



عنوان برنامه : صعود به قله ریزان (در جنوب منطقه البرز مرکزی و در استان تهران قرار گرفته است. از نظر تقسیمات استانی ریزان در منطقه لواسانات و در شمال روستای افجه و دشت وسیع هویج واقع شده است.)

تاریخ اجرای برنامه : 1396/04/02

ارتفاع قله مطابق نقشه توپوگرافی: 3571 متر

ارتفاع مبدا حرکت : حدود 2000 متر

آغاز برنامه : 06:51

صعود به قله ریزان : 12:20

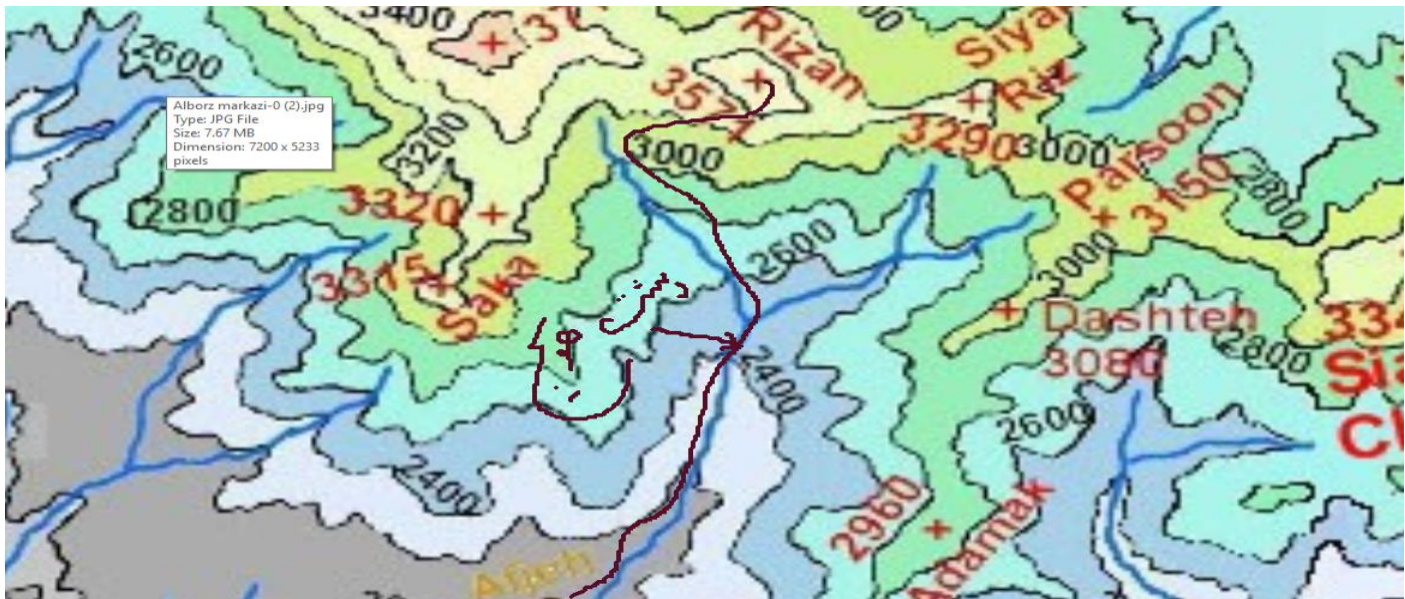
پایان برنامه : 16:43

کل زمان توقف به جهت استراحت و آموزش: 105 دقیقه

مسیر صعود : لواسون ، روستای افجه ، دشت هویج (گرچال)

شرایط جوی: خنک همراه با باد ، آفتابی

موقعیت جغرافیایی : ریزان بر روی خط الراس غربی شرقی در جنوب منطقه البرز مرکزی قرار گرفته است



مسیرهای صعود به قله ریزان:

- 1) مسیر جنوبی صعود به ریزان از روستای افجه آغاز می‌شود و پس از عبور از دشت هویج یال منتهی به قله ریزان را می‌بایست پیمود. این مسیر کلاً حدود 7 کیلومتر است و میبایست حدود 1500 ارتفاع گرفت.
 - 2) مسیر دیگر رسیدن به ریزان مسیر خط الراس غربی است که بدین ترتیب پس از صعود آتشکوه با ادامه مسیر خط الراس به سمت شرق می‌توان به ریزان صعود کرد. همچنین امکان پیمایش مسیر خط الراس از سمت شرق قله ریزان، یعنی پس از صعود به قله پرسون و یا گردنه بین پرسون و ریزان و ادامه مسیر به سمت ریزان هم موجود است.
 - 3) دیگر مسیر صعود ریزان مسیر شمالی است که از دشت لار آغاز می‌شود، این مسیر شیب بیشتری نسبت به مسیر جنوبی دارد و معمولاً پر برف تر است.
- منبع : علی مقیم کوهنوردی در ایران. تهران: روزنه، 1385.



گونه های گیاهی :

علاوه بر باغ های میوه بین راه ، آویشن، چای کوهی، فرقیون، اسپرسو کوهی ، گلپر ، خیارک ، بومادران، و...



گونه های جانوری :

همستر، روباه، کل ، بز کوهی، ...

سرپرست برنامه : آقای وحید بهرامی

کمک سرپرست : آقای پوریا مهدوی خواه

اسامی شرکت کنندگان در برنامه :

شیرین پناهی ، کامبیز مودی ، علیرضا پویان، حسین بختیاری ، سمانه شیرنژاد، سارا بیت الله پور ، مجید رحیمی راد، محمد رحیمی ، شقایق فروغی، سارا طاوولی ، محمدرضا حسین زاده، مسعود نباتی ، پریناز فریزی ، محمود خزائی

شرح برنامه :

بنا به اعلام قبلی قرار بر این بود راس ساعت 5:30 در محل باشگاه دماوند حضور داشته باشیم که پس از سوار شدن به مینی بوس به سمت لواسون حرکت کردیم. ساعت 07:04 پس نرمش و گرم کردن برنامه آغاز شد. مسیر کاملا پاکوب و مشخصه. آسمان آبی ، نسیم صبحگاهی ، عبور از باغ های میوه و خنکای هوا صعود دلچسبی و نوید میداد.



در بین راه آقای بهرامی از اهمیت گام برداری ، تنفس و نظم در راه رفتن صحبت کردند. ساعت 08:05 رسیدیم دشت هویج، صبحانه خوردیم.



ساعت 08:35 دقیقه به سمت قله حرکت کردیم.



در بین راه برای آموزش و عکاسی و استراحت (به مدت 5 دقیقه) استراحت می‌کردیم.



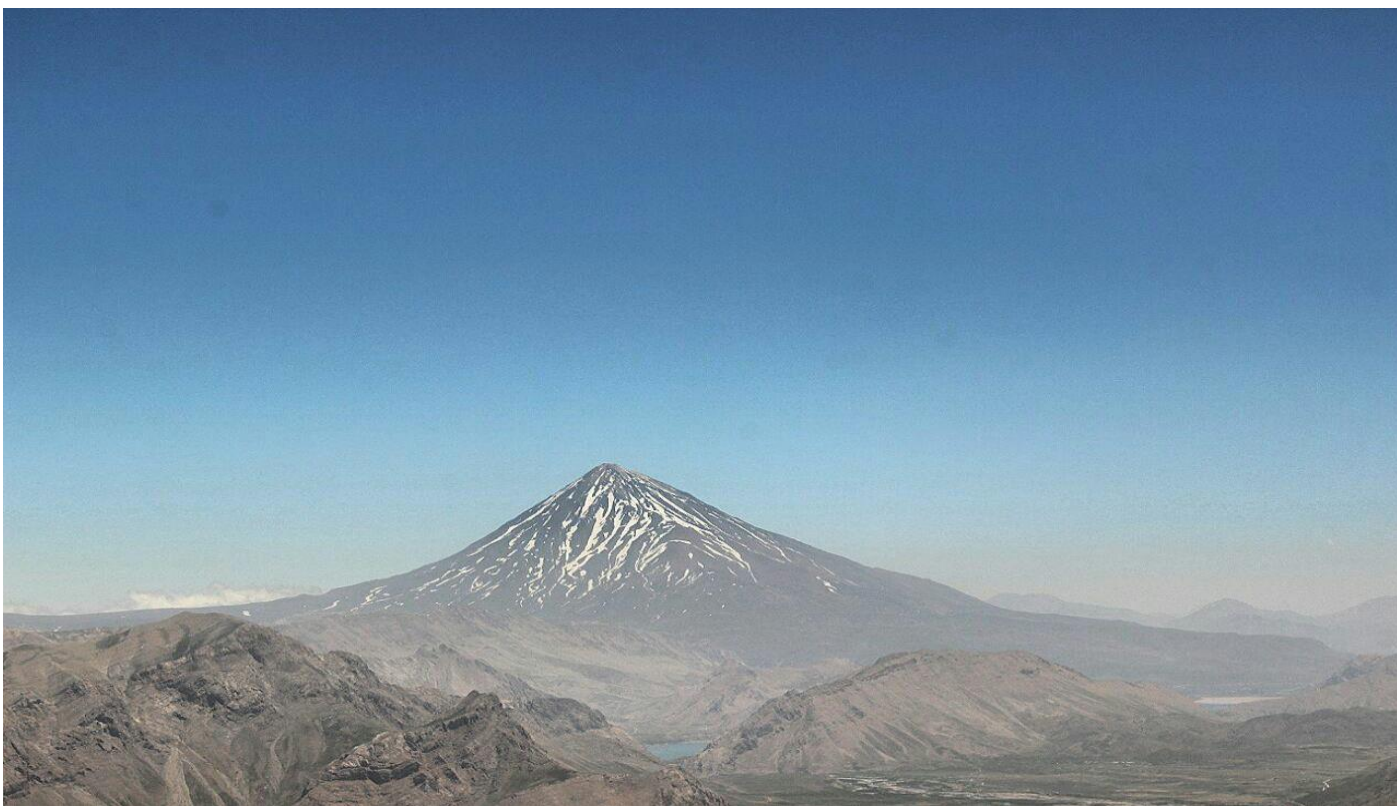
حدود 45 دقیقه زیر قلّه مجبور بودیم دست به سنگ بشیم. یکی از هموردان (خانم فروغی) به علت سرگیجه و عدم تعادل با طناب انفرادی به آقای بهرامی متصل شد. در حین عبور از این مسیر سنگ بزرگی از زیر پای یکی از دوستان در رفت و نزدیک بود به سر دوست دیگری برخورد کند که خدا رو شکر با برخورد به تکه سنگ دیگری تغییر مسیر داد و خطر از سر تیم رد شد.

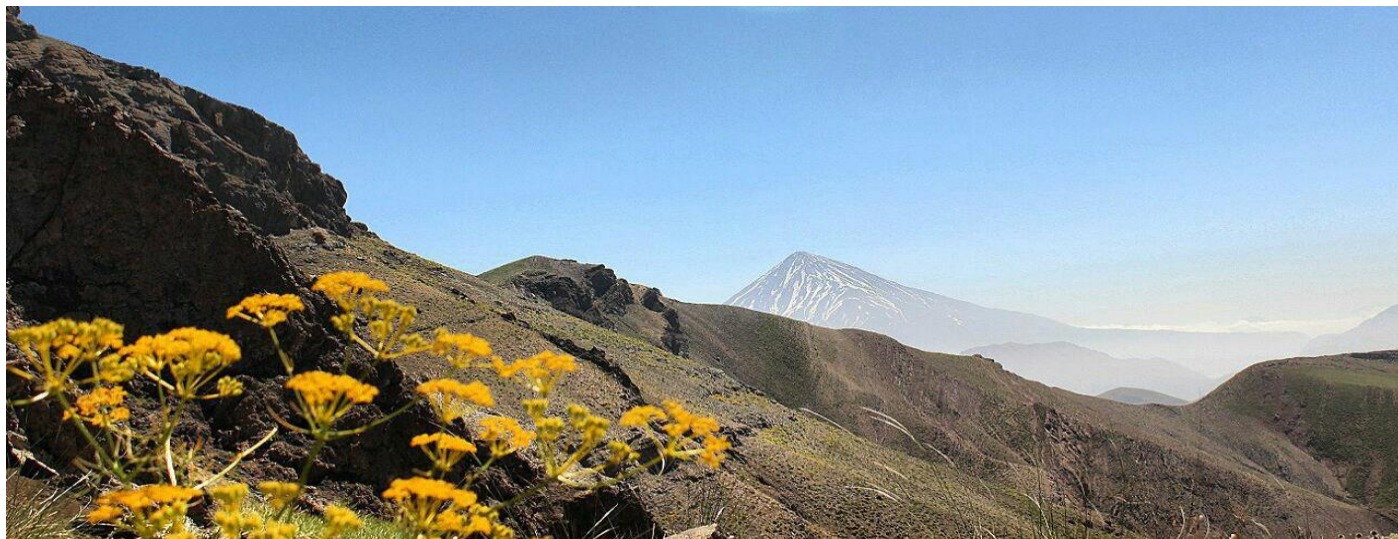


ولی بعد به مسیر ادامه دادیم. ساعت 12:20 همه روی قلّه بودیم. پس از عکاسی، استراحت و خوردن تنقلات به توضیحات آقای مهدوی در باره موقعیت جغرافیایی قلّه و قله اطراف گوش دادیم.



از روی قله ریزان میتوان دماوند ، دشت و دریاچه سد لار . سد لتیان ، پیرزن کلون ، پرسون، سرسیاه غارها، آتشفکوه، ساکا و دید.





ساعت 12:45 به سمت پایین فرود آمدیم. خب در اینجا با توجه به اهمیت مدیریت زمان که آقای بهرامی تذکر دادند ، تعدادی از دوستان شیطننت کردند و دیرتر به سمت پایین حرکت کردیم.



پس از عبور از مسیر شن اسکی و فرار گرفتن در مسیر پاکوب ، در ساعت 15:10 به دشت هویج رسیدیم .



پس از کمی استراحت ، صرف نهار و ... ساعت 15:35 به سمت معدن حرکت کردیم . ساعت 16:43 دقیقه پایان برنامه.

این برنامه چند تا نکته جالب برای من داشت؛

- 1) سرپرست برنامه آقای بهرامی بودند که خب باعث شد صمیمیتی بین دوستان و ایشون برقرار بشه. که ایشون قول دادند غیر از برنامه های باشگاه تیم 96 به یک برنامه 2 روزه دیگه ببرند (قله ناظر). که خب برای همه ما هیجان انگیز بود.
- 2) آقای بهرامی قول دادند زمستان با شروع و آغاز به کار پیست های اسکی ، ورودی های 96 رو با خودشون ببرند.

با تشکر از سرپرستی عالی و زمانبندی بی نقص آقای بهرامی و تشکر از کمک سرپرستی آقای مهدوی

تشکر ویژه از آقای خزایی نازنین برای ثبت چنین لحظاتی

عکاس: محمود خزایی

تهیه کننده گزارش: شیرین پناهی

