



## DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

### HAZİRAN 2019 PROGRAMI

#### 1- 2 HAZİRAN 2019 PAZAR, ANDIZLI BOĞAZ - GİRNE KAYASI PARKURU (İbrahim Karabardak Parkuru)

Sabah 06.30'da İbrahim Karabardak Parkuru başlangıç yerinden hareket, ring yürüyüşü, takribi 2.5 saat, 7.5 km, Z.D: 3.

**Sorumlu rehber:** Ümit H. Akgönül 0542 859 25 41  
Mustafa Kendir 0533 868 87 94

#### 2- 9 Haziran 2019 PAZAR, ALEVKAYASI - ÇATALAĞAÇ PARKURU

Sabah saat 06.30'da Alevkayası Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü, takribi 2.5 saat. 7.5 km. Z.D: 3.

**Sorumlu rehber:** Tunay YUNAK 0533 877 18 28  
Emete BÜRÜNCÜK 0533 859 32 83

#### 3- 16 HAZİRAN 2019 PAZAR, ERMENİ MANASTIRI – GİRNE KAYASI PARKURU

Sabah saat 6.30'da Alevkayası Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 3 saat, takribi 7 Km. Z.D. 3.

**Sorumlu rehber:** Emete BÜRÜNCÜK 0533 859 32 83  
Hüseyin Güney 0542 852 14 42

#### 4- 23 HAZİRAN 2019 PAZAR, ALEVKAYASI PİKNİK ALANI – VİRAN KİLİSE PARKURU

Sabah saat 6.30'da Alevkayası piknik alanından hareket. Ring yürüyüş, takribi 2.30 saat. 6.5 km. ZD: 2

**Sorumlu rehber:** Ecevit Karahüseyin 0533 860 77 90  
Mustafa Kendir 0533 868 87 94

#### 5- 30 HAZİRAN 2019 ERMENİ MANASTIRI - ADALYA PINARI PARKURU

Saat 06:30'da Alevkayası Piknik alanından hareket, ring yürüyüşü takribi 2:30 saat, takribi 7.5 Km. Z.D. 3

**Sorumlu rehber:** Hüseyin Güney 0542 852 14 42  
Ferdağ Keskin 0533 864 83 80

## PARKUR ZORLUK DERECELERİ:

- Z.D. 1: **KOLAY** – Düz yol zemin düzgün,  
Z.D. 2: **ORTA** – Hafif meyilli basamaklı hafif tırmanma,  
Z.D. 3: **ZOR** – Taş zemin kayalık, inişli çıkışlı ve tırmanma,  
Z.D. 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.

<http://www.cyprus-trekking.com>

## 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 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