

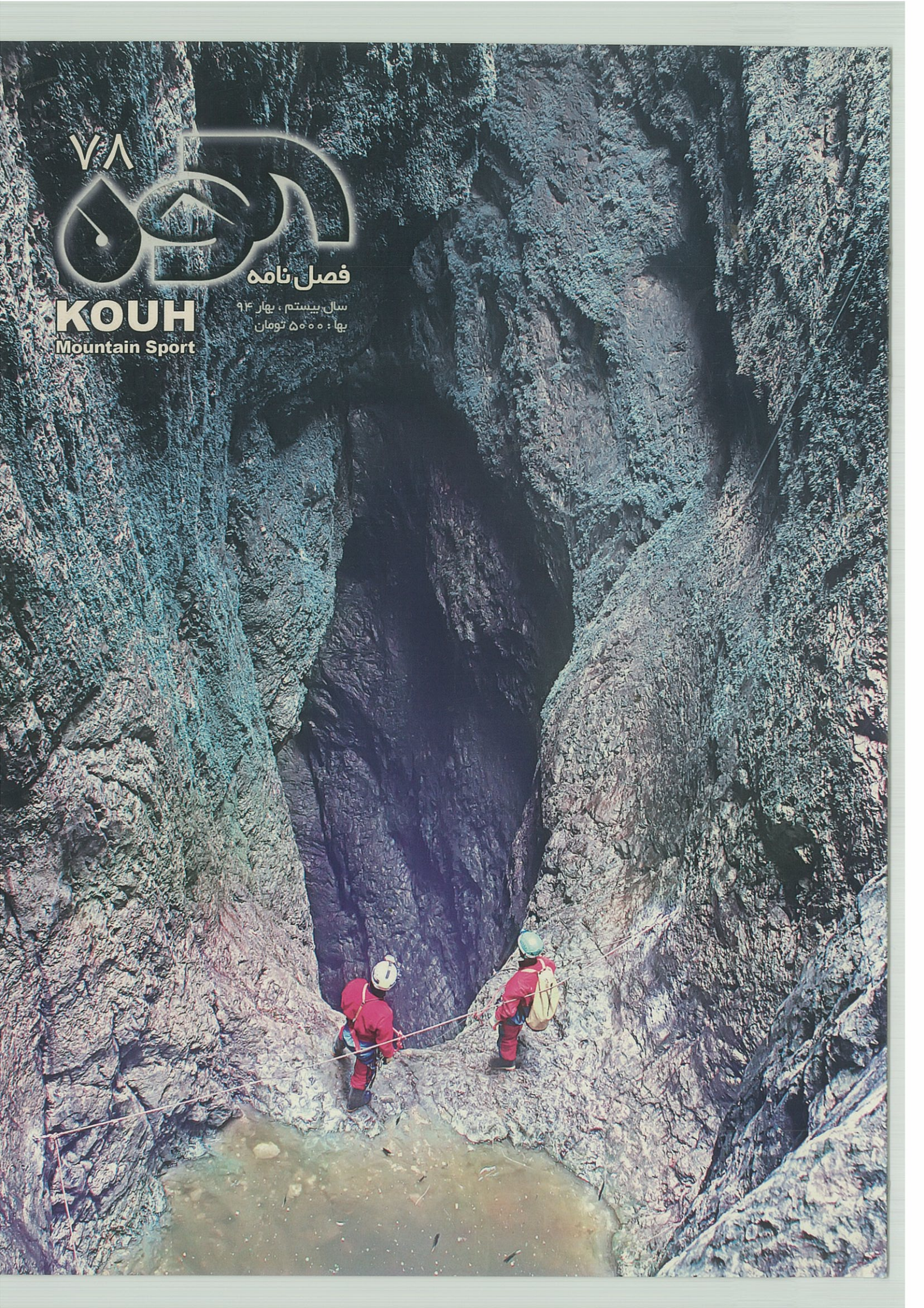
۷۸



فصل نامه

سال بیستم ، بهار ۹۴
بها : ۵۰۰۰ تومان

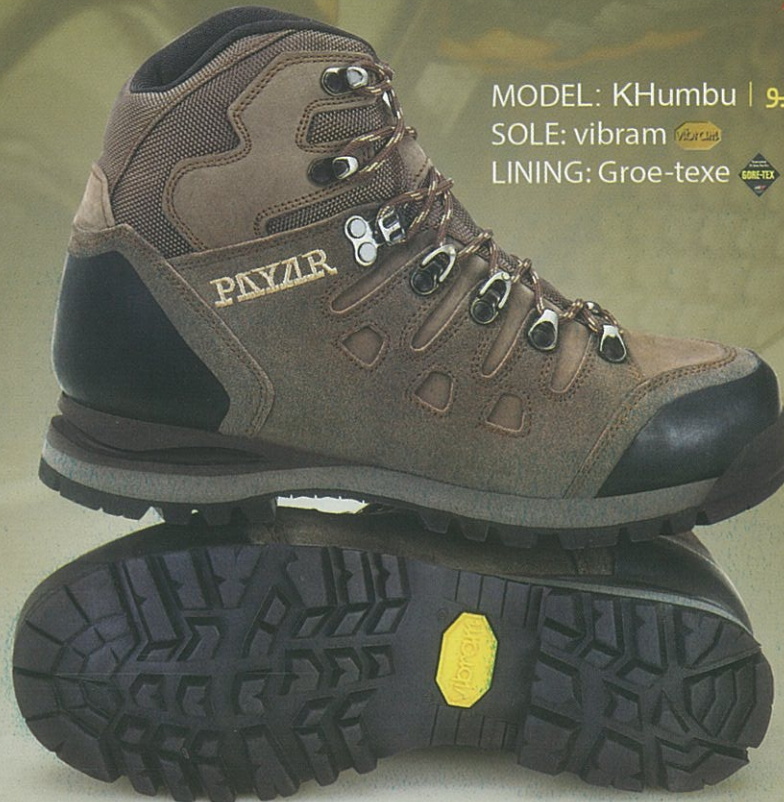
KOUH
Mountain Sport



PKYAR

CLIMBING . TREKKING . MOUNTAIN

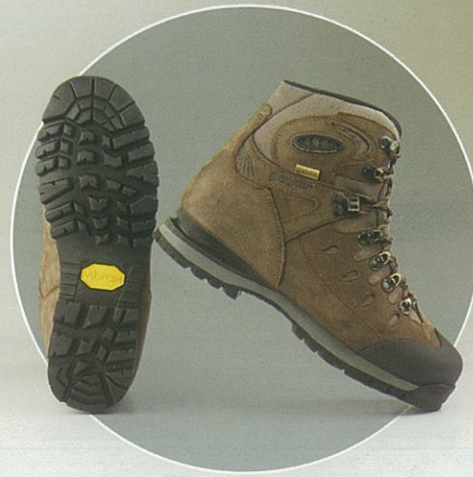
NEW



MODEL: KHumbu | خومبو
SOLE: vibram
LINING: Groe-texe



MODEL: Falcon | فالكون
SOLE: vibram
LINING: Groe-texe



MODEL: Elberus | البروس
SOLE: vibram
LINING: Groe-texe

خیابان ولیعصر، بالاتر از میدان منیریه، روبروی خیابان صنعتی پور، پلاک ۹۲۳
۰۹۱۲۳۱۰۲۶۴۶ ، ۶۶۴۹۵۳۵۰

فصل نامه کوه

۷۸

تکاملی - آموزشی

با گستره توزیع بین المللی

سال بیستم - بهار ۱۳۹۴

.....

صاحب امتیاز و مدیر مسؤل:
دکتر حسن صالحی مقدم

.....

زیر نظر شورای نویسندگان

.....

روی جلد: غار چگور پینار - ترکیه

عکس از: میثم خوش قدم

.....

ویراستار نهایی: نصرالله فتوگرافی

صفحه آرای: زهره حسن بیگی

اشتراک و توزیع: ایران جوادپور

.....

همکاران این شماره به ترتیب حروف الفبا:

علیرضا احمدی، نیما اسکندری، مهندس منبوه بزرگر، شهریار بیگی، فاطمه ترابیان، دکتر سهیل جهانتاب، غلامحسین حسن پور، غزال حشمت منش، مسعود حمیدی، رضا زارعی، مهندس جعفر سپهری، مصطفی سلاخی، حمیدرضا شفق، سینا شفیع زاده، مهندس هادی فوقانی، پیمان کریمی سلطانی، رضا کفاش، احسان کنعانی، امین معینی، ایمان معین، زنده یاد جعفر ناصری، حسن نجاریان

با گرامی داشت یاد و خاطره تنی چند از پایه گذاران این نشریه که دیگر در بین ما نیستند...
استاد جلیل کتبیهای - مهندس وارطان زاکاریان -
مهندس شاپور صمصام - دکتر محسن محسنین -
مهندس مجیدبنی هاشمی

- ۲ حرف اول
- ۴ اولین صعود زمستانی یال سیوله
- ۷ سرشاخان قلات شاه
- ۹ ارتفاعات بدر و پریشان قروه
- ۱۴ دریاچه های ایران
- ۲۰ گزارش گشایش مسیر جدید در دیواره بیستون : مسیر کاراکال
- ۲۴ گزارش صعود به قله چوآیو به ارتفاع ۸۲۰۱ متر در پاییز ۱۳۹۳
- ۲۸ راه سخت
- ۳۰ حمله قلبی بالای دیواره ۲۰۰ متری
- ۳۳ گزارش اکسپدیشن ایرانی به فرانسه (از مون بلان بزرگ تا سوزنی گراند کاپوسین)
- ۳۸ آگاهی و آمادگی دو اصل مهم کوهنوردی
- ۴۰ بیواک؛ مرگ آفرین یا زندگی بخش؟
- ۴۴ منتخبی از کتاب هفت سال در تبت (نوشته هانریش هارر)
- ۴۸ جریمه به خاطر ایجاد مانع در امداد رسانی
- ۴۹ نصب یک سیستم خودکار پایین دهنده در دره نوردی با استفاده از پیرانا
- ۵۰ خط الرأس مازنو (ماژنو)
- ۵۷ حمل ابزار و لوازم : مدیریت طناب ها و کوله ها
- ۵۸ حفاظت از طناب
- ۶۰ قوانین ورزشی
- ۶۵ آیا ورزش کوه پیمایی به تنهایی کافی ست ؟
- ۶۶ کوتاه و خواندنی
- ۷۴ بهمن اجتناب ناپذیر است
- ۷۷ ۳۰ نکته در یخ نوردی
- ۸۱ آن جا که بال ها از پرواز می مانند، فرشتگان نجات بال می گشایند
- ۸۴ ادامه گزارش اکسپدیشن ایرانی به فرانسه
- ۹۰ اخبار فدراسیون
- ۹۲ اخبار انجمن کوهنوردان ایران
- ۹۴ اخبار
- ۹۵ بهار کوهسار
- ۹۶ One Day Matriarchy in IRAN

