

جدول برنامه‌های سه ماهه تابستان ۱۳۹۷

«باشگاه کوهنوردی و سنگنوردی اسپیلت»

ردیف	عنوان برنامه (اسامی قله)	تاریخ اجرا	مدت برنامه	منطقه	توضیحات
۱	جانستون	۱ تیر	۱ روزه	فشم	روستای آبنیک
۲	پورا	۸ تیر	۱ روزه	ارنگه جاده چالوس	صعود جمعی به مناسبت دوازدهمین سال تولد باشگاه اسپیلت
۳	سرکچال	۱۵ تیر	۱ روزه	لالان - فشم	مسیر شانه شرقی
۴	کلونچی	۲۱ و ۲۲ تیر	۱.۵ روزه	شهرکرد	بلندترین قله استان چهارمحال و بختیاری
۵	برنامه پیشنهادی اعضا	۲۲ تیر	۱ روزه	----	----
۶	کمان کوه	۲۹ تیر	۱ روزه	والنگرود	جاده چالوس
۷	ناظر بزرگ	۵ مرداد	۱ روزه	نمارستاق	جاده هراز
۸	شاه البرز	۱۲ مرداد	۱ روزه	طالقان	بلندترین قله استان البرز
۹	دوبرار شرقی و غربی	۱۹ مرداد	۱ روزه	لاسم	جاده هراز
۱۰	دوخواهران	۲۶ مرداد	۱ روزه	دشت لار	جاجرود
۱۱	دماوند مسیر شمالی	۳۱ مرداد و ۱ شهریور	۳ روزه	ناندل	بلندترین قله استان مازندران
۱۲	برنامه پیشنهادی اعضا	۲ شهریور	۱ روزه	----	----
۱۳	علم کوه - سیاه سنگ - شاخک	۸ و ۹ شهریور	۲ روزه	کلاردشت	مسیر علم چال به حصارچال
۱۴	برنامه پیشنهادی اعضا	۹ شهریور	۱ روزه	----	----
۱۵	گرچان و هفت خانی	۱۶ شهریور	۱ روزه	جاده چالوس	از مسیر کیاسر به آزادبر
۱۶	آزادکوه	۲۳ شهریور	۱ روزه	بلده	مسیر کلاک به نسن
۱۷	سبلان مسیر غربی	۲۸ تا ۳۰ شهریور	۳ روزه	مشکین شهر	بلندترین قله استان اردبیل
۱۸	برنامه پیشنهادی اعضا	۳۰ شهریور	۱ روزه	----	----

توضیحات مهم:

- برنامه‌های ردیف ۴، ۱۱ و ۱۷ جزء قله ۳۱ گانه مرتفع استان‌های کشور می‌باشند.
- برنامه ردیف ۲ به مناسبت دوازدهمین سال تأسیس باشگاه اسپیلت برنامه‌ریزی گردیده که انتظار می‌رود با اکثریت حضور اعضا برگزار شود.
- برنامه‌های آموزشی، فنی و برون مرزی به طور جداگانه اعلام می‌شود.
- این برنامه‌ها زیر نظر مسئول باشگاه اجرا می‌گردد و ویژه اعضای رسمی باشگاه است، لذا حضور مهمانان فقط با مصاحبه و ثبت نام حضوری امکان پذیر است.
- تابستان فصل صعود قله مرتفع است، لذا برنامه‌های این جدول اکثراً صعود قله ۴۰۰۰ متر به بالا می‌باشد.
- جهت اجرای برنامه‌های پیشنهادی، چنانچه یک هفته قبل از آن، قله‌ای از سوی اعضا اعلام نگردد، باشگاه به طور مستقیم برنامه‌هایی را در ردیف‌های ۵، ۱۲، ۱۴ و ۱۸ اعلام خواهد کرد.
- از کلیه اعضا تقاضا می‌شود با آمادگی کامل که بعضاً با تمرینات مناسب بدن سازی و هوازی در طی هفته کسب می‌شود در این برنامه‌ها شرکت نمایند.