

# DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

## MART 2022 PROGRAMI

**Not:** 2022 yılına ait üyelik aidatlarının (yıllık 150 TL) son ödeme tarihi 31 Mayıs 2022'dir.

### 1) 6 MART 2022 PAZAR, TATLISU - DELİKLİ KAYA - TATLISU

Toplanma yeri: Tatlısu Köy Meydanı

Hareket saati: 7.30

Kısa Parkur Süre: 2.5 saat

Kısa Parkur Mesafe: 8 km.

Kısa Parkur Zorluk Derecesi: 2

\*\*\*\*\*

Uzun Parkur Süre: 3.5 saat

Uzun Parkur Mesafe : 9 km.

Uzun Parkur Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 14 42

### 2) 13 MART 2022 PAZAR, MEVLEVİ VE AYİOS YEORGİOS RİGATİS MANASTIRI PARKURU

Toplanma yeri: Mevlevi köy girişı

Hareket saati: 7:30

Süre: 3.5 saat

Mesafe: 9 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Mehmet Hoca, 0533 860 08 68

### 3) 20 MART 2022 PAZAR, TEPEBAŞI (Yorgoz) MEDOŞ LALELERİ PARKURU

Toplanma yeri: Kırmızıgöl Benzin İstasyonu yanı, Akdeniz Kavşağı

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: İsmail Mert, 0548 836 36 47

#### **4) 27 MART 2022 PAZAR, TRODOS DİYARİZO DERESİ - KELEFOS VENEDİK KÖPRÜSÜ PARKURU**

Otobüs ücreti: 10 Euro (yemeksiz)

Toplanma yeri: Metehan Sınır Kapısı

Hareket saati: 06:45

Süre: 4.5 saat

Mesafe: 14 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 14 42

#### **Güney Kıbrıs'a geçmeyecek olan yürüyüşçüler için alternatif:**

#### **27 MART 2022 PAZAR, KARMİ VE ÇEVRESİ PARKURU**

Buluşma yeri: İngiliz mezarlığı yanı

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Kemal Sunar, 0533 868 29 02

#### **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 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**