



چهارشنبه بیست و ششم فروردین 1388
برنامه شش ماهه اول سال 1388

با نام خالق کوهستان

برنامه شش ماهه اول سال 1388

ردیف
تاریخ
نام برنامه
نام منطقه
مدت
ساعت حرکت
مکان حرکت
توضیحات

1
21 فروردین 88
فینسک کوه
فینسک
یکروزه

30/6 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقایان

2

28 فروردین 88
جنگل زرما
کاورد
یکروزه
30/6 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان

3

4 اردیبهشت 88
قلعه شادتر
لنجر
یکروزه
6 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقایان

4

11 اردیبهشت 88
تنگه کرکوه به چالمسوران
مهدی شهر
یکروزه
6 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان

5

17 و 18 اردیبهشت 88
قلعه ماران
گنبد
2 روزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقایان

6

25 اردیبهشت 88
جنگل لعلوم
رودبارک
یکروزه
30/5 صبح

میدان امام مهدیشهر
آقاپان

7

1 خرداد 88
نیزوا
چاشم
یکروزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان (ارتفاع 3850 متر)

8

7 و 8 خرداد 88
چاشم به پاچی میانا
چاشم
2 روزه
5 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقاپان

9

12 و 13 و 14 و 15 خرداد 88
اشترانکوه
دورود
4 روزه
5 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقاپان (قله گل گل ارتفاع 4050 متر)

10

22 خرداد 88
مرغک
شهمیرزاد
یکروزه
6 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان

11

29 خرداد 88
کوه جهان نما
گرگان
5/2 روزه
14 ظهر
میدان امام مهدیشهر

آقاپان

12

5 تیر 88
تنگه دشتی
چاشم لاوبار
یکروزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان

13

10 و 11 و 12 تیر 88
نوار ستاق به پلور
پلور
5/2 روزه
14 ظهر
میدان امام مهدیشهر
آقاپان (چرخش به دور دماوند و دیدن تمام ضلع های دماوند)

14

15 تیر 88
سائو کوچک و بزرگ
چاشم لاوبار
یکروزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان

15

24 و 25 و 26 تیر 88
علم کوه
کلاردشت
3 روزه
5 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقاپان (ارتفاع 4820 متر)

16

29 و 30 تیر 88
توچال
تهران (دربند)
2 روزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
بانوان (ارتفاع 3965 متر)

17
14 و 15 و 16 مرداد 88
دماوند
پلور
3 روزه
6 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقاپان (ضلع شمالی ارتفاع 5671 متر)

18
22 و 23 مرداد 88
قدمگاه
خطیر کوه (کمرود)
5/1 روزه
14 ظهر
میدان امام مهدیشهر
بانوان (ارتفاع 3650 متر)

19
28 و 29 و 30 مرداد 88
سبلان
اردبیل
3 روزه
30/5 صبح
میدان امام مهدیشهر
آقاپان (ارتفاع 4650 متر)

20
5 و 6 شهریور 88
آبگرم
مهدی شهر
5/1 روزه
14 ظهر
میدان امام مهدیشهر
آقاپان

21
12 و 13 شهریور 88
امامزاده ابراهیم
فولاد محله
5/1 روزه
14 ظهر
میدان امام مهدیشهر
آقاپان

22

26 و 27 شهریور 88

پیغمبران

مهدیشهر

5/1 روزه

30/1 ظهر

میدان امام مهدیشهر

آقاییان

جلسه هفتگی اعضای هیئت رئیسه به اتفاق کوهنوردان علاقه مند هر هفته چهارشنبه ساعت 4 بعدازظهر در دفتر هیات واقع در مکان تربیت بدنی مهدی شهر برگزار می شود .

لطفاً به شرایط زیر توجه فرمایید : - از ثبت نام افراد غیر عضو در برنامه معذوریم.

- ثبت نام هر برنامه حضوری در داروخانه گیاهی زینعلیان واقع در میدان امام مهدی شهر ، پاساژ فجر انجام خواهد پذیرفت و یا علاقمندان می توانند - کلیه هزینه های سفر و تجهیزات صعود مناسب هر فصل به عهده کوهنوردان شرکت کننده می باشد

با شماره تماس هاس 09125322183 و 3626049-0232 و یا 3628515-0232 دفتر هیئت تماس حاصل فرمایند . - کوهنوردانی که ثبت نام نموده اند در صورت عدم شرکت در برنامه ، یک سوم هزینه سفر ایشان دریافت می شود .

- ثبت نام جهت عضویت آقاییان همه روزه در داروخانه گیاهی زینعلیان انجام خواهد گرفت . - تنظیم گزارش توسط سرپرست هر برنامه الزامی است .

- ثبت نام جهت عضویت بانوان و ثبت نام در برنامه های کوهنوردی در مکان بلوار عشایر ، اداره تربیت بدنی مهدیشهر شماره تماس 3628515-0232 انجام خواهد گرفت . - جهت کسب اطلاعات بیشتر

- مهلت ثبت نام هر برنامه 48 ساعت قبل از حرکت می باشد . - هیات مهدیشهر از علاقمندان به آموزش رشته های مختلف کوهنوردی کلاسهای برگزار می نماید . روز و ساعت کلاسها متعاقباً اعلام خواهد شد .

- بیمه ورزشی معتبر سال جاری کوهنوردان الزامی است .

Tags: [در](#) , [به](#) , [مهدیشهر](#) , [ثبت](#) , [نام](#) , [برنامه](#) , [امام](#) , [بانوان](#) , [صبح](#) , [روزه](#) , [میدان](#) , [آقاییان](#) , [ی](#)
[کروزه](#)

[ارتفاع](#)

[30/5](#)

Share: