



باشگاه کوهنوردی شقایق

تقویم برنامه ها و فعالیتهای بهار ۱۴۰۲

www.shaghayeghclub1992.com

شماره ارتباطی روابط عمومی در شبکه های اجتماعی

۰۹۱۹۹۰۰۵۴۷۶

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

کوهنوردی فرهنگ سکوت و سکون نیست

هدف ما معهود به قتل به هر قیمتی نیست، هدف اصلی ما مفا جان افراد است

سرپرستان محترم لطفا جهت بررسی عضویت افراد و همچنین بر خورداری 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
تمرینات و برنامه های فنی	تمرین غارنوردی	پنج شنبه ها ساعت ۱۴ الی ۱۸	علی حاجیلو	۰۹۱۲۵۶۰۵۵۷۸	پیش نیاز برنامه های غارنوردی و برنامه های اکتشافی
	سنگنوردی - پل خواب	۲۹ فروردین - ۱۱.۱۹ و ۲۷ اردیبهشت - ۸.۱۶.۲۴ و ۳۱ خرداد	سلمان بهمن دار	۰۹۱۲۲۶۰۶۳۹۷	پیش نیاز برنامه های غارنوردی و برنامه های اکتشافی
تمرینات آماده سازی و کوهنوردی سبک	کوهنوردی - قله عظیمیه	جمعه ها یک روزه	پیام غلامی	۰۹۱۰۹۳۶۹۶۳۹	
	ورزش و دو تیمی	دو شنبه ها ساعت ۵ صبح	مریم رضایی	۰۹۱۹۹۵۰۸۵۱۰	
ماه	تاریخ	نوع برنامه	مدت	محل	سرپرست
	شرايط و پيش نمازها	شماره تماس	سرپرست	محل	شماره تماس
فروردین	نیمه اول فروردین	کوهنوردی با اسکی - منطقه علم کوه	۴ روز	کلاردشت	محمد تبدل
	۱۴۰۲/۰۱/۱۸	گردهمایی سالانه خانواده و هموردان شقایق	۱ روز	کرج	روابط عمومی باشگاه
	۱۴۰۲/۰۱/۲۳	دیواره نوردی و سنگنوردی اسپرت	۳ روز	کرمانشاه	پیام غلامی
	۱۴۰۲/۰۱/۲۵	قله سرخاب	۱ روز	جاده چالوس	مریم رضایی
اردیبهشت	۱۴۰۲/۰۲/۰۱	سنگنوردی اسپرت - ورده	۳ روز	کرج	سید مهدی حسینی
	۱۴۰۲/۰۲/۰۱	قله گزنه یورد	۱ روز	ساوجبلاغ	محمد صادق جوکار
	۱۴۰۲/۰۲/۰۲	خط الراس عطاکوه به شیطان کوه	۲ روز	لنگرود - لاهیجان	مریم رضایی
	۱۴۰۲/۰۲/۰۸	قله شاه نشین	۱ روز		جمشید مهرآور
	۱۴۰۲/۰۲/۱۴	قله ساموس	۲ روز	گیلان	احمد سعیدی
	۱۴۰۲/۰۲/۱۵	قله سر سیاه غار	۱ روز	لواسانات	حمید فضلی نژاد
	۱۴۰۲/۰۲/۲۱	خط الراس تیرین به ناتشکوه	۲ روز	لنگرود - املش	مریم رضایی
	۱۴۰۲/۰۲/۲۲	قله کهار	۱ روز	جاده چالوس	افشین محمدی
	۱۴۰۲/۰۲/۲۹	قله دونا	۱ روز	جاده چالوس	امیر باغبانی
	۱۴۰۲/۰۳/۰۴	قله آزادکوه	۲ روز	جاده چالوس	مریم رضایی
خرداد	۱۴۰۲/۰۳/۰۵	قله توچال	۱ روز	تهران	افشین محمدی
	۱۴۰۲/۰۳/۱۱	غارنوردی - غار سم و نیک	۵ روز	سمنان	علی حاجیلو
	۱۴۰۲/۰۳/۱۴	خطالرأس کاکوه به چی چی نی کو تی	۲ روز	لاهیجان	مریم رضایی
	۱۴۰۲/۰۳/۱۹	کلاونگا به وارنگه رود - جاده بلده	۱ روز	جاده چالوس	علی غفوری
	۱۴۰۲/۰۳/۱۹	دره نوردی - دره میلاش	۱ روز	رودسر	امیر باغبانی
	۱۴۰۲/۰۳/۲۵	غارنوردی - غار دوسر	۲ روز	یزد	علی حاجیلو
	۱۴۰۲/۰۳/۲۶	قله هزاربند	۱ روز	جاده چالوس	جمشید مهرآور
	۱۴۰۲/۰۳/۲۶	قله سات	۱ روز	طالقان	سعید درودی

۱. افراد می بایست متناسب با آمادگی جسمانی و بر خورداری 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 بر خورداری افراد از بیمه ورزشی معتبر، همچنین دریافت بیمه مسئولیت مدنی برای کلیه شرکت کنندگان در برنامه ها می باشند.

۴. کلیه سرپرستان موظف هستند بعد از 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.