باشگاه کوهنوردی شقایق

تقویم برنامه ها و فعالیتهای بهار ۱۴۰۳

www.shaghayeghclub1992.com

شماره ارتباطی روابط عمومی در شبکه های اجتماعی ۰۹۱۹۹۰۰۵۴۷۶

صعود ایمن شعار ما نیست بلکه الویت اول باشگاه کوهنوردی شقایق است

کوهنوردی فرهنگ سکوت و سکون نیست

هدف ما صعود به قلل به هر قیمتی نیست، هدف اصلی ما حفظ جان افراد است

سرپرستان محترم لطفا جهت بررسی عضویت افراد و همچنین برخورداری از بیمه ورزشی معتبر به سایت باشگاه کوهنوردی شقایق مراجعه کنید و از حضور افراد فاقد بیمه ورزشی معتبر اکیدا خودداری شود

	برنامه		زمان	سرپرست	شماره تماس	مکان
برنامه های تمرینی هفتگی	تمرینات فنی	تمرین غارنوردی	پنج شنبه ها ساعت ۱٤ الی ۱۸	علی حاجیلو	۰۹۱۲۵۶۰۵۵۷۸	پیش نیاز برنامه های غارنوردی و برنامه های اکتشافی
		تمرین سنگنوردی – پل خواب و سایر سایتها	جمعه ها یک روزه	پیام غلامی	۰۹۱۰۹۳۶۹۶۳۹	پیش نیاز برنامه دیواره علم کوه
	تمرینات آماده سازی و کوهنوردی سبک	کوهنوردی – قله عظیمیه	سه شنبه ها ساعت ۱۷	محمد صادق جوکار	۰۹۱۹۲۶۲۹۹۸۷	
		ورزش و دو تیمی – دریاچه چیتگر	چهار شنبه ها ساعت ۶	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	

