

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

TEMMUZ 2021 PROGRAMI

1) 4 TEMMUZ 2021 PAZAR,

GİRNE KAYASI - ERMENİ MANASTIRI - GİRNE KAYASI PARKURU

Buluşma yeri: GİRNE KAYASI

Hareket saati: 6:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 6.5 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Emete Bürüncük, 0533 859 3283

2) 11 TEMMUZ 2021 PAZAR,

PİKNİK ALANI - GİRNE KAYASI GÜNEY YAMACI - GİRNE KAYASI - PİKNİK ALANI PARKURU

Buluşma yeri: ALEVKAYASI PİKNİK ALANI (ÖNEY ŞEMSETTİN TABELA YANI)

Hareket saati: 6.30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: Ümit Akgönül, 0542 859 2541

ÖNEMLİ NOT: Bugünkü Yürüyüş sırasında SMA Tip 1 teşhisi ile yoğun bakımda yatmakta olan Karel Bebek için, Girne Belediyesi Gençlik Platformunun organize ettiği yardım kampanyasının bilet satışları olacaktır.

Bilet satışlarınını Mustafa Kendir bey yapacaktır.

Arzu eden yürüyüşçülerimiz tanesi 10 TL. olan bu biletlerden diledikleri kadar satın alarak Karel bebeğin tedavisi için katkı koyabilirler.

3) 18 TEMMUZ 2021 PAZAR,

GİRNE KAYASI- VİRAN KİLİSE - GİRNE KAYASI PARKURU

Buluşma yeri: GİRNE KAYASI

Hareket saati: 6.30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 6.5 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: Halil Dinç Onur, 0542 853 2333

4) 25 TEMMUZ 2021 PAZAR,

PİKNİK ALANI - ADALYA PINARI - PİKNİK ALANI PARKURU

Buluşma yeri: ALEVKAYASI PİKNİK ALANI (ÖNEY ŞEMSETTİN TABELA YANI)

Hareket saati: 6.30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 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 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