



DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ ŞUBAT, 2015 YÜRÜYÜŞ PROGRAMI

1. GÖRNEÇ VE ÇEVRESİ:

1 Şubat 2015, Pazar sabah 07:30'da Görneç Spor Klübü önünden hareket. Takribi: 3:00 saat, 8 km. Zorluk Derecesi: 4 (Sorumlu Rehberler: Hüseyin Güney Tel: 0542 852 1442- Emete Bürüncük, 0542 859 48 00)

2. TRODOS – KALEDONIAN ŞELALESİ:

8 Şubat 2015 Pazar sabah saat 08.00'de Ledra Palace'dan otobüsle hareket edilecektir. Zorluk Derecesi: 2 Takribi: 2:00 saat, 6 km. Sorumlu rehberler Engin Ömer Kunt: 0533 868 98 56, Ferdağ Keskin Tel: 0533 864 83 80

Bu yürüyüşümüze otobüsle gidilecek ve açık büfe yemek alınacaktır. Bu nedenle, sorumlu arkadaşlara **Emete Bürüncük: 05428594800** ve **Ahmet Gençaylı Tel: 05338593283** öncelikli olarak üyeler ve yer durumuna göre misafir yürüyüşçüler ücretini ödeyenler gidebilecektir. Son ödeme tarihi 1 Şubat 2015, ücret üyeler için 65.-TL misafir yürüyüşçüler için 70.-TL olarak belirlenmiştir.

15 Şubat, 2015 Pazar günü Dağcılık Spor Derneğinin Olağan Genel Kurul toplantısı gerçekleşecektir. Yer: DOME HOTEL (saat 09,00-10,00 arası üyelere kahvaltı verilecektir.) saat:10,00 Toplantı Salonu'nda Olağan Genel Kurul toplantısı yapılacaktır. Tüm Üyelerimizin katılımı özlenir.

3. SOLİ – BAĞLIKÖY – SOLİ:

22 Şubat 2015 Pazar sabah Soli Harabeleri'nden hareket. Zorluk Derecesi:2 Takribi: 3:00 saat, 9.0 km Sorumlu Rehberler, Ahmet Gençaylı–Tel:0533 859 3283 Ergün Vudalı Tel: 0533 863 08 50

PARKUR ZORLUK DERECELERİ:

- 1- KOLAY- DÜZ YOL ZEMİN DÜZGÜN
- 2- ORTA- HAFİF MEYİLLİ BASAMAKLI HAFİF TIRMANMA VE EĞİMLİ
- 3- ZOR- ZEMİN TAŞ VE KAYALIK İNİŞ ÇIKIŞLI VE TIRMANMA
- 4- ÇOK ZOR- ZEMİNİ DÜZGÜN OLMAYAN TAŞ VE KAYALIK ZEMİN İNİŞİ AKIŞI VE TIRMANMASI ÇOK OLAN

2 mart 2014 itibarı ile üye olmayan ve yürüyüşe gelen misafirlerden 5.-TL başış alınacaktır.

- » Yürüyüşlerde altı kertikli bot türü ayakkabı giyilmelidir.
- » Yürüyüşlerde içme suyu getirilmesi önemle tavsiye edilir.
- » Kumanya arzuya bağlıdır.
- » Yağmurlu havalarda o günkü program iptal edilir.
- » Üyeler, yürüyüşlere yürüyüş yapabilecek misafirleri getirebilirler ve yürüyüş süresince Derneğin arka sayfada yazılı kural ve şartlarına uymalarından sorumludurlar.

- » Yürüyüşlerde meydana gelebilecek kaza ve benzeri olaylardan Derneğimiz sorumlu değildir.
- »Yürüyüş sırasında doğadaki bitkiler kesilikle koparılmayacak zarar verilmeyecektir.
<http://www.cyprus-trekking.com>

YÜRÜYÜŞE KATILACAK

ÜYE VE MİSAFİR YÜRÜYÜŞCÜLERİN

UYMASI GEREKEN KURAL VE ŞARTLAR

Yürüyüşlerimiz esnasında uyulması gereken aşağıdaki hususların güvenli, sağlıklı ve huzurlu bir yürüyüş yapabilmek için gerekli olduğuna inanılmaktadır.

1) Belirlenen yürüyüş yerine, yürüyüş başlama saatinden önce gelemeyerek herhangi bir nedenle gecikmişse ve yürüyüş başlamışsa, asla yürüyüş gurubuna yetişmek için yürünmemelidir.

2) Yürüyüş başlamadan önce ve yürüyüş esnasında, çevrede bulunanları rahatsız edecek şekilde yüksek sesle konuşulmamalı ve nara atılmamalıdır.

3) Yürüyüşlerdeki amacın spor yapma yanında doğayı içimize sindirme ve stres atma olduğu unutulmalıdır. Bunun için, Sorumlu Rehberlerin, herkesin yürüyebileceği bir tempoda yürümek zorunda olduğu dikkate alınarak, **Sorumlu Rehber işaret vermeden yürüyüşe başlanmamalı ve Sorumlu Rehberin en önüne geçilmemelidir.**

4) Yürüyüş esnasında çiçek, bitki toplamak veya fotoğraf çekmek amacıyla fazla oyalanarak, artçı Rehber veya Sorumlunun da arkasında kalarak yürüyüşten kopulmamalıdır.

5) Yürüyüşlerde belli aralıklarla uygun yerlerde verilen molalara ve gerektiğinde verilen toparlanma molalarına uyulmalıdır.

6) Yürüyüşlere altı kertikli kaymayan bot veya dağ yürüyüşleri için uygun ayakkabılar giyilmelidir. Bu ayakkabılar yumuşak ve ayağınıza uygun olmalıdır.

7) Dağ yürüyüşlerine yeni başlamak isteyen kişiler, önce bir doktor kontrolünden geçmelidir.

8) Kış aylarında yağmura karşı sırt çantasında ince bir yağmurluk veya şemsiye bulundurulmalıdır.

9) Yürüyüş saatinde kendinizi iyi hissetmiyorsanız yürüyüşe başlamamalısınız.

Yukarda belirtilen kural ve şartlara uyulması için tüm yürüyüşçülerin hassasiyet göstermesi gerekmekte olup, bunlara uyulmaması nedeniyle doğacak sonuçlardan Dernek veya Yöneticileri sorumlu olmayacaktır.

Keyifli yürüyüşler dileklerimizle, **Dağcılık Spor Derneği Yönetim Kurulu**