

بنام خالق کوهها

گروه کوهنوردی شقایق کرج

www. Shghayeghiha.com

دو قدم مانده به خندیدن برگ

یک نفس مانده به ذوق گل سرخ

تقویم کوهنوردی بهار ۱۳۸۹

چشم در چشم بهاری دیگر ...

ردیف	نام برنامه	نوع برنامه	نام منطقه	تاریخ	مدت روز	نام سرپرست	تلفن	توضیحات
۱	آبشارهای لرستان آثار باستانی خوزستان	ایرانگردی مهلت ثبت نام ۸۸/۱۲/۱۵	لرستان خوزستان	۱/۳-۴-۵	۳/۵	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳	شروع برنامه از ۸۸/۱/۲ اندرمیشک
۲	کویر	کویر نوردی		نوروز	۴	به جهت کسب مجوز زمان برنامه در تاریخ ۸۸/۱۲/۲۳ اعلام میشود		
۳	قله خونکهار	کوهنوردی	جاده چالوس ورزن	۱/۲۰	۱	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳	آمادگی آزادکوه
۴	کویر قصر بهرام	کویر نوردی	پارک ملی کویر	۱/۲۰-۲۱	۲	مانی سپهر	۰۹۱۲۶۶۱۱۹۲۹	
۵	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۱/۲۰	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴	
۶	غار قلعه کرد	غارنوردی	قزوین	۱/۲۰	۱	آرزو جان محمدی	۰۹۳۵۹۳۳۵۰۹۶	
۷	قله خشچال	کوهنوردی	قزوین	۱/۲۶-۲۷	۲	جمشید محمدی	۰۹۳۶۲۱۴۴۱۶۲	
۸	قله سوزچال	کوهنوردی	دماوند	۱/۲۷	۱	رویا ریاضی	۰۹۳۶۷۹۳۲۷۲۱	
۹	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۱/۲۷	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴	
۱۰	آزاد کوه	کوهنوردی	روستای یوش بلده	۲/۲-۳	۱/۵	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳	
۱۱	کهار به ناز	کوهنوردی	جاده چالوس کلوان	۲/۲	۱	علیرضا مهرپرور	۰۹۱۲۴۶۳۲۷۳۴	
۱۲	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۲/۳	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴	
۱۳	قله شاه معلم	کوهنوردی	گیلان	۲/۱۰-۹	۲	حسام البرزی	۰۹۱۹۲۶۴۱۷۶۷	
۱۴	مجموعه آبشارهای تل انبار	دره نوردی	گرگان	۹-۸-۱ ۲/۱۰	۲/۵	کیا همتی	۰۹۱۲۲۶۲۳۲۰۹	
۱۵	غار فلاچی	غار نوردی	بوکان	۲/۱۰-۹	۲	حسین الوندی	۰۹۳۵۴۷۶۸۹۳۵	
۱۶	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۲/۱۰	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴	
۱۷	بازدید از منطقه اورامانات	ایرانگردی	کردستان	۱۶-۱۷ ۲/۱۵	۳	جمشید محمدی	۰۹۳۶۲۱۴۴۱۶۲	
۱۸	قله پرسون	کوهنوردی	تهران دشت هویج	۲/۱۷	۱	مرجان جان محمدی	۰۹۱۲۶۶۲۴۱۸۳	
۱۹	قله کرچان	کوهنوردی	حسندر	۲/۱۷	۱	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳	
۲۰	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۲/۱۷	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴	
۲۱	قله دونا	کوهنوردی	ج چالوس کندوان	۲/۲۴	۱	نسیم رجبعلی	۰۹۳۶۲۳۱۱۱۴۶	
۲۲	دیواره لجور	سنگنوردی	اراک	۲/۲۴-۲۳	۲	محمد فراهانی	۰۹۱۲۲۶۰۷۶۸۵	آمادگی دیواره علم کوه
۲۳	قله هفت خوان	کوهنوردی	آزادبر	۲/۳۰-۳۱	۲	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳	
۲۴	کویر مصر	پیمایش کویر	اصفهان	۳۱-۳۰-۳۱ ۲/۲۹	۲/۵	مرجان جان محمدی	۰۹۱۲۶۶۲۴۱۸۳	

