

A The Explorer bemutatja:

# Ahol körülölelnék a hegyek

## TREKKINGTÚRA AZ ANNAPURNA SZENTÉLYBE

A HAVAS CSÚCSOK SZINTE A LÁBUNK ELŐTT NŐNEK KI A FÖLD-  
BŐL ÉS TÖRNEK AZ ÉG FELE. KILOMÉTERES JÉG- ÉS SZIKLAFALAK  
VESZNEK KÖRBE, MELYEKET FOKOZATOSAN SZÍNEZ MEG A  
FELKELŐ NAP FÉNYE. RODODENDRON LIGETEK KÖZÖTT, TERASZOS  
RIZSFÖLDEK MELLETT, HAGYOMÁNYOS NEPÁLI FALVAKON KERESZ-  
TÜL VEZET IDE AZ ÚT, FÜGGŐHIDAKON ÁT, VÖLGYBE LE, DOMB-  
NAK FEL, MÉGIS FOKOZATOSAN EMELKEDVE. HAT NAP GYALOGLÁS  
UTÁN ÉRKEZÜNK MEG A HEGYEK SZENTÉLYÉBE, A 4130 MÉTERES  
MAGASSÁGBAN FEKVŐ ANNAPURNA BASE CAMPBE.

ÍRTA ÉS FÉNYKÉPEZTE: KUNDERMANN BALÁZS

Katmanduból az Annapurna előszobájául szolgáló nagyváros, Pokhara repülővel is megközelíthető, de busszal érdemes utazni. A nyolcórás út alatt az ember ráhangolódik a tájra, lelassul, és megtanulja elfogadni a dolgokat úgy, ahogy azok adják magukat. Ezek mind olyan éretnyek, melyekre a következő másfél hét alatt nagy szükségünk lesz. A fővárost elhagyva először szívhatjuk teli tüdőnket a Himalájából érkező friss levegővel, csodálhatjuk meg a zöld vegetációt, és ismét szembesülhetünk az utakon uralkodó, kaotikusnak tűnő közlekedési viszonyokkal. A Trishuli folyó fölött átívelő híd előtt hosszú sor kígyózik, egyesével kelnek át rajta a járművek. Mint az a másnapi újságból kiderült, a szerkezet egyik tartópillére megrogyott, azért volt a torlódás. A havas csúcsok csak az utazás utolsó fél órájában tűnnek fel. Akkor is csak rövid időre, de annyira pont felvillanyoznak, hogy átlendítsenek az időközben kialakult holtpontra. Végül megérkezünk Nepál második legnagyobb városába, ami sokkal kisebb és láblógatósabb, mint a nyüzsgő főváros. Itt még beszerezhetjük a szükséges dolgokat, és ehetünk egy jót a túra előestéjén.



**EGY KIS KITÉRŐ.** Nayapul települése jó kétórányi autótúra fekszik Pokharától. Itt szorosra kötjük bakancsainkat, felkapjuk a hátizsákokat, és elhagyjuk az aszfaltcsíkot. Érdemes akklimatizációs kitérővel kezdeni a túrát, hogy szervezetünk jobban hozzászokjon a magashegyi viszonyokhoz. Ezért úgy döntünk, mielőtt elindulnánk az ABC irányába, felkapaszkodunk a Poon Hillre (3210 m). Kétnapos kitérő, de a látvány miatt megéri. Birethanti településnél kelünk át a vad vizű Modi Kholán, majd a Bhurungdi Kholát követve nyugatnak indulunk. A buszterdőlől kiérve kinyílik a völgy, üde köles- és rizsföldek mellett halad az út. Fokozatosan emelkedünk, néhány kilométerenként érintve egy-egy települést. Az emberek a kertben dolgoznak, a gyerekek integetnek, és tört angolsággal kérdezzgetik a nevünket. Így ismerkednek. Az első éjszakát Tikhe Dhunga (1480 m) falujában érdemes tölteni, ahol rögtön bele kell kóstolni a helyi konyha ízeibe. A teaházak kínálata nagyjából hasonló.



