



به نام خدا  
باشگاه کوهنوردی تهران  
تقویم ورزشی شش ماه اول سال ۱۳۹۳

لزوماً تنها دستاورد ما از کوهستان ایستادن بر فراز قله ی بلند نیست. دلخان داری

ردیف	تاریخ			مدت (روز)	منطقه	سرپرست	کمک سرپرست	توضیحات (محور برنامه)
	فصل	ماه	روز					
۱	فروردین	فروردین	۲۲	۱	گردته دیزین	لیلا عزیزی همتی	امیر ملک	-
				۲	تله زنگ	محمد رنوقی	قلامرزا اصغری	-
				۱	بتد یخچال	جعفر جوهری	-	مرور مطالب کارآموزی غار
۲	فروردین	فروردین	۲۹	۱	افچه	پریا حیدری	ابوالفضل زمانی	-
				۱	بتد یخچال	محمد مشهدی قاسم	-	مبایث اولیه ستگ توردی
				۱	حسن در	علی تصویری	-	-
۳	اردیبهشت	اردیبهشت	۵	۱	بتد یخچال	توید عبدالوحد	-	کارگاهها و حمایت
				۱/۵	کوشک	سعید میرجلالی	یوسف کشتایی	-
				۱	اراک	میثم صدیقی	-	تمرین اصول غرنوردی در غارهای عمودی
۴	اردیبهشت	اردیبهشت	۱۲	۱	دوبرار	علی حقگو	محسن لطیفیان	-
				۱	هملون	سمیه مشهدی قاسم	-	ابزارشناسی و روشهای فزود
				۱	لواسان	فرزاد حدادی	-	سد لتیان به رودهن
۵	اردیبهشت	اردیبهشت	۱۹	۱	بتد یخچال	تازتین یغمایی	-	-
				۲	گیلان	حسین صفری	قلامرزا اصغری	پیمایش جنگل و مبایث جنگل توردی
				۱	ایگل	هاشم شاهی	محمدرضایولی محمد	-
۶	اردیبهشت	اردیبهشت	۲۶	۱	لسون	رضا برمکی	-	اصول صعود کرده ای
				۱	توا	هیث مدیره	-	خاتوادگی-سالگرد تاسیس باشگاه
				۱	لواسان	متصوره رجیلو	حمید تاملوری	-
۷	اردیبهشت	اردیبهشت	۲	۱	دشت لار	علی تصویری	-	-
				۱	بتد یخچال	مجید درودگر	-	مبایث صعود دیواره
				۱	حسن در	استاد عرب	ابوالفضل زمانی	حضور کلیه اعضا
۸	اردیبهشت	اردیبهشت	۹	۲	دیلمان	امیر هوتنگ پهلوان زاده	-	رسم آباد به درفک
				۲	تخت سلیمان	توید هترکار	راضیه خادمیان	مبایث صعود یخچال
				۲	تخت سلیمان	حسین باقری	رضا تجاری	-
۹	اردیبهشت	اردیبهشت	۱۶	۲	اصفهان	تازتین یغمایی	-	پیمایش
				۱	توا	آرش ذبیحی	قاسم سلطان	-
				۱	پل خواب	مهسا وهاب تژاد	-	صعودهای مصنوعی
۱۰	اردیبهشت	اردیبهشت	۲۲	۱	پل خواب	مهسا وهاب تژاد	-	صعودهای مصنوعی
۱				بتد یخچال	مجید درودگر	مهران امیری	حضور کلیه اعضا	
۱				بتد یخچال	مجید درودگر	مهران امیری	حضور کلیه اعضا	

