



گاهنامه شش ماهه اول سال ۱۴۰۲

باشگاه بامداد

ردیف	برنامه	منطقه	مدت	تاریخ	نوع برنامه	سرپرست - مربی	توضیحات
۱	تنگه هرایرز	نورآباد	۱ روز	۱۴۰۲/۱/۲	کوهپیمایی	مکتبی فرد	
۲	آبشار تله زنگ	خوزستان	۵ روز	۷ الی ۱۴۰۲/۱/۱۱	ترکینگ	جارزاده-رئیس	
۳	قله دراک	شیراز	۱ روز	۱۴۰۲/۱/۱۷	صعود قله	پورقربان	مهتاب نوردی
۴	آب بُنه	ظفرآباد	۱ روز	۱۴۰۲/۱/۱۸	کوهپیمایی	ژبانی	
۵	کلاه پری	کمهر	۱ روز	۱۴۰۲/۱/۲۵	کوهپیمایی	دیدبان	
۶	کان صیفی	ایلام	۵ روز	۱۳۰ الی ۱۴۰۲/۲/۳	صعود قله، گشت ایلام	رئیس	طرح سیمرغ
۷	آب بریز	کوشک بیدک	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۱	کوهپیمایی	خسروانی	
۸	دلو	کهمره سرخی	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۸	صعود قله	طاقدیسی	
۹	مورپریسه	کاکان	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۱۵	کوهپیمایی	خرم	
۱۰	ریزبلند	اردکان	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۲۲	صعود قله	پورقربان	
۱۱	برم فیروز	اردکان	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۲۲	کوهپیمایی	برخوردار	
۱۲	دره مرغک	استهبان	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۲۹	کوهپیمایی	شهریاری	
۱۳	کوه بری - بلقیس	همدان-زنجان	۵ روز	۲۵ الی ۱۴۰۲/۲/۲۹	صعود قله	شرفیان - فرمانی	طرح سیمرغ
۱۴	ده شیخ	ياسوج	۱ روز	۱۴۰۲/۲/۲۹	پیمایش غار	رئیس	
۱۵	قلم	دنا	۱/۵ روز	۱۴۰۲/۳/۵ و ۴	صعود قله	دیدبان خسروانی	پیش نیاز پراو
۱۶	پراو	کرمانشاه	۵ روز	۱۱ الی ۱۴۰۲/۳/۱۵	صعود قله	خسروانی	طرح سیمرغ
۱۷	تنگ خرسی	بیضا	۱ روز	۱۴۰۲/۳/۱۹	کوهپیمایی	توانگری	
۱۸	کل قدویس	دنا	۱/۵ روز	۲۵ و ۱۴۰۲/۳/۲۶	صعود قله	دشتیانی - فرمانی	پیش نیاز سیلان
۱۹	تنگ گمبیل	بهشت مکان	۱ روز	۱۴۰۲/۴/۲	کوهپیمایی	یزدانی	
۲۰	سیلان	قزوین	۴ روز	۵ الی ۱۴۰۲/۴/۹	صعود قله	فرمانی	طرح سیمرغ
۲۱	کل گه	کمهر	۱ روز	۱۴۰۲/۴/۹	کوهپیمایی	ژبانی	
۲۲	تنگ مهریون	ياسوج	۱ روز	۱۴۰۲/۴/۱۶	کوهپیمایی	دیدبان	
۲۳	مارگون	کمهر	۱ روز	۱۴۰۲/۴/۳۰	کوهپیمایی	یزدانی	از مسیر کل دوگوش
۲۴	خلنو	تهران	۴ روز	۳ الی ۱۴۰۲/۵/۶	صعود قله	شرفیان-فرمانی	طرح سیمرغ
۲۵	گردو کنک	تنگ سرخ	۱ روز	۱۴۰۲/۵/۱۳	کوهپیمایی	خرم	جاده اردکان - یاسوج
۲۶	دراک	شیراز	۱ شب	۱۴۰۲/۵/۱۳	صعود قله	طاقدیسی	پیش نیاز کلونچین
۲۷	خرانداز	تنگ سرخ	۱ روز	۱۴۰۲/۵/۲۰	کوهپیمایی	ژبانی	جاده اردکان - یاسوج
۲۸	کلونچین	چهارمحال بختیاری	۴ روز	۲۴ الی ۱۴۰۲/۵/۲۷	صعود قله	طاقدیسی	طرح سیمرغ
۲۹	قله قلات	قلات	۱ روز	۱۴۰۲/۶/۳	صعود قله	فرمانی	پیش نیاز شاه البرز
۳۰	نوچ قلات	مرودشت	نیم روز	۱۴۰۲/۶/۱۰	صعود قله	رئیس	
۳۱	شاه البرز	کرج	۳ روز	۱۵ الی ۱۴۰۲/۶/۱۷	صعود قله	محمدی	طرح سیمرغ
۳۲	قوچ خوس - آهنگری	کمهر	۲ روز	۲۳ و ۱۴۰۲/۶/۲۴	صعود قله	مکتبی فرد	کمپ: پولادکف
۳۳	دشت مور	اردکان	۱ روز	۱۴۰۲/۶/۳۱	کوهپیمایی	شرفیان	

* صعود قله دماوند در نیمه اول شهریور اجرا می شود.

* قله های جایگزین: سبلان، علم کوه، پازن پیر، مورگل، هزار، شیرکوه، طزرجان، رنج

* در برنامه های صعود قله ،اولویت شرکت با اعضا رسمی باشگاه است.

* تمرین های کوهپیمایی هفتگی باشگاه، روزهای یکشنبه، دوشنبه و چهارشنبه است.

* تمرین آمادگی جسمانی، روزهای یکشنبه و سه شنبه برگزار می شود.