**AZ ABC TREKKING TÚRA.** Az Annapurna Base Campbe, azaz az ABC-be vezető út a világ egyik leglátványosabb magashegyi túrái közé tartozik. Ahogy Nepál legtöbb régiójában, itt is szükségünk lesz trekkíng engedélyre, valamint ki kell váltanunk egy parkbelépőt is. Ezeket érdemes még Katmanduban beszerezni. Az oda-vissza 9-12 nap alatt teljesíthető, 80-100 km hosszú túrára nem kötelező vezetőt vagy teherhordót fogadni, minimális térképismerettel egyéni szervezésben is könnyen elboldogulunk. A Szentélybe vezető út mentén kisebb települések sorakoznak, ahol úgynevezett teaházakban tölthetjük az éjszakát. Az ellátás azonban a helyi viszonyokat figyelembe véve nem számít olcsónak. S ahogy emelkedünk, úgy nőnek az árak is. Mégse induljunk neki élelemmel tömött zsákokkal, a túrázáshoz hozzátartozik, hogy legalább részben azt esszük, amit a helyiek. Elég, ha van nálunk néhány szelet csoki, pár zacskó szárított gyümölcs, egy doboz víz-tisztító tableta és a több réteg ruha a meleg hálósák mellett. Jól jön a hazai párlattal teli laposüveg is. Tartogassuk hidegebb estékre, vagy arra, hogy jobban megismerkedjünk a túratársakkal. A szállásokat sem kell előre foglalni, a rendszer egyszerű: aki elsőnek érkezik, az választ először. Így reggelente érdemes korán útra kelni, hogy délután már a szoba előtt üldögélve gyönyörködjünk a tájban, vagy a vaskályhával jól felfűtött közösségi helyiségben, forró levest kanalazva tervezzük a következő napot.

## LET BRUNTON RECHARGE YOUR LIFE

A Brunton megújuló energiaforrásai rendkívül tartósak akár outdoor használat esetén is.



Diana Vadászolt, H-1077 Budapest, Rózsa u.21., Mountex Ferenc Krt., H-1092 Budapest, Ferenc krt.2-4., Mountex Váci, H-1134 Budapest, Váci út.19., Mountex-Budaörs, H-2040 Budaörs, Malomkő u.7.



### Brunton Restore

Hatékony és kompakt lítiumakkumulátorral integrált napelemes töltő. A Restore töltőn két napelem is található. Az akkumulátor autóban, számítógépről, USB-csatlakozóval vagy 220 V-os adapteren keresztül is tölthető. Mp3-lejátszót, okostelefont vagy digitális fényképezőgépet is tölthet vele.

Ára: 29 990 HUF

### Brunton Inspire

Az Inspire az egyik legkisebb akkumulátor. Kimenő kapacitása: 3200 mAh. Mp3-lejátszó, okostelefon és digitális fényképezőgép is tölthető vele. A készüléket tölthetjük autóban, laptopról, hálózatról egy USB-adapter segítségével, vagy egyszerűen egy napelemes panelelről is.

Ára: 22 990 HUF



**BRUNTON**  
www.bruntoneurope.com



Tejes és mézes teák, paradicsom- vagy fokhagymalevesek, különböző zöldséges sült tészták, a húsos, sajtos vagy vega töltelékű momo, és persze minden helyi kedvence, a sűrű lencselevesből, rizsből, valamint vegyes főtt zöldségekből álló dal bhat. Ezenkívül olyan különlegességek is megjelenhetnek az étlapon, mint a pizza vagy a milánói makaróni, melyek természetesen csak nevükben azonosak európai változataikkal. Általában a szakács képzelőereje és a rendelkezésre álló alapanyagok határozzák meg, mennyiben hasonlít a felszolgált végeredmény az eredetire.

Másnap reggel az egész délelőtti energiát adó, nagy tányér gyümölcsös zabkása elfogyasztása után megkezdődik a kapaszkodás. Fel Ulleriig, ahová a helyiek szerint 3280 lépcsőfok vezet. Mintha egy 550 emeletes felhőkarcoló legtetejére kellene felsétálnunk, azonban a mögöttünk lassan kibontakozó völgy és az Annapurna csúcsainak látványa kompenzálja a befektetett energiát. Iskolába igyekvő gyerekek jönnek szembe, egyenruhában, hátukon táskával, kettesével szedik a fokokat. A nap is előbukkan, erejét a fölének boruló, mohával vastagon benőtt fák tompítják. Érdeemes napjainkat két részre osztani. Délelőtti tervezzük be a kitűzött szakasz kétharmadát, hogy ebéd utánra már csak annak egyharmada maradjon. Így viszonylag korán megérkezünk az aszapi teaházunkba, még elég meleg van a mosdóhoz, vagy hogy megérdemelten kinyújtóztassuk lábainkat a délutáni napsütésben. Az éjszakát Ghorepani (2750 m) településén töltjük.



