

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

KASIM 2022 PROGRAMI

Not: 2022 yılına ait üyelik aidatlarının (yıllık 150 TL) son ödeme tarihi 30 Kasım 2022'dir.

1) 6 KASIM 2022 PAZAR,

LEFKE VE ÇEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Lefke girişı (Atatürk anıtı yanı)

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Ümit Akgönül, 0533 866 10 71

2) 13 KASIM 2022 PAZAR,

SALAMİS ANTİK KENT VE ÇEVRESİ PARKURU (YENİ PARKUR)

Toplanma yeri: Salamis Harabeleri giriş kapısı

Hareket saati: 8:00

Süre: 3 saat

Mesafe: 8 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: Mustafa Kendir, 0533 868 87 94

3) 20 KASIM 2022 PAZAR,

TRODOS KALDONIAN ŐELALESİ PARKURU (GÜNEY KIBRIS)

Otobüs ücreti: **10 EURO (YEMEKSİZ)**

Toplanma yeri: Metehan Sınır Kapısı

Hareket saati: 6:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 6 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 14 42

✓ Kayıt için lütfen mesaj yazınız: Whats App, 0533 866 30 35

GÜNEY KIBRIS'A GEÇMEYECEK OLAN YÜRÜYÜŐÜŐÜLER İÇİN ALTERNATİF:

20 KASIM 2022 PAZAR, ALAGADI VE ÖEVRESİ PARKURU

Buluşma yeri: 1. plaj giriŐi

Hareket saati: 7:30

Süre: 2 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: Mustafa Kendir, 0533 868 87 94

4) 27 KASIM 2022 PAZAR,

DİLEKKAYA VE ÖEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Dilekkaya İlkokulu yanı

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: Bahar Yaman, 0533 879 56 74

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 inişli çıkışlı 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 gecikilmesi halinde ve yürüyüş başlamış ise yürüyüş grubuna yetişmek için asla yürüyüşe başlanmamalıdır.
2. Yürüyüşe başlamadan önce ve yürüyüş esnasında meskûn 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