



گزارش برنامه

بخش نخست: اطلاعات کلی برنامه

عنوان برنامه:	پناهگاه پلنگچال به ایستگاه ۵ توچال و پاکسازی رود دره درکه	نوع برنامه:	زیست محیطی
سطح برنامه:	متوسط	سطح فنی برنامه:	غیر فنی
منطقه ی برنامه:	شمال تهران	بلندی قله:	۲۹۱۰ متر (ایستگاه ۵)
تاریخ برنامه:	۹۴/۱/۲۸	شمار روز برنامه:	یک روز
مکان آغاز برنامه:	درکه	ساعت آغاز برنامه:	۶:۴۵
تجهیزات عمومی مورد نیاز:	<input type="checkbox"/> چادر <input type="checkbox"/> کلنگ		
تجهیزان فنی مورد نیاز:	<input type="checkbox"/> هارنس <input type="checkbox"/> کلاه کاسکت <input type="checkbox"/> کارابین پیچ		
فهرست کامل تجهیزات همراه در این برنامه:	کفش کوهپیمایی (ترجیحا ساق دار)، بادگیر ضد آب / گرتکس، لباس گرم، دستکش گرم، زیرانداز (اختیاری)، کلاه و کلاه آفتابگیر، عینک آفتابی، کرم ضد آفتاب، چراغ پیشانی با باتری اضافه، بطری آب یک و نیم لیتری، فلاسک چای در صورت تمایل، غذای شخصی، تنقلات و میوه، کمکهای اولیه شخصی، باتوم کوهنوردی، طنابچه انفرادی، کوله یک روزه، دستمال کاغذی و روزنامه، کارت بیمه ورزشی سال ۹۴، داروی خاصی اگر مصرف میکنید		
سرپرست:	اعظم (صبا) احمدی	رایانامه:	Saba.elec@yahoo.com
سرپرست فنی:	اعظم (صبا) احمدی	رایانامه:	Saba.elec@yahoo.com
گزارش نویس:	عاطفه قاسم نیا	رایانامه:	a.ghasemnia۱۲@gmail.com

بخش سوم: زمانبندی برنامه

روز نخست:

مدت زمان پیمایش شده:	۱۱ ساعت	نوع مسیر:	پاکوب مشخص دارد
مشخصات مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input type="checkbox"/> ست به سنگ <input type="checkbox"/> من اس کی	شمار و محل چشمه های موجود در مسیر:	مسیر رفت در مجاورت رودخانه درکه می باشد. از پناهگاه پلنگچال تا ایستگاه ۵ نیز یک چشمه رویت شد. مسیر برگشت نیز در قسمت هایی به رودخانه نزدیک می شدیم.
وضعیت آب و هوا:	آفتابی	وضعیت دمای هوا:	معتدل
چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:	زمان	مکان	توضیحات
	۷:۱۰	میدان درکه	آغاز حرکت
	۱۰-۱۱	پناهگاه پلنگچال	صرف صبحانه
	۱۳-۱۳:۴۵	ایستگاه ۵ توچال	آغاز پاک سازی



۱۶-۱۶:۳۵	هتل اوسون	صرف نهار
۱۸	میدان دربند	اتمام برنامه
<p>توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده: در مسیر رفت، پس از هر یک ساعت پیمایش، گروه ۱۰ دقیقه استراحت می‌کند. در مسیر برگشت از ایستگاه ۵ به دربند (از مسیر اوسون) در قسمت‌هایی از مسیر نیاز به دست به سنگ بود. در کل مسیر رفت و برگشت پاکوب وجود داشت. از پناهگاه پلنگچال تا ایستگاه ۵ با اعضای از باشگاه کوهنوردی تهران همراه بودیم.</p>		
بخش چهارم: مشخصات تکمیلی		
موقعیت گیتایی (جغرافیایی):	بخشی از دامنه رشته کوه‌های البرز واقع در شمال تهران	
راه‌های دسترسی به مبدأ صعود:	در میدان تجریش تاکسی و مینی بوس برای درکه است.	
وجه تسمیه ی نام قله:	وجه تسمیه درکه: نام درکه از درگ که نوعی کفش برفی برای راهپیمایی بر روی برف بوده، استنتاج شده است . وجه تسمیه پلنگچال: محلی که در حال حاضر پناهگاه پلنگ چال قرار دارد و پیرامون آن را کوه‌ها دربر گرفته‌اند و حالت چاله ماندی به آن داده‌اند که در زمان‌های نه‌چندان دور کنام پلنگان بوده‌است.	
معنای نام قله:	-	
جاذبه‌ها و آثار باستانی منطقه:	هفت حوض، جنگل و آبشار کارا، آبشار بند عبدالله، آبشار جوزک، پلنگ جوزک، پلنگ چال، اسپو (آب سپید)، هفت چشمه (هفت طیغانی)، و کفو (آب کف دار) معروف‌ترین جلوه‌های طبیعت زیبا و مترنم دره درکه هستند که بر جاذبیت‌های گردشگری و کوه پیمایی آن افزوده‌اند .	
پوشش گیاهی:	انواع درختان میوه	
گوناگونی جانوری:	در نزدیکی درکه و دربند حیوانات اهلی نظیر خر و قاطر	
فصل‌های صعود و بهترین فصل صعود:	بهترین فصل صعود بهار و تابستان می‌باشد	
خطرات (بهمن، مسیر ریزشی و...)		
وعده‌های اصلی و میان وعده‌ها به ترتیب زمانی:	صبحانه: پنیر و گردو نهار: پوره سیب‌زمینی، مرغ سوخاری	

روش صحیح گام برداری در صعود و فرود، استفاده صحیح از باتوم			نکات آموزش داده شده در برنامه:
پناهگاه پلنگچال، هتل اوسون			محل های مناسب برای شب مانی:
در طی مسیر تابلوها و بقیه موارد حفاظتی کاملا مشهود بود.			ایمنی منطقه:
در پناهگاه پلنگچال و ایستگاه ۵ توچال تیم یاری رسانی وجود دارد.			یاری رسانی:
زمان	مکان	توضیحات	چهارخانه ی زمان بندی:
۷:۱۰	میدان درکه	آغاز حرکت	
۱۰-۱۱	پناهگاه پلنگچال	صرف صبحانه	
۱۳-۱۳:۴۵	ایستگاه ۵ توچال	آغاز پاک سازی	
۱۶-۱۶:۳۵	هتل اوسون	صرف نهار	
۱۸	میدان دربند	اتمام برنامه	
www.wikipedia.com			منابع:
  <p>تخریب محیط زیست نابودی زندگیست</p>			عکس های برنامه:
عکس شماره ۱: طرح تهیه شده برای برنامه توسط صبا احمدی			



عکس شماره ۲: پناهگاه پلنگچال

از راست به چپ: افسانه عباسی، عاطفه قاسم نیا، صبا احمدی، محمد رضا عدالت پیشه



عکس شماره ۳: مسیر بین پناهگاه پلنگچال و ایستگاه ۵ به همراه اعضای باشگاه کوهنوردی تهران



عکس شماره ۴: ایستگاه ۵ توچال