## Lorem ipsum dolot amet, consectetur aing elit. Maecenas coimentum massa in mtus hendrerit.

**DOMB A HEGYEK LÁBÁNÁL.** Sötét van és hideg. Fejlámpák fénye jelöli az ösvényt és világítja meg a Poon Hillre menetelő emberek lehelését. Odafent csend van, és vagy félszázán várnak arra, hogy a nap korongja kibukkanjon a háttérben felsejülő fehér óriások, az Annapurna vonulatának csipkézett csúcsai mögül. Ezt a foci pályányi területet tartják a világ egyik leghíresebb kilátóhelyének. Nepálban található a világ 10 legmagasabb csúcsa közül nyolc. Ebből innen kettő is látható: tőlünk nyugatra a Dhaulagiri (8167 m) és északkeletre a Manaszlu (8163 m). Az északi irányban, a hegylánc egyik csúcsa mögött bujkál az Annapurna (8091 m). Annak szentélyébe tartunk, és reményeink szerint négy-öt nap múlva el is érjük azt. A Poon Hill 3210 méteres magasságával a legtöbb országban hegynek számítana, de a Himalájában ez csak egy domb.

„Nálunk 6000 méter felett kezdődnek a hegyek” – közli mosolyogva a mellettünk álló japán csapattal vezetőjük. A majdnem ezer méterrel lejjebb fekvő Chuile (2245 m) felé haladva beállnak a felhők, és elnyelik a panorámát. Egy kanyon oldalában túrázva, mohával borított erdőkön és változatos tájon keresztül jutunk el ma esti szállásunkra. Éppen időben, mert öt perccel később leszakad az ég. Az itt megszálló csoporthoz tartozó teherhordók és vezetők már mind a konyhában ülnek, és a tűz körül melegedve várják, hogy elkészüljön a dal bhat. Mindennap tudnák enni, reggel, délután és este is. De kell is nekik az energia. Kettesével cipelik a csoport nagy zsákjait, vagy ha nincs más, gázpalackot, konzervet, sört a betonúttól fel akár az ABC-ig. Ezzel átlagosan napi 6-8 dollárt keresnek. A szállásadók jóval tehetősebbek, és ő zsebük mindig teli van pénzgurigákkal, és nem egy ebédő falán látható Ausztriában vagy Amerikában készült családi fotó.

**MAGASHEGYI HULLÁMVASÚT.** A következő reggel a szálláshoz tartozó kukoricáson keresztül kezdjük meg az ereszkedést. Négy száz méter le a Kimrong folyóhoz, át a fémszerkezetű függőhídon, majd ugyanennyi felfele. Dél körül érkezünk meg a régió központjának tartott Chhomrongba (2170 m). Légvonalban alig jöttünk öt kilométert, pedig már vagy három órája úton vagyunk.

Háromnapos akklimatizációs kitérő után itt kanyarodunk rá az ABC trekkingtúra hivatalos útvonalára. A teraszos rizsföldek közé ékelt házak között vezetett a kikövezett út. Ismét le a völgybe, át a függőhídon, majd fel megint. Végtelennek tűnő emelkedés után érkezünk meg a pár házból álló Sinuwába (2345 m). Alig pakoltunk le, amikor helikopter hangjára lettünk figyelmesek. Nem sokkal a szállás alatt, egy zsebkendőnyi tisztáson szállt le. Egy útközben megsérült turistát jöttek menteni. Egyből összefut a falu aprajagya, mert jól tudják, ilyenkor mindig van egy-két szabad hely a gépen. Remélik, most is levisznek magukkal valakit Pokharába. A hegyek közé vajt mély völgyben folyik a Modi Khola, annak folyásával szemben indulunk el másnap reggel. Fel és le, fel és le. Az út csúszós, a meredek hegyoldalokról időszakos vízesések zuhannak a mélybe. Hamarosan felhőbe burkolódik a táj, s már csak a vastag mohával belepelt fákat látni. Bamboo (2245 m), majd Dobhan (2600 m) – másfélóránként hagyunk magunk mögött egy újabb települést. A hegyoldalról lerohanó patakon ideiglenesen vert hidak sorakoznak, azokon egyensúlyoznak át az erre járók. Mint az az alig húszéves srác, aki egy hűtőt visz a hátán.