فصل نامه کوه نشریه ای است که به هیچ سازمان یا تشکیلاتی وابستگی ندارد. مطالب مندرج در فصل نامه کوه الزاما نظر نشریه نیست. مقالات و عکس های ارسالی به دفتر مجله، مسترد نمی شود.
فصل نامه کوه در چاپ، ویرایش و خلاصه کردن مقالات اختیار کامل دارد. نقل مطالب با ذکر ماخذ مانعی ندارد. مطالب را حتی المقدور تایپ شده و یا با خط خوانا، با رعایت فاصله خطوط و در یک روی کاغذ ارسال کنید و چنانچه ترجمه شده است، کپی متن اصلی را نیز همراه ترجمه آن بفرستید. مسؤلیت صحت و سقم مطالب به عهده نویسنده است.
گزارش معرفی مناطق کوهنوردی و یا خط الرأس ها حتما با کروکی و عکس همراه باشد تا امکان استفاده از آن برای دیگران فراهم گردد.
فصل نامه کوه از درج گزارش های داخلی که تکراری و مربوط به سال های پیش است، معذور است.
صحت و سقم مطالب آگهی ها به عهده آگهی دهنده است.

پست الکترونیکی: faslnameyekouh@yahoo.com

تلفن: ۲۲۷۱۲۸۱۶ و ۲۲۷۴۵۳۵۴ نمابر: ۲۲۷۱۲۸۱۷

نشانی: تهران، صندوق پستی: ۱۹۶۱۵/۹۳۸



زحمت چه می کشی پی درمان ما طیب ما په نمی شویم و تو پد نام می شوی

از قبل بنا را بر این گذاشته بودیم که در چند شماره پی در پی "حرف اول" را به مسائل زیست محیطی این مهم آمیخته با حیات و موجودیت انسان و این تخریب شونده و تخریب شده برگشت ناپذیر و مشکلات پر شمار آن و طیف وسیع مخربین و اشکال متنوع تخریب و مردم بی اعتنا و بی توجه به خصوص جامعه ی کوه نوردی به دلیل رابطه تنگاتنگ کوهنورد و طبیعت که بیشترین سهم از مسئولیت مراقبت و نگهداری از این میدان وسیع - به وسعت تمامی خاک کشورمان - متوجه اوست، اختصاص دهیم تا شاید اگر حتی یک نفر از هزاران نفر خیل عظیم کوهپیمایان و کوهنوردانی که در پایان هفته به کوه می روند از بد حادثه نگاهش به این سطور افتاد و از سر کنجکاو می نه از روی تعلم آن را خواند و باز نه از روی وظیفه و تعلق خاطر به آن عمل نمود ما بیهوده کاغذ را سیاه نکرده ایم. اما این خود به تنهایی کافی ست ؟ آیا این پاسخ در خوری ست برای سوالی که به درستی مطرح می شود که تا به کی باید این سیر تسلسل ادامه داشته باشد و چشم بینایی و گوش شنوایی نباشد و نتیجه ی درخوری حاصل نشود. آیا این خسارت سنگینی که ما برای تولید کاغذ به طبیعت وارد می کنیم ارزش آن را دارد و ما مجازیم آن را با این دست و دلبازی بذل و بخشش نماییم برای این که یک نفر "حتا یک نفر!" از جمعی کثیر آیا بفهمد یا بخواهد که راهی را که سالیان متمادی در تمام زمینه های زیست محیطی او و اجدادش به غلط پیموده اند، تصحیح نماید.

برای تولید یک تن کاغذ حدود دو تن یا شش متر مکعب چوب یا بیست اصله درخت تنومند باید قطع شود. در صورتی که اگر آب و انرژی مصرفی - که برای تولید آن هم از نظر زیست محیطی متحمل هزینه های سنگینی می شویم - و مواد شیمیایی و آلاینده طبیعت را لحاظ نکنیم و اگر تولید سالیانه کاغذ کشور را طبق آمارهای داده شده ۱۵۰ هزار تن در نظر بگیریم بایک حساب سر انگشتی متوجه می شویم که حدود ۳۷۰ هزار متر مکعب چوب نیاز داریم و این یعنی باید سالانه حدود ۴۶۰ هزار هکتار جنگل کاری داشته باشیم تا جنگل های مان فدای صنعت کاغذ سازی نشود و این در حالی ست که از چند دهه ی گذشته تا کنون مساحت جنگل های کشور مان از حدود ۱۸ میلیون هکتار به ۱۴ میلیون هکتار رسیده است. البته عامل اصلی این فقدان به اشکال مختلف کماکان همان انسان است با دست های پنهان و پیدایش و نباید آن را یک تنه به پای صنعت کاغذ سازی نوشت که بسیار دور از انصاف است. آمار سالیانه واردات کاغذ و مصرف بی رویه و بی محابای آن با در نظر گرفتن سرانه ی مطالعه کشور که تنزل تیراژ کتاب و مطبوعات گویای واقعیت تلخ آن است حکایت از عدم مصرف بهینه و تبدیل این کالای ارزشمند و حیاتی که با هزینه ی بسیار گزاف مادی و معنوی تولید و تهیه می شود، به زباله دارد. ما چگونه به خود حق می دهیم که ریه های مادر زمین را که حیات انسان ها به حیات آن بستگی دارد بدون کوچک ترین واهمه و کم ترین تردید و بهره مندی تبدیل به زباله می کنیم این به دور از انصاف و مروت است. از سویی دیگر در هر نگفتنی گفتنی ست ضرور. ندیدن و نخواندن و به کار نرفتن اصولی از اصول بنیادی جامعه از سوی حتما طیف وسیعی نمی تواند و نباید مانع بیان و انعکاس مکرر مطالب تربیتی و فرهنگی شود. می گوئیم ، می

نویسیم، فریاد می‌زنیم بیشتر زجر می‌کشیم و کمتر نتیجه می‌گیریم. وای به روزی که نگوییم و ننویسیم و فریاد بر نیاوریم.

می‌گوییم سنبل ایران و کوه هایش دماوند یک اثر ملی طبیعی ست و نباید این گونه دچار بی‌مهری شود. جاده کشی، معدن کاوی، دست‌یازی به پوشش گیاهی و حیات جانوری، پراکندگی و انباشتگی زباله در همه جا به خصوص مسیر جنوبی، سنگ و دیوار نویسی‌های رنگارنگ، پارچه و بنرهای پرشمار و تهوع آور و از همه تاسف‌بارتر مردار حیوانی در میان زباله‌های متنوع روح و چشم‌آزار به نشان صعود قله برای عکس گرفتن. همه‌ی این‌ها بخشی از نشان ملی ماست!!! و نشانی از فرهنگ، دین، آیین و روش زندگی. تاسف‌واژه حقیری ست برای این همه حقارت. چرا صعود دماوند به امری حیاتی و حیثیتی مبدل گشته است و حتا بیگانگان با کوه و کوه‌نوردی برای یک بار هم شده می‌خواهند بخت خود را برای صعود آن به هر بهایی آزمایش کنند و در این بخت‌آزمایی دماوند باید خسارات غیر قابل‌جبرانی را تحمل نماید. البته کوه‌های دیگر هم مانند علم‌کوه و سبلان و... از این امر مستثنا نبوده و به اشکال مختلف دچار آسیب‌های جدی شده‌اند و می‌شوند.

می‌گوییم دوران پارینه‌سنگی به پایان رسیده است و دیگر کسی در غارها زندگی نمی‌کند قلم و رنگ را زمین بگذارید و از نقش‌آفرینی بروی بدنه غارها دست بکشید. تو از این غار بازدید کرده‌ای. این قله را صعود نموده‌ای. از این صخره بالا رفته‌ای. چرا دیگران باید بدانند؟! اگر به راستی مشتاقید تا جاودانه شوید راه اصولی و منطقی راه دیگری ست. از این راه فقط ننگ و نفرین را برای خود می‌خرید.

می‌گوییم مبادی ورودی کوهستان‌های مان بازار مکاره است و هیچ نشانی از وارد شدن به دامان طبیعت در آن نیست. نه رنگ طبیعت دارد. نه بوی طبیعت و نه صدای طبیعت و نه مردمانی که عشقی به طبیعت داشته باشند.

می‌گوییم جایی را نشان مان دهید که ردی از جای پای طبیعت سوزی نمانده باشد و ویلایی بنا نشده باشد و زخمی بر پیکر طبیعت از زیاده‌خواهی مان وارد نیامده باشد.

می‌گوییم، می‌گوییم و می‌نویسیم و بر خود بانگ می‌زنیم که بیهوده کاغذ گرانبها را سیاه نکن که بخت مردمی که فقط لاف فرهنگ می‌زنند و از فرهنگ بهره‌ای نبرده‌اند سیاه است.

