



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

گزارش برنامه			
بخش نخست: اطلاعات کلی برنامه			
عنوان برنامه:	قله سفید خانی	نوع برنامه:	کوه پیمایی
سطح برنامه:	سبک+	سطح فنی برنامه:	غیر فنی
منطقه ی برنامه:	خانه میران	بلندی قله:	۳۱۱۸ متر
تاریخ برنامه:	۹۷/۲/۲۱	شمار روز برنامه:	۱ روز
مکان آغاز برنامه:	روستای خانه میران	ساعت آغاز برنامه:	۶:۳۰ صبح
تجهیزات عمومی مورد نیاز:	<input type="checkbox"/> چادر <input checked="" type="checkbox"/> جی پی اس <input type="checkbox"/> کلنگ		
تجهیزات فنی مورد نیاز:	<input type="checkbox"/> کارابین پیچ <input type="checkbox"/> کلاه کاسکت <input type="checkbox"/> هارنس		
فهرست کامل تجهیزات همراه در این برنامه:	کیسه خواب - باتوم - جی پی اس - کیف کمک های اولیه		
سرپرست:	نوشین جود زاده	رایانامه:	nushin_judzade@yahoo.com
سرپرست فنی:	محمد مظاهری	رایانامه:	
گزارش نویس:	هدی لطفی	رایانامه:	hodalotfi@ymail.com
راهنما:	-	شماره تماس راهنما:	-
هزینه راهنما:	-		
سرپرست گروه پشتیبان:	-	سرپرست آموزش:	محمد مظاهری
مسئول عکس:	فاطمه جزایری	مسئول مالی:	نوشین جود زاده
مسئول جی پی اس:	زینب ماپار	مسئول محیط زیست:	نیما نوری نژاد
شمار و نام شرکت کنندگان:	۱. محمد مظاهری ۲. نوشین جود زاده ۳. زینب ماپار ۴. محمد علی راستین ۵. مهدی خوش رخ ۶. نیما نوری نژاد ۷. حامد محمدی ۸. حسین ناصری ۹. شبنم مهدیزاده	۱۰. مهری دهشیری ۱۱. نسیم عابدی ۱۲. هدی لطفی ۱۳. محمدرضا باقری ۱۴. مژگان دوستی ۱۵. هانیه لاری ۱۶. زهرا بانک ۱۷. فاطمه جزایری	



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

بخش دوم: ترابری (بر اساس نوع برنامه تکمیل شود)			
نوع نخست: رفت و برگشت درستی از تهران			
نام شهر یا روستای مقصد:	روستای خانه میران (اراک)	نوع وسیله درستی:	مینی بوس
هزینه وسیله نقلیه:	۷۱۳۰۰۰ تومان	مدت زمان رسیدن به مقصد:	۵:۱۰
نام راننده:	آقای مختاری	شماره تماس راننده:	
جاده دسترسی به روستا:	خاکی		
بخش سوم: زمانبندی برنامه			
روز نخست:			
مدت زمان پیمایش شده:	۵:۱۰	نوع مسیر:	آسفالت - خاکی
مشخصات مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input type="checkbox"/> دست به سنگ <input type="checkbox"/> شن اسکی	شمار و محل چشمه های موجود در مسیر:	
نوع شب مانی:	خانه محلی	گنجایش محل شب مانی (فرد):	۳۰ نفر
دسترسی به آب در شب مانی:	دارد- در فاصله نزدیک	نوع دسترسی به آب در شب مانی:	آب لوله کشی
وضعیت آب و هوا:	نیمه ابری	وضعیت دمای هوا:	معتدل
چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:	زمان	مکان	توضیحات
	۱۶:۳۰	میدان آزادی / روبروی ایران فیلم	رسیدن تمام بچه ها به محل
	۱۷	میدان آزادی / روبروی ایران فیلم	شروع حرکت
	۱۹:۱۵	پلیس راه قم	توقف و سوار کردن آقای مظاهری بعد از عوارضی
	۱۹:۴۰	مسیر قم	توقف و پیوستن آقای حسین ناصری و همسرشان به برنامه
	۱۹:۴۵	مسیر قم	معارفه
	۲۱	پلیس راه اراک	توقف
	۲۱:۳۳	مسیر اراک (سوپر مارکت و ...)	توقف برای خرید بچه های گروه



