

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ
NİSAN 2023 YÜRÜYÜŞ PROGRAMI

Not: 2023 yılına ait üyelik aidatlarının (yıllık 200 TL) son ödeme tarihi 31 Mayıs 2023'dür.

1) 2 NİSAN 2023 PAZAR, YEŐİLIRMAK - YEŐİLIRMAK KAYASI (PETRA TOUTO LİMNİDİ) - YEŐİLIRMAK PARKURU

Toplanma yeri: Vuni King Restoran yanı

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 1442

2) 9 NİSAN 2023 PAZAR, DİLEKKAYA VE ÇEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Köy giriŐi

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Mustafa Kendir, 0533 868 8794

Kanser AraŐtırma Vakfının, her yıl geleneksel olarak yaptığı Orkide yürüyüŐü bugün Dilekkaya'da gerçekleştirilecek. Arzu eden yürüyüŐçülerimiz 100.-TL baĐıŐ yaparak ve yürüyüşe katılarak bu anlamlı etkinliğe katkı yapabilirler.

Toplanma yeri: Köy giriŐi

Toplanma Saati: 9:30

Hareket saati: 10:00

3) 16 NİSAN 2023 PAZAR, SALAMİS ANTİK KENT VE ÇEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Salamis Harabeleri giriş kapısı

Hareket saati: 08:00

Süre: 3 saat

Mesafe: 8 km.

Zorluk Derecesi: 1

Sorumlu rehber: Mustafa Kendir, 0533 868 8794

4) 23 NİSAN 2023 PAZAR, KARAAĞAÇ - ERMENİ EVİ - ANIT SANDAL AĞACI - KARAAĞAÇ PARKURU

Buluşma yeri: Karaağaç köy meydanı

Hareket saati: 7:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7.5 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: İsmail Mert, 0548 836 3647

5) 30 NİSAN 2023 PAZAR, LAPTA VE ÇEVRESİ PARKURU

Buluşma yeri: Yeni Belediye Binası yanı

Hareket saati: 7:30

Süre: 3 saat

Mesafe: 9 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Hüseyin Güney, 0542 852 1442

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 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