



DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

AĞUSTOS 2016 YÜRÜYÜŞ PROGRAMI

(Dernek Telefonları: 0533 859 3283 – 0533 871 2555)

NOT: 2016 Yılı aidat ödemeleri için son tarih Kasım ayı sonu olup, bu süre sonunda ödemeyenlerin durumu Yönetim Kurulu tarafından değerlendirilecektir.

- 1) **EYLÜL'ün 17'si: Gece Kantara meydanında Çadır ve Piknik Gecesi olacak. Ertesi gün Kantara Kalesi Parkuru yürünecek. (Çadırdaki kalmak istemeyenler Kaplıca Otelde kalabilir. Şahsen Rezervasyon için 387 20 32 nolu telefonda yer ayırtabilirsiniz).**
- 2) **VİRAN KİLİSE: 7 Ağustos 2016 Pazar, saat 6.30'da Alevkayası Piknik yerinden hareket, ring yürüyüşü takribi 2.5 saat. 7.5 Km. Zorluk derecesi: 2, ORTA. Sorumlu rehber: Tunay YUNAK. Tel: 0533 8771828.**
- 3) **ÇATALAĞAÇ: 14 Ağustos 2016 Pazar, sabah saat 6.30'da Alevkayası Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 2.5 saat. 7 Km. Zorluk derecesi: 3, ZOR. Sorumlu rehber: Gülsüm BİTTA. Tel: 0533 8639330.**
- 4) **ADALYA PINARI: 21 Ağustos 2016 Pazar sabahı 6.30'da Alevkayası Piknik alanından hareket edilecektir. Takriben 7.5 Km. 2.5 Saat ve Zorluk derecesi: 3, ZOR. Sorumlu Rehber: Emete BÜRÜNCÜK. Tel: 0533 8712555.**
- 5) **ERMENİ MANASTIRI: 28 Ağustos 2016 Pazar günü, sabah saat 6.30'da Alevkayası Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü Takribi 2.5 Saat. 6.5 Km. Zorluk derecesi: 2, ORTA. Sorumlu rehber: Ahmet GENÇAYLI. Tel: 0533 8593283.**

PARKUR ZORLUK DERECELERİ:

- 1 – KOLAY: DÜZ YOL VEYA PATİKA.
- 2 – ORTA: HAFİF MEYİLLİ BASAMAKLI HAFİF TIRMANMA VE EĞİMLİ.
- 3 – ZOR: ZEMİN TAŞ VE KAYALIK İNİŞLİ ÇIKIŞLI VE TIRMANMA.
- 4 – ÇOK ZOR: ZEMİNİ DÜZGÜN OLMAYAN TAŞ VE KAYALIK İNİŞİ ÇIKIŞI VE TIRMANMASI ÇOK OLAN.

- * Yürüyüşlerde altı kertikli bot türü ayakkabı giyilmelidir.
- * Yürüyüşlerde içme suyu getirilmesi önemle tavsiye edilir. - Kumanya arzuya bağlıdır.
- * Yürüyüşlerde sopa bulundurulmalıdır.
- * Yağmurlu havalarda o günki program parkur başında iptal edilir.
- * Üyeler yürüyüşe 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 kesinlikle koparılmayacak zarar verilmeyecektir