



گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیر کبیر (پلی تکنیک تهران)

گزارش برنامه

بخش نخست: اطلاعات کلی برنامه

عنوان برنامه:	زربینه کوه	نوع برنامه:	کوه نوردی
سطح برنامه:	متوسط	سطح فنی برنامه:	غیر فنی
منطقه ی برنامه:	رشته کوه های فیروز کوه	بلندی قله:	3850
تاریخ برنامه:	9 مرداد 1394	شمار روز برنامه:	یک روزه
مکان آغاز برنامه:	میدان ونک	ساعت آغاز برنامه:	05:00 صبح

این برنامه، نخستین برنامه مشترک میان گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان امیر کبیر و گروه نمونه است که به سرپرستی فرهود کاظمی و پریسا امامی با مسولیت فنی وجیهه دخیلی و امیر طالبی برگزار شد.

			فهرست کامل تجهیزات همراه در این برنامه:	
1	کفش کوهپیمایی ساق بلند	10		غذای شخصی
2	باتوم کوهنوردی	11		جوراب اضافی
3	کلاه آفتاب گیر	12		لباس گرم
4	عینک آفتابی	13		دستکش
5	کرم ضدآفتاب و لیپ استیک	14		چراغ پیشانی با باتری اضافی
6	بادگیر ضدآب/ گرتکس	15		کمکهای اولیه شخصی
7	کوله پشتی	16		دستمال کاغذی
8	دو عدد بطری آب یک و نیم لیتری پر	17		کارت بیمه ورزشی سال 94
9	فلاسک چای یا آب میوه در صورت تمایل	18		تنقلات و میوه
سرپرست:	فرهود کاظمی	رایانامه:	farhoudk@yahoo.com	
سرپرست فنی:	وجیهه دخیلی	رایانامه:	vajiheh.dakhili@gmail.com	
گزارش نویس:	مصلح عبدالهادی	رایانامه:	Mosleh_ar@yahoo.com	
مسئول عکس:	امیر طالبی(از گروه نمونه)	مسئول مالی:	فرهود کاظمی	
مسئول جی پی اس:	امیر طالبی(از گروه نمونه)	مسئول محیط زیست:	همه ی افراد	
شمار و نام شرکت کنندگان:	۳۲تن؛ آتش سناجیان، آئین سناجیان، افسانه عباسی، الهه محقق، بیتا نصیری، تیرازه عیوضی، حامد قاسمیان، حسین جعفرآبادی، راحله فیض، روژین گله داری، زهرا خواجه نصیر، زهرا رنجبران، سپهر بژگول، سولماز پناهی، سعید مشتاق پور، عاطفه قاسم نیا، سحر صدری، علی بیگ رضایی، علی عزیزی، مجتبی سایه آفتابی، فرهود کاظمی، فائزه قادری، محمدعلی راستین، نیلوفر حسین خانی، محمد شهاب الدین مهدوی، مهران حسن نژاد، وجیهه دخیلی، وحیده اسحاقیان، مصلح عبدالهادی و 3 عزیز دیگر.			



گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیر کبیر (پلی تکنیک تهران)

بخش دوم: ترابری			
نوع نخست: رفت و برگشت درستی از تهران			
اتوبوس	نوع وسیله درستی:	روستای جابان	نام شهر یا روستای مقصد:
یک و نیم ساعت	مدت زمان رسیدن به مقصد:	700 هزار تومان	هزینه وسیله نقلیه:
09125864804	شماره تماس راننده:	علی عشاقیان	نام راننده:
		آسفالت	جاده دسترسی به روستا:
بخش سوم: زمانبندی برنامه			
روز نخست:			
پاکوب مشخص دارد	نوع مسیر:	12 ساعت	مدت زمان پیمایش شده:
در مسیر هیچ چشمه‌ای وجود ندارد و رودخانه‌های جاری تو مسیر نیز غیر قابل شرب می‌باشند.	شمار و محل چشمه های موجود در مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input type="checkbox"/> بن اس کی	مشخصات مسیر:
گرم	وضعیت دمای هوا:	آفتابی	وضعیت آب و هوا:



گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیر کبیر (پلی تکنیک تهران)

