



گروه کوه‌نوردی فارغ التحصیلان دانشگاه امیرکبیر (پلی تکنیک تهران)  
فرم گزارش برنامه

بخش نخست: اطلاعات کلی برنامه

عنوان برنامه:	اشترانکوه دریاچه گهر	نوع برنامه:	کوهنوردی
سطح برنامه:	سنگین	سطح فنی برنامه:	غیرفنی
منطقه ی برنامه:	اشترانکوه	بلندی قله:	سن بران: ۴۱۵۰ متر گل گل: ۴۰۵۰ متر گل گوهر: ۳۹۵۰ متر
تاریخ برنامه:	۹۳/۵/۷ الی ۹۳/۵/۱۱	شمار روز برنامه:	۴ روز
مکان آغاز برنامه:	راه آهن تهران	ساعت آغاز برنامه:	۹:۰۰
تجهیزات عمومی مورد نیاز:	<input checked="" type="checkbox"/> چادر <input type="checkbox"/> کلنگ <input checked="" type="checkbox"/> ناب چه انفرادی		
فهرست کامل تجهیزات همراه در این برنامه:	کفش کوهپیمایی (ترجیحا سافدار) - بادگیر ضد آب - باتوم - کرم ضد آفتاب - کوله - بطری آب دو و نیم لیتری - فلاسک چای - کمکهای اولیه ی شخصی - چراغ پیشانی با باتری اضافی - زیر انداز - عینک آفتابی و کلاه آفتاب گیر - کیسه خواب - دستمال کاغذی و روزنامه - کارت بیمه ورزشی سال ۹۳ - کارت شناسایی		
سرپرست:	محمد مظاهری	رایانامه:	mohamad1348103@gmail.com
سرپرست فنی برنامه:	محمد مظاهری	رایانامه:	mohamad1348103@gmail.com
گزارش نویس:	اکرم ملامحمدی	رایانامه:	akrammohamadi60@yahoo.com
راهنما:	جمشید محمدی	شماره تماس راهنما:	
مسئول عکس:	یوسف تقی زاده	مسئول مالی:	تیرازه عیوضی
مسئول جی پی اس:	مریم لارنی	مسئول محیط زیست:	مریم لارنی

بخش دوم: ترابری

برنامه هایی که با وسیله نقلیه عمومی طی می شود

مشخصات مسیر رفت		مشخصات مسیر برگشت	
شهر اصلی:	ازنا	نام روستا:	دربند - تیون
وسيله نقلیه از تهران تا نزدیکترین شهر اصلی:	قطار	وسيله ی نقلیه از روستا تا نزدیکترین شهر اصلی:	نیسان/وانت
هزینه به ازای هر فرد:	۱۱۸۰۰ تومان	هزینه به ازای هر فرد:	۳۰۰۰ تومان
جاده دسترسی به روستا:	آسفالت	جاده دسترسی از روستا به شهر اصلی:	آسفالت
وسيله نقلیه تا روستا:	نیسان/وانت	وسيله نقلیه از شهر اصلی تا تهران:	قطار
هزینه به ازای هر فرد:	-	هزینه به ازای هر فرد:	۱۱۸۰۰ تومان

نام روستا:	روستای تیون	شهر اصلی:	ازنا
مدت زمان رسیدن به مقصد:	۱۵ دقیقه	مدت زمان رسیدن به مبدأ:	۹ ساعت

**بخش سوم: زمانبندی برنامه**

**روز نخست: سه شنبه ۹۳/۰۵/۰۷**

مدت زمان پیمایش شده:	۴ ساعت	نوع مسیر:	خاکی با شیب متوسط
مشخصات مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input type="checkbox"/> است به سن گ <input type="checkbox"/> سن اس کی	شمار چشمه های موجود در مسیر:	۱ عدد (چشمه گل گل)
نوع شب مانی:	پناهگاه	گنجایش محل شب مانی (فرد):	۳۰ تن
دسترسی به آب در شب مانی:	دارد- در فاصله نزدیک	نوع دسترسی به آب در شب مانی:	چشمه
وضعیت آب و هوا:	آفتابی	وضعیت دمای هوا:	گرم
چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:	:	مکان:	توضیحات:
	۹:۳۰	حرکت قطار از تهران	
	۱۳:۰۰	توقف در ایستگاه قم	
	۱۸:۵۰	ایستگاه دربند	
	۱۹:۱۵	روستای تیون	
	۱۹:۳۰	شروع حرکت از تیون	
	۲۱:۰۰	استراحت اول (۱۵ دقیقه)	
	۲۲:۲۰	استراحت دوم (۱۰ دقیقه)	
۲۳:۳۰	جان پناه و چشمه ی گل گل		

**توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:**

پس از رسیدن به روستای تیون راس ساعت ۱۹:۳۰ مسیر پاکوب با شیب ملایم را آغاز کردیم، در طول مسیر از کنار نهر آب و همین طور لوله آب و درختچه های کوتاهی مسیر پاکوب را ادامه داده تا در نهایت پس از دو مرتبه استراحت حدود نیمه شب به جان پناه و چشمه ی گل گل رسیدیم.

**روز دوم: چهارشنبه ۹۳/۰۵/۰۸**

مدت زمان پیمایش شده:	۱۰.۵ ساعت	نوع مسیر:	خاکی با شیب تند
مشخصات مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input checked="" type="checkbox"/> است به سن گ <input checked="" type="checkbox"/> سن اس کی	شمار چشمه های موجود در مسیر:	

ندارد	نوع دسترسی به آب:	ندارد	دسترسی به آب در شب مانی:
گرم	وضعیت دمای هوا:	آفتابی	وضعیت آب و هوا:
توضیحات:	مکان:	زمان:	چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:
حرکت از جان پناه	جان پناه	۰۷:۲۰	
استراحت اول (۱۰ دقیقه)		۰۸:۲۰	
استراحت دوم (۲۰ دقیقه)	سنگ مثقال	۰۹:۴۰	
استراحت سوم و ناهار (۱ ساعت و ۲۰ دقیقه)	جان پناه چال کبود	۱۱:۱۰	
حرکت از جان پناه چال کبود و تقسیم به دو گروه به سمت قله گل گل (۷تن) و قله سن بران (۸تن)+۳ مهمان		۱۲:۳۰	
سن بران			
استراحت اول در ارتفاع ۳۷۹۰ (۱۰)	مسیر سنبران	۱۳:۳۰	
استراحت دوم (۱۵ دقیقه)		۱۴:۴۵	
	قله ی سن بران	۱۵:۳۰	
حرکت از قله		۱۵:۴۵	
استراحت (۱۰ دقیقه)	قله ی گل گوهر	۱۶:۵۰	
	دهانه ی قیف	۱۸:۰۰	
گل گل			
استراحت (۱۵ دقیقه)	مسیر گل گل	۱۴:۰۰	
توقف (۱۵ دقیقه)	قله ی گل گل	۱۶:۰۰	
	دهانه ی قیف	۱۷:۳۰	
استقرار اضطراری برای شب مانی در منطقه ی سن اسکی		۲۰:۴۵	

#### توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:

ساعت ۰۷:۲۰ حرکت خود را از جان پناه آغاز کردیم و در مسیر پاکوب که در برخی قسمت ها شیب کمی بیشتر می شد مسیر را ادامه دادیم تا اینکه ساعت ۱۱:۱۰ به جان پناه چال کبود رسیدیم. حدود ۱:۲۰ در جان پناه چال کبود برای استراحت و ناهار توقف داشتیم. از اینجا به بعد به دو گروه تقسیم شدیم که ۱۱ تن از دوستان به سرپرستی آزاد میرزایی به سمت قله ی سن بران و باقی دوستان به سرپرستی محمد مظاهری به سمت قله گل گل حرکت کردیم. کمی بالاتر از چال کبود یخچال های برفی زیبایی وجود داشت که عده ای برای تهیه ی آب از آن استفاده می کردند. پس از دو مرتبه استراحت نهایتاً ساعت ۱۵:۳۰ به قله ی سن بران رسیدیم. برای رسیدن

