



# تقویم کوهنوردی

شش ماه اول سال ۱۴۰۵

گروه کوهنوردی و دوچرخه سواری فارغ التحصیلان دانشگاه امیرکبیر





# اردیبهشت

## اردیبهشت

۱۴۰۵-۲۰۲۶

| شنبه | یکشنبه | دوشنبه | سه‌شنبه | چهارشنبه | پنجشنبه | جمعه |
|------|--------|--------|---------|----------|---------|------|
|      |        | ۱      | ۲       | ۳        | ۴       |      |
| ۵    | ۶      | ۷      | ۸       | ۹        | ۱۰      | ۱۱   |
| ۱۲   | ۱۳     | ۱۴     | ۱۵      | ۱۶       | ۱۷      | ۱۸   |
| ۱۹   | ۲۰     | ۲۱     | ۲۲      | ۲۳       | ۲۴      | ۲۵   |
| ۲۶   | ۲۷     | ۲۸     | ۲۹      | ۳۰       | ۳۱      |      |

متوسط

سرپرست: زیبا به جامه  
مسئول فنی: پویا مشعوف

۱۸ ارفع کوه

۱ اردیبهشت روز بزرگداشت سعدی / ۹ اردیبهشت ولادت امام رضا (ع) / ۹ اردیبهشت روز ملی روانشناسی و مشاوره  
۱۲ اردیبهشت روز معلم / ۲۵ اردیبهشت روز بزرگداشت فردوسی / ۲۸ اردیبهشت شهادت امام محمد تقی (ع)



# خرداد

## خرداد

۱۴۰۵-۲۰۲۶

| شنبه | یکشنبه | دوشنبه | سه‌شنبه | چهارشنبه | پنجشنبه | جمعه |
|------|--------|--------|---------|----------|---------|------|
| ۳۰   | ۳۱     |        |         |          |         | ۱    |
| ۲    | ۳      | ۴      | ۵       | ۶        | ۷       | ۸    |
| ۹    | ۱۰     | ۱۱     | ۱۲      | ۱۳       | ۱۴      | ۱۵   |
| ۱۶   | ۱۷     | ۱۸     | ۱۹      | ۲۰       | ۲۱      | ۲۲   |
| ۲۳   | ۲۴     | ۲۵     | ۲۶      | ۲۷       | ۲۸      | ۲۹   |

۴ خرداد: هجرت امام محمد باقر / ۶ خرداد: عید سعید قریان / ۱۲ خرداد: ولادت امام علی النقی الهادی  
 ۱۴ خرداد: رحلت حضرت امام خمینی / ۱۷ خرداد: ولادت امام موسی کاظم / ۱۵ خرداد: قیام ۱۵ خرداد / عید سعید غدیر خم

متوسط+

سرپرست: فرزاد نظری  
 مسئول فنی: سعید مشتاق پور

سنگان به سیاه سنگ

۱

متوسط

سرپرست: سینا حسنعالی زاده  
 مسئول فنی: حامد قاسمیان

پیمایش حور به لمیر

۱۴-۱۵

سبک+/متوسط+

سرپرست: —  
 مسئول فنی: —

پیمایش دره دیزین و صعود به قله نوسوم بویدر

۲۹





# تیر

۱۴۰۵-۲۰۲۶

# تیر

| شنبه | یکشنبه | دوشنبه | سه‌شنبه | چهارشنبه | پنجشنبه | جمعه |
|------|--------|--------|---------|----------|---------|------|
| ۱    | ۲      | ۳      | ۴       | ۵        | ۶       | ۷    |
| ۸    | ۹      | ۱۰     | ۱۱      | ۱۲       | ۱۳      | ۱۴   |
| ۱۵   | ۱۶     | ۱۷     | ۱۸      | ۱۹       | ۲۰      | ۲۱   |
| ۲۲   | ۲۳     | ۲۴     | ۲۵      | ۲۶       | ۲۷      | ۲۸   |
| ۲۹   | ۳۰     | ۳۱     |         |          |         |      |

