

# DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

## TEMMUZ 2017 YÜRÜYÜŞ PROGRAMI

### 1) **ERMENİ MANASTIRI PİKNIK ALANI - GİRNE KAYASI (GÜNEY YAMACI)**

2 Temmuz 2017, Pazar saat 06:30'da Ermeni Manastırı Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 3 saat, takribi 7 Km. Z.D. 3,  
Sorumlu rehber: Ecevit Karahüseyin, Tel: 0533 860 7790.

### 2) **GİRNE KAYASI - VİRAN KİLİSE**

9 Temmuz 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: Emete Bürüncük, Tel: 0533 871 2555.

### 3) **TATLISU YENİ PARKUR (KİLİSE)**

16 Temmuz 2017, Pazar saat 06:30'da Tatlısu köy meydanından hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 7 Km. Z.D. 2,  
Sorumlu rehber: Ahmet Gençaylı, Tel: 0533 859 3283.

### 4) **ERMENİ MANASTIRI PİKNIK ALANI - ADALYA PINARI**

23 Temmuz 2017, Pazar saat 06:30'da Ermeni Manastırı Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 7.5 Km. Z.D. 3,  
Sorumlu rehber: Tunay Yunak, Tel: 0533 877 1828.

### 5) **ERMENİ MANASTIRI PİKNIK ALANI - ÇATALAĞAÇ**

30 Temmuz 2017, Pazar saat 06:30'da Ermeni Manastırı Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 7 Km. Z.D. 3,  
Sorumlu rehber: Ümit H. Akgönül, Tel: 0542 859 2541.

## **PARKUR ZORLUK DERECELERİ:**

- Z.D. 1: KOLAY - DÜZ YOL ZEMİN DÜZGÜN
- Z.D. 2: ORTA - HAFİF MEYİLLİ BASAMAKLI HAFİF TIRMANMA
- Z.D. 3: ZOR - TAŞ ZEMİN KAYALIK İNİŞ-ÇIKIŞLI VE TIRMANMA
- Z.D. 4: ÇOK ZOR - ZEMİNİ DÜZGÜN OLMAYAN TAŞ-KAYALIK TIRMANMA  
VE İNİŞLİ-ÇIKIŞLI ARAZİ

- + 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 gecikilmesi 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 titizli uyulmalıdır.
5. Yürüyüşlerde, bu amaca uygun altı kertikli 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**