

DAĞCILIK SPOR DERNEĞİ

KASIM 2024 PROGRAMI

NOT: Misafir yürüyüşçülerimizden DerneĐimiz için 30.-₺ katkı / bağış alınmaktadır. 2024 yılına ait üyelik aidatlarının (yıllık 500 TL) son ödeme tarihi 30 Kasım 2024'dür.

1) 3 KASIM 2024 PAZAR, LEFKE VE ÇEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Atatürk anıtı yanı

Hareket saati: 07.30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 7 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: **Tunay YUNAK, 0533 877 1828**

✨ NOT: Yürüyüş günü Lefke Hurma Festivali olacaktır, arzu eden yürüyüşçülerimiz Festivale katılabilir.

2) 10 KASIM 2024 PAZAR, ST. HİLARİON - DOĐRUYOL PARKURU

Toplanma yeri: St. Hilarion park yeri

Hareket saati: 07.30

Süre: 2,5 saat

Mesafe: 6,5 km.

Zorluk Derecesi: 3

Sorumlu rehber: **Ahmet KESKİN, 0533 855 1616**

3) 17 KASIM 2024 PAZAR, ARAPKÖY GÖLETLER VE ÇEVRESİ PARKURU

Toplanma yeri: Hurma Restoran yanı

Hareket saati: 07.30

Süre: 2 saat

Mesafe: 6,5 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: **Hüseyin GÜNEY, 0542 852 1442**

4) 24 KASIM 2024 PAZAR, ÇINARLI NARLI VADİ PARKURU

Buluşma yeri: Çınarlı köyü Köy meydanı

Hareket saati: 07:30

Süre: 2.5 saat

Mesafe: 8 km.

Zorluk Derecesi: 2

Sorumlu rehber: **Emete BÜRÜNCÜK, 0533 823 1861**

NOT 1:

✨ Yürüyüş sonrasında Çınarlı Köy kahvesinde yürüyüş katılanlara Derneğimizin kahve ikramı olacaktır.

NOT 2:

✨ Hava durumuna veya Orman Dairesi'nin ormanlara girişle ilgili alacağı kararlara göre programda değişiklik olabilir.

✨ Yürüyüş esnasında sigara içilmesi veya çevreye ateşli cisim ve/veya yanıcı madde atılması kesinlikle YASAKTIR.

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 kертikli 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