

باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند

تقویم سنگنوردی		
محل اجرا برنامه	عنوان	تاریخ اجرا برنامه
بند یخچال	کارگاه های سنگنوردی / فرود / صعود و حمایت قرقره	۱۳۹۹/۰۵/۰۳
بند یخچال	صعود و حمایت سرطناب / قفل ابزار و گره حمایت / فرود	۱۳۹۹/۰۵/۱۷
پل خواب	صعود مصنوعی	۱۳۹۹/۰۵/۳۱
بند یخچال	صعود میمونی و بالاکشی	۱۳۹۹/۰۶/۱۴
پل خواب	ابزارگزاری در صعود طبیعی و مصنوعی	۱۳۹۹/۰۶/۲۱
پل خواب	صعود کرده ای چند طول در دیواره	۱۳۹۹/۰۶/۲۸
سوری قزوین و علی آباد منجیل	سنگنوردی	۱۳۹۹/۰۶/ ۱۱و۱۰

- شماره تماس برای هماهنگی حضور در برنامه ها ۰۹۱۲۳۰۴۷۳۶۵ آقای مجید نژاد غلامی
- باتوجه به شرایط موجود ، برنامه های فوق با رعایت کامل پروتکل بهداشتی اجرا می شود و شرکت کنندگان در برنامه موظف به رعایت پروتکل بهداشتی و همراه داشتن ماسک و محلول ضد عفونی دست می باشند.
- داشتن بیمه ورزشی الزامی است.
- داشتن ابزارهای مربوط به برنامه بر عهده شرکت کنندگان می باشد و در صورت کمبود لوازم با مسئول برنامه ها تماس بگیرید.
- تمامی ابزار های فنی باید دارای استانداردهای لازم باشد.
- شرکت در برنامه های انتهایی تقویم منوط به حضور در برنامه های اولیه و یا تایید سرپرست کارگروه سنگنوردی می باشد.
- با توجه به تعداد شرکت کنندگان و یا تصمیم سرپرست و میزان توانایی نفرات احتمال تغییر در برنامه وجود دارد.
- دارا بودن مدرک کارآموزی سنگنوردی مقدماتی الزامی است.