متوسط+

سرپرست: احمد رحمانی  
مسئول فنی: محمد مظاهری

آهار به سیچال

۱۲

متوسط+

سرپرست: رومینا صادقیان  
مسئول فنی: علیرضا زارع زاده

سبلان

۲۵-۲۶

۴ تیر تاسوعای حسینی / ۵ تیر عاشورای حسینی / ۲۷ تیر شهادت امام زین العابدین



# مرداد

## مرداد

۱۴۰۵-۲۰۲۶

شنبه ۱ شنبه ۲ شنبه ۳ شنبه ۴ شنبه ۵ شنبه ۶ شنبه ۷ شنبه ۸ شنبه ۹ شنبه ۱۰ شنبه ۱۱ شنبه ۱۲ شنبه ۱۳ شنبه ۱۴ شنبه ۱۵ شنبه ۱۶ شنبه ۱۷ شنبه ۱۸ شنبه ۱۹ شنبه ۲۰ شنبه ۲۱ شنبه ۲۲ شنبه ۲۳ شنبه ۲۴ شنبه ۲۵ شنبه ۲۶ شنبه ۲۷ شنبه ۲۸ شنبه ۲۹ شنبه ۳۰ شنبه ۳۱

۲ ۱ ۳۱

۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳

۱۶ ۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰

۲۳ ۲۲ ۲۱ ۲۰ ۱۹ ۱۸ ۱۷

۳۰ ۲۹ ۲۸ ۲۷ ۲۶ ۲۵ ۲۴

۱۳ مرداد از همین هفته ۲۲ مرداد رحلت رسول اکرم (ص) - شهادت امام حسن مثنی علیه السلام  
۱۴ مرداد شهادت امام رضا علیه السلام ۲۱ مرداد شهادت امام حسن مجتبی علیه السلام

سرپرست: لیلا باوفا  
مسئول فنی: حسین سرافراز

سنگین

ناز

۹

سرپرست: امیرحسین اسعدی  
مسئول فنی: رضا سامانی

سبک

رفتینگ ارمند - بارش شهابی

۲۱-۲۳

سرپرست: محمد مظاهری  
مسئول فنی: مهدی جاوشی

سنگین

دماوند شمال شرقی

۲۸-۲۹



# شہرپور

متوسط+

توچال شبانہ

۱۳

متوسط+

لاتون بہ سرکچال

۲۷

سرپرست: عاطفہ قاسم نیا  
مسئول فنی: عرفان گودرزی

سرپرست: رضا سامانی  
مسئول فنی: محمد مظاہری

## شہرپور

۲۰۲۶-۱۴۰۵

| جمعہ | شنبہ | ۱ شنبہ | ۲ شنبہ | ۳ شنبہ | ۴ شنبہ | ۵ شنبہ | ۶ جمعہ |
|------|------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|      |      | ۱      | ۲      | ۳      | ۴      | ۵      | ۶      |
|      | ۷    | ۸      | ۹      | ۱۰     | ۱۱     | ۱۲     | ۱۳     |
|      | ۱۴   | ۱۵     | ۱۶     | ۱۷     | ۱۸     | ۱۹     | ۲۰     |
|      | ۲۱   | ۲۲     | ۲۳     | ۲۴     | ۲۵     | ۲۶     | ۲۷     |
|      | ۲۸   | ۲۹     | ۳۰     | ۳۱     |        |        |        |





# مهر

۱۴۰۵-۲۰۲۶

## مهر

شنبه (شنبه) شنبه ۳ شنبه ۴ شنبه ۵ شنبه ۶ جمعہ

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| ۳  | ۲  | ۱  |    |    |    |    |
| ۱۰ | ۹  | ۸  | ۷  | ۶  | ۵  | ۴  |
| ۱۷ | ۱۶ | ۱۵ | ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ |
| ۲۴ | ۲۳ | ۲۲ | ۲۱ | ۲۰ | ۱۹ | ۱۸ |
|    | ۳۰ | ۲۹ | ۲۸ | ۲۷ | ۲۶ | ۲۵ |

سبک+/متوسط

سرپرست: راضیه صالحی  
مسئول فنی: علیرضا زارع زاده

کلکچال

۱۰

متوسط

سرپرست: فاطمه حیدری  
مسئول فنی: محمد صبر آموز

پهنه حصار از خور

۱۴