توضیحات	مکان	زمان
شروع برنامه با 20 دقیقه تاخیر از میدان ونک	میدان ونک	5:۲۰
محل آغاز برنامه در منطقه	روستای جابان (ارتفاع 2270 متر) - کنار پل وسط روستا	7:15
حرکت از روستا به سمت قله	روستای جابان	7:20
حرکات کششی به مربی گری آتش سناجیان	کمی بالاتر از روستای جابان	7:45
استراحت و معارفه	تقاطع دو رودخانه	8:30
استراحت دوم	گوسفند سرا	9:45
تقسیم شدن به گروه اول و گروه دوم صعود گروه اول به سمت قله و فرود گروه دوم به سمت تقاطع دو رودخانه	گردنه یال اصلی 3060 متر	10:30
استراحت سوم به مدت ده دقیقه	بالای گردنه اول (گروه اول)	11:30
استراحت چهارم به مدت ده دقیقه	ارتفاع 3500	12:50
جدا شدن تیم امداد از گروه اول	ارتفاع 3500	13:00
	قله فرعی با ارتفاع 3720	13:40
استراحت در قله به مدت 25 دقیقه	قله اصلی با ارتفاع 3850	14
بازگشت از قله اصلی	قله اصلی	14:25
	قله فرعی	14:40
	پایین شیب دوم، دو راهی دره و گردنه	15:20
ده دقیقه استراحت	ابتدای شیب اول از بالا، بالای گردنه	16:15
15 دقیقه استراحت	گوسفند سرا	17:15
حرکت به سمت روستای جابان	گوسفند سرا	17:30
رسیدن گروه اول به گروه دوم و صرف ناهار	محل تقاطع دو رودخانه	18
	ترک محل تقاطع دو رودخانه	18:30
	روستای جابان، مسجد محل	19:20
	حرکت از روستای جابان	20
	میدان ونک	22

چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:

بخش چهارم: مشخصات تکمیلی




گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیرکبیر (پلی تکنیک تهران)

<p>موقعیت گیتایی (جغرافیایی): زرینه کوه از قله رشته کوه فیروزکوه از توابع شهرستان دماوند در جاده فیروز کوه می‌باشد.</p>	
<p>راه های دسترسی به مبدأ صعود: قابل ذکر است که مبداء صعود به قله زرینه کوه می‌تواند از روستای آئین ورزان، روستای جابان و همچنین از ضلع شمالی قله، یعنی کنار دریاچه تار نیز باشد، محل شروع برنامه بستگی به فصل و توانایی و زمان اجرای برنامه دارد. گروه فارغ التحصیلان امیرکبیر مبداء شروع صعود به قله را روستای جابان انتخاب کرده بود. آدرس: تهران، سه راه تهرانپارس، جاده آبدلی، جاده فیروزکوه، روستای جابان فاصله این روستا از دماوند ۵۵ کیلومتر و از فیروزکوه ۲۰ کیلومتر است. جابان و سربندان از توابع شهر آیسرد هستند.</p>	
<p>وجه تسمیه ی نام روستا: در وجه تسمیه جابان ذکر شده است که جابان نام یکی از سرداران مقتدر ساسانیست. جالب است بدانیم که مردمان این دو روستا قرن‌ها پیش، از استانهای کرد نشین کشور به این منطقه آمده اند و کردزبان هستند.</p>	
<p>پوشش گیاهی: پوشش گیاهی در منطقه به صورت جنگلی و مرتعی می‌باشد و بسیاری از گیاهان داروئی و صنعتی نیز در مسیر دیده می‌شود.</p>	
<p>گوناگونی جانوری: -</p>	
<p>فصل های صعود و بهترین فصل صعود: از انجائی که از مسیرهای زیادی مانند ضلع شمالی کنار دریاچه تار و ضلع جنوبی از روستای جابان و آئین ورزان می‌توان قله را صعود کرد، هر 4 فصل سال امکان صعود به این قله وجود دارد، ولی احتمالاً فصل بهار یکی از بهترین فصل‌های صعود به قله باشد. صعود زمستانی از روستای آئینه ورزان و یا جبهه شمالی می‌باشد و از جبهه جنوبی امکان صعود وجود ندارد.</p>	
<p>خطرات (بهمن، مسیر ریزشی و...) ✓ مسیر یال اصلی جنوبی یک مسیر با شیب متوسط و بعد از شاخک سل شنی می‌باشد. ✓ از آنجایی که پس از گوسفند سرا هیچ چشمه ای وجود ندارد، پیشنهاد می‌شود کوهنوردان عزیز همواره آب کافی همراه داشته باشند.</p>	
<p>وعده های اصلی و میان وعده ها به ترتیب زمانی: ✓ به دلیل کم بودن زمان و زیاد بودن افراد شرکت کننده، صبحانه در مسیر رفت به روستای جابان داخل اتوبوس صرف شد. ✓ از آنجایی که هر یک ساعت یکبار استراحت داشتیم، هنگام استراحت افراد آب و تنقلات میل میکردند. ✓ گروه اول که به قله صعود کرد، ساعت 6 عصر در محل تقاطع دو رودخانه ناهار خورد. ✓ گروه دوم که ساعت 10:30 از مسیر رفتن به قله بازگشتن، ساعت 3:40 در محل تقاطع دو رودخانه ناهار خورد. ✓ تیم امداد گروه اول که از ارتفاع 3500 انصراف داد، ساعت 5 در محل تقاطع دو رودخانه ناهار</p>	



گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیر کبیر (پلی تکنیک تهران)

✓ خورد. یک تولد یکی از هموردان گروه اول در قله پس از صرف آب و تنقلات.		
نرمش و حرکات کششی ابتدای برنامه - اصول گام برداری و استفاده از باتوم کوهنوردی در گروه دوم		نکات آموزش داده شده در برنامه:
ندارد		پیش برنامه ی انجام شده:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ صعود از یال فرعی جنوب شرقی مقابل گوسفند سرا ✓ بازگشت از دره شرقی یال اصلی به جای یال اصلی ✓ نرمش ابتدای مسیر در همه برنامه ها 		پیشنهادهای هموردان در این برنامه:
✓ تاخیر غیر موجه در شروع برنامه به دلیل تاخیر یکی از هموردان.		انتقادهای هموردان در این برنامه:
آنتن دهی موبایل بعد از گذر از روستا کمی ضعیف می شود و سپس تا گردنه یال اصلی برقرار می شود. در بیشتر نقاط مسیر امکان پذیر است، فقط گاهی با نقاط کور مواجه میشدیم، بر روی قله آنتن داشتیم. این وضعیت برای همراه اول بود.		آنتن دهی گوشی:
گوسفند سرا - قله فرعی		محل های مناسب برای شب مانی:
به دلیل مجاورت با روستاهای جابان و آئین ورزان و وجود چوپان در منطقه، احتمالاً بایستی منطقه امنی برای صعود باشد.		ایمنی منطقه:
به علت اصابت سنگ به پا، یکی از هموردان به همراهی سه نفر از زیر قله فرعی بازگشتند.		یاری رسانی:
موقعیت جغرافیایی		محل
Longitude	Latitude	
52°14'53.29"E	35°40'19.11"N	محل اتصال دو رودخانه
52°14'28.10"E	35°41'9.71"N	دوراهی دره شمالی و غربی (گوسفند سرا)
52°13'45.75"E	35°41'10.98"N	یال جنوبی
52°13'41.69"E	35°42'5.13"N	قله فرعی
"40.99'13°52E	35°42'21.92"N	قله اصلی
		نقاط GPS مسیر:

<p> https://www.google.com/earthhttp://autclimbing.com http://hematshemiran.ir/?p=11050 http://ir.freemeteo.com/weather http://tclcl.ir http://tcg-online.ir/misc.php?t=11&id=123 http://www.irandeserts.com </p>	<p>منابع:</p>
<p>مسیر صعود به قله ابتدا از کنار رودخانه شروع میشود و تقریبا کل مسیر به صورت پاکوب کامل می باشد.</p> 	<p>عکس و کروکی مسیر:</p>

<http://ir.freemeteo.com/weather/kuh-e-qareh-dagh/7-days/list/?gid=119848&language=english&country=iran>

تصویر سایت هواشناسی:



عکس یادگاری
با قله
(گروه اول)

عکس های برنامه:



مسیر صعود به
قله، شیب تند
زیر قله فرعی



بازگشت گروه
اول از قله به
محل تقاطع دو
رودخانه



تیم امداد در
مسیر برگشت ،
ضلع شرقی قله



شروع حرکت از
روستای جابان



عکس دسته
گروه دوم و تیم
امداد



محل استراحت
در یال جنوبی



نمای قله از
دره‌ی جنوبی