۲۵	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۲/۳۱	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴
۲۶	قله هزار بند	کوهنوردی	جاده چالوس- حسنکدر	۳/۳۱	۱	حسین ابراهیمی	۰۹۱۲۵۶۳۸۰۳۳
۲۷	قله سپند	کوهنوردی	تبریز	۳/۶-۷	۲	حسام البرزی	۰۹۱۹۲۶۴۱۷۶۷
۲۸	قله گل زرد	کوهنوردی	جاده هراز	۳/۷	۱	آرزو جان محمدی	۰۹۳۵۹۳۲۵۰۹۶
۲۹	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۳/۷	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴
۳۰	قله دماوند	کوهنوردی	جاده هراز	۱۵-۱۴- ۳/۱۳	۳	محمد فراهانی	۰۹۱۲۲۶۰۷۶۸۵
۳۱	صعود خط الراس میشینه مرک به صندوق چال	کوهنوردی	فیروز کوه	۱۵-۱۴- ۳/۱۳	۳	جمشید محمدی	۰۹۳۶۲۱۴۴۱۶۲
۳۲	قلل اشتران کوه(یادبود جواد حضرتی پور)	کوهنوردی	لرستان	۱۵-۱۴- ۳/۱۳	۳	اکبر هرمزجانی	۰۹۱۲۵۶۰۳۵۷۳
۳۳	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۳/۱۳-۱۴	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴
۳۴	قله سرخاب	کوهنوردی	ج چالوس وارنگه رود	۳/۲۱	۱	مژگان کیان نژاد	۰۹۳۵۴۸۹۴۰۰۹
۳۵	چشمه های باداب سورت	ایرانگردی	ساری	۳/۲۰-۲۱	۲	مرجان جان محمدی	۰۹۱۲۶۶۲۴۱۸۳
۳۶	سنگنوردی	آموزشی- فنی		۳/۲۱	۱	کمیته فنی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴
۳۷	آبشار کمجل	دره نوردی	ج چالوس سیاه بیشه	۳/۲۷-۲۸	۲	محمد جلوخانی	۰۹۱۲۳۶۸۰۸۰۴
۳۸	بازدید از باغ لاله	ایرانگردی	ج چالوس		۱	فاطمه محمدی	۰۹۱۲۵۶۵۱۱۷

توضیحات:

- ۱- کلیه فعالیت های کوهنوردی اعم از کوهپیمایی ، سنگنوردی ، یخنوردی ، غارنوردی و ... باید زیر نظر کمیته فنی انجام پذیرد در غیر این صورت مسئولیتی به عهده گروه و هیئت مدیره نمیباشد.
 - ۲- نفراتی حق شرکت در برنامه های رسمی گروه را دارند که عضو گروه باشند و کارت بیمه ورزشی سال جاری را داشته و شهریه فصل را پرداخت کرده باشند.
 - ۳- اعضای میهمان میتوانند با هماهنگی سرپرست و در صورت لزوم برای برنامه های خاص با هماهنگی کمیته فنی و پرداخت حق میهمان در برنامه شرکت کنند.
 - ۴- برای برنامه های خارج از تقویم گروه سرپرست برنامه موظف است قبل از اعلام برنامه با کمیته فنی برای اجرای برنامه هماهنگی نمایند.
 - ۵- به همراه داشتن کارت بیمه ورزشی برای تمامی شرکت کنندگان در برنامه الزامی است.
 - ۶- برنامه هایی که کمیته فنی و کمیته بانوان مسئولیت اجرای آنها را عهده دارند ، سرپرست و نوع برنامه نسبت به شرایط آب و هوایی موجود ، هفته قبل از اجرا در جلسه گروه اعلام میگردد.
 - ۷- کلیه سرپرست ها موظف هستند بعد از اجرای برنامه گزارش تاپ شده به همراه CD آن را به گروه تحویل دهند.
 - ۸- کلاسهای آموزشی کوهپیمایی و سنگنوردی ، یخ و برف، غارنوردی و ... توسط مدرسه کوهنوردی شقایق در طول فصل اجرا میشود و به نفرات شرکت کننده مدرک رسمی از طرف فدراسیون کوهنوردی ارائه میگردد.
 - ۹- شهریه عضویت در گروه ماهانه ۵۰,۰۰۰ ریال میباشد که میبایست بصورت فصلی پرداخت گردد.
- احترام به آداب و رسوم اهالی محل در هر منطقه سرلوحه ادب و انسانیت ما میباشد.

کوهنوردی عشق به طبیعت است. عشق به طبیعت ورزش ما نیست

باور ماست ، زندگی ماست ، طغیانی است علیه آنچه زندگی کردن نیست

ما صعود میکنیم تا از خویشتن فراتر رویم ، نه آنکه در خویش فرو غلطیم