

**تقویم ورزشی - تابستان ۱۳۹۷**

کوه ها را صعود کنید و نظم و آراستگی آنها را فرا گیرید، آرامش طبیعت در وجود شما جاری خواهد شد...

برنامه کوهپیمایی

ردیف	تاریخ	روز	مسیر	ساعت حرکت	سرپرست	ملاحظات
۱	۹۷/۰۴/۰۴	دوشنبه	آزران	۱۵	خانم معصومی ۰۹۱۳۸۶۴۸۲۵۱	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۲	۹۷/۰۴/۱۱	دوشنبه	جوینان	۱۵	سید حسین مستوری ۰۹۱۳۸۶۱۸۸۲۳	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۳	۹۷/۰۴/۲۵	دوشنبه	قمصر - چشمه ملاحسن	۱۵	ابوالفضل جاویدمنش ۰۹۳۷۴۶۴۵۷۹۲	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۴	۹۷/۰۵/۰۱	دوشنبه	نشلج	۱۵	علی عبدی ۰۹۱۳۳۶۳۵۴۱۵	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۵	۹۷/۰۵/۰۸	دوشنبه	قهرود	۱۵	ایرج سلیمانی ۰۹۱۳۲۶۰۵۸۶۵	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۶	۹۷/۰۵/۱۵	دوشنبه	ون - گمچهر	۱۵	غلامرضا حسین دوست ۰۹۱۳۲۶۱۹۲۹۷	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۷	۹۷/۰۵/۲۲	دوشنبه	نیاسر	۱۵	خانم سگانه ۰۹۱۳۳۶۴۴۷۵۳	حداقل ۳ ساعت کوهپیمایی
۸	۹۷/۰۵/۲۹	دوشنبه	بهار اردهال	۱۵	علیرضا امانتی ۰۹۱۳۲۶۴۸۳۱۳	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۹	۹۷/۰۶/۰۵	دوشنبه	گوچار	۱۵	ابوالفضل جاویدمنش ۰۹۳۷۴۶۴۵۷۹۲	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۱۰	۹۷/۰۶/۱۲	دوشنبه	قمصر - فرفهان	۱۵	علیرضا باقرزاده ۰۹۱۳۲۶۲۵۵۴۶	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۱۱	۹۷/۰۶/۱۹	دوشنبه	رحق	۱۵	خانم یزدان نیا ۰۹۱۳۹۲۲۸۲۵۲	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی
۱۲	۹۷/۰۶/۲۶	دوشنبه	خناب به دره	۱۵	آقای شائمی ۰۹۱۳۲۶۱۵۴۱۵	حداقل ۲ ساعت کوهپیمایی

برنامه کوهنوردی (تیم فنی)

ردیف	تاریخ	روز	مسیر	ساعت حرکت	سرپرست	ملاحظات
۱	۹۷/۰۴/۱۸	پنج شنبه	گرگیش	۵ صبح	ابوالفضل جاویدمنش ۰۹۳۷۴۶۴۵۷۹۲	
۲	۹۷/۰۵/۱۱	پنج شنبه	سمیرم	----	علیرضا امانتی ۰۹۱۳۲۶۴۸۳۱۳	
۳	۹۷/۰۶/۰۷	چهارشنبه	دومیر	۵ صبح	مهدی حاجی نوری ۰۹۱۳۱۶۱۰۶۷۸	

برای شرکت در برنامه های کوهپیمایی موارد زیر الزامی است:

- ✓ عضویت در گروه کوهنوردی همنورد دانشگاه و به همراه داشتن کارت بیمه ورزشی.
- ✓ به همراه داشتن وسایل و تجهیزات متناسب با برنامه و رعایت کلیه نکات ایمنی.
- ✓ با توجه به تغییرات آب و هوایی احتمال تغییر در برنامه ها وجود دارد.
- ✓ شرکت کنندگان در برنامه ها باید حداکثر یک ربع قبل از ساعت حرکت اعلام شده در محل ستاد حضور داشته باشند.
- ✓ علاقه مندان به شرکت در برنامه ها در موعد مقرر با تماس با سرپرست برنامه ثبت نام نمایند.
- ✓ در برنامه های کوهپیمایی و کوهنوردی از آوردن فرزندان خودداری شود.

روابط عمومی گروه کوهنوردی همنورد