دوستی بر ما خرده می‌گرفت که سراسر مجله تان آگهی‌های رنگی ست و تهی از مطالب مفید. و امروز که ما از ارزشمند بودن کاغذ و تبدیل آن به برخی از کالاهای بی‌ارزش سخن به میان آورده‌ایم این موضوع تداعی می‌شود که بنگرید و اعظان غیر متعظ را.

ابتدا درباره مطالب مفید: این تمام چیزی ست که می‌توانستیم نه تمام چیزی که می‌خواستیم. در این مورد هیچ پاسخی نداریم و تنها عادل بی‌حب و بغض را خوانندگان مجله می‌دانیم و بس و با این که تیراژ مجله کم شده است هیچ‌گاه آن را به حساب عدم خرید به سبب بی‌محتوا بودن نگذاشته‌ایم چرا که خوب می‌دانیم گرانی و تورم اولویت خرید را در سبد خرید خانواده‌ها به مایحتاج ضروری داده است و از دیر باز خرید کتاب و مطبوعات در کشور ما به صورت یک ضرورت دیده نشده است. و اما آگهی‌های رنگی: ما هیچ‌گاه دیناری از کیسه‌ی شما عزیزان خاصه خرجی نکرده‌ایم و تنها سبب دخل و خرج مجله همین آگهی‌هاست که هزینه‌ی آن را شرکت‌های آگهی‌دهنده پرداخت می‌کنند و در سراسر دنیا این امری مرسوم و شناخته شده است.

اولین صعود زمستانی یال سیوله

گزارش: نیما اسکندری

در جریان صعود زمستانی یال سرداغ در سال ۱۳۹۱ هنگامی که به گردنه سرداغ رسیدیم در سمت چپ یال سرداغ یالی را دیدیم که به صورت صخره‌ای با شیب بسیار زیاد به سمت قله می‌رفت. نام این یال چه بود؟ چرا چیزی از آن نشنیده بودیم؟ این یال یالچه‌ای فرعی نبود که در میان یخچال‌های دماوند بسوزد و از بین برود یا اینکه به یال‌های دیگری برسد و به صورت مشترک به قله برود؛ این یال کاملاً مستقل بود و به صورت نواری صخره‌ای از بین دو یخچال سیوله و یخچال شمال غربی به قله می‌رسید و در واقع یخچال شمال غربی بین این یال و یال سرداغ قرار داشت. تصمیم گرفتیم در اولین فرصت تلاشی زمستانی را روی این یال داشته باشیم.



لوازم فنی مورد نیاز در برنامه در نظر گرفتیم. هارنس را هم به دلیل وزن آن حذف کردیم و تصمیم گرفتیم در صورت نیاز از طنابچه به جای آن استفاده کنیم. از طرفی این یال در منطقه سرداغ قرار داشت و به دلایلی مانند فاصله طولانی یال از روستای ناندل، برف کوبی سنگین دشت، نداشتن جان‌پناه، آفتاب‌گیر نبودن یال، یادگیر بودن مسیر (به دلیل جهت وزش باهای دماوند که عموماً جهت غربی - شرقی دارد)، شیب مسیری و وجود موانع سنگی نیاز به برنامه‌ریزی دقیق‌تری داشت. ما تصمیم داشتیم از محل چادرمان (در ارتفاع تقریبی ۳۶۰۰ متر) به صورت سبک‌بار و یک روزه به قله برویم و از جبهه غربی برگردیم و چون از مدت زمان تقریبی صعود این یال مطلع نبودیم کیسه



این یال پرشیب‌ترین یال منطقه است و تا کنون تلاش یا صعودی زمستانی روی این یال انجام نشده است. ما هم اطلاعاتی از این یال نداشتیم و عکسی از آن ندیده بودیم. با مشاهده عکس‌هایی که از این یال در فصل زمستان (در برنامه سرداغ) گرفته بودیم و بررسی مسیر با گوگل ارث این احتمال وجود داشت که در قسمت‌های بالایی یال درگیر یخچال سیوله شویم. از طرفی مسیر در بسیاری از مناطق به صورت دست به سنگ بود و ما هم از وضعیت زمستانی این سنگ‌ها مطلع نبودیم. به همین دلیل ۲ رشته طناب ۷ میلی‌متر ۲۰ متری، ۳ عدد میخ ناودانی، ۴ عدد کیل با سایزهای مختلف، ۴ عدد پیچ یخ، ۴ عدد اسلینگ و تبر یخ و کرامپون را به‌عنوان

در زمستان سال ۹۳ تصمیم گرفتیم برنامه‌ای را که در ذهن‌مان بود اجرا کنیم. به کتاب دماوند و یال‌هایش تالیف علی مقیم مراجعه کردیم. در این کتاب این یال به‌عنوان یال شمال - شمال غرب معرفی شده بود و در توضیح آن نوشته شده بود که به دلیل ساختار صخره‌ای و شیب زیاد مسیر هیچ‌گونه تلاشی روی این یال انجام نشده است. با تعدادی از پیش‌کسوتان که در زمینه صعود به دماوند تجربه زیادی داشتند تماس گرفتیم و در نهایت معلوم شد که این یال، یال سیوله است. یالی که تنها ۲ صعود تابستانی روی آن انجام شده بود. با آقای صالحی مسؤول خانه کوهنوردان ناندل تماس گرفتیم و ایشان هم گفتند که





دهد و تصمیم گرفت فردا در چادر منتظر ما بماند. هوا بسیار آرام بود اما با غروب خورشید باد شدیدی شروع به وزیدن کرد. با توجه به استراحت کم شب قبل پس از صرف شام و آب کردن برف و پُر کردن فلاسک‌ها و جمع و جور کردن کوله ساعت ۲۰ به درون کیسه خواب‌ها رفتیم. باد تمام شب با شدت می‌وزید و خواب راحت را از



چشمان ما گرفته بود.

۹۳/۱۰/۲۵ ساعت ۴ صبح بیدار شدیم و پس از پر کردن فلاسک‌ها و صرف صبحانه ساعت ۵:۳۰ از چادر خارج شدیم. باد همچنان می‌وزید و ما نگران قسمت‌های انتهایی مسیر بودیم، چون در ارتفاع بالاتر مسیر یخ‌زده بود و باد هم شدیدتر می‌شد.

محل چادر ما در یک ساعتی یال سرداغ قرار داشت و ما تصمیم داشتیم کمی بالاتر از چادر با تراورس از زیر یخچال شمال‌غربی به ابتدای یال سیوله برسیم. (شروع یال سیوله در ارتفاع تقریبی ۳۵۰۰ متر قرار داشت). قسمت‌هایی از این تراورس به صورت برف یخ‌زده بود

خانه‌های انتهایی دشت متوجه فاصله گرفتن یکی از دوستان شدیم. ایستادیم و علت را جویا شدیم، از تنگی کفش شکایت داشت. با رسیدن به آخرین خانه دشت و استراحتی مختصر به سمت گردنه حرکت کردیم. از انتهایی دشت مسیر با شیبی متوسط به گردنه می‌رسید. به گردنه رسیدیم و مسیر را به سمت ابتدای یال سرداغ ادامه دادیم. در گردنه کوچکی در ارتفاع ۳۶۲۰ متر محل مناسبی را برای شب‌مانی انتخاب کرده و چادرها را برپا کردیم. هنگامی که به داخل چادر رفتیم متوجه وخامت اوضاع پای روشن



قوامیان شدیم. روشن برای عایق شدن بهتر کفشش به سرما ۲ کفه ضخیم به پوش کفش‌هایش اضافه کرده بود و همین عامل موجب تنگی کفش شده بود و پاهایش تاول‌های بزرگی زده بود و هنگامی متوجه این موضوع شده بود که دیگر کار از کار گذشته بود و پایش آسیب دیده بود و برای این‌که مانعی در کار تیم ایجاد نکند درد را به جان خریده بود و به سختی تا این‌جا آمده بود. اما دیگر با این اوضاع نمی‌توانست ادامه

ببواک را هم به لوازم مورد نیاز برای صعود اضافه کردیم تا در صورت ببواک پیش‌بینی نشده صدمات سرما را به حداقل برسانیم.

۹۳/۱۰/۲۳ ساعت ۲۱ به سمت ناندل حرکت کردیم. جاده منتهی به روستا در بسیاری از مناطق به صورت یخ‌زده بود و عبور از آن مستلزم استفاده از زنجیر چرخ بود. ساعت ۳۰ دقیقه بامداد به روستای ناندل رسیدیم و آقای صالحی ما را شرمندۀ مهمان نوازی‌شان کردند و ما را به منزل خودشان بردند.

۹۳/۱۰/۲۴ ساعت ۵ صبح بیدار شدیم و پس از صرف صبحانه و جمع کردن وسایل در ساعت ۶:۳۰ حرکت‌مان را آغاز کردیم. وزش باد شدید (قبل از حرکت ما) موجب یخ زدن برف‌های دشت شده بود و برف بسیاری از نقاط را با خود برده بود. ما قسمت جنوبی دشت را که آفتاب‌گیرتر و کم‌برفت‌تر بود برای صعود انتخاب کردیم. هوا صاف و بدون ابر، اما سرد بود. دیدن دماوند با آن شکوه و عظمت خستگی را از تن‌مان بیرون می‌کرد. با سرعت مناسبی به سمت انتهایی دشت و گردنه سرداغ پیش می‌رفتیم. با رسیدن به



ناندل حرکت کردیم. قله در ابر پنهان شده بود. هوا گاهی صاف می‌شد و گاهی برف خفیفی می‌بارید. ساعت ۱۵ به روستا رسیدیم و به سمت تهران حرکت کردیم.

توضیحات:

۱- در یال سیوله، از ابتدای یال تا قله هیچ جای چادری در مسیر وجود ندارد و به دلیل بافت سنگی و شیب زیاد کندن جای چادر هم امکان‌پذیر نیست.

۲- این یال همانند یال سرداغ یالی بادگیر و بسیار سرد است. به همین دلیل در انتخاب کفش و پوشاک مناسب دقت کنید.

