

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

KASIM 2020 PROGRAMI

1) 1 KASIM 2020 PAZAR, GÖRNEÇ VE ÇEVRESİ

Buluşma yeri: Yukarı Görneç Meydanı

Buluşma saati: 7

Süre: 3 saat

Mesafe: 8 km.

Zorluk Derecesi: 4

Sorumlu rehber:

Hüseyin Güney, 0542 852 14 42

2) 8 KASIM 2020 PAZAR, LEFKE VE ÇEVRESİ

Buluşma yeri: Lefke Giriş (Atatürk Büstü Yanı)

Buluşma saati: 7

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber:

Emete Bürüncük, 0533 859 32 83

3) 15 KASIM 2020 PAZAR, BALABAYIS (BEYLERBEYİ) VE ÇEVRESİ

Buluşma yeri: Balabayis Otoparkı

Buluşma saati: 7

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber:

Ümit Akgönül, 0542 859 25 41

4) 22 KASIM 2020 PAZAR, SADRAZAMKÖY-FENER-SADRAZAMKÖY

Buluşma yeri: Sadrazamköy Köy Meydanı

Buluşma saati: 7

Süre: 2 saat

Mesafe: 6 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber:

Halil Dinç Onur, 0542 853 23 33

5) 29 KASIM 2020 PAZAR, GÜZELYURT BARAJ PARKURU (Yeni Parkur)

Buluşma yeri: Güzelyurt Atatürk Kültür Merkezi Karşısı

(Açık Pazar Yeri)

Buluşma saati: 7

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7.5 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber:

Mehmet Hoca, 0533 866 86 98

Not: 2020 yılına ait üyelik aidatlarının (yıllık 100 TL) son ödeme tarihi 30 Kasım 2020 dir.

PARKUR ZORLUK DERECELERİ:

Zorluk derecesi 1: KOLAY – Düz yol zemin düzgün,

Zorluk derecesi 2: ORTA – Hafif meyilli basamaklı hafif tırmanma,

Zorluk derecesi 3: ZOR – Taş zemin kayalık, inişli çıkışlı ve tırmanma,

Zorluk derecesi 4: ÇOK ZOR - Zemini düzgün olmayan taş ve kayalık inişi çıkışı tırmanması çok.

1. Yürüyüşlerde altı kertikli bot türü ayakkabı giyilmelidir.
2. İçme suyu bulundurulması gereklidir.
3. Kumanya arzuya bağlıdır.
4. Yağmurlu havalarda o günkü program iptal edilebilir.
5. Üyeler, yürüyüşlere misafir getirebilir ve arka sayfada yazılı olan kurallara misafirlerin uymalarından sorumludurlar.
6. Yürüyüşlerde meydana gelebilecek kaza ve benzeri olaylardan Dernek ve yöneticileri sorumlu değildir.
7. Yürüyüş sırasında doğa korunmalı, doğadaki bitki ve canlılara zarar verilmemelidir.

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 hiç bir 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