روزه	ردیف	نام خانوادگی	نام	تعداد	مقدار	نوع	محل
۱۲	۶	چیکرو	۲	لار	مسعود محمدی	تدا وهاب تواد	روداد
	۱۳	جیرک	۱	گرمابدر	حمید تاملوری	حسام طاهر زاده	
	۱۳	پیرزن کلون	۱	گرمابدر	علی نگهبان	حمید آقاسولی	
	۲۰	کلکچال	۱	جمشیدیه	تادر حسینی	صعود شبانه	
	۲۰	غار سراب	۱/۵	همدان	حسین صفری	بیمایش غارهای ایلی	
	۲۷	سسته زا	۲	لار	کوروش حسن زاده	تیما الهیار	
	۲۷	دره اندرسم	۲	کتدوان	علی تصویری	میثم صدیقی	
	۲۷	سکه تو	۱	دیزین	حسن دیبائی	امیر حبیبی	
	۳	داراباد	۱	داراباد	محسن تاملری	صعود شبانه	
	۳	غار کلهرود	۱/۵	اصفهان	تازتین یغمایی	-	
۱۳	۱۰	قلل منطقه زردکوه	۴	کوهسنگ	محمد رونقی	عماد روحانی	روداد
	۱۷	لوارک	۱	رتدان	علیرضا احمدی	علیرضا زارعی	
	۱۷	شاه دز	۱	خور	شهریز مختاری	هادی ملکی	
	۲۴	دوچرخه کوهستان	۲	طالقان	مرتضی جهاتگیری	دریاچه طالقان	
	۲۴	گرده الماتپا	۲	تخت سلیمان	علی تصویری	حسین صالحی	
	۲۴	هفت خواتی (سوزن سر)	۲	تخت سلیمان	محمد رونقی	علی نگهبان	
	۳۱	خرستگ	۱	آبتیک	کمال برمکی	قادر اسدی	
	۳۱	مهرچال	۱	امامه	امیر هوتنگ بهلوان زاده	جواد مشایخ	
	۳۱	غار اویشو	۱.۵	ماسال گیلان	میثم صدیقی	-	
	۳۱	دره کمجل	۲	سیاه بیشه	محمد سید آقایی	ابراهیم حاجی زاده	
۱۴	۷	درفک	۲	رستم آباد	علی دهقان	فرهاد چمتی	روداد
	۱۴	هفت خوان	۱	آزاد بر	رضا گلریز	سعید میرجلالی	
	۲۱	دوچرخه کوهستان	۲	بابل	فرهاد شریف	مطلقه شیخ موسی	
	۲۱	دملودت (چهار جبهه)	۲	تاندل	امیر عبدالهی	علی عسگری	
	۲۱	دوچرخه کوهستان	۲	تاندل	سعید پتاهی	کمال اسدی	
	۲۱	دوچرخه کوهستان	۲	پلور	حسن فولادی	پریا حیدری	
	۲۱	دوچرخه کوهستان	۲	پلور	حسین صالحی	توید عبدالوحد	
	۲۸	غار دوکچی قلاچی	۲.۵	یوکان	جعفر جوهری	عکاسی غار	
	۲۸	پلتگ چال	۱	درکه	قاسم سلطان	مهدی توریان	

توضیحات :

- جلسات هفتگی سه شنبه ها ساعت ۱۸ الی ۲۰ برگزار می شود.
- سرپرست برنامه ها موظف است بلافاصله بعد از انجام برنامه یک تسخه گزارش کتبی همراه با فایل گزارش و تصاویر برنامه را به کمیته اجرایی تحویل نماید.
- سرپرستان برنامه ها موظفند پرچم باشگاه را برای گرفتن عکس در برنامه از اقبال تحویل بگیرند.
- سرپرستان برنامه ها موظفند فرم "ارزیابی سرپرست" را از کمیته اجرایی تهیه و بلافاصله بعد از انجام برنامه بین تفرات توزیع و بعد از تکمیل به کمیته مذکور عودت نمایند.
- سرپرستان برنامه ها موظفند در حین ثبت نام فرم "پیش ثبت نام" را از کمیته اجرایی تحویل و تفرات شرکت کننده را به تایید کمیته های ذیصلاح برسانند.
- ثبت نام برای شرکت در برنامه ها در جلسه عمومی صورت می گیرد.
- سرپرستان می توانند در صورت تیار و بر طبق آیین نامه اقبال وسایل مورد تیار را از اقبال باشگاه تهیه نمایند.