۳- با توجه به این‌که محل کمپ در ارتفاع پایینی نسبت به قله قرار دارد (۳۶۰۰ متر) صعود یک روزه قله از چادر و بازگشت مجدد به آن نیاز به صرف انرژی زیادی دارد، به همین دلیل آمادگی کامل روحی و جسمی را برای این صعود در نظر بگیرید.

۴- همراه داشتن کیسه بیواک در این صعود ضروری است.



۵- در صعود زمستانی یال سیوله یا سرداغ، در صورتی که صعود از گردنه سرداغ و به صورت سبک‌بار انجام شود بهترین و ایمن‌ترین مسیر برای بازگشت فرود از جبهه غربی و بازگشت به گردنه سرداغ است. با سپاس از آقایان محمد نوری، ذبیح‌الله حمیدی، ناصر جنانی، اکبر هاشمی‌نژاد و همه عزیزانی که در این صعود ما را یاری کردند.

این صعود را به پیش‌کسوتان، اساتید و بزرگان کوه‌نوردی ایران تقدیم می‌کنیم و امیدواریم حق کوچکی را از شاگردی‌مان ادا کرده باشیم.

نیما اسکندری (خانه کوهنوردان تهران)

روشن قوامیان (خانه کوهنوردان تهران)

فواد رضاپور- همدان

علی محمودی (هیأت کارگری استان

همدان) ■



اسکی خرد و ریزشی به سمت بالا می‌رفت و در ادامه مجدد دست به سنگ‌ها شروع می‌شد. در مسیر صعود در ارتفاع ۵۰۰۰ به قسمتی رسیدیم که صخره‌های بزرگ راه صعود را می‌بست. سمت چپ ما یخچال سیوله با یخی بلور قرار داشت و سمت راست ما یخچال شمال غربی. در فصل تابستان صعود این سنگ کار دشواری نبود، اما با این باد شدید درگیر شدن با آن ریسک زیادی داشت. کرامپون‌ها را بستیم و تبرهای مان را در دست گرفتیم و از سمت یخچال شمال غربی این سنگ را دور زدیم و به بالای آن رفتیم. هوا بسیار سرد بود و دست‌مان در دستکش پَر کاملاً سرد و بی‌حس شده بود. از چند قسمت سنگی دیگر عبور کردیم و به شیب تند زیر قله رسیدیم. مسیر پوشیده از یخ بود و باد اجازه صعود ایستاده را نمی‌داد و تعادل را به هم می‌زد. با هر بار پلک زدن پلک‌های مان یخ می‌زد و به هم می‌چسبید. با عبور از شیب تند و یخ‌زده منتهی به قله ساعت ۱۴:۳۷ به قله رسیدیم و از شدت باد به پشت سنگی پناه گرفتیم. پس از گرفتن عکس به سمت جبهه غربی حرکت کردیم. این مسیر ایمن‌ترین مسیر برای بازگشت بود. برف مسیر به صورت سفت و یخ‌زده بود اما یخ بلور نبود. با فرود از مسیر یخچال غربی از بالای پناهگاه سیمرغ به سمت گردنه سرداغ تراورس کردیم و ساعت ۱۹:۴۰ به چادر رسیدیم.

۹۳/۱۰/۲۶: ساعت ۱۰ صبح به سمت

و عبور از آن نیاز به دقت داشت. پس از این تراورس به ابتدای یال سیوله رسیدیم و این تازه اول کار ما بود. ابتدای یال دارای شیب کم و به صورت شن اسکی بود. باد شدید برفی را روی یال باقی نگذاشته بود و هرچه مانده بود به صورت یخ بلور بود. پس از کمی صعود بافت مسیر عوض شد و ادامه مسیر به صورت دست به سنگ و با شیب بسیار زیاد به سمت بالا ادامه می‌یافت. دست به سنگ‌های این مسیر نیازی به استفاده از طناب نداشت و این یال به صورت گرده‌ای سنگی بود. باید در انتخاب مسیر مناسب دقت می‌کردیم، زیرا صعود با کفش سنگین در این گرده سنگی که در بعضی از قسمت‌ها ریزشی



بود می‌توانست خطرناک باشد. هر قدر که بالاتر می‌رفتیم بر شدت باد افزوده می‌شد. استراحت‌های مان به صورت کوتاه و سرپایی بود و باد و سرما اجازه نشستن نمی‌داد. پس از پشت سر گذاشتن اولین قسمت پُر شیب مسیر و اتمام سنگ‌ها به جایی رسیدیم که مسیر به صورت شن

سَرشاخان قلات شاه

به یادواره شانزدهمین سالگرد صعود اورست ۷۷

عکس و گزارش: حسن نجاریان

برای اهالی دهکده عشق

سلام: راستی تا به حال از خود پرسیده‌ای چرا به سفر ناشناخته‌های دور می‌روی؟ من برای یافتن جواب این پرسش و ده‌ها پرسش دیگر که در لابه‌لای چین چهره مردمان این کره خاکی و یا غرش ابرها از ماورای کوه‌ها و یا در لابه‌لای نگاه دزدانه خُرد بچه‌های روستاهای دوردست جواب‌های اندکی یافته‌ام، و اگر هنوز هم خانه بر دوش و لقمه نانی در کف به گدایی ناشناخته‌ها می‌روم از این روست. آن هنگام که از دره محو تماشای زیبایی خیره کننده قله هستم، تا موقعی که خسته و در مانده پا بر قله می‌کشم، تازه درمی‌یابم وای دره با رود خنیاگر چقدر زیباست و من غافل از همه چیز... سبزترین خاطرات از آن کسانی‌ست که، در ذهن مان عاشقانه دوست‌شان داریم.

حمید اولنج (دیوار پاک الوند، صادق پر کار، مهربان و دلسوز و صد البته قابل اعتماد):

جلال چشمه قصابان (هگمتانه می‌نازد به این فرزند، فنی، جسور، نکته‌سنج و دقیق یک بنای قابل):

محمد اوراز (فرزند خلف خاک پاک نقده، همین بس که عاشق مردم پاک سرزمینش بود از ترک تا کرد):

محمدحسن نجاریان (لر بودیم و زاده نه‌اوند در تهران استخوان ترکاندیم و توچال بزرگمان کرد، ترک شدیم و به زنجان ساکن):

یاد همه تلاش‌گران بخیر.



سَرشاخان - آذربایجان غربی

امسال خواستیم این جشن و شادیش رو تقسیم کنیم با عاشق دوران سخت، با مرد تلاش و شور در سرزمینی که بوی سبزه، شور، راد مردی و تلاش با هم عجین شده در وادی که جسارت و از خود گذشتگی حرف نخست زیست است. از این رو رقتیم به میزبانی کوه مرد بزرگ نقده همان که روح و روانش زلال جویبار است و نغمه دل نشینش راه و رسم زیست. دید و نگاهش در راستای ساخت است و مهربانیش بیش از یک پدر، جناب قربانی پیر کوه‌های سر به فلک کشیده. مگر می‌شود یاد نکرد از دوستان کنارش، تیمی عاشق و منظم. هرگاه خواستی نمونه نظم بیاموزی حتمن با اینها سفر کن. سفر کن تا ببینی شور سلیمانی، علی‌ها، جواد و احسان و... سفرمان ز تهران سر گرفت با زحمات مرد کویری عطری ز

«این برنامه سال قبل انجام شده ولی چون گزارش آن بعد از تاریخ صعود اورست به دست ما رسید بنابراین نوبت چاپ این مطلب را به تاخیر انداختم تا مصادف با سالگرد صعود اورست باشد.»

دیدن یه نیازه. لازمه. چون هست. باید باشه. بوده، و این یعنی زندگی، یعنی بودن، یعنی عین خوش معنی زیستن. خاصه که نزدیک باشه به سال‌روز یه صعود. یه یاد ماندگار، یه طعم خوش عشق. وقتی بهار به سرمستی می‌رسه و گل‌ها به اوج طنازی، همه اون دل داده‌ها تو سال ۷۷ که سه ماه انتظار کشیدن تا چند نفر واله و شیدا عاشقونه پاشنه وُر بکشن رو بام جهان. تا یه باره دیگه شور بودن رو معنی کنن، تا جاودانه بشه بوی خوش اردیبهشت با صعود بام جهان توسط یه گروه عاشق ۱۸ نفره از سرزمین شور و سرمستی همان‌ها که با تلاشی جانانه چهار نفر رو مردانه با نفس گرم‌شون رسوندند، تا فراز فرازها ۸۴۸ متر " اورست یا همون چومولانگما مادر الهه برف‌ها " یاد تلاش جانانه:

صادق آقاجانی (آذری زبان، نکته‌سنج، برنامه‌ریز، مهربان، اگرچه بعضی وقتا از پشت عینک غضب می‌کرد، اما دوست داشتنتی) سرپرست:

اقبال افلاکی (بازم ترک و معروف به بابای تیم، هرچه به صادق نمی‌شد بگی به این می‌شد، احساسی و صد البته مهربان) معاونت:

رضا زارعی (جوان، پُر توان، با مطالعه، نکته‌سنج و عاشق رشد):

عباس علی‌نژاد (بازم آذری، مربی عاشق کار در حال انجام):

ابوالفضل سقایی (تبریزی، بذله‌گو، جوان و جویای نام، هنرش شاد کردن است):

فریدون بیاتانی (پزشک مهربان، دریای خاطره با لهجه شیرین اراکی):

زنده یاد داوود خادم (آذری، لهجه ناب تهرانی یادم هست وقتی پول تعویض می‌کردیم مقدار زیادی پول خُرد می‌گرفت برای بچه‌های نیالی):

بهمن رستمی (از دیار اراک، ساده کم‌حرف اما صادق و بی‌ادعا):

احمد قانعی (بیژی کردستان، خدای خنده، شاد و تصویربردار افسانه‌ای تیم):

محمود مقدم (لر بروجردی، محمود پیش):