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

وجود تابلوی دوربرگردان به سمت تهران که مسیر روستای خانه میران می باشد	۵ یا ۶ کیلومتری بعد از اراک	۲۲	
بعد از ۶ دقیقه رسیدن به محل	روستای خانه میران	۲۲:۱۰	
خوردن شام	خانه محلی روستای خانه میران	۲۲:۳۰	
خواب	خانه محلی روستای خانه میران	۲۴	

توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:

۵ یا ۶ کیلومتری بعد از اراک یک دوربرگردان به سمت تهران بر می گردیم سمت راست بلافاصله یک تابلو هست به نام روستای خانه میران که ساعت ۱۰ شب این دوربرگردان را زدیم و بعد از طی کردن ۶ دقیقه مسیر خاکی به روستای خانه میران رسیدیم.

روز دوم:

مدت زمان پیمایش شده:	۹:۳۰	نوع مسیر:	پاکوب مشخص دارد
مشخصات مسیر:	<input type="checkbox"/> عبور از رودخانه <input checked="" type="checkbox"/> دست به سنگ <input type="checkbox"/> شن اسکی	شمار و محل چشمه های موجود در مسیر:	
نوع شب مانی:	-	گنجایش محل شب مانی (فرد):	
دسترسی به آب در شب مانی:	Choose an item.	نوع دسترسی به آب در شب مانی:	Choose an item.
وضعیت آب و هوا:	نیمه ابری	وضعیت دمای هوا:	معتدل

زمان	مکان	توضیحات
۵:۳۰ تا ۶:۳۰	خانه محلی روستای خانه میران	بیدارباش / صبحانه و آماده شدن
۶:۳۰ تا ۶:۴۵	روستای خانه میران	انتقال وسایل اضافی به مینی بوس / نرمش / شروع حرکت
۶:۴۵-۷	پیمایش تپه اول	
۷ تا ۷:۲۰	پیمایش قسمتی از تپه دوم	توقف و توضیحات آموزشی آقای مظاهری
۷:۲۰-۸	پیمایش تپه دوم	
۸ - ۸:۱۵	استراحت و آموزش	استراحتگاه اول و آموزش
۸:۱۵ - ۹	پیمایش تپه دوم	
۹ - ۹:۱۵	پیمایش تپه دوم (با شیب بیشتر)	استراحتگاه دوم / آموزش

چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز:



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

	پیمایش انتهای تپه دوم و رسیدن به ابتدای تپه سوم (مسیر کوتاهی عبور از صخره ها)	۹:۴۵ تا ۹:۱۵
استراحتگاه سوم/ حرکت مجدد	امتداد تپه سوم	۹:۴۵ تا ۱۰
	پیمایش تپه سوم (عبور از صخره های با اصطکاک)	۱۰ تا ۱۰:۳۰
صعود به قله/ استراحت	قله سفید خانی	۱۰:۳۰
	پیمایش مسیر برای پیدا کردن غار و استراحت	۱۱ تا ۱۱:۳۰
انصراف از غار رفتن بدلیل سرما و با توافق اکثریت	پیمایش مسیر برگشت	۱۱:۳۰ تا ۱۲
در پایان توقف و آموزش	پیمایش و پایین آمدن از صخره ها	۱۲ تا ۱۲:۱۵
مسیر کوه با صخره های ریز	پیمایش و پایین آمدن از کوه	۱۲:۱۵ تا ۱۳:۳۰
توقف و استراحت / زیر درخت رفتیم	پیمایش تا رسیدن به چشمه و درخت	۱۳:۳۰ تا ۱۴
مسیر هموار و عبور از زمین کشاورزی (بدلیل بارش باران مسیر گلی بود)	پیمایش	۱۴ تا ۱۵:۱۵
	پیدا کردن مسجد	۱۵:۱۵ تا ۱۵:۳۰
توقف	مسجد روستای خانه میران	۱۵:۳۰ تا ۱۶
	مسجد روستای خانه میران تا اراک	۱۶- ۱۷
توقف برای ناهار و جلسه انتقادات پیشنهادات	اراک	۱۷ تا ۱۷:۴۵
توقف و جدایی آقای ناصری و همسرش	دوراهی قم	۱۷:۴۵ تا ۱۹
توقف و جدایی آقای مظاهری	پلیس راه آزاد راه تهران قم	۱۹ تا ۱۹:۲۰
	مسیر رسیدن به سرای گردشگری مهر و ماه	۱۹:۲۰ تا ۱۹:۴۰
توقف	سرای گردشگری مهر و ماه	۱۹:۴۰ تا ۲۰:۱۰
	بازگشت به تهران	۲۰:۱۰ تا ۲۲:۳۰

توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:



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

بخش چهارم: مشخصات تکمیلی	
موقعیت گیتایی (جغرافیایی):	<p>مسیر شمالی (خانه میران) :</p> <p>از اراک جاده ملایر یا شازند را پیش رو گرفته و بعد از ۱۲ کیلومتر ادامه مسیر از میدان شریعتی اراک ، دوربرگردون را دور زده ، دقیقا روبه روی دوربرگردان از پل زیر گذر راه آهن عبور کرده و مسیر روستای خانه میران را پیش گرفته که پس از ۵ کیلومتر از دوربرگردان به انتهای روستا به ارتفاع ۲۲۵۰ متری می رسیدیم ، انتهای روستا ابتدای پال های کوه سفید خانی می باشد که می توان هر کدام از پال ها را جهت صعود به قله انتخاب کرد ، دسترسی به آب در این مسیر را میتوان فقط به روستا اشاره کرد ، آنتن دهی موبایل در طول مسیر وجود دارد.</p> <p>مسیر غربی (چپخلی) :</p> <p>از اراک جاده ملایر یا شازند را پیش رو گرفته و بعد از ۱۷ کیلومتر به روستای رباط میل رسیده که از پل زیرگذر داخل روستا دور زده و دو کیلومتر برگشته و از روی پل روگذر راه آهن عبور کرده و مسیر سیلوی موقت را پیش گرفته و دست راست سیلو جاده خاکی وجود داره بعد از ۸٫۵ کیلومتر به چشمه آب معدنی چپخلی به ارتفاع ۲۴۶۰ متری میرسیم و از آنجا پال جنوبی چشمه را پیش رو گرفته و وقتی روی خط راس رسیدیم به سمت شرق حرکت کرده تا به قله برسیم . دسترسی به آب در این مسیر را میتوان فقط به چشمه چپخلی اشاره کرد ، آنتن دهی موبایل در طول مسیر وجود دارد.</p> <p>مسیر جنوبی (دره کوریل) :</p> <p>از اراک جاده ملایر یا شازند را پیش رو گرفته و بعد از روستای رباط میل از روی پل روگذر عبور کرده و وارد جاده ازنا می شویم ، تا به روستای باغ برآفتاب برسیم،همچنان به مسیر خود ادامه می دهیم،حدود۵٫۱کیلومتر بعد در سمت چپ جاده به یک جاده فرعی میرسیم(این جاده دقیقا" قبل از پمپ بنزین واقع شده است)،این جاده را ادامه میدهیم تا به کارخانه شن و ماسه برسیم،مجدد در همان مسیر به حرکت خود ادامه میدهیم تا به ابتدای دره کوریل برسیم ،مسیر داخل دره را ادامه داده تا به چشمه به ارتفاع ۲۴۳۰ متری برسید دقیقا شمال چشمه از داخل دره مسیر پاکوبی قابل مشاهده است که با ادامه آن می توانید به قله برسید . در صورتی که مسیر پاکوب برایتان قابل رویت نبود و یا ... مسیر داخل دره را ادامه داده تا وارد مسیر غربی شوید. دسترسی به آب در این مسیر را میتوان به داخل دره کوریل و غار آب نزدیک قله اشاره کرد ، آنتن دهی موبایل در طول مسیر وجود دارد فقط در پیچ دره آنتن دهی وجود نداره .</p> <p>مسیر شمال شرقی (قره بلاغ):</p>



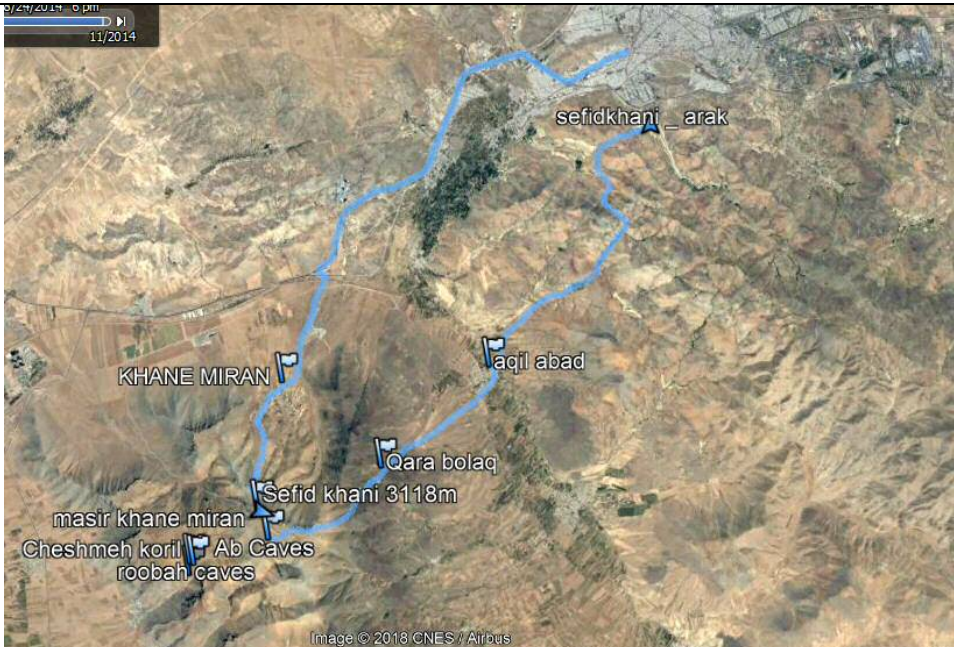
گروه کوهنوردی فارغ التحصیلان دانشگاه صنعتی امیر کبیر (پلی تکنیک تهران)

<p>از اراک به سمت سنجان و سپس زامنجان و بعد از ده کیلومتر به روستای عقیل آباد رسیده دقیقاً انتهای روستا جاده خاکی دست راست را پیش گرفته تا به ابتدای دوزخ دره به ارتفاع ۲۱۰۰ متری می رسیم ، با ادامه مسیر دوزخ دره بر روی خط راس سفید خانی رسیده و نهایتاً سمت غرب را پیش گرفته تا به قله برسیم . دسترسی به آب در این مسیر را میتوان به چشمه قره بلاغ اشاره کرد ضمناً چشمه های فصلی در دوزخ دره نیز وجود دارد ، آنتن دهی موبایل در طول مسیر وجود دارد.</p>	
<p>وجه تسمیه ی نام قله:</p>	<p>نام دیگر قله سفیدخانی قله چراغ پا می باشد</p>
<p>معنای نام قله:</p>	<p>نام آن به دلیل برف زیادی است که در زمستان بر پیکر عظیم و پرهیبت کوه می نشیند و در بیشتر ایام سال، حتی در اوایل تابستان برف دارد.</p>
<p>جاذبه ها و آثار باستانی منطقه:</p>	<p>در این منطقه بالغ بیش از هشت غار وجود دارد که نام بعضی از آنها به شرح ذیل می باشد . (۱) غار عین هو (۲) غار آب (۳) غار زیر آب (۴) غار مو (۵) غار کوریل (۶) غار لانه روب</p>
<p>پوشش گیاهی:</p>	<p>در مناطق کوهپایه ای گون انبوه و در ارتفاعات گون تنک - گل های لاله - کرک خرگوشی - در مناطق کوهپایه ای کنگر انبوه - پیاز کوهی - ...</p>
<p>گوناگونی جانوری:</p>	<p>گرگ و روباه و مار و عقاب و لاک پشت و بزکوهی ...</p>
<p>فصل های صعود و بهترین فصل صعود:</p>	<p>بهار</p>
<p>خطرات (بهمن ،مسیر ریزشی و...)</p>	
<p>وعده های اصلی ومیان وعده ها به ترتیب زمانی:</p>	<p>• نوع مواد غذایی منظور است برای برنامه های سنگ نوردی و کوهپیمایی پزشکان بر این باورند که غذاهای آبکی بهترین تغذیه برای این نوع برنامه ها میباشد زیرا هم منابع بدن را تامین میکند و هم آب بدن را تامین میکند.</p>
<p>نکات آموزش داده شده در برنامه:</p>	<p>نحوه قدم برداشتن صحیح (دادن استراحت به پاها) نحوه پایین آمدن صحیح از کوه حفظ گرمای بدن با پوشش گرم هنگام استراحت</p>
<p>نکته ویژه در مورد نگارش گزارش برنامه:</p>	



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

					پیش برنامه ی انجام شده:
					پیشنهادهای هموردان در این برنامه:
عجله ی بیش از حد برای انجام کارها (به همراه تذکرات). چه در هنگام پیمایش و چه بعد و قبل در مسیر رفت و آمد					انتقادهای هموردان در این برنامه:
آنتن دهی موبایل در ارتفاعات					آنتن دهی گوشی:
در سمت شرقی غار آب در بین سخره ها پناهگاه بزرگی قرار دارد به صورت طبیعی که مناسب برای شب مانی و حالات نامساعد جوی میباشد.					محل های مناسب برای شب مانی:
در سمت شرقی غار آب در بین سخره ها پناهگاه بزرگی قرار دارد به صورت طبیعی که مناسب برای شب مانی و حالات نامساعد جوی میباشد .					ایمنی منطقه:
					یاری رسانی:
	عرض جغرافیایی	طول جغرافیایی	ارتفاع	منطقه	نقاط GPS مسیر:
	E"۵,۶۰۳۴°۴۹	N"۱۷,۰۲'۵۹°۳۳	۲۲۲۴ متر	انتهای روستای خانه میران	
	E"۱۵,۲۳'۳۴°۴۹	N"۲,۰۷'۵۸°۳۳	۳۱۱۸ متر	قله سفید خانی	
	E"۱۳,۸۴'۳۸°۴۹	N"۳,۴۰'۰۰°۳۴	۲۰۱۱۱ متر	روستای عقیل آباد	
					چهارخانه ی زمان بندی:
					منابع:



عکس و کروکی مسیر:

<https://www.accuweather.com>

DAY	NIGHT
<p>20°_{HI}</p> <p>RealFeel® 23° Precipitation 54%</p> <p>Cloudy with a shower or thunderstorm around in the afternoon</p>	<p>9°_{LO}</p> <p>RealFeel® 10° Precipitation 25%</p> <p>Clearing</p>
<p>Winds from the ENE 7 km/h Gusts: 13 km/h</p> <p>Max UV Index: 5 (Moderate) Thunderstorms: 40% Precipitation: 3 mm Rain: 3 mm Snow: 0 CM Ice: 0 mm Hours of Precipitation: 1.5 hrs Hours of Rain: 1.5 hrs</p>	<p>Winds from the W 6 km/h Gusts: 11 km/h</p> <p>Max UV Index: N/A Thunderstorms: 24% Precipitation: 0 mm Rain: 0 mm Snow: 0 CM Ice: 0 mm Hours of Precipitation: 0 hrs Hours of Rain: 0 hrs</p>

تصویر سایت هواشناسی:



نمایی از روستای خانه میران



ابتدای یال صعود

عکس های برنامه:



دست به سنگ نزدیک قله



قله سفید خانی



فرود به سمت روستای عقیل آباد



ابتدای عقیل آباد