



DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

ŞUBAT 2020 PROGRAMI

1- 2 ŞUBAT 2020 PAZAR, AĞIRDAĞ - KARTALSUYU - AĞIRDAĞ PARKURU

Sabah saat 07.30'da Ağırdağ Köyü girişinden hareket, ring yürüyüşü takribi 3.30 saat 11 km. Z.D: 3

Sorumlu rehber: Tunay Yunak 0533 877 18 28

Ümit Akgönül 0542 859 25 41

2- 9 ŞUBAT 2020 PAZAR, DİLEKKAYA VE ÇEVRESİ PARKURU (YENİ PARKUR)

Sabah saat 07.30'da Dilekkaya Köyü'nün batısında bulunana ormanlık alandan hareket, ring yürüyüşü takribi 2.30 saat 7 km. Z.D:1

Sorumlu rehber: Bahar Yaman 0533 879 56 74

Emete Bürüncük 0533 859 32 83

3- 16 ŞUBAT 2020 PAZAR, MEVLEVİ VE ÇEVRESİ PARKURU (YENİ PARKUR)

Sabah saat 07.30'da Mevlevi Köyünün Lefkoşa – Güzelyurt istikametinde ilk çemberden köye girişte hareket, ring yürüyüşü takribi 3.30 saat 11 km. Z.D:3

Sorumlu rehber: Mehmet Hoca 0533 860 08 68

Mustafa Kendir 0533 858 87 94

4- 23 ŞUBAT 2020 PAZAR, ZEYTİNLİK – ST HİLARİON – ZEYTİNLİK PARKURU (KISA PARKUR)

Sabah 07.30'da Zeytinlik trafik ışıklarının ilerisinden hareket, ring yürüyüşü takribi 2.30 saat 7 km Z.D: 3.

Sorumlu rehber: Ecevit Karahüseyin 0533 860 77 90

Mustafa Kendir 0533 858 87 94

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 ve kayalık inişi çıkışı tırmanması çok.

- ❖ 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 titizlikle 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