Van vagy 60 kiló. A homlokára egy törölközőt tesz, azon veti át a kartondobozhoz erősített kötelet, 45 fokban meghajlik, és megy előre, elképesztő tempóban. Dodhanban az a hír járja, hogy szép az idő a Szentélyben, így minden csapat felfelé igyekszik. Azaz ha tartjuk magunkat az eredeti tervünkhöz, és itt alszunk, elképzelhető, hogy odafent csúcsforgalomba futunk, és nem lesz szállásunk. Ezért úgy határozzuk, még két települést feljebb megyünk. Keresztül Himalayán (2900 m), majd késő délután érjük el Deuralit (3200 m). A levegő itt már érezhetően hűvösebb, és mintha a hegyek is közelebb húzódtak volna. Jelentkeznek a magashegyi betegség első tünetei is: tompa fejfájás, levertség és álmatlanság. Ezek forró fokhagymalevessel vagy sós teával általában enyhíthetőek. Ezenkívül lényeges a megfelelő mennyiségű folyadékbevitel is. Azt mondják, naponta annyi liter vizet kell elfogyasztani, ahány ezer méteren vagyunk. A legtöbb szálláson árusítanak palackozott vizet, azonban ha környezettudatosan szeretnénk túrázni, akkor inkább víztisztító tablettát használunk, vagy forralt esővizet iszunk.

**AZ ELKÉPZELHETETLENÜL HOSSZÚ KALANDOKÉRT**

Maradj kétszer annyi ideig kint azonos mennyiségű üzemanyaggal! Élvezz több ételt, vagy kevesebb LP gázpalack használatával csökkentsd a magaddal vitt teher súlyát! Az új Eta Express univerzális hordozható főző segít versenyben maradnod. A hatásfoka csaknem megduplázódott a hagyományos főzőkhöz képest. Kiméli a környezetet és a pénztárcát egyaránt.

Keress meg a legközelebbi Primus Eta márkakereskedőt a [www.primus.eu](http://www.primus.eu) weboldalon!

**PRIMUS**  
A PART OF PEOPLE'S ADVENTURES SINCE 1892

**FEJFÁJÁS ÉS HŐESÉS.** Fejlámpával vágunk neki az utolsó szakasznak. Alig pirkad, és a többi csapatot megelőzve szeretnénk felérni az ABC-be. A Modi Khola völgye kezd bezáródni, a hegyek falai szinte már a vállunkat súrolják. Szemben egy havas csúcsot világít meg a nap, az von minket előre. Hamarosan elérjük a Machapuchare alaptáborát (3686 m), ami azonban csak szimbolikus, mert a Fishtailként is ismert csúcs szent hely, még soha senki sem mászott fel annak halfarkat formázó csúcsára. Úgy tartják, az Siva lakhelye. Őrködik a Szentély bejárata fölött. Balra fordulva a tér hirtelen kinyílik, és ahogy felnézünk, a sárgás fűvel borított domboldalok havas csúcsokban végződnek. Kezd kirajzolódni a fehér fal, az Annapurna tömbje, mely körülöleli az alaptábor. Lassan átlépjük a négyezer métert. A lépésszám csökken, a gyakori pihenők alakalmával pedig nemcsak a táj szépségét tudjuk magunkba szívni, hanem erőt is tudunk gyűjteni a következő pár száz méter megtételéhez. Az ember halántéka lüktet, és úgy érzi, mintha reggel óra szorosabbra fogták volna a homlokra erősített pántot.

**„LOREM IPSUM DOLOR SIT AMET, CONSECTETUR ADIPISCING ELIT. MAECENAS CONDIMENTUM MASSA IN METUS HENDRERIT EU VEHICULA NISL EUISMOD. VIVAMUS ALIQUAM TINCIDUNT METUS AT PELLENTES QUETEDGER ETGTOR FUSCE A IPS”**

Dél körül dobjuk le zsákjainkat az utolsó ágyak egyikére. 4130 méteren. Felértünk. Szerencsénk volt. Az 1970-es Brit Annapurna Expedíció táborának helyére épült négy kőszálláson összesen 24 szoba található. Akiknek nem jut hely, sátrat vernek, vagy a közösségi melegedőként használt ebédlőben alszanak a teherhordókkal. Habár időközben a felhők beálltak, és száz méternél tovább nem látni, bízunk a holnapi jó időben. Fáradtak, levertek vagyunk, és elképedve figyeljük, ahogy a helyiek egy csoportja vidáman röplabdázik a szállás melletti réten. Aztán vacsora közben észrevétlenül borul sötétség a tájra, és érkezik meg a hó.