وارنگ، لپ‌های قرمز، چهره‌های ناب و شاد. چوپان گریخته ز دست رَمه، خرد بچگان با لباس‌های فاخر. داماد زیبا و ریز نقش. شادی بر شادی‌شان با رقص بی‌مسمای ما. هرچه هست خوش یمن قدم میهمان حس می‌شود. زردی آلاله، زمزمه جویبار هر کس را کشاند به سویی تا ذوق عکسایش به نُخ این تابلوی بی‌نشان نشانند وای چه شادم من امروز و چه

این‌جا نه رستورانی هست و نه گاز سه شعله، اما می‌توان طعم خوش آبگوشتی کوهی را با مزه ناب هیزم، با استادی سر آشپز قربانی چشید همه چیز و همه کس دست به دست هم داده تا روزمان را غرق نور سازد. شوق دیدن. شور یافتن نادیده‌ها ما را کشاند این سو و آن سو. لباسش خاص کوه است و تنش غرق تازیانه زمان، پوستش آشنای دیرینه خورشید، صدای نی، جان سوز و دلنشین، فضا تنگ غروب و دل‌ها گرفته. فضایی مملو از عشق عرفان ویرانمان می‌سازد شاید از برای ساختی دوباره!! این دل وا مونده آرام نگرفته شب می‌رسد و طنزهای ماه پر خاطره. کاش بودی. دوست داشتم ببینی ماه چگونه دزدانه سرک می‌کشد از پشت کوه‌های صخره‌ای و بلند. به جویبار سلام می‌دهد، قلم رنگ نقره‌ای می‌کشد بر فرق بید دشت و بی‌ریا همه جا را غرق نور می‌سازد. کاش خوابی نبود و سنگینی پلک، کاش نیاز استراحتی نبود تا ثانیه‌ها را گریزی نباشد.

تا شعشعه خورشید نرسیده، خورده نخورده می‌دویم. بشتاب به دنبالش. امروز روز اشک است روز یافتن عروس سر به زیر زاگرس، بدرود ای "کانی زرد" ای کانی عشق. ای چوپان ناز کردستان. ای ناز بُز در انتظار محبت، ای دخترکان دم بخت دشت.

بوی پونه، گزنه، بوی خوش کندو، گل‌های شبدر و یونجه تلاش شیرگونه زنان دم صبح همه خاص این منطقه است تا تن رسانی بر قلات شاه با نگهبانان سرخ گونش لاله‌های سر به زیر، لاله‌های در پناه گون‌های یک‌صدساله، تا صخره‌های سترگ سر به آسمان ساییده قله‌ای محصور میان دژهای کهن.

به نرمی لغزیدن شب‌نم روی گل می‌لغزیم نکند ترک بردارد چینی نازک تنهایی گل‌های در پناه صخره و خار. در کنار سبزی سبزی اندر کنار آبشخوری امن پهلو می‌گیریم. چونان قایقی پهلو گرفته در دریای موج.

قطرات ریز باران در پناه پانچو می‌کشاندمان تا گوش جان سپاریم به رقص باران روی این سر پناه نایلونی، رنگ در رنگ کوه‌ها و دره‌ها جلوه خاص بهار. رَمه در گریز از باران به کجا؟ سگان گله به شور به ناز. شب آخر صدا صدای قربانی ست که غرق خاطره‌ست و درد ایام شب به شادی رفت با دل ما.

دل گرو لاله و شب‌نم داریم و نشان‌های رنگ باخته‌های بر مزار در ایام غم و درد می‌لغزیم کنار زمزمه رود تا به شادی پایان رسانیم با صدای قربانی در ستایش خوبی‌ها و نهلت پاس بداریم ایرانمان را با نغمه خوش یاری عاشق. باران مگر، مگر تو بشویی سیاهی از دل تارم باران تو بیار؛ تا تو شوی آباد ای ایران، تو بخندی شاد ای ایران ■



باب رتق و فتق امور، چه بهار شورآفرینی ست. دشت مراغه سر سبز و دل زنده تو را می‌کشاند به ملکان و بوی خوش کردستان و همان‌جا که سابق طعم گس زلال آب دریای ارومیه سرمستت می‌ساخت و حال با دریغ و درد، عجین شده با طعم شور کویر و بی‌تدبیری. از "محمد یار" که به نوعی می‌توان دروازه بهشت نام برد وارد نقده یا همان سولدوز می‌شوی سرزمین جام زرین. تپه حسنلو، سرزمین کوه‌های بلند. مردان غیور و کوهیان جسور. شهر محمد، مهدی‌زاده، سپهری، گرمی‌پور و سلیمانی. تا جاده خاطره‌ها "سلطان یعقوب" با بوی خوش محمد بر فراز شهر. خوشم که تنها نیست و آغوش گرم مادر پناهی است به گرمی آفتاب. یادش همیشه یادشه. تصویری از بلندای هیمالیا تقدیم قلب مهربانش می‌گردد، تا نتیجه دسترنجش را بر قله‌های رفیع جهان نظاره کند.

می‌رویم به سوی سرزمین رویاها، وادی سبز و آرزوها. سرشاخان را باید دید، لمس کرد و به جان نشانند. ابرها بازی عاشقانه آغاز کرده، و گویا دل خوش دارند، ما بی‌طعم خیس باران زیبایی‌ها را به تن نشانیم.

گذر رود. سردی آب صبح کوه، چیزی نیست که بتوان از آن بی‌خیال گذشت و مزه غلغلک عاشقانه آب را بر کف پا نچشید. مهم نیست بلغزی و خیس شوی، مهم این است تو نیز آری تو نیز نیاز داری خیس شوی اندوه دل بشویی.

هر که می‌بینی. هر که می‌بیند، انگار سال‌هاست یار غار است، تمام قد به سلام در می‌آید "به خیر بین" کردها نمونه مهربانی‌اند. این‌جا ایران است. اصیل و ناب با همه داشته‌های پاکش. صرف چاشت کنار چشمه یعنی لذتی دُر گون در حال و بی‌مانند. تا تن و رُ کشی بر شیب تند. بوی زمین نم کشیده با طعم خوش گل رُس در میان دارهای بُنه و زبان گنجشک در لابه‌لای طنزهای بابونه و تاج خروس هوش از سر می‌برد. این‌جا سخت زیباست. صدا می‌آید. قربانی در تعجیل. جشن شادی. جشن رنگ. پا بر زمین، دست‌ها به رسم خوب شادی. به رسم پاک ایرانیان. وای این‌جا جشن عروسی برپاست. روستا سراسر غرق شادی و شور است، لباس‌های رنگ

ارتفاعات بدر و پریشان قروه

بیمان کریمی سلطانی

چکیده

استفاده بهینه از منابع و ظرفیت‌های محیطی موجود، از گام‌های اساسی توسعه در هر کشور است. ارتفاعات بدر و پریشان یکی از چهار منطقه حفاظت شده استان کردستان می‌باشد که در جنوب شهرستان قروه واقع شده است. در این پژوهش سعی شده است تا به قابلیت‌های موجود در این ارتفاعات برای جذب اکوتوریسم و همچنین کوهنوردان و طرفداران ورزش‌های کوهستانی پرداخته شود، به منظور نیل به این اهداف از بازدیدها و مشاهدات مستقیم میدانی، مصاحبه و منابع موجود استفاده شده است. منطقه مورد مطالعه به سبب دارا بودن قابلیت‌ها و پتانسیل‌های متعدد، در طول چهار فصل سال قادر به جذب اکوتوریسم می‌باشد. قله‌های اصلی منطقه، کوهپایه‌ها، دره‌ها و مخروط افکنه‌های حاصل از فرسایش ارتفاعات در دوران‌های گذشته، پتانسیل و قابلیت‌های متعدد و متنوعی را برای جذب گردشگر و اکوتوریسم فراهم کرده است. توپوگرافی دامنه‌ها و ارتفاعات زمینه‌های مناسبی را برای فعالیت‌هایی همچون کوه‌نوردی، صخره‌نوردی، یخ‌نوردی و کوه‌پیمایی به وجود آورده است. از سوی دیگر، ارتفاع زیاد و تغییرات دما و فشار متناسب با افزایش ارتفاع، سبب شکل‌گیری و زیست‌انواع گونه‌های جانوری و جوامع گیاهی در این منطقه شده است و یک بهشت واقعی را برای طرفداران حیات وحش و محیط زیست فراهم کرده است.

کلمات کلیدی: اکوتوریسم، ارتفاعات بدر و پریشان، منطقه حفاظت‌شده، قروه، گردشگر.

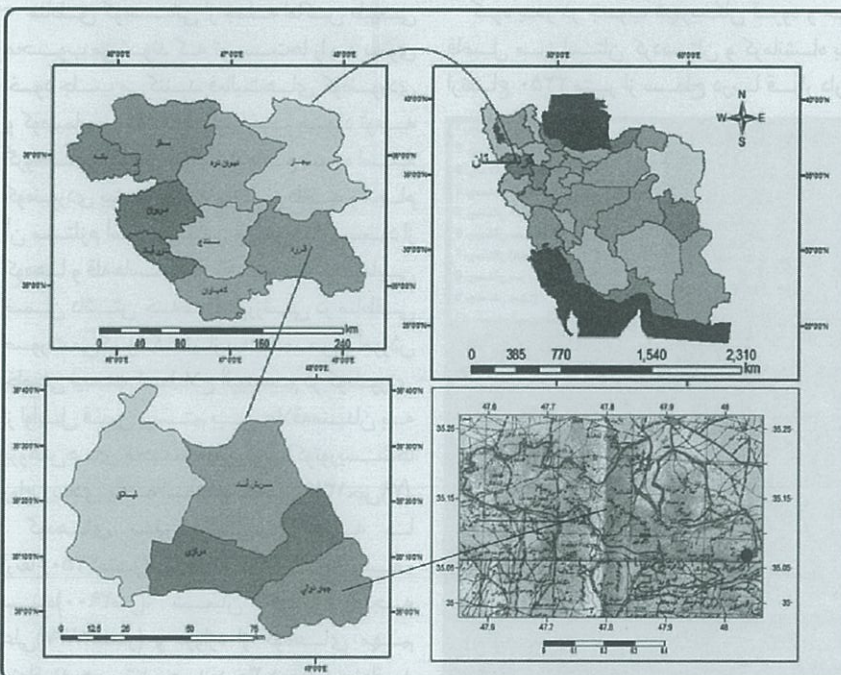
مقدمه

اکوتوریسم عبارت است از مسافرت مسؤلانه و مبتنی بر اصول پایداری به نواحی طبیعی به منظور بهره‌گیری معنوی و ارضای روحی و روانی به گونه‌ای که با شناخت و کسب آگاهی و احترام به نظام ارزش‌های مردم محلی توأم باشد و به محافظت از نواحی طبیعی و ارتقاء رفاه جامعه میزبان کمک کند (ذوالفقاری، ۱۳۸۹، ص ۲۷).

