



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

| گزارش برنامه                                   |  |                   |                       |
|--|--|-------------------|-----------------------|
| بخش نخست: اطلاعات کلی برنامه                   |  |                   |                       |
| عنوان برنامه:                                  | صعود به چکاد پهنه حصار   | نوع برنامه:       | کوه نوردی             |
| سطح برنامه:                                    | متوسط  | سطح فنی برنامه:   | غیرفنی                |
| منطقه ی برنامه:                                | بین جاده سولقان و جاده چالوس   | بلندی قله:        | ۳۴۰۰ متر              |
| تاریخ برنامه:                                  | ۱۳۹۷/۰۱/۳۱   | شمار روز برنامه:  | یک روز                |
| مکان آغاز برنامه:                              | روستای سنگان   | ساعت آغاز برنامه: | ۷:۱۵ صبح              |
| تجهیزات عمومی مورد نیاز:                       | چادر <input type="checkbox"/> جی پی اس <input type="checkbox"/> کلنگ <input type="checkbox"/>  |                   |                       |
| تجهیزات فنی مورد نیاز:                         | کارابین پیچ <input type="checkbox"/> کلاه کاسکت <input type="checkbox"/> هارنس <input type="checkbox"/>  |                   |                       |
| فهرست کامل تجهیزات همراه در این برنامه:        | کفش کوهپیمایی-بادگیر ضد آب/گر تکس-لباس گرم -دستکش گرم -کلاه و کلاه آفتابگیر -عینک آفتابی-کرم ضد آفتاب - چراغ پیشانی با باتری اضافه - بطری آب یک و نیم لیتری پر - فلاسک چای در صورت تمایل -غذای شخصی -تنقلات و میوه -کمکهای اولیه شخصی -باتوم کوهنوردی - زیرانداز -کوله - دستمال کاغذی و روزنامه -کارت بیمه ورزشی-داروی خاصی اگر مصرف میکنید                        |                   |                       |
| سرپرست:  | حمیده فاتحی  | رایانامه:         | Fatehi2006@gmail.com  |
| سرپرست فنی:                                    | محمد صبر آموز  | رایانامه:         | msabramooz@yahoo.com  |
| گزارش نویس:                                    | زهرا حبیبی   | رایانامه:         | habibi.ch72@yahoo.com |
| سرپرست گروه پشتیبان:                           | عاطفه قاسم نیا   | سرپرست آموزش:     |                       |
| مسئول عکس:                                     | حامد قاسمیان   | مسئول مالی:       | حمیده فاتحی           |
| مسئول جی پی اس:                                | محمد صبر آموز  | مسئول محیط زیست:  | همه دوستان حاضر       |
| شمار و نام شرکت کنندگان:                       | ۲۴ نفر:<br>بزرگمهر فیروزفر، زهرا خواجه نصیر، زهرا حبیبی، مهدی حبیبی، الهام صداقت نژاد، مژگان خورشیدی، حامد محمدی مفرح، افسانه عباسی، معصومه فتحعلیان، محمد مظاهری، راما هامی علیا، ندا سلطانی، سعید مشتاق پور، کیوان زرگریان، عرشان زرگریان، اکرم ملامحمدی، حامد قاسمیان، نرگس نوری، حمیده فاتحی، محمد صبر آموز، علی عباسیان، مصلح عبدالهادی، علی لک، تیرازه عیوضی |                   |                       |
| بخش دوم: ترابری (بر اساس نوع برنامه تکمیل شود) |  |                   |                       |
| نوع نخست: رفت و برگشت درستی از تهران           |  |                   |                       |



