



DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

EYLÜL 2025, YÜRÜYÜŞ PROGRAMI

NOT: Derneğimiz adına misafir yürüyüşçülerimizden 50₺ bağış alınmaktadır. 2025 yılı aidatı 500₺ olup son ödeme tarihi 30 Eylül 2025'dir.

I) 7 EYLÜL 2025, PAZAR: KARAMAN (KARMI) VE ÇEVRESİ

Toplanma Yeri: Eski İngiliz Mezarlığı yanı

Hareket: 06:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu Rehber: Tunay Yunak, Telefon No: 0533 877 1828

II) 14 EYLÜL 2025, PAZAR: BOĞAZ – AĞIRDAĞ - KÖMÜRCÜ PARKURU

Toplanma Yeri: Gine Boğaz Eziç Restoran yanı

Hareket: 06:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu Rehber: Günsel Palaz, Telefon No: 0533 869 1202

**III) 21 EYLÜL 2025, PAZAR: ALEVKAYASI PİKNIK ALANI - ERMENİ
MANASTIRI - GİRNE KAYASI - ALEVKAYASI PİKNIK ALANI**

Toplanma Yeri: Alevkayası Piknik Alanı

Hareket: 06:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km

Zorluk Derecesi: 3

IV) 27 EYLÜL CUMARTESİ - 28 EYLÜL 2025, PAZAR GÜNÜ:

Deneğimizin Exotic Otel'de yapılacak olan geleneksel konaklamalı gecesinden dolayı yürüyüş olmayacaktır..

NOT 1: Değerli Üyelerimiz 2025 Yılı Aidatı 500₺ olup son ödeme tarihi 30 Eylül 2025'dir.

NOT 2: Derneğimiz yürüyüşlerine Misafir olarak katılan yürüyüşçülerimizden 50₺ Bağış alınmaktadır.

YÜRÜYÜŞLERİMİZE KATILAN TÜM YÜRÜYÜŞÇÜLERİMİZE SAĞLIKLI GÜZEL YÜRÜYÜŞLER DİLERİZ.

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 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