

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

OCAK 2021 PROGRAMI

1) 3 OCAK 2021 PAZAR, AĐIRDAĐ - KARTAL SUYU - AĐIRDAĐ

Buluşma yeri: Ağırdağ Köy Meydanı

Buluşma saati: 7:30

Süre: 3.5 saat

Mesafe: 10 km.

Zorluk Derecesi: 4

Sorumlu rehber: Halil Dinç Onur, 0542 853 23 33

2) 10 OCAK 2021 PAZAR, ÇAMLİBEL - HİSARKÖY - ÇAMLİBEL

Buluşma yeri: Çamlıbel eski Benzin İstasyonu yanı.

Buluşma saati: 7:30

Süre: 3.5 saat

Mesafe: 10 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: İsmail Mert, 0548 836 36 47

3) 17 OCAK 2021 PAZAR, TATLISU - DELİKLİKAYA - TATLISU UZUN PARKURU

Buluşma yeri: Tatlısu Köy Meydanı

Buluşma saati: 7:30

Süre: 3.5 saat

Mesafe: 10 km.

Zorluk Derecesi: 4

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 14 42

4) 24 OCAK 2021 PAZAR, KALKANLI PINAR - ANIT ZEYTİN AĐAÇLARI - KALKANLI PINAR

Buluşma yeri: Çardak Restoran Yanı

Buluşma saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: Emete Bürüncük, 0533 859 32 83

Not: Yürüyüşten sonra Orman Dairesinin Tedarik ettiği ağaçların dikme işlemi yapılacaktır.

31 OCAK 2021 PAZAR: Derneğimizin Genel Kurul Toplantısı yapılacağı için yürüyüş yapılmayacaktır.

Genel Kurul ile ilgili bilgiler ilerleyen günlerde Derneğimizin Duyuru Sayfasında yayınlanacaktır.

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.

- 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.

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 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