



به نام آفریننده کوه ها

تقویم ورزشی ۲ ماهه فصل زمستان ۱۳۹۴

(گروه کوهنوردی شهریاران)



ردیف	تاریخ	نام برنامه - ارتفاع	نام منطقه	سرپرست	شماره همراه	مدت (روز)	نوع برنامه
۱	۹۴ ۱۰ ۴	دوبرار و عظیمیه از آتشفشان	استان البرز - کرج	ساسان میانجی	۰۹۱۲۱۲۴۴۸۲۰۲	۱	کوهپیمایی
۲	۹۴ ۱۰ ۱۱	قله منار - ۲۶۰۰ متر	استان البرز - روستای مو رود	التفات نعمتی	۰۹۱۲۲۶۲۱۱۲۴	۱	کوهنوردی
۳	۹۴ ۱۰ ۱۴ - ۱۵	آموزش جی پی اس	شهریار	مصطفی فرج الهی	۰۹۱۲۱۷۹۹۹۴۲	۳	آموزشی
۴	۹۴ ۱۰ ۱۸	پیمایش رودخانه شور	استان تهران - رودخانه شور	مهدی رهنما	۰۹۱۹۵۶۴۲۲۹۸	۱	کوهپیمایی
۵	۹۴ ۱۰ ۱۸	دوی کوهستان	ملارد اختر آباد	التفات نعمتی	۰۹۱۲۲۶۲۱۱۲۴	۱	کوهپیمایی
۶	۹۴ ۱۰ ۲۵	قله کرچان	استان البرز	التفات نعمتی	۰۹۱۲۲۶۲۱۱۲۴	۱	کوهنوردی
۷	۹۴ ۱۰ ۲۵	قله سایت و دشته	استان البرز	اعلاء نوری	۰۹۱۲۲۱۵۸۰۶۲	۱	کوهنوردی
۸	۹۴ ۱۱ ۲ - ۱	قله الوند	استان همدان	التفات نعمتی	۰۹۱۲۲۶۲۱۱۲۴	۲	کوهنوردی
۹	۹۴ ۱۱ ۲ ۱	نقشه خوانی و قطب نما	شهریار	مصطفی فرج الهی	۰۹۱۲۱۷۹۹۹۴۲	۲	آموزشی
۱۰	۹۴ ۱۱ ۲	دره آدران	استان البرز جاده چالوس	حسن رهنما	۰۹۱۲۶۶۱۶۷۲۶	۱	کوهپیمایی
۱۱	۹۴ ۱۱ ۹	جشنواره آدم برفی	استان البرز - خور	کارگروه بانوان	۰۹۱۲۸۶۲۷۲۶۴	۱	طبیعت گردی
۱۲	۹۴ ۱۱ ۱۶	پیمایش دره وارنگه رود	استان البرز روستا وارنگه رود	مصطفی فرج الهی	۰۹۱۲۱۷۹۹۹۴۲	۱	کوهپیمایی
۱۳	۹۴ ۱۱ ۱۶	صعود به قله اولج	استان مازندران کجور روستای چتن	اکبر صالحی رهنما میلاذ حبیب الهی	۰۹۱۲۲۶۵۵۶۶۲	۱	کوهنوردی
۱۴	۲۰ الی ۹۴ ۱۱ ۲۲	کویر ورزنه	استان اصفهان	علیرضا فرج الهی و محمد بخشی	۰۹۱۲۲۲۴۵۵۲۵ ۰۹۱۹۲۶۲۶۰۱۹	۳	طبیعت گردی
۱۵	۹۴ ۱۱ ۲۳	غار یخ مراد	استان البرز جاده چالوس آزادبر	محمد عباس زاده	۰۹۱۹۲۹۸۰۲۰۶	۱	غار نوردی
۱۶	۹۴ ۱۱ ۲۸	آموزش هواشناسی	شهریار	مصطفی فرج الهی	۰۹۱۲۱۷۹۹۹۴۲	۱	آموزشی
۱۷	۹۴ ۱۱ ۳۰	قله پرسون - دشت هویج	تهران - لواسانات	حسن رهنما	۰۹۱۲۶۶۱۶۷۲۶	۱	کوهنوردی کوهپیمایی
۱۸	۹۴ ۱۲ ۷	قله طلا	استان تهران - ورامین	اکبر صالحی	۰۹۱۲۲۶۵۵۶۶۲	۱	کوهنوردی
۱۹	۹۴ ۱۲ ۷	قله عظیمیه	استان البرز کرج	پرویز رهگذر	۰۹۱۲۲۶۵۲۸۵۷	۱	کوهپیمایی
۲۰	۹۴ ۱۲ ۱۴	درختکاری	استان البرز جاده چالوس	مهدی رهنما	۰۹۱۲۵۶۴۲۲۹۸	۱	محیط زیست
۲۱	۹۴ ۱۲ ۲۱	تالاب حوض سلطان	استان قم	حسن رهنما	۰۹۱۲۶۶۱۶۷۲۶	۱	کویرنوردی
۲۲	۹۴ ۱۲ ۲۸	جشن پایان سال ۹۴	تخت رستم شهریار	کارگروه بانوان	۰۹۱۲۸۶۲۷۲۶۴	۱	محیط زیست

۱- جلسه هفتگی گروه سه شنبه ها ساعت ۱۸:۳۰ تا ۲۰ در شهریار میدان حافظ بلوار شهید مسعود درخشان نبش خ جانبازان ساختمان تعاونی انقلاب برگزار می گردد.

۲- هموردان گرمای خواهشمندیم حداکثر چهارشنبه هر هفته تا ساعت ۲۱ حضور خود را در برنامه اعلام فرمائید.

۳- از آوردن همراه بدون هماهنگی با سرپرست برنامه جدا خودداری فرمائید.

۴- همراه داشتن کارت بیمه ورزشی سال جاری در تمامی برنامه ها الزامی می باشد.

۵- با توجه به شرایط آب و هوایی ، احتمال تغییر تاریخ و برنامه وجود دارد.

۶- نفراتی مجاز به شرکت در برنامه های گروه می باشند که فرمهای ثبت نام را تکمیل مبلغ عضویت و شهریه خویش را پرداخت نموده، در غیر اینصورت با رعایت قوانین گروه به عنوان عضو میهمان تلقی شده و ملزم به ارائه تعهد نامه به سرپرست برنامه می باشند.

۷- سرپرستان برنامه ها قبل از شروع برنامه ملزم به دریافت و همراه داشتن مجوز و حکم اجرای برنامه گروه ، از مسئولین مربوطه یک هفته قبل از اجرای برنامه می باشند.

۸- برنامه حفظ آمادگی صعود به قله عظیمیه (بیجی کوه) روزهای دوشنبه و چهارشنبه هر هفته ساعت ۴ صبح با هماهنگی آقای حسن رهنما ۰۹۱۲۶۶۱۶۷۳۶

۹- لطفا جهت کسب اطلاعات بیشتر با سرپرست گروه (آقای حسن رهنما ۰۹۱۲۶۶۱۶۷۳۶) فنی و آموزش (آقای مصطفی فرج الهی ۰۹۱۲۱۷۹۹۹۴۲) کارگروه بانوان (سرکار خانم درخشان ۰۹۱۲۸۶۲۷۲۶۴) و روابط عمومی (اکبر صالحی ۰۹۱۲۳۶۵۵۶۶۲) تماس حاصل فرمائید. با تشکر