به گروه آقای مظاهری حرکت به سمت قیف را با راهنمایی آقای محمدی شروع کردیم که در ساعت ۱۶:۵۰ روی قله گل گوهر بودیم و نهایتاً نزدیک ساعت ۶ در دهانه ی قیف به باقی دوستان ملحق شدیم. البته ناگفته نماند که بعد از قله مسیر طوری بود که در بسیاری از قسمت ها می بایست دست به سنگ میشدیم که ریزشی بودن سنگها و وزن بالای کوله ها به دشواری مسیر می افزودند. اما در دهانه ی قیف شیب به حدی زیاد بود که می بایست از سیمی که به سنگها وصل شده بود کمک می گرفتیم و یکی یکی این قسمت را طی می کردیم تا در صورت ریزش سنگ به کسی برخورد نکنند که البته در ابتدای مسیر سرپرست به همه کمک می کرد. در هر صورت وقت زیادی صرف شد تا اینکه همگی به منطقه ی شن اسکی که شیب خیلی زیادی هم داشت رسیدیم، شیب زیاد و ریزشی بودن مسیر طوری بود که در صورت لغزش سنگی زیر پا، سنگ در مسیر سرعت زیاد گرفته و ممکن بود برای نفرات پایین تر حادثه آفرین باشد و همه ی اینها باعث کاهش سرعت گروه شد تا اینکه نهایتاً ساعت ۸:۴۵ به تشخیص صحیح سرپرست گروه و درخواست دوستان مجبور به شب مانی در منطقه ی شن اسکی شدیم و با توجه به شیب زیاد منطقه و عدم دسترسی به آب شرایط چندان مساعدی نداشتیم. اما شاهد آسمان زیبا و پر ستاره ای بودیم.

### روز سوم : پنج شنبه ۹۳/۰۵/۰۹

مدت زمان پیمایش شده:	۵ ساعت	نوع مسیر:	خاکی با شیب تند
مشخصات مسیر:	<input checked="" type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input type="checkbox"/> دست به سنگ <input checked="" type="checkbox"/> شن اسکی	شمار چشمه های موجود در مسیر:	آبشار
نوع شب مانی:	چادر	گنجایش محل شب مانی (فرد):	
دسترسی به آب در شب مانی:	دارد- در فاصله نزدیک	نوع دسترسی به آب:	آب لوله کشی
وضعیت آب و هوا:	آفتابی	وضعیت دمای هوا:	گرم
چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:	زمان:	مکان:	توضیحات:
	۰۷:۱۵		شروع حرکت
	۰۸:۳۰		استراحت اول (۱۵ دقیقه)
	۱۰:۰۰	آبشار	استراحت دوم و صرف صبحانه
	۱۱:۵۰		حرکت از آبشار
	۱۳:۱۵		استراحت سوم زیر سایه ی درخت کنار رودخانه (۱۵ دقیقه)
	۱۴:۳۰	دریاچه گهر	

#### توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:

صبح خیلی زود از خواب بیدار شدیم و ساعت ۷:۱۵ شروع به حرکت در ادامه ی مسیر قیف کردیم. پس از پیمودن مسیرهای شن اسکی متفاوت و یک استراحت یک ربه ساعت ۱۰ به آبشار رسیدیم. نزدیک به دو ساعت برای صرف صبحانه و استراحت در آبشار توقف داشتیم که منطقه ی بسیار زیبایی هم بود. بعد از آبشار از مسیر کنار رودخانه حرکت کردیم و چند باری هم از عرض رودخانه عبور

کردیم و پس از یک استراحت نهایتاً ساعت ۱۴:۳۰ به دریاچه ی گهر رسیدیم که شلوغی و تعداد بالای چادر در اطراف دریاچه در ابتدا ما را غافلگیر کرد. امکانات رفاهی مختصری در اطراف دریاچه هم وجود داشت مثل شیر آب و سرویس بهداشتی و دکه و ایستگاه هلال احمر. خطوط تلفن هم آنتن دهی نسبتاً خوبی داشتند. بعد از ظهر رو به استراحت کنار دریاچه، آب تنی و شنا، صرف ناهار، و گشت دور دریاچه گذرانیدیم.

