



Kedves Barátaink, Tisztelt Érdeklődők!

Örömmel értesítünk mindenkit, hogy a két hasi dializált vesebeteg, Pingitzer Károly és Horváth Róbert által megálmodott **RenBikeTour** kerékpártúrák lebonyolítását **2019-ben is folytatjuk!**

Az idén hatodik alkalommal megrendezésre kerülő **RenBikeTour Velence** biciklitúra során

2019. május 18-án szombaton

ismét lehetőséget kínálunk minden érdeklődőnek a kisebbik tavunk szervezett megkerülésére!

A túrák célja változatlanul az, lehetőséget biztosítsunk vesebetegeinknek a szervezett keretek közti biztonságos szabadidős kikapcsolódáshoz, sportoláshoz, hogy megmutathassák, a súlyosnak tartott vesebetegséggel, vesepótló kezeléssel (hasi dialízis, gépi művese kezelés, transzplantáció) együtt is lehet teljes, aktív életet élni.

Egyben lehetőséget szeretnénk teremteni betegeink családtagjainak, barátainak, szimpatizánsoknak vagy bárki érdeklődőnek egy közös testmozgásra a tavasz beköszöntével, hogy egy kényelmes, rövid távon, ismét megmozgathassuk magunkat és egyben felkészülhessünk a nagyobb megmérettetésre, a nyári 4 napos Balaton kerülésére.

Ennek a programsorozatnak a segítségével ismételten lehetőség nyílik az évek óta rendezvényeinken rendszeresen részvevő barátainknak a találkozásra, vagy arra, hogy esetleg újabb barátokra tegyenek szert és mindenki megismerhesse a közös tekerés maradandó élményét, és esetleg kedvet kapjon a hozzánk való további csatlakozáshoz is!

A kerékpározás mellett a korábbi évek gyakorlatának megfelelően érdeklődés esetén lehetőséget teremtünk egyéniben vagy csoportos váltóban a táv futva leküzdésére.

TERVEZETT PROGRAM:

**Indulás 2019. május 18-án szombaton 11.00 órakor
a gárdony-agárdi Napsugár strandról**

Cím: H-2484 Agárd, Chernel István u. 1.

(az agárdi fénysorompós vasúti átjáróval szemben a tóparton.)

Táv: 35 km, a Velencei tó körüli kerékpárúton

**Gyülekezés 9.00 órától a Napsugár strand ingyenesen használható parkolójában,
a strand bejáratánál.**

A résztvevőknek 2 csoportban javasoljuk a táv megtételét:

- 1. csoport:** kerékpárral, kényelmes tempóban, 1 vagy több megállással
- 2. csoport:** futva, akár egyéniben, akár előre szervezett csapatokban váltókkal.

Biztonságunkról az AEGON MAGYARORSZÁG Biztosító Zrt. gondoskodik.

Általános információk:

- A túrán való részvétel **vesebetegeknek és 6 év alatti résztvevőknek ingyenes a 6-18 év közötti résztvevőknek 500.-Ft, a 18 év feletti résztvevőnek 1.000.-Ft**, amely összeg a helyszínen fizetendő!
- A túra során a résztvevőknek **ásványvizet fogunk tudni biztosítani**, valamint az előző évekhez hasonlóan **meleg étellel** várjuk a célba beérkezőket! Ezen kívül a Gárdonyi strand bejáratánál levő büfékben lehetőség lesz enni-, és innivaló vásárlására is!
- **A fentiek miatt a létszám kalkulálásához mindenképp szükséges előzetes regisztráció, amit a RenBikeTour honlapján, a regisztrációs link aktiválását követően kérünk mindenki tegyen meg, legkésőbb 2019. május 14-ig!**
- A helyszínen a regisztrációs standnál kérünk mindenkit, hogy megérkezéskor regisztráljon be!
- Minden részt venni szándékozó beteg kérje ki orvosa tanácsát, segítségét a részvétel mellett való döntés előtt!
- Az oda- és hazautazás, valamint a kerékpárok helyszínre szállítása egyénileg történik, helyszínen kerékpárt biztosítani nem tudunk!
- A túra során kísérő autót biztosítunk és szakképzett egészségügyi személyzet is rendelkezésre fog állni.
- HD kezelt betegeknél javasolunk egy kezelést – akár soron kívül is – a túra előtti napon elvégezni!
- Biztonságképpen kérünk minden vesebetegyet, hogy egészségügyi iratait és gyógyszereit mindenképpen hozza magával!
- A helyszínen előforduló egészségügyi vagy egyéb probléma esetén kérjük, hogy a szervezőknél vagy a regisztrációs standnál ezt mindenképpen jelezzék!
- Kérjük, hogy az otthoni indulás előtt, mindenki győződjön meg járműve műszaki állapotáról! Technikai segítségre, javításra a helyszínen és menet közben is lesz lehetőség, de jobb, ha erre nem kerül sor.
- A viszonylag rövid táv ellenére, a hirtelen megterhelésből adódó várható szövödmények elkerülése érdekében javasoljuk, hogy mindenki készüljön rövid távú kerékpáros edzésekkel a túra előtt!
- Hazautazás várhatóan 17 óra körül!
- **Kerékpáros részvétel esetén védőfelszerelés használata (Bukósisak) AJÁNLOTT!**

A túrát a RenBike Tour szakmai szervező csapatával együttműködve az Expert-Quality Kongresszusi és Utazási Iroda munkatársai szervezik. Kérdéseikkel kérjük forduljanak hozzájuk bizalommal. /Telefon: +36-1-311-6687

A RenBikeTour Velencé-re történő regisztráció, valamint a RenBikeTour programjaival kapcsolatos további információk a www.renbiketour.hu honlapon elérhetőek!