**A HEGYEK KÖRBEVESZNEK.** Az alvás nehezen megy. Az ember lassan szenderül el, aztán arra ébred, hogy vizelnie kell. Hajnalban pedig semmi kedve kimászni az éppen jól be-melegített hálózsákjából. Legszívesebben a másik oldalára fordulna, hogy majd legközelebb megnézi a hegyeket. Az oxigénhiány okozza. A bakancs hideg, a lavór aljában megfagyott a víz, de ahogy kinyílik az ajtó, vákuumként szippant be az élénk taruló látvány.

A felhők eltűntek, és az ég sötétből fokozatosan világoskékbe vált. Nyúzott, de boldog arcok igyekeznek a kilátópontul szolgáló morénára.

Az Annapurna Szentély egy ovális, átlagosan négyezer méter magas fennsík, amit 7-8 ezres csúcsok gyűrűje övez. A környéken élő gurung népcsoport hite szerint szent ez a terület. Úgy mesélik, hogy Nagák, azaz sokfejű indiai kígyóistenségek tartják itt kincseiket, valamint számos buddhista és hindu istenség otthonát is ide képzelik. Pár évtizeddel ezelőtt még tilos volt húst behozni ide, sőt nők sem léphetek a területre.

A nap egyre szélesebb sávban festi meg fényével az előttünk magasodó Annapurna I (8091 m) masszív tömbjét. Ez a legmagasabb a vonulat I-IV-ig számozott csúcsai közül. A világ tizedik legmagasabb hegye, ez az első nyolcezres, amit megmásztak, és ha a statisztikákat nézzük, ez a Föld egyik legkegyetlenebb pontja. Minden harmadik csúcstámadó életét veszti a hegyen. Két francia mászó, Maurice Herzog és Louis Lachena 1950-ben elsőként állhatott annak tetején, majd az összes láb- és kezujjukkal fizetett a sikerért. Pedig a hegy szanszkrit elnevezése nem erre utal. Annapurna a szüret istennője, az anya, aki táplál, aki nélkül éhínség és félelem lenne úrrá bolygón.

**CSOKITORTA PANORÁMÁVAL.** Az ereszkedés már gyorsan megy. Mögöttünk ismét beállnak a felhők, a havat sárgás fű váltja, aztán megjelennek a bokrok, végül zöld fák és erdők vesznek körül. Egész napos hosszú gyaloglás után estére érünk Sinuwába. Ami felfele kettő, lefele csupán egy napig tartott. Egész úton arról beszélgetünk, ki mit fog rendelni a Chhomrongi pékségben. Több túratárs ajánlotta, hogy mindenképpen kóstoljuk meg a csokitortájukat. Olyan jó, hogy még a külföldi újságok is megemlítik. Másnap délben aztán ott ültünk a nap-sütötte teraszon. Szemben a Machapuchare (6997 m) és a házak között sejteni lehet a Modi Khola völgyét. Innen még egy nap az aszfaltozott út. Völgybe le, hegyre föl, majd az út keresztlhalad a gurung népcsoport fővárosán, Ghandrukon, ahol még érdemes egy utolsót aludni. Mert amikor az ember reggel felkel, és kinéz a szoba ajtaján, az keretbe foglalja az elmúlt kilenc nap kalandját: zöld dombokat, kis falvakat, megannyi völgyet és az Annapurna Szentély égbeszívő csúcsait. ■

**OLVASS UTÁNA:  
KUNDERMANN.HU**





# AZ ÚT VÉGÉIG ÉS MÉG AZON IS TUL

Maradj kétszer annyi ideig kint azonos mennyiségű üzemanyaggal! Élvezd több ételt, vagy kevesebb LP gázpalack használatával csökkentsd a magaddal vitt teher súlyát! Az új Eta Express univerzális hordozható főző segít versenyben maradnod. A hatásfoka csaknem megduplázódott a hagyományos főzőkhöz képest. Kíméli a környezetet és a pénztárcát egyaránt.