### روز چهارم جمعه ۹۳/۰۵/۱۰

مدت زمان پیمایش شده:	:	نوع مسیر:	خاکی با شیب متوسط
مشخصات مسیر:	مال رو	شمار چشمه های موجود در مسیر:	
وضعیت آب و هوا:	آفتابی	وضعیت دمای هوا:	گرم
چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:	زمان:	مکان:	توضیحات:
	۰۹:۵۰	دریاچه گهر	حرکت از دریاچه از مسیر پنبه کار
	۱۰:۴۰	چشمه ی اول ( چشمه ی آب سفید)	
	۱۱:۰۵	چشمه ی دوم ( چشمه ی پنبه)	استراحت اول و برداشتن آب (۱۰ دقیقه)
	۱۱:۵۵		استراحت دوم (۱۵ دقیقه)
	۱۲:۵۰		استراحت سوم کنار دکه ( ۱۵ دقیقه)
	۱۴:۱۵	پارکینگ	رسیدن به سرچشمه و صرف ناهار
	۱۵:۴۰		حرکت از پارکینگ به وسیله ی نیسان به سمت راه آهن درود
	۱۶:۳۰	راه آهن درود	
۱۹:۳۰		حرکت قطار از درود به سمت تهران	

#### توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:

برای بازگشت از دریاچه از مسیر پنبه کار به سمت منطقه ی سرچشمه حرکت کردیم که مسیر مال رو بود و در طول مسیر شاهد تردد گردشگران (اکثراً محلی) به همراه الاغ های بارکش بودیم. در طول مسیر دو چشمه و دو گردنه وجود داشت که نهایتاً پس از تقریباً ۴ ساعت راهپیمایی به منطقه ی سرچشمه و پارکینگ رسیدیم.

#### بخش چهارم: مشخصات تکمیلی

اشتران کوه رشته کوهی در شرق استان لرستان و یکی از بلندترین رشته کوه های زاگرس است. اشتران کوه از غرب به شهرستان دورود، از شمال به شهرستان ازنا و از شرق و جنوب به شهرستان الیگودرز محدود می شود. بلندترین قله این رشته کوه به نام سن بران ۴۰۲۴ متر بلندا دارد. این رشته کوه سرچشمه یکی از سرشاخه های رود دز به نام ماربره است که در دوره کوهزایی جدید

موقعیت گیتایی (جغرافیایی):

