











3H kör, 12km 500m

| Útvonal | jelzés | | táv (km) | | kút (km) |
|--|---|-------------|----------|-------|-------------|
| | | | tól | ig | |
| Rajt: Pálvölgyi - Barlang , Pál Söröző - QR 1 | jelöletlen | | 0 | 0,3 | 0 |
| Mátyás-hegyi út |  | kék omega | 0,3 | 0,5 | |
| 8.sz. üreg - 11. sz. üreg | jelöletlen | | 0,5 | 0,95 | |
| Mátyás-hegy - Remete- hegy |  | kék kereszt | 0,95 | 2,45 | 2,45 |
| Vízmű - Hármashatárhegyi út - Felső-kecske-hegy - Hármashatár-hegy |  | kék sáv | 2,45 | 4,38 | 4,27 |
| QR 2 - Guckler Károly kilátó | | | | 4,38 | |
| HHH panoráma pont | jelöletlen | | 4,38 | 5,25 | |
| Újlaki-hegy - Siklóernyős starthely |  | sárga sáv | 5,25 | 5,6 | |
| QR 3 - Újlaki-hegy - Siklóernyős starthely | | | | 5,6 | |
| Schelcz Albert - Határnyereg |  | sárga sáv | 5,6 | 6,42 | |
| QR 4 - Határnyereg | | | | 6,42 | |
| Oroszlán szikla - Piknikezőhely - Árpád kilátó |  | kék sáv | 6,42 | 8,33 | |
| QR 5 - Árpád kilátó | | | | 8,33 | |
| Glück Frigyes út |  | kék sáv | 8,33 | 9,33 | |
| QR 6 - Fenyőgyöngye | | | | 9,33 | 9,33 |
| Szép völgyi út |  | kék sáv | 9,33 | 10 | |
| Remete-hegy | jelöletlen | | 10 | 10,7 | |
| Remete- hegy - Mátyás-hegy |  | kék kereszt | 10,7 | 11,74 | |
| Mátyás hegy | jelöletlen | | 11,74 | 12,09 | |
| Mátyás-hegyi út |  | kék omega | 12,09 | 12,25 | |
| Cél: Pálvölgyi - Barlang , Pál Söröző - QR 7 | jelöletlen | | 12,25 | 12,5 | 12,5 |