ماه	تاریخ	نوع برنامه	مدت	محل	سرپرست	شماره تماس	شرایط و پیش نیازها
فروردین	۱٤۰۳/۰۱/۰۲	دیواره بیستون	٤	کرمانشاه	پیام غلامی	۰۹۱۰۹۳۶۹۶۳۹	دارا بودن مدرک سنگ نوردی پیشرفته الزامی است
	۱٤۰۳/۰۱/۰۳	کوهنوردی با اسکی – قله هفتخوان	۱	جاده چالوس	محمد تبدل	۰۹۱۲۲۶٤۵۲۲٤	
	۱٤۰۳/۰۱/۰۸	پیمایش خانوادگی حاشیه سپید رود	۲	گیلان	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	
	۱٤۰۳/۰۱/۱۰	قله ناز	۱	جاده چالوس	احمد سعیدی	۰۹۳۹۲۶۰۵۹۰۷	پیش برنامه هزار کرمان
	۱٤۰۳/۰۱/۱۷	همایش خانوادگی شقایق		مکان و اطلاعات تکمیلی متعاقبا اعلام خواهد شد			
	۱٤۰۳/۰۱/۲۲	دیواره بیستون	۳	کرمانشاه	پیام غلامی	۰۹۱۰۹۳۶۹۶۳۹	دارا بودن مدرک سنگ نوردی پیشرفته الزامی است
	۱٤۰۳/۰۱/۲۳	قله کوجه و بازدید شهر تفرش	۲	استان مرکزی	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	
	۱٤۰۳/۰۱/۲۲	قله هزار	۳	کرمان	احمد سعیدی	۰۹۳۹۲۶۰۵۹۰۷	
	۱٤۰۳/۰۱/۳۱	قله شصت مردان و چشمه سویک (طبیعت گردی)	۱	ولیان	محمد صادق جوکار	۰۹۱۹۲۶۲۹۹۸۷	
	۱٤۰۳/۰۱/۳۱	تمرین سنگ نوردی (مقدماتی و آموزشی)	۱	دیواره پل خواب	علیرضا فیاضی	۰۹۱۲۳۶۶۱۷۵۷	
اردیبهشت	۱٤۰۳/۰۲/۰۶	پیمایش و کمپ در جنگل حلیمه جان	۲	گیلان	سعید جعفری	۰۹۳۷۱٤۸۱۹۸۲	
	۱٤۰۳/۰۲/۰۷	تمرین سنگ نوردی (مقدماتی و آموزشی)	۱	سنگ سوری قزوین	علیرضا فیاضی	۰۹۱۲۳۶۶۱۷۵۷	
	۱٤۰۳/۰۲/۰۷	قله کرچان	۱	جاده چالوس	احمد سعیدی	۰۹۳۹۲۶۰۵۹۰۷	
	۱٤۰۲/۰۲/۱۳	برنامه اکتشاف غار	۳	قزوین	علی حاجیلو	۰۹۱۲۵۶۰۵۵۷۸	
	۱٤۰۳/۰۲/۱٤	پیمایش عطا کوه به شیطان کوه	۲	گیلان	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	
	۱٤۰۳/۰۲/۱٤	دیواره لجور و انجدان	۲	اراک	پیام غلامی	۰۹۱۰۹۳۶۹۶۳۹	دارا بودن مدرک سنگ نوردی پیشرفته الزامی است
	۱٤۰۳/۰۲/۱٤	کوهنوردی با اسکی – علم کوه	۲	جاده چالوس	محمد تبدل	۰۹۱۲۲۶٤۵۲۲٤	
	۱٤۰۳/۰۲/۱٤	قله شاه البرز	۲	طالقان	رامین پور کشاورز	۰۹۳۵۳۵۵۵۷۲۹	
	۱٤۰۳/۰۲/۲۱	قله اوچال از شهرستانک	۱	شهرستانک	علی غفوری	۰۹۱۲۲۶۵۷۰۹۶	
	۱٤۰۳/۰۲/۲۱	طبیعت گردی – چشمه آب زندگانی	۱	ساوجبلاغ	محمد صادق جوکار	۰۹۱۹۲۶۲۹۹۸۷	
	۱٤۰۳/۰۲/۲۸	قله هزارلا	۱	جاده چالوس	کاوه رضایی	۰۹۱۲۷۶۵۰۵۲٤	
	۱٤۰۳/۰۲/۲۸	خط الراس پورا به لیز و لیچه	۱	جاده چالوس	حسین رضایی جاوید	۰۹۳۵۳۵۰۵۲۵۹	
	۱٤۰۳/۰۲/۲۸	تمرین سنگ نوردی (مقدماتی و آموزشی)	۱	سایت ازگی	علیرضا فیاضی	۰۹۱۲۳۶۶۱۷۵۷	
خرداد	۱٤۰۳/۰۳/۰۳	پیمایش و کمپ در جنگل فراخین	۲	مازندران	سعید جعفری	۰۹۳۷۱٤۸۱۹۸۲	
	۱٤۰۳/۰۳/۰٤	قله جانستون	۱	لواسانات	حسین رضایی جاوید	۰۹۳۵۳۵۰۵۲۵۹	
	۱٤۰۳/۰۳/۱۱	تمرین سنگ نوردی (مقدماتی و آموزشی)	۱	سایت ورده	علیرضا فیاضی	۰۹۱۲۳۶۶۱۷۵۷	
	۱٤۰۳/۰۳/۱۱	قله کهار	۱	جاده چالوس	افشین محمدی	۰۹۱۲۵۷۸۵۱۵٤	
	۱٤۰۳/۰۳/۱٤	برنامه اکتشاف غار	۵	قزوین	علی حاجیلو	۰۹۱۲۵۶۰۵۵۷۸	
	۱٤۰۳/۰۳/۱٤	دیواره کیفی	۲	همدان	مهدی حسینی	۰۹۱۲٤۶۱۸۷۳۳	دارا بودن مدرک سنگ نوردی پیشرفته الزامی است
	۱٤۰۳/۰۳/۱٤	قله زردکوه بختیاری	۳	کوهرنگ	احمد سعیدی	۰۹۳۹۲۶۰۵۹۰۷	
	۱٤۰۳/۰۳/۱٤	آزاد کوه از نسن	۲	جاده چالوس	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	
	۱٤۰۳/۰۳/۱۸	قله شاه نشین – فنی	۱	جاده چالوس	جمشید مهرآور	۰۹۱۲۱٤۵۹۶٤٤	دارا بودن مدرک سنگ نوردی مقدماتی الزامی است
	۱٤۰۳/۰۳/۲٤	قله شاه دژ غربی به شاه دژ شرقی	۱	جاده چالوس	محمد تبدل	۰۹۱۲۲۶٤۵۲۲٤	
	۱٤۰۳/۰۳/۲۵	قله میشینه نو	۱	جاده چالوس	رامین پور کشاورز	۰۹۳۵۳۵۵۵۷۲۹	
	۱٤۰۳/۰۳/۲۵	آبشار چوره (طبیعت گردی)	۱	طالقان	محمد صادق جوکار	۰۹۱۹۲۶۲۹۹۸۷	
	۱٤۰۳/۰۳/۳۱	قلل برج و خلنو	۲	فشم	کاوه رضایی	۰۹۱۲۷۶۵۰۵۲٤	

۱. افراد می بایست متناسب با آمادگی جسمانی و برخورداری از دانش لازم در برنامه ها (خصوصا برنامه های فنی) شرکت کنند و سرپرستان موظفند پیش از پذیرش افراد نسبت به ارزیابی دقیق توانایی متقاضیان بر اساس شرایط عادی و پیش بینی شرایط خاص احتمالی اقدام نمایند

۲.. پذیرش افراد به عنوان عضو در برنامه ها منوط به داشتن اعتبار عضویت می باشد در غیر این صورت به عنوان مهمان پذیرفته خواهند شد

۳. کلیه سرپرستان برنامه ها موظف به بررسی بیمه ورزشی شرکت کنندگان و حصول اطمینان از برخورداری افراد از بیمه ورزشی معتبر ، همچنین دریافت بیمه مسئولیت مدنی برای کلیه شرکت کننده گان در برنامه ها می باشند.

٤. کلیه سرپرستان موظف هستند بعداز اجرای برنامه ها گزارش و مستندات برنامه را حداکثر ظرف مدت یک هفته بعد از اجرای برنامه به مسئول اداری باشگاه تحویل دهند.

۵. تکمیل و تحویل فرم لیست افراد شرکت کننده و فرم گزارش مالی برنامه به پیوست گزارش برنامه برای تمامی برنامه ها الزامی می باشد.

احترام به آداب و رسوم اهالی محلی در هر منطقه، سرلوحه ادب و انسانیت ماست

کوهنوردان بازوان توانمند حفظ محیط زیست می باشند.