اکوتوریسم بیان علاقه‌مندی انسان به مظاهر طبیعی و جاذبه‌های ذاتی آن است که در سال‌های اخیر با صنعتی شدن جوامع، پیشرفت صنعت حمل و نقل و نیازمندی به گذران اوقات فراغت برای کاهش فشارهای روانی، با استقبال چشمگیری روبه‌رو شده است. بهره‌برداری از این احساس نیاز در مناطق مستعد و دارای جاذبه‌های طبیعی، سبب شکل‌گیری صنعت گردشگری برپایه طبیعت یا اکوتوریسم شده که در بهبود وضعیت اقتصادی این مناطق سهم قابل توجهی داشته است. زیر ساخت‌های طبیعی در اکوسیستم پایدار عبارتند از ژئومورفولوژی، توپوگرافی، خاک و پوشش گیاهی (آزاد منجیری، ۱۳۸۵، ص ۳۵ و ۳۷).

زیستگاه بدر و پریشان در جنوب شهر قروه و بین طول جغرافیایی ۴۷°۲۹'۵۸" شرقی

و عرض جغرافیایی ۳۴°۵۷'۲۰" و ۳۵°۰۸'۵۳" شمالی واقع شده است. منطقه بدر و پریشان منطقه‌ای کوهستانی است و از کوه‌های صخره‌ای، دره‌های کم عمق، تپه ماهورها و ارتفاعات به هم پیوسته تشکیل یافته است که دامنه تغییرات ارتفاعی آن بین ۲۰۰ تا ۳۲۵۰ متر متغیر است و این منطقه با مساحت ۴۳۰۰۰ هکتار و با فاصله ۱۲ کیلومتر از شهر قروه واقع شده است. به منظور حفظ گونه‌های متعدد و متنوع گیاهی و جانوری از سال ۱۳۷۵ به‌عنوان منطقه شکار ممنوع تحت مدیریت سازمان حفاظت محیط زیست قرار گرفت.



شکل (۱) موقعیت زیستگاه حفاظت شده بدر و پریشان.

برای رسیدن به دامنه کوه، ازمسیرهای مشخص شده در شکل (۳) می‌توان استفاده کرد.



شکل (۳) مسیرهای دسترسی به قله کوه پریشان (منبع: سایت گروه کوه‌نوردی قاجر قروه، ۱۳۹۲).

کوه پریشان در جنوب شرقی شهرستان قروه واقع شده است. برای رسیدن به دامنه این کوه با حرکت از شهر قروه، ابتدا ۱۰ کیلومتر از مسیرجاده قروه - همدان طی می‌شود، سپس از کنار پادگان قدس به سمت راست تغییر مسیر داده و پس از عبور از روستاهای میهم سفلی و علیا، ولی آباد و نعمت آباد می‌توان به دامنه کوه پریشان رسید. در شکل (۴) مسیرهای مختلف رسیدن به دامنه کوه پریشان مشخص شده است.

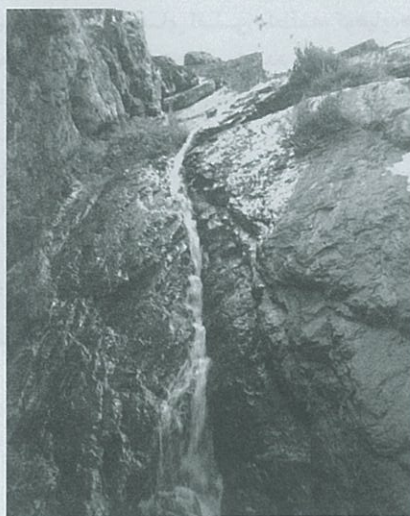
فاصله نزدیک ارتفاعات بدر و پریشان از شهر قروه، موقعیت قرارگیری آن و وجود روستاهای متعدد در دامنه‌های آنها امکان فعالیت‌های کوه‌پیمایی را برای اقشار گوناگون مردم به خصوص در فصول بهار و تابستان فراهم کرده است و هر ساله گروه‌های متعددی از شهرستان، استان و حتی استان‌های مجاور برای فعالیت‌های کوه‌پیمایی به این منطقه مسافرت می‌کنند.



شکل (۳) مسیرهای رسیدن به قله بدر (منبع: سایت گروه کوه‌نوردی قاجر قروه، ۱۳۹۲)

صخره‌ای و مابقی تپه ماهور است و شیب منطقه نیز بالای ۳۰٪ است (خزائلی، ۱۳۸۹، ص ۳). با توجه به ویژگی‌های توپوگرافی و ارتفاعی ارتفاعات بدر و پریشان، انجام فعالیت‌های تخصصی کوه‌نوردی به ویژه در فصل زمستان امکان‌پذیر می‌شود. در برخی از نقاط پرشیب و صخره‌ای با افزایش دبی آبشارها در اواخر پاییز و زمستان و پاشیدن آب آن به اطراف و یخ بستن، امکان فعالیت‌های یخ‌نوردی نیز فراهم می‌شود (شکل ۲).

شکل (۲) آبشار روستای سنگین آباد که در فصل



زمستان با یخ بستن آب آن امکان فعالیت‌های یخ‌نوردی فراهم می‌شود.

کوه بدر در جنوب شهرستان قروه و حد فاصل مرز استان کردستان و کرمانشاه با ارتفاع ۳۲۵۰ متر از سطح دریا قرار دارد.

به دلیل پتانسیل بالای منطقه از نظر وضعیت زیستگاه و گونه‌های موجود و به منظور حفاظت و برنامه‌ریزی بهتر در اوایل سال ۱۳۸۵ منطقه یادشده به منطقه حفاظت شده بدر و پریشان ارتقاء یافت. این منطقه دارای آب و هوای مدیترانه‌ای (بین نیمه‌خشک و نیمه‌مرطوب) با متوسط میزان بارندگی ۵۰۰ میلی‌متر در سال و میانگین درجه حرارت ۱۱ درجه سانتی‌گراد می‌باشد. گرم‌ترین ماه‌های سال مرداد و شهریور و سردترین آنها دی و بهمن می‌باشد (خزائلی، ۱۳۸۹، ص ۴). در این مقاله سعی شده است تا به پتانسیل‌های موجود در زیستگاه حفاظت شده بدر و پریشان برای جذب گردشگر و همچنین طرفداران ورزش‌های کوهستانی و کوه‌نوردی پرداخته شده و سپس به عوامل موثر در تخریب چشم‌اندازها و گونه‌های حیات وحش محدود و منحصر به فرد موجود در آن پرداخته شود.

مواد و روش‌ها

بخش وسیعی از یافته‌ها به کمک بازدیدها و مشاهدات مستقیم میدانی حاصل شده است همچنین، از روش‌های مصاحبه با کارشناسان حفاظت محیط زیست، اهالی روستاهای منطقه و برخی از منابع موجود نیز استفاده شده است.

توانمندی‌های ارتفاعات بدر و پریشان قروه

۱) کوه‌نوردی و کوه‌پیمایی:

مناطق کوهستانی از جمله اماکن طبیعی محسوب می‌شوند که توریست‌ها را به سوی خود جلب می‌کنند. فعالیت‌های کوه‌نوردی و کوه‌پیمایی در دهه‌های اخیر مورد توجه گروه‌های زیادی از اقشار واقع شده است. کوه‌نوردی بیشتر جنبه ورزشی داشته و انجام آن مستلزم آموزش فنون و روش‌های صعود از کوه‌ها و قله‌هاست، در حالی که کوه‌پیمایی ضمن داشتن جنبه‌های ورزشی در مناطقی صورت می‌گیرد که نیاز به تخصص و آموزش خاصی نیست. اصطلاح آلپینیزم در کوه‌نوردی از اوایل قرن بیستم بین علاقه‌مندان به پژوهش‌های محیط طبیعی و اکوتوریست‌ها رواج زیادی یافته است (رضوانی، ۱۳۸۹، ص ۷۹). کوه‌های بدر (بلندترین نقطه با ارتفاع ۳۲۵۰ متر)، پریشان (۳۰۴۲ متر)، بوسف سیاه (۲۹۰۰ متر)، شعبان کچل، پنجه علی (۲۸۴۷ متر) و دروازه از کوه‌های مهم منطقه هستند. حدود ۳۰ درصد منطقه

تنوع جوامع گیاهی موجود در ارتفاعات بدر و پریشان قروه



و گردشگر را به ویژه در فصول بهار و تابستان دارد.