<p>ایجاد شده است. این کوه از جمله کوه‌های جوان می‌باشد که در حدود ۳۰ میلیون سال پیش ایجاد شده است.</p>															
<p>اَشتران‌کوه، به معنی کوه آب در پارسی باستان است.</p>	<p>معنای نام قله:</p>														
<p>اشتران کوه پذیرای کوهنوردان و گردشگران و زمین‌شناسانی از اقصی نقاط کشور و خارج از کشور بوده که برای تفریح و ورزش و پژوهش علمی مراجعه نموده‌اند. در برخی از نقاط اشتران کوه سنگواره‌هایی یافته‌اند که در میان آن‌ها سنگواره‌هایی از جانوران مانند صدف و ماهی وجود دارد. منطقه حفاظت‌شده اشتران کوه علاوه بر دریاچه گهر، تونل برفی کمندان، پریزکوه، چشمه وقت ساعت و دره اسپر را نیز شامل می‌شود.</p>	<p>جاذبه ها و آثار باستانی منطقه:</p>														
<p>وجه تسمیه این نام (اشترانکوه) وجود نیم دایره چال‌ها و معابر خط‌الرأس ۴ بین قله منطقه است که افراد محلی آن را به کوهان و گردن شتر شباهت داده‌اند</p>	<p>وجه تسمیه ی نام قله:</p>														
<p>در اشتران کوه پسته کوهی به فراوانی یافت می‌شود و پوشش گیاهی متنوع آن اعم از گون، ریواس و استپ‌ها در شیب ملایم بعضی نقاط و گل‌های طبیعی و خودرو محل مناسبی برای جانوران ساکن در اشترانکوه است که در آن زاد و ولد کرده و از آنان تغذیه می‌کنند</p>	<p>پوشش گیاهی:</p>														
<p>از گونه‌های جانوری آن می‌توان به خرس قهوه‌ای، روباه، کفتار، گراز، گرگ خاکستری، بز کوهی، قوچ، گربه وحشی، گربه جنگلی، سنجاب درختی، مار قیطانی و کبک دری و از پرندگان می‌توان به عقاب، کبک، جغد، اردک و شاهین اشاره نمود که همگی تحت حفاظت محیط زیست می‌باشند.</p>	<p>گونه‌گونی جانوری:</p>														
<p>بهترین زمان برای صعود به خط الرأس اشترانکوه اواخر خرداد ماه تا اواخر تیر ماه می‌باشد. وضعیت قله در زمستان : صعود زمستانی به منطقه اشترانکوه بسیار دشوار و توأم با مشکلات جدی است. حجم سنگین برف در زیر چال کبود و مواجهه با مسرهای ترکیبی یخ و برف و صخره از ویژگی های زمستان اشترانکوه می باشد.</p>	<p>فصل های صعود و بهترین فصل صعود:</p>														
<p>پس از قله ی سن بران به سمت قیف در برخی قسمت ها که مستلزم دست به سنگ شدن بود بعضا سنگها ریزشی بودند و همین طور عبور از منطقه ی شن اسکی به دلیل شیب زیاد و ریزش سنگ مستلزم آگاهی و توجه کافی می باشد. و به علت نبود آب بهتر است شب مانی در جان پناه چال کبود انجام شود و صبح گروهها به سمت دریاچه گهر حرکت کنند.</p>	<p>خطرات (بهمن ،مسیر ریزشی)</p>														
<p>جانپناه چشمه- جان پناه چال کبود-دریاچه ی گهر</p>	<p>محل های مناسب برای شب مانی:</p>														
<table border="1" data-bbox="312 1608 833 2036"> <thead> <tr> <th>مختصات</th> <th>مکان</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>N۳۳ ۲۲.۳۱۸ E۴۹ ۱۸.۰۵۲</td> <td>چشمه ی گل گل</td> </tr> <tr> <td>N۳۳ ۱۸.۷۲۸ E۴۹ ۱۶.۶۲۴</td> <td>گهر ۱</td> </tr> <tr> <td>N۳۳ ۲۰.۳۸۵ E۴۹ ۱۷.۹۲۲</td> <td>گل گهر</td> </tr> <tr> <td>N۳۳ ۲۰.۴۱۲ E۴۹ ۱۸.۲۶۱</td> <td>سن بران</td> </tr> <tr> <td>N۳۳ ۲۵.۰۱۰ E۴۹ ۱۷.۱۹۷</td> <td>آبشار</td> </tr> <tr> <td>N۳۳ ۲۰.۹۸۳ E۴۹</td> <td>چال کبود</td> </tr> </tbody> </table>	مختصات	مکان	N۳۳ ۲۲.۳۱۸ E۴۹ ۱۸.۰۵۲	چشمه ی گل گل	N۳۳ ۱۸.۷۲۸ E۴۹ ۱۶.۶۲۴	گهر ۱	N۳۳ ۲۰.۳۸۵ E۴۹ ۱۷.۹۲۲	گل گهر	N۳۳ ۲۰.۴۱۲ E۴۹ ۱۸.۲۶۱	سن بران	N۳۳ ۲۵.۰۱۰ E۴۹ ۱۷.۱۹۷	آبشار	N۳۳ ۲۰.۹۸۳ E۴۹	چال کبود	<p>نقاط GPS مسیر:</p>
مختصات	مکان														
N۳۳ ۲۲.۳۱۸ E۴۹ ۱۸.۰۵۲	چشمه ی گل گل														
N۳۳ ۱۸.۷۲۸ E۴۹ ۱۶.۶۲۴	گهر ۱														
N۳۳ ۲۰.۳۸۵ E۴۹ ۱۷.۹۲۲	گل گهر														
N۳۳ ۲۰.۴۱۲ E۴۹ ۱۸.۲۶۱	سن بران														
N۳۳ ۲۵.۰۱۰ E۴۹ ۱۷.۱۹۷	آبشار														
N۳۳ ۲۰.۹۸۳ E۴۹	چال کبود														

١٧.٨٧.



عکس و کروکی مسیر:











عکس های برنامه:





