

برنامه فصل بهار گروه کوهنوردی البرز رشت



تاریخ	قله	منطقه	سطح برنامه	ساعت و محل حرکت	سرپرست	راهنما
۹۳/۰۱/۱۲-۸	چهل چشمه	کردستان	کوهپیمایی	۱۲ شب ۰۷/۰۱/۹۳	محبوب	طهری
۹۳/۰۱/۲۲	ریز روبار	ماسوله	کوه گشت	۶ صبح - عضدی	رجب زاده	اکبریان
۹۳/۰۱/۲۹	مجمع عمومی گروه کوهنوردی البرز رشت			اعلام خواهد شد		
۹۳/۰۲/۰۵	کوه روبار	ماسوله	کوه گشت	۵ صبح - جنب فروشگاه رفاه	خانم منشی	برنامه گانوان کوهنوردان
۹۳/۰۲/۱۹	فیلمده	رودبار	کوه گشت	۶ صبح - عضدی	محمود آفاجانی	هادی زاده
۹۳/۰۳/۰۲	آسمان سرا	منجیل	کوهپیمایی	۵ صبح - عضدی	رجبی	محبوبی
۹۳/۰۳/۱۵-۱۴	کهرناز	کرج	کوهپیمایی	۱۲ شب ۱۳/۰۳/۹۲ عضدی	افضلی	محبوب
۹۳/۰۳/۳۰	آلوبن	شهر بیجار	کوه گشت	۶ صبح عضدی	هوشیار	آذر نون

فوق برنامه های آموزشی گروه کوهنوردی البرز

موضوع	تاریخ	زمان	مکان	مدرس
بررسی آسیب های ورزشی	۹۳/۰۲/۱۰	۷ عصر	هشت کوهنوردی رشت	خانم منشی
آموزش تئوری کار با GPS و قطب نما	۹۳/۰۲/۲۴	۷ عصر	هشت کوهنوردی رشت	آقای فخرایی

توضیحات:

- ۱- ثبت نام در روزهای سه شنبه و چهارشنبه ساعت ۶ الی ۸ عصر بعمل می آید.
- ۲- کلبه برنامه ها در صورت نامساعد بودن شرایط جوی دارای جایگزین می باشد.
- ۳- شرکت کنندگان در صعود ملزم به داشتن تجهیزات انفرادی، کارت عضویت و بیمه ورزشی می باشند.
- ۴- حضور شرکت کنندگان رأس ساعت مقرر در مکان تعیین شده جهت اجرای صحیح زمان بندی برنامه و رعایت نظم الزامی است.

آدرس محل ثبت نام:

رشت - ابتدای خیابان بیستون،
جنب نامن الانمه، بن بست سرریپ
پور، شرکت راش فیلم کیلان

تلفن روابط عمومی: ۰۹۱۱۸۳۳۵۵۰۶

وبلاگ گروه کوهنوردی البرز رشت
alborzgroup71-rasht.blogfa.com

ایمیل گروه کوهنوردی البرز رشت
alborzgroup71_rasht@gmail.com