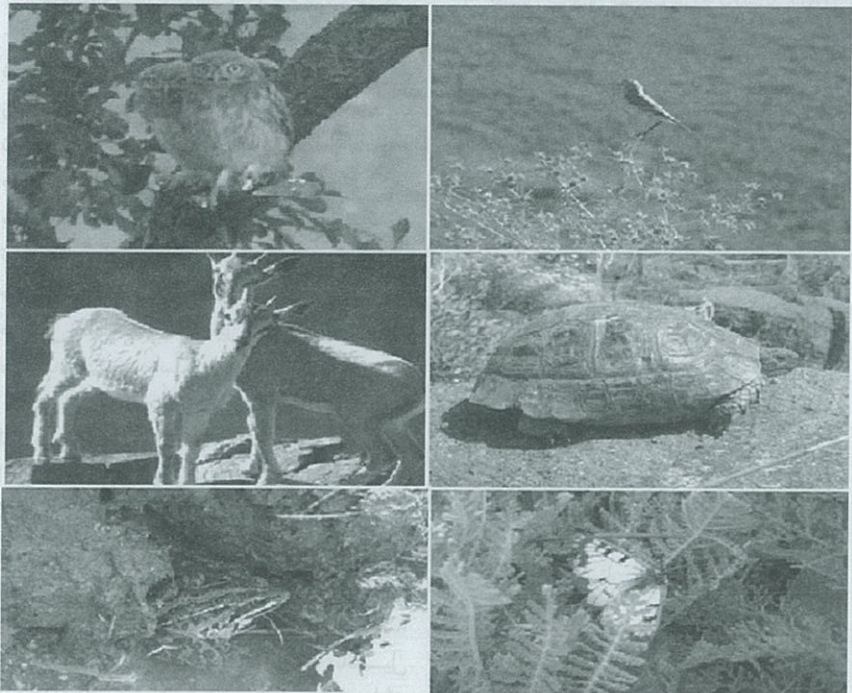
۳) دره‌های سرسبز و چشم‌اندازهای جذاب:

انجام فعالیت‌هایی همچون کوه‌نوردی، یخ‌نوردی، صخره‌نوردی و کوه‌پیمایی و همچنین علاقه به حیات وحش، طرفداران و گردشگران خاص خود را دارند اما طبیعت بکر، آب و هوای معتدل کوهستانی، چشم‌اندازهای زیبا، دره‌های سرسبز، کم‌شیب، وسیع و پوشیده با گیاهان و گل‌های استپی و گونه‌های مختلف درختی، آبشارهای مرتفع و متعدد، چشمه‌های فراوان و پُر آب و دسترسی به آنها در کمترین زمان ممکن، روستاهای سرسبز در ارتفاعات و موقعیت‌های گوناگون، دسترسی آسان، دوام برف‌های زمستانی حتی تا اواسط تابستان به سبب ارتفاع زیاد، جهت قرارگیری دره‌ها و برف فراوان، محیطی آرام و دور از هیاهو و فشارهای زندگی شهری را فراهم کرده است که هر ساله هزاران گردشگر و اکوتوریسم را به خود جذب می‌کند. چشمه‌های شاه‌پسند و نادره‌راه در زیستگاه بدر و پریشان دارای ارزش تاریخی هستند و کوه پنجه‌علی نیز دارای ارزش فرهنگی می‌باشد (اطلس مناطق حفاظت شده کردستان، ۱۳۸۷، ص ۸).

۴) گردشگری مذهبی:

سادات پناهنده در بلاد کردستان، درست نقش سلمان صدر اسلام را داشتند. صادق‌ترین مشاوران اداره امور و آگاه‌ترین مریبان و اساتید علوم متداول روز محسوب می‌شدند (بحرالعلوم به نقل از

وحشی، درختچه بادام وحشی، جگن و سازو، انواع گونه‌های گون، کلاه میرحسن، زنبق‌ها، کما، فرقیون، شکر تیغال، میخک، کنگر، نخود وحشی، جاشیر، گل ماهور، زول، شقایق، کنگر فرنگی، انواع گونه‌های گرامینه (پوا، ملیکا، استیبا و...) از گونه‌های گیاهی موجود در منطقه بدر و پریشان هستند (خزائی، ۱۳۹۰، ص ۳). بارش و دمای مناسب، جهت قرارگیری شیب دامنه‌ها و سایر عوامل، نمایشگاهی طبیعی از انواع گیاهان و گل‌های خوش خوراک برای دام‌ها و حیات وحش فراهم کرده است و پتانسیل جذب صدها اکوتوریسم



برخی از گونه‌های جانوری موجود در زیستگاه حفاظت شده بدر و پریشان

۲) تنوع زیستی:

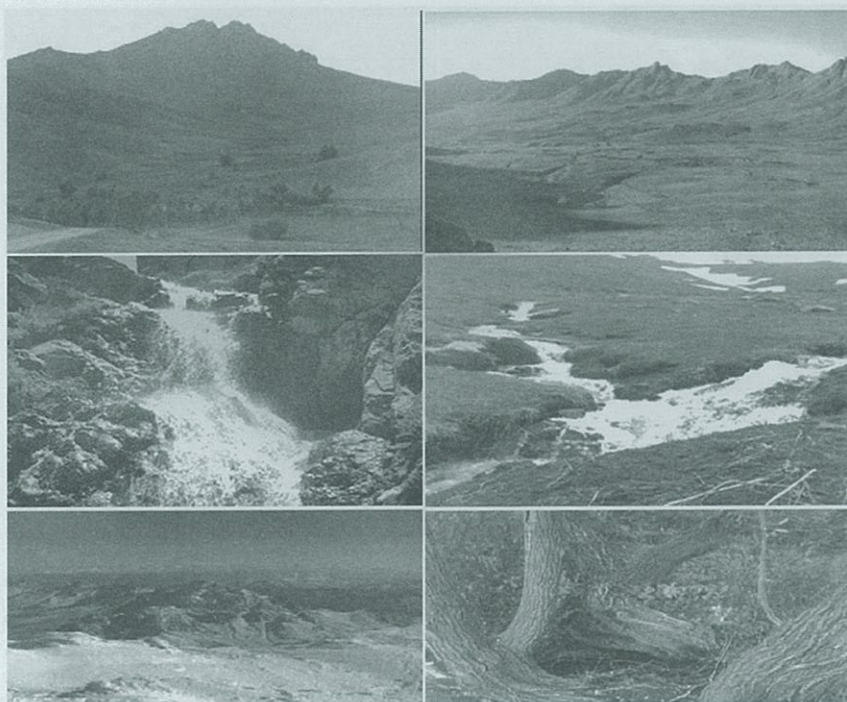
۱) تنوع گونه‌های جانوری:

زیستگاه بدر و پریشان قروه با توجه به داشتن جمعیت مناسب از گونه شاخص کل و بز کوهی به‌عنوان منطقه حفاظت شده مدیریت می‌شود. این منطقه با مساحت مناسب (حدود ۴۳۰۰۰ هکتار)، تنوع زیستگاهی بالا (کوهستانی، تپه ماهوری، اکوسیستم‌های آبی و ...) محیطی مساعد برای بسیاری از گونه‌های پستانداران و پرندگان ایجاد کرده است. وجود قله‌های مرتفع و در کنار آن اراضی وسیع دشتی از ویژگی‌های بارز این زیستگاه به شمار می‌آید. تا کنون بیش از ۲۱ گونه مختلف از پستانداران، ۴۲ گونه از پرندگان، ۶ گونه از دوزیستان و ده‌ها گونه مختلف از حشرات و خزندگان شناسایی شده است (مشارکت عمومی و محیط زیست، ۱۳۹۰، ص ۵). وجود تنوع بسیار بالای زندگی جانوری، یک بهشت واقعی را برای محققان، زیست‌شناسان، طرفداران حیات وحش و اکوتوریسم‌ها فراهم کرده است.

۲) تنوع جوامع گیاهی:

علاوه بر تنوع گونه‌های جانوری، جوامع گیاهی موجود در ارتفاعات بدر و پریشان بسیار متنوع می‌باشد و در واقع یکی از علل تنوع زندگی جانوری، تنوع جوامع گیاهی موجود است. گیاهان علفی چندساله، گندمیان، ریواس، نسترن

تصاویری از چشم اندازهای جذاب زیستگاه بدر و پریشان



محیط زیست، حیات وحش، اکوتوریسم‌ها و حتماً عامه گردشگران به وجود آورده است. علاوه بر پتانسیل‌های گفته شده، چشم اندازهای زیبا، مناظر چشم‌نواز، چشمه‌سارها (که تعدادی از آنها دارای ارزش تاریخی و فرهنگی هستند)، آبشارها، آب و هوای معتدل و قرارگیری مرقد‌های چند امام‌زاده در این ارتفاعات، زمین‌های مناسبی را برای جذب اکوتوریسم‌ها و طرفداران توریسم مذهبی و تاریخی فراهم کرده است.

با نگاهی به جمعیت شهر قروه و رشد سریع و فوق‌العاده آن و محدود بودن مساحت فضاهای سبز شهری و پارک‌ها این منطقه به سبب نزدیکی و سهولت دسترسی، پتانسیل بسیار بالایی برای تبدیل شدن به یک منطقه نمونه گردشگری را داراست و با برنامه‌ریزی و مدیریت صحیح می‌توان سالانه صدها گردشگر و اکوتوریسم را به دامنه‌ها و ارتفاعات این زیستگاه جذب کرد؛ البته حفاظت از زیستگاه یادشده و تنوع زیستی موجود در آن باید در اولویت باشد.