**PRIMUS**  
A PART OF PEOPLE'S  
ADVENTURES SINCE 1892

*Keress meg a legközelebbi Primus Eta márkakereskedőt a [www.primus.eu](http://www.primus.eu) weboldalon!*



## 5 PROFI TIPP TERMÉSZET- JÁROKNAK

### A TERMÉSZETJÁRÓ TANÁCSA A THE EXPLORER OLVASÓINAK

**1** ÉRDEMES NAGY GYŰJTŐÁVOLSÁGÚ, FÉNYÉRZÉKENY TELEOBJEKTÍVET MAGUNKKAL Vinni megfelelő állvánnyal. A LEHETŐSÉGEKHEZ KÉPEST KÖNNYÍTSD KI A FELSZERELÉSED. MINDENKÉPPEN GONDOSKODJ VIZÁLLÓ FOTÓSTÁSKÁRÓL, ÉS ZÁRHATÓ HORDÓRÓL, HA KENUVAL KÖZLEKEDSZ. GUMICSIZMÁRA, ESETLEG GUMINADRÁGRA IS SZÜKSÉGED LEHET.

**2** LEHETŐLEG TÖBB LESHELYET KÉSZÍTSÜNK ELŐ MAGUNKNAK, AKÁR HELYBEN TALÁLT ÁGAKBÓL, USZADÉKFÁKBÓL RÖGTÖNZÖTT FEDEZÉKRŐL, AKÁR ÁLCAHÁLÓS MEGOLDÁS RÓL LEGYEN SZÓ, AMIT AZ AKTUÁLIS SZÉLJÁRÁS ÉS A VADJÁRÁS FÜGGVÉNYEBEN VÁLTOZTATHATUNK. RUHÁZATUNK, SAPKÁNK LEGYEN TEREPSZÍNŰ, AKIK KOMOLYAN VESZIK MAGUKAT, VÉkony, ARCOT ÉS KEZET ELTAKARÓ ÖLTÖZETET IS HASZNALNAK.

**3** ROVAROK, BÖGLYÖK, SZÚNYOGOK ELLENI „VEGYVÉDELEM” LÉTKÉRDÉS LEHET A MELEGEBB HÓNAPOKBAN, ÉS NEM ÁRT KALCIUMTABLETTA ÉS KENŐCS BEKÉSZÍTÉSE LÓDARÁZS CSÍPÉS ESETÉRE. VIGYÜNK MAGUNKKAL BŐSÉGESEN FOLYADÉKOT, ÁRNYÉKOLO SAPKÁT, NAPKRÉMET.

**4** ALAPOSAN TANULMÁNYOZZUK AZ IDŐJÁRÁS-ELŐREJELZÉST, VEGYÜK FEL A KAPCSOLATOT HELYI, A TEREPEST JÓL ISMERŐ SEGÍTŐNKEL, AKI TISZTÁBAN VAN A HOLTÁGAK JÁRHATÓSÁGÁVAL. HAB A TORTÁN, HA A VADAK MOZGÁSÁT, VÁLTOÍT IS A SZŐRŐKAT IS FIGYELI, AKÁR NAPOKRA ELŐRE BEETETI.

**5** OTT-TARTÓZKODÁSUNK ALATT MINDIG LEGYEN LEHETŐSÉGÜNK MOBILTELEFONON EGYEZTETNI, SEGÍTSÉGET KÉRNI. A MOBIL PERSZE ÚGY ÉR VALAMIT, HA VIZÁLLÓ TOKBAN TARTJUK, AMIKOR KENUBA SZÁLLUNK. VÉGEZETŰL NE FELEDKEZZÜNK MEG A SZÜKSÉGES ENGEDÉLYEK BESZERZÉSÉRŐL.

#### A PROFI



**KUNDERMANN  
BALÁZS**

### A SZTORI

#### CÍM

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Maecenas condimentum massa in metus hendrerit eu vehicula nisl euismod. Vivamus aliquam tincidunt metus at pellentesque. Nulla fermentum sapien vel sem cursus pellentesque. Nullam pharetra, urna ac eleifend convallis, libero odio pretium sem, sed lacinia nibh turpis facilisis tortor. Fusce a ipsum sed tortor interdum dictum sed sit amet elit. Curabitur a odio mauris, nec alintisque. Nullam pharetra, urna ac eleifend convallis, libero odio pretium sem, sed lacinia nibh turpis facilisis tortor. Fusce a ipsum sed tortor interdum dictum sed sit amet elit. Curabitur a odi sed tortor interdum dictum sed sit amet elit. Curabitur a odio mauris, nec aliquam nisi. Morbi ante ligula, porta sed

### A TECHNIKA

**GÉPVÁZ:** Nikon D70s

**OBJEKTÍV:** Nikon AF-S 70–300

**REKESZ:** f5,6

**ZÁRIDŐ:** 1/200

**FÓKUSZTÁV:** 300 mm

**SHOOT:** kézből