

**DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ**  
**AĐUSTOS 2017, YÜRÜYÜŞ PROGRAMI**

**1) GİRNE KAYASI - ANDIZLI BOĐAZ**

06.08.2017, Pazar saat 06:30'da Girne Kayası'ndan hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 7 km. Z.D. 3,  
Sorumlu rehber: Emete Bürüncük, Tel: 0533 871 2555

**2) GİRNE KAYASI - VİRAN KİLİSE**

13.08.2017, Pazar saat 06:30'da Girne Kayası'ndan hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 6.5 km, Z.D. 2,  
Sorumlu rehber: Gülsüm Bitta, Tel: 0533 863 9330

**3) ERMENİ MANASTIRI PİKNİK ALANI - ERMENİ MANASTIRI**

20.08.2017, Pazar saat 06:30'da Ermeni Manastırı Piknik Alanı'ndan hareket, ring yürüyüşü takribi 2 saat, takribi 6.5 km, Z.D. 2,  
Sorumlu rehber: Ecevit Karahüseyin, Tel: 0533 860 7790

**4) ERMENİ MANASTIRI PİKNİK ALANI - ÇATALAĐAÇ**

27.08.2017, Pazar saat 06:30'da Ermeni Manastırı Piknik Alanı'ndan hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 6.5 km, Z.D. 3,  
Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, Tel: 0542 852 1442

## **PARKUR ZORLUK DERECELERİ:**

Z.D. 1: KOLAY – Düz yol zemin düzgün,

Z.D. 2: ORTA – Hafif meyilli basamaklı hafif tırmanma,

Z.D. 3: ZOR – Taş zemin kayalık, inişli çıkışlı ve tırmanma,

Z.D. 4: ÇOK ZOR- Zemini düzgün olmayan taş-kayalık tırmanma ve inişli-çıkışlı arazi.

\* Yürüyüşlerde altı kertikli bot türü ayakkabı giyilmelidir.

\* İçme suyu bulundurulması gereklidir.

\* Kumanya arzuya bağlıdır.

\* Yağmurlu havalarda o günkü program iptal edilebilir.

\* Üyeler, yürüyüşlere misafir getirebilir ve arka sayfada yazılı olan kurallara misafirlerin uymalarından sorumludurlar.

\* Yürüyüşlerde meydana gelebilecek kaza ve benzeri olaylardan Dernek ve yöneticileri sorumlu değildir.

\* Yürüyüş sırasında doğa korunmalı, doğadaki bitki ve canlılara zarar verilmemelidir.

<http://www.cyprus-trekking.com>

## **YÜRÜYÜŞLERDE UYULMASI GEREKEN KURALLAR**

Yürüyüşlerde uyulması gereken aşağıdaki hususların güvenli, sağlıklı ve huzurlu bir yürüyüş yapılabilmesi için gerekli olduğuna inanılmaktadır.

1. Belirlenen yürüyüş yerine gelmekte gecikmesi halinde ve yürüyüş başlamış ise yürüyüş grubuna yetişmek için asla yürüyüşe başlanmamalıdır.
2. Yürüyüşe başlamadan önce ve yürüyüş esnasında meskun mahallerde çevrede bulunanları rahatsız edecek şekilde yüksek sesle konuşulmamalı ve gürültü yapılmamalıdır.
3. Yürüyüşlerin amacı doğayla iç içe olmak, spor yapmak ve stres atmak olduğu için, sorumlu rehberlerin işareti ile yürüyüşe başlanmalı ve hiçbir şekilde rehberlerin önüne geçilmemeli ve arkasında kalınmamalıdır.
4. Yürüyüşlerde rehberin vereceği dinlenme ve atıştırma molalarına titizlikle uyulmalıdır.
5. Yürüyüşlerde, bu amaca uygun altı kертikli ayakkabı veya bot giyilmelidir.
6. Yürüyüşlere yeni başlayanlar, yürüyüş yapabileceklerine dair doktor raporunu Dernek yönetimine muhakkak vermelidir. Gerek üye ve gerekse misafir yürüyüşçüler yılda bir kez doktor kontrolü yaptırarak aldıkları raporu dernek yönetimine vermelidir.
7. Kış aylarında yağmura karşı sırt çantasında ince bir yağmurluk veya şemsiye bulundurulmalıdır.

Yukarıda belirtilen kurallara uyulmasına tüm yürüyüşçüler özen göstermeli, bunlara uyulmaması halinde doğabilecek sonuçlardan Dernek ve Dernek Yöneticileri sorumlu değildir.

Tüm yürüyüşçülere keyifli yürüyüşler dileriz.

**DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ YÖNETİM KURULU**