منابع:

- ۱- آزاد منجیری، سید یوسف (۱۳۸۵): اکوسیستم پایدار، رشد آموزش جغرافیا، دوره بیست و دوم، شماره ۳، تهران، صص ۳۸-۳۵.
- ۲- اداره کل حفاظت محیط‌زیست استان کردستان (۱۳۹۰)، دفترچه‌ای با عنوان: مشارکت عمومی و محیط زیست.
- ۳- اطلس مناطق حفاظت شده کردستان (۱۳۸۷)، اداره کل حفاظت محیط زیست کردستان.
- ۴- ذوالفقاری، حسن (۱۳۸۹): آب و هواشناسی توریسم، تهران: انتشارات سمت.
- ۵- رضوانی، علی اصغر (۱۳۸۹): جغرافیا و صنعت توریسم، تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.
- ۶- فقیه بحر العلوم، محمدمهدی (۱۳۹۰): امام‌زادگان قروه کردستان، قم: انتشارات وثوق.
- ۷- خزائلی، محمود (۱۳۹۰)، منطقه حفاظت شده بدر و پریشان، بروشور آموزش عمومی، اداره محیط زیست شهرستان قروه.
- ۸- سایت گروه کوه‌نوردی قاجر قروه (۱۳۹۲/۳/۲۰).
- ۹- کرمی، کثوم (۱۳۸۷): تهیه نقشه پراکنش وحوش در استان کردستان (زیستگاه بدر و پریشان)، طرح مطالعاتی اداره کل حفاظت محیط زیست استان کردستان ■

و کرمانشاه واقع شده و بخشی از آن نیز در محدوده شهرستان سنقر واقع شده، اما مسئولیت حفاظت از آن به عهده اداره حفاظت محیط زیست شهرستان قروه است؛ البته ادامه این روند در آینده‌ای نزدیک پیامدهای اقتصادی- اجتماعی و زیست‌محیطی منفی وسیعی را به دنبال خواهد داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

ارتفاعات بدر و پریشان با جهت غربی - شرقی در جنوب شهرستان قروه کشیده شده است. این ارتفاعات به سبب تنوع زیاد حیات‌وحش در آن، به زیستگاه حفاظت شده تبدیل شده است. این منطقه از سطوح طبقات ارتفاعی و شیب‌های متنوعی تشکیل یافته است و همین امر انجام، گسترش و توسعه فعالیت‌هایی همچون کوه‌نوردی، صخره‌نوردی، یخ‌نوردی و کوه‌پیمایی را ممکن ساخته و پتانسیل ویژه‌ای به این منطقه بخشیده است.

از سوی دیگر، تنوع درصد مساحت طبقات ارتفاعی، شیب و جهت دامنه‌ها، مجموعه‌ای از زیستگاه‌های متنوع را با تغییرات ارتفاع ایجاد کرده که هر کدام زیستگاه مناسبی برای گونه‌های سازگار با این شرایط هستند. در نتیجه این عوامل تنوع وسیعی در فون و فلور این منطقه و در نتیجه تنوع زیستی آن به وجود آورده و پتانسیل بسیار مناسبی را برای جذب طرفداران

بابا شیخ حسینی، ۱۳۹۰، ص ۴۳). در سرتاسر ارتفاعات بدر و پریشان مزار چند امام‌زاده قرار دارد که شجره‌نامه اغلب آنها تهیه و تأیید شده است. بقعه امام‌زاده پیربابا در قلعه (۶ کیلومتری شهر قروه)، امام‌زاده قاسم در روستای زرینه، امام‌زاده قمرعلی و حیات‌الغیب در روستا و دره و بهج، از جمله امام‌زاده‌هایی هستند که مزار آنها در حواشی منطقه بدر و پریشان واقع شده است و هر ساله صدها زائر به زیارت این امام‌زاده‌ها به‌ویژه، امام‌زاده قمرعلی و پیربابا می‌روند.

آسیب شناسی چشم اندازها و گونه‌های حیات وحش موجود در زیستگاه بدر و پریشان در کنار چشم‌اندازهای بکر منطقه و تنوع حیات وحش موجود، یک سری از فعالیت‌های انسانی نیز به‌تدریج در حال تخریب و آسیب رسانی به این چشم اندازها و حیات وحش موجود در آن هستند که از آن جمله می‌توان افزایش تعداد سلاح‌های شکاری، افزایش افراد علاقه‌مند به شکار، تبدیل مراتع به اراضی زراعی یا آتش زدن مراتع توسط افراد بومی و گردشگران، تبدیل برخی اراضی زراعی به خانه باغ در حاشیه منطقه، کافی نبودن تعداد محیط بانان و تجهیزات لازم برای حفاظت از منطقه باوجود وسعت زیاد آن و... اشاره کرد (منطقه حفاظت شده بدر و پریشان در مرز استان‌های کردستان



برگزاری دوره های مقدماتی و پیشرفته

کوهنوردی، سنگنوردی، غارنوردی، یخنوردی، دره نوردی، ناوبری

Elementary and advanced training courses in

mountaineering rock climbing caving ice climbing canyoning navigating

اطلاع از اجرای همایش و سمینارهای کوهنوردی در سراسر ایران

اطلاع از تاریخ برگزاری کلاس های آموزشی با ارسال کلمه دماوند

به شماره ۳۰۰۰۶۳۵۷۳۵

مهدی فراهانی ۹۶۳۵ ۵۳۳ ۰۹۱۲

mehdi.farahani2@yahoo.com

دریاچه‌های ایران

قسمت اول

مصطفی سلاحي

کوهنوردان، ورزشکارانی هستند که میدان عمل آنها بلندترین کوه‌ها و عمیق‌ترین غار و بازدید از دریاچه‌ها و گذر از صحراها و کویرها و جنگل‌های میهن است. به همین جهت باید از مطلع‌ترین افراد از شرایط جغرافیای طبیعی ایران باشند. این دانسته‌ها از طبیعت ایران وظایف سنگینی را بر عهده آنها می‌گذارد که همان نگهداری از محیط‌زیست مردم است. آنها باید دانسته‌های خود را از محیط‌زیست به طور روزانه ارتقاء دهند تا در این نگهداری و نگهداری موفق باشند. نوشته زیر اطلاعات مختصری در مورد دریاچه‌های ایران است که می‌تواند در شناخت محیط طبیعی مؤثر باشد.

اما قبل از معرفی دریاچه‌ها ابتدا باید چند اصطلاح زمین‌شناسی را مورد مطالعه قرار داد:

(۱) ژئوسنکلینال یا ناوزیمن: بر اساس این نظریه توده‌های بزرگ ماگمایی (جذاب‌گونه) زیر پوسته زمین تحت تأثیر عوامل درونی با سرعتی در حد چند متر در سال از هم دور می‌شوند که حاصل آن با درک‌دگی پوسته زمین در دو طرف و ایجاد چالگی بین آنهاست این توده‌های چند هزارمتری در اثر بارندگی و فرسایش، حاصل از آن و حمل آن مواد در چالگی ایجاد شده به شکل لایه‌های کلفت و نازک افقی روی هم انباشته شده و خود در اثر حرکات بعدی درون زمین چین خورده و تشکیل کوه‌ها و دره‌ها را می‌دهند.

(۲) تکتونیک صفحه‌ای: طبق این نظریه پوسته زمین از تعدادی حدود ۱۳ صفحه شکسته و چسبیده به هم که به طور دایم بر روی گوشته یا ماگمای خمیر مانند درونی در حرکت‌اند تشکیل شده، دو صفحه گاهی از هم دور می‌شوند، گاهی از کنار هم گذر می‌کنند و گاهی به سوی یکدیگر حرکت کرده و به هم فشار می‌آورند که حاصل آن تولد رشته‌کوه‌های طولانی مانند آند در غرب آمریکای جنوبی و هیمالیا در هند شده است.

(۳) گسل: گسل‌ها شکستگی‌های داخل صفحات بزرگ هستند که به تعداد زیاد در داخل صفحات اصلی قرار دارند.

انواع دریاچه‌ها:

- ۱- دریاچه‌های برآمده از فرورفتگی‌های تکتونیک
- ۲- دریاچه‌های حاصل از چاله‌های ناودیس
- ۳- دریاچه‌های ایجاد شده در گودی دهانه آتشفشان‌ها
- ۴- دریاچه‌های حاصل از محل فرود سنگ‌های آسمانی که احتمالاً در ایران وجود ندارد
- ۵- فرود افتادگی زمین در مناطق آهکی، کارستی مانند دریاچه دامنه کوه دُرفک که آبشخور گوسفندان منطقه است
- ۶- دریاچه‌های سدی که نمونه آن دقیقاً در محل فعلی سد لار

کوهنوردان باید تا آن‌جا که میسر است مانع دست‌کاری‌های زیانبار انسانی به طبیعت شوند و با این‌گونه حرکات مبارزه و مخالفت کنند. بستن سد بر روی رودخانه تلوار که از سرشاخه‌های مهم و اصلی رودخانه قزل‌اوزن است جهت انتقال آب آن به روستاها و شهر گرماب از جمله کارهای زیانبار و بی‌مطالعه‌ای است که به سبب نزدیکی به غار کتله‌خور که یکی از غارهای کم‌نظیر ایران است، موجب آسیب و نابودی آن می‌گردد.

احتمال نابودی این غار به علت نفوذ آب دریاچه سد از شکاف‌ها و درزهای آهکی، کارستی غار و تبدیل آن به یک مخزن زیرزمینی آب دور از ذهن نیست و دیگر اینکه آب‌گیری سد تلوار سبب کم‌آبدهی رودخانه قزل‌اوزن و در نتیجه کم‌آبی رودخانه سفیدرود از منابع آبی استان گیلان خواهد شد. برای نگه‌داری هر پدیده طبیعی ابتدا باید آن را از نظر کمی و کیفی شناخت، کسب اطلاعات دقیق کمک مؤثری در حفاظت از آن است. هرگز اکوسیستم پدیده‌های طبیعی را نباید تغییر داد، زیرا این تغییر سبب تخریب و یا نابودی آن خواهد شد. به‌عنوان مثال خشک شدن فصلی رودخانه قزل‌اوزن به علت برداشت بیش از حد آب از بخش‌های بالایی آن سبب افت سطح ایستایی در منطقه بستر آن شده و به ویژه موجب تخریب و ریزش دیوار یک هکتاری و عمودی قلعه تاریخی بهستان در نزدیکی شهرستان ماه‌نشان خواهد شد.

و اما در مورد دریاچه‌های معرفی شده در این مقاله باید بگوییم که از کلیه دریاچه‌هایی که نام برده‌ام شخصاً بیش از دو بار بازدید کرده‌ام و از منابع چندی در مورد آنها استفاده کرده‌ام که اصلی‌ترین آنها کتاب (دریاها و دریاچه