

ورزش ، تندرستی ، نشاط

بنام آفریننده کوه ها
گروه دوچرخه سواری تيبا
تقويم برنامه های دوچرخه سواری ۳ ماه تابستان ۱۳۹۶



تاریخ	نوع برنامه	منطقه	مدت /روز	سطح برنامه	سرپرست	توضیحات
۶-۵ تیرماه	کوهنوردی	قلل مرکزی دنا	۲/۵ روزه	حرفه ای	مهدي عباسی	
۱۶-۱۵ تیرماه	دوچرخه سواری	صادق آباد	۱/۵ روزه	نیمه حرفه ای	ولی عباسپور	
۳۰-۲۸ تیرماه	کوهنوردی	علم کوه	۳ روزه	حرفه ای	مجید عابدینی	گرده آلمانا
۱۳-۱۲ مرداد	دره نوردی	رغز	۲/۵ روزه	تفریحی	محمد شاه مرادی	داراب شیراز
۲۷ مرداد	دوچرخه سواری	بروجن- بلداجی	۱ روزه	نیمه حرفه ای	محمد عابدی	
۱۰-۹ شهریور	کوه نوردی	کرکس	۱/۵ روزه	نیمه حرفه ای	آرش محمودی	آمادگی دماوند
۱۸-۱۶ شهریور	کوه نوردی	دماوند(جبهه غربی به جنوبی)	۲/۵ روزه	حرفه ای	محمد شاه مرادی	
۳۱-۳۰ شهریور	دوچرخه سواری	منطقه نطنز	۱ روزه	نیمه حرفه ای	طغیانی	

- داشتن کلاه ایمنی و کارت بیمه ورزشی در تمام برنامه ها الزامی میباشد.
- جهت تماس انتقادات و پیشنهادات (کمیته فنی آقای عابدینی ۰۹۱۳۲۰۸۰۷۶۰ - دبیر گروه آقای عابدی ۰۹۱۳۱۲۵۲۱۹۳)
- تار نگار : Tibacycling.ir
- کانال تلگرام @TibacyclingClub