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

|  |   |                                    |   |
|--|---|------------------------------------|---|
| نام شهر یا روستای مقصد:                  | روستای سنگان  | نوع وسیله دربستی:                  | مینی بوس  |
| هزینه وسیله نقلیه:                       | ۴۰۰۰۰۰ تومان  | مدت زمان رسیدن به مقصد:            | ۰۱:۱۵   |
| نام راننده:                              | آقای انجری  | شماره تماس راننده:                 | ۰۹۱۹۸۳۴۱۸۷۲   |
| جاده دسترسی به روستا:                    | خاکی - آسفالت   |                                    |   |
| <b>بخش سوم: زمانبندی برنامه</b>          |   |                                    |   |
| <b>روز نخست:</b>                         |   |                                    |   |
| مدت زمان پیمایش شده:                     | ۰۸:۰۵   | نوع مسیر:                          | پاکوب مشخص دارد   |
| مشخصات مسیر:                             | <input type="checkbox"/> عبور از رودخانه<br><input checked="" type="checkbox"/> دست به سنگ <input type="checkbox"/> شن اسکی | شمار و محل چشمه های موجود در مسیر: | دو چشمه که یکی در کنار جاده و دیگری در مسیر پیمایش بود. |
| وضعیت آب و هوا:                          | آفتابی  | وضعیت دمای هوا:                    | معتدل   |
| چکیده زمان بندی انجام برنامه در این روز: |   |                                    |   |
| زمان                                     | مکان  | توضیحات                            |   |
| ۰۵:۵۵                                    | میدان ونک   |                                    |   |
| ۰۷:۱۰                                    | روستای سنگان  | آماده شدن برای حرکت                |   |
| ۰۷:۱۸                                    | ابتدای مسیر پیمایش  | جاده خاکی و ماشین رو               |   |
| ۰۸:۰۵                                    | در مسیر پیمایش  | توقف ۵ دقیقه ای                    |   |
| ۰۸:۱۰                                    | ادامه حرکت  |                                    |   |
| ۰۹:۰۰                                    | آبشار سنگان   |                                    |   |
| ۰۹:۳۸                                    | ادامه صعود  |                                    |   |
| ۱۱:۳۳                                    | در مسیر پیمایش  | توقف ۱۲ دقیقه ای                   |   |
| ۱۱:۴۵                                    | ادامه حرکت  |                                    |   |
| ۱۳:۳۰                                    | بر فراز قله   |                                    |   |
| ۱۳:۵۵                                    | شروع فرود   |                                    |   |
| ۱۶:۲۰                                    | آبشار سنگان   | توقف ۱۰ دقیقه ای                   |   |
| ۱۶:۳۰                                    | ادامه فرود  |                                    |   |
| ۱۷:۵۳                                    | روستای سنگان  |                                    |   |
| ۱۸:۳۰                                    | حرکت به سمت تهران   |                                    |   |



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

### توضیحات لازم در مورد مسیر پیمایش شده:

رسیدن به ابتدای مسیر در روستای سنگان به این صورت است که منطقه در سمت شمال غرب تهران جایی که جاده امامزاده داوود و بزرگراه در حال احداث تهران-شمال از آن میگذرد واقع شده است. مسافتی در حدود ۱۰ کیلومتر از پارک کوهسار به سمت امامزاده داوود را طی میکنیم و پس از گذر از سولقان در سمت چپ جاده مسیر فرعی را به مسافت ۷ کیلومتر به سمت روستای سنگان و بخش سنگان بالا ادامه می دهیم تا اینکه مسیر آسفالتی در کنار امامزاده قاسم سنگان به پایان میرسد و ابتدای حرکت تیم خواهد بود.

در ابتدا تیم با سرعت ملایمی حرکت خود را آغاز کرد، حدود ۲۰ دقیقه از مسیر پیمایش، جاده خاکی بود؛ پس از آن تا آبشار شیب نسبتاً ملایم با پاکوب مشخص وجود داشت. تیم ساعت ۹ به آبشار سنگان رسید که توقفی ۴۰ دقیقه ای در کنار آن برای صرف صبحانه و گرفتن عکس یادگاری در نظر گرفته شد. ساعت ۰۹:۳۸ حرکت از آبشار سنگان به سمت قله پهنه حصار آغاز گردید. ساعت ۱۱:۳۳ توقفی کوتاه برای استراحت و تجدید قوا در نظر گرفته شد. لازم به ذکر است که در مسیر پیموده شده از آبشار تا مکان توقف، دست به سنگ مختصری وجود داشت که اعضای تیم به خوبی آن را پشت سر گذاشتند، همچنین در این بین یک چشمه ی بسیار زیبا و پرآب نیز وجود داشت. ساعت ۱۱:۴۵ حرکت از سر گرفته شد. این قسمت از مسیر تا قله پوشیده از برف بود. ساعت ۱۳:۳۰ تیم به مقصد خود، قله پهنه حصار، رسید که زمانی حدود ۲۵ دقیقه برای استراحت و گرفتن عکس سپری شد. ساعت ۱۳:۵۵ فرود آغاز شد که بر خلاف مسیر صعود دارای پاکوب مشخصی بود و همچنین از مسیر اصلی انجام شد. تیم بدون هیچ توقفی ساعت ۱۶:۲۰ به آبشار سنگان رسید و پس از ۱۰ دقیقه استراحت حرکت از سر گرفته شد. ساعت ۱۷:۵۳ به محل شروع برنامه رسیدیم و پس از اقامه نماز ساعت ۱۸:۳۰ به سمت تهران حرکت کردیم.

### بخش چهارم: مشخصات تکمیلی

|  |                              |
|--|------------------------------|
| پهنه حصار نام رشته کوه و قله ای در شمال غرب تهران و در مسیر جاده چالوس واقع در استان البرز میباشد. این رشته کوه از شمال به شهرستانک، از غرب به روستای خور و جاده چالوس، از شرق به روستای سنگان و جاده سولقان و از جنوب به منطقه وردآورد منتهی میشود. این کوه با نامهای دیگری همچون پهنه سار، پشته بند و گندم چال نیز خوانده میشود. بلندترین نقطه این کوه قله پهنه حصار نام دارد و با ارتفاع ۳۴۰۰ متر، یکی از مناطق مرتفع البرز مرکزی میباشد. از دامنه شرقی این کوه رودی سرچشمه میگیرد که در مسیر خود آبشار سنگان را به وجود آورده و در نهایت به رود کن میریزد. | موقعیت گیتایی (جغرافیایی):   |
| یکی از مسیرهای صعود به این قله از طریق روستای سنگان صورت میگیرد. این روستا در جنوب شرقی قله واقع شده است. مهم ترین مسیرهای صعود به قله پهنه حصار:<br>-جبهه شمال شرقی، از جاده امام زاده داوود و روستای سنگان<br>-جبهه جنوبی، از جاده چالوس و روستای واریش<br>-جبهه غربی، از جاده چالوس و روستای خور<br>-جبهه غربی، از جاده چالوس و روستای چاران<br>-جبهه جنوب غربی، از جاده چالوس و روستای کندر  | راه های دسترسی به مبدأ صعود: |
| شکل ظاهری این کوه باعث نامگذاری آن بدین اسم شده است؛ قله ای وسیع و پهن.  | وجه تسمیه ی نام قله:         |
| شکل ظاهری این کوه باعث نامگذاری آن بدین اسم شده است؛ قله ای وسیع و پهن.  | معنای نام قله:               |



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

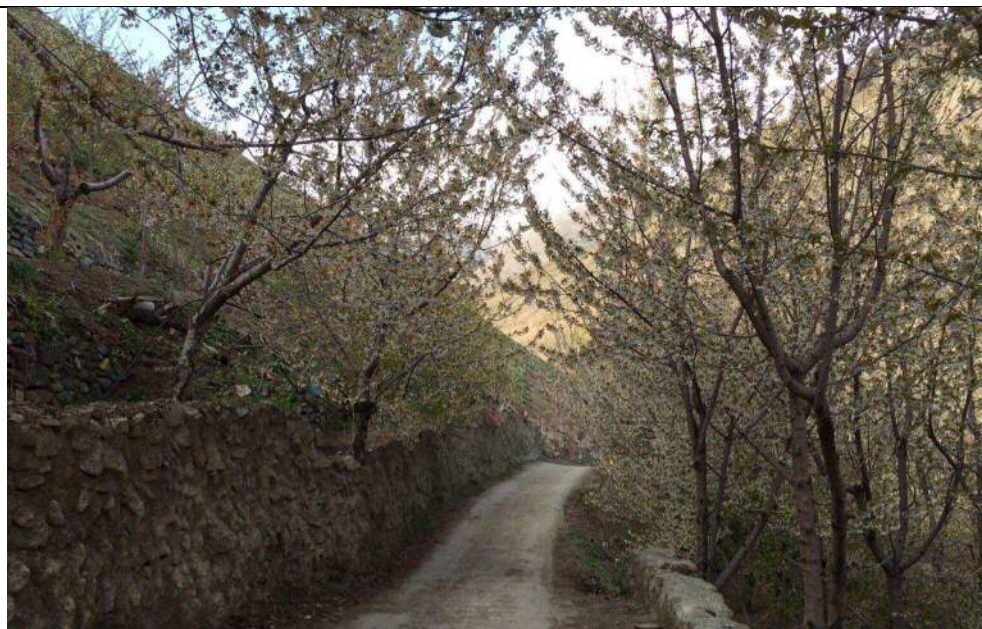
|   |   |
|---|---|
| جاذبه ها و آثار باستانی منطقه:              | آبشار سنگان -   |
| پوشش گیاهی:                                 | انواع علوفه های دامی و درختهای سیب و زر شک های کوهی و گوجه سبز ها ی کوهی و نیزارها میباشد باغ های گیلان و آلبالو که اکثراً متعلق به ساکنان محلی است |
| گونه گونی جانوری:                           | کبک - سار - رو باه - مارهای قهوه ای -   |
| فصل های صعود و بهترین فصل صعود:             | در تمام فصول سال امکان صعود وجود دارد. ولی بهترین فصل صعود اواسط بهار است.  |
| خطرات (بهمن ،مسیر ریزشی و..)                | در فصل زمستان در قسمت کوتاهی از مسیر وجود دارد.   |
| وعده های اصلی ومیان وعده ها به ترتیب زمانی: | کربوهیدرات مثل ماکارونی و برنج و نان پروتئین مانند گوشت قرمز و مرغ و قارچ و ویتامین در انواع میوه و قند در بیسکویت و کیک و پاستیل                   |
| نکات آموزش داده شده در برنامه:              | گام برداری بر روی شیب و کام برداری بر برف در هنگام صعود و فرود  |
| آنتن دهی گوشی:                              | همراه اول و ایرانسل هر دو فقط در روستا و تا قبل از آبشار سنگان آنتن دهی دارد  |
| ایمنی منطقه:                                | منطقه امن است.  |
| نقاط GPS مسیر:                              | امام زاده - آبشار سنگان - قله   |
| منابع:                                      | سایت گوگل - گزارش برنامه قبلی گروه  |
| تصویر سایت هواشناسی:                        | <a href="http://havakouh.com">http://havakouh.com</a>   |

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

|                 |               |              |                 |                  |
|-----------------|---------------|--------------|-----------------|------------------|
| ۲               | ۱             | ۳۱           | ۳۰              |                  |
| اردیبهشت یکشنبه | اردیبهشت شنبه | فروردین جمعه | فروردین پنجشنبه |                  |
|                 |               |              |                 |                  |
| ۱۶              | ۲۴            | ۱۴           | ۱۱              | سرعت باد (km/h)  |
| باران           | باران         | آفتابی       | آفتابی          | وضعیت            |
| -               | -             | -            | -               | برف (cm)         |
| ۱               | ۱             | -            | -               | باران (mm)       |
| ۱۳              | ۱۵            | ۱۵           | ۱۱              | بیشترین دما (C°) |
| ۷               | ۸             | ۵            | ۱               | کمترین دما (C°)  |
| ۴               | ۴             | ۲            | -۲              | دمای حسی (C°) ?  |



عکس های برنامه:



ابتدای مسیر



کنار ایشار سنگان



در مسیر قله



تیم بر فراز قله

