegy és a Nagy-Piliske.

A tetőtől hosszú, egyenletes ereszkedés következik, végig északi irányban. Ez a túra leggyorsabb szakasza. Nem sokkal a tető után, bal oldalon, egy pihenő mellett vasban gazdag, vöröses vizű borvízforrást találunk. Érdemes megállni egy percre, és megkóstolni.

Az ereszkedő végén a falu határába érünk, ahol elérjük az aszfaltutat. Innen a zöld jelzéseket követjük a Nyírfürdőig, ahol a túra célja vár. A teljes útvonalon piros-fehér szalagok és neonzöld jelzések segítik a tájékozódást. Az elágazásoknál érdemes megállni egy pillanatra, és megkeresni a következő jelzést.



# SZATT

Szent Anna-tó Teljesítménytúra

2026. szeptember 12.

## 40 km NEHÉZ TÁV

A leghosszabb táv, tapasztalt túrázóknak. Az útvonal Tusnádfürdőn és az Olt partján át vezet a Szent Anna-tóhoz, onnan a Mohos-tőzegláp mellett a Bolondos-hegy gerincére, majd a Cecele csúcsáig. A tónál frissítőpont, a visszaút a Nyerges-tető gerincén halad. Hat ellenőrzőpont, 12 órás szintidő.

### ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tófenek → Vargyas-patak híd → Tusnádfürdő → Olt partja → Határ panzió → Szent Anna-tó → Mohos-tőzegláp → Bolondos gerince → Cecele → Nyerges-tető gerince → Nyírfürdő

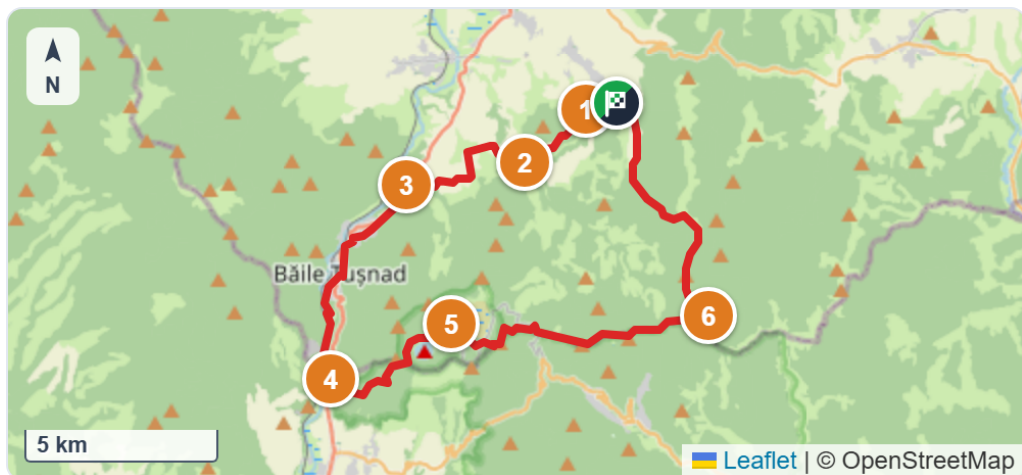
TÁV  
**40 km**

SZINTELMELKEDÉS  
**+1500 m**

SZINTIDŐ  
**12 óra**

RAJT IDŐ  
**07:00**

NEHÉZSÉG  
**Nehéz**

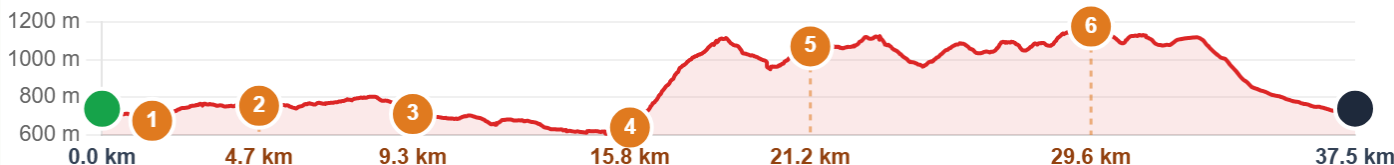


### GPX NYOMVONAL

Olvasd be, és töltsd le a nyomvonalat telefonodra.



### SZINTPROFIL • +1500 m szintemelkedés



### ELLENŐRZŐPONTOK

| # | HELY                                      | TÁV     | SZINT  |
|---|-------------------------------------------|---------|--------|
| 🚩 | Nyírfürdő <b>rajt</b>                     | 0.0 km  | 739 m  |
| 1 | Tusnád-patak                              | 1.5 km  | 676 m  |
| 2 | Tófenek                                   | 4.7 km  | 754 m  |
| 3 | Vargyas-patak híd                         | 9.3 km  | 712 m  |
| 4 | Határ panzió                              | 15.8 km | 637 m  |
| 5 | Szent Anna-tó látogatóközpont<br>frissítő | 21.2 km | 1073 m |
| 6 | Cecele                                    | 29.6 km | 1179 m |
| 🏁 | Nyírfürdő <b>cél</b>                      | 37.5 km | 739 m  |

### FONTOS TUDNIVALÓK

- ! A túra saját felelősségre teljesíthető.
- ! Az útvonalat csak a kijelölt irányban járd be!
- ! Tartsd be a természetvédelmi előírásokat, ne hagyj szemetet magad után!
- ! Vészhelyzet esetén hívd a szervező alábbi telefonszámát!

### MIT VIGYEK MAGAMMAL

- túrabakancs
- 2 liter folyadék
- élelem az egész napra
- esőköpeny
- szélkabát
- meleg hosszú ujjú felső
- fejlámpa
- napvédő sapka és krém
- túrabot

### ONLINE TÉRKÉP

A túra oldala  
telefonon



**VÉSZHELYZET**  
**+40 757 546 901**

### SZERVEZŐ

Csikszéki EKE  
info@cseke.ro  
szatt.cseke.ro



## ÚTVONAL

Nyírfürdő → Tófenek → Vargyas-patak híd → Tusnádfürdő → Olt partja → Határ panzió → Szent Anna-tó → Mohos-tőzezláp → Bolondos gerince → Cecele → Nyerges-tető gerince → Nyírfürdő

Elindulunk a Nyírfürdőtől, majd enyhén balra tartva haladunk az aszfaltos úton. 700 méter után balra térünk a fűzfabokrok mellett egy mezei útra. Nagyjából 550 méter után jobbra fordulunk a völgy irányába, majd picit ellentétes irányban haladunk és nemsokára elérjük az első ellenőrző pontunkat. Ezután átkelünk a Tusnád-patakon, a mezei utat követjük a Kis-Harom D-i oldalán és kb 3,2 km múlva elérjük a második ellenőrző pontot.

A bírói pont után jobbra fordulunk és egy mezei úton haladunk kb 1 km-t. Egy nádas-gyékénnyel szegélyezett kis völgyhöz érünk melyen átkelünk a szemközti markánsabb mezei útra. Tovább haladunk kissé hágóra, majd balra folytatjuk utunkat az erdőszélen. Kiérve a mezőre jobbra tartunk nem térünk el balra a házak felé (!). Enyhén emelkedő úton tartunk délnek. Kb 900 m után nyugati irányba fordul utunk, a szemközti facsoport jobb oldalán lévő úton haladunk előre. Hatalmas madarberkenye fa mellett haladunk el jobbról, majd egy kukoricatábla bal oldalán.

Az út itt enyhén ereszkedni kezd és egy fasáv előtt a lekaszált területen balra térünk (!), át déli irányba a szemközti erdő szélén található útig. Itt újra jobbra fordulunk és haladunk lefelé egészen a főútig. A Vargyas-patak hídján átkelve a nagy nyárfák alatt megpillantjuk a harmadik ellenőrző pontot. Tovább haladunk déli irányba Tusnádfürdő felé a főúttal párhuzamos földúton.

Kiérve a sípálya aljába elhaladunk az "O-zone" feliratú fabódé előtt, és balra fordulunk az aszfalton a Kovács Miklós utcába. Elhagyva a Fortuna hotelt kb 150 m után beleérünk a kék sáv turistajelzésbe, ezen haladunk tovább. A székely fogadónál visszatértünk a főútba, majd balra tartunk, elhagyva a benzinkutat. A piac (a benzinkút mellett) után a kockaköves úton felfelé haladunk a szállodák felé. A lépcsősor után elhagyjuk a Ciucas hotelt, majd tovább haladunk a macskaköves úton.

A tusnádfürdői kezelőbázissal (baza de tratament) szemben lemegyünk a főútra. Az átjárón áthaladva az út túloldalán kb 50 m múlva jobbra lekanyarodunk a Mária utas és a kék sáv jelzést követve a Malom utca végéig. (a Stanescu forrásnál pótolhatjuk folyadékkészletünket), a Malom csárdát elhagyva 150 m után az aszfaltút egy rozsdás kapunak vezet, itt jobbra fordulunk az Olt-folyó felé. A lengőhídon áthaladva az Olt jobb partján balra fordulunk és haladunk folyásirányba délnek a máriautas jelzésen egészen a Carpitusi gyűjtőgátig. A gáton visszamegyünk az Olt bal partjára és haladunk a földúton tovább.

Útelágazáshoz érve kis borvíz csorgót pillantunk meg az út bal oldalán. **(ajánlott itt inni és teletankolni a készleteket mivel az út további részén nem találunk forrást, csak a Szent Anna-tó Látogatóközpontnál vásárolhatunk vizet).** Innen az emelkedőn a bal oldali úton haladunk a főút irányába. Kiérve a Határ panzióhoz itt találjuk a negyedik ellenőrző pontot. A kék kereszt turistajelzés

mutatja további utunk irányát. Útközben figyeljünk, hogy ne térrünk le a kék keresztről (!).

Montán bükkösökön keresztül emelkedünk egészen a Táca alja nevű nyeregig. **(itt lépünk be a Szent Anna tó - Mohos tőzegláp természetvédelmi rezervátumba. A rezervátumban nem helyeztünk ki műanyag szalagokat, csakis a legszükségesebb helyen vannak jelölve a fák sárga ponttal).**

Innen élesen balra fordulunk és leereszkedünk a Szent Anna-tóhoz. A tó melletti a Szent Anna kápolna előtt haladunk el ki a Mohos nyergéig (a táblán lévő mohos "m" irányt kell követni). Kissé idegesítőnek tűnhet kifelé a sok szerpentin, de ha nem vágjuk le őket tehetünk egy keveset az erózió meggátolása érdekében. A látogató központ parkolójában találjuk az ötödik ellenőrző pontot.

Innen az aszfalton haladunk tovább a kék és sárga keresztet követve az út bal oldalán lévő öreg bükkfákra festve. Kb 250 m után a jelzés letér balra, amit sárga nyíl jelöl. Innen az út átvisz bennünket a lekaszált réten. Egy málnabokros mellett balról a bükkfán sárga kereszt, haladunk tovább DK irányba. Kisebb bükkfán újra jelzések (!). Keletnek tartva követjük a turistajelzéseket és a sárga pontokat, amíg elérjük újra az aszfaltutat. A műút túloldalán folytatódik utunk a Kokojzás-tetőig, mindkét turistajelzést követjük.

Innen balra fordulva a kék keresztet haladunk tovább az aszfaltútig. Fontos, hogy a levezető hegylábbon található jelzéseknél forduljunk jobbra a Kokojzás-tető után kb 450 m-rel (!). Az aszfaltra kiérve jobbra fordulunk és követjük a kék kereszt jezeit. Kovászna megye határjelző táblája után balra keletnek tartunk az erdei úton. A kék keresztet követjük továbbra is végig a gerincen, át a Bolondos-hegyén egészen a Cecele csúcsán lévő hatodik és egyben utolsó bírői pontig.

Innen visszaereszkedünk a nyeregbe és a jobbra tartva (nem ott ahol jöttünk) rátérünk a Nyerges-tető felé vezető kék sáv jelzésre. Az eltérőtől kb 3 km múlva letérünk balra (!) és egy fakitermelő úton ereszkedünk le a piros kereszt turistajelzésbe, ahol elérjük a Szent Anna-tó TT 16-os út visszatérő szakaszát (fára festett irány jelöli, hogy balra kissé visszafordulva az út mellett borvízforrás olthatja szomjunk). Az úton haladunk tovább lefelé egészen a Lázárfalva határáig, majd balra ki a Nyírfürdőig egy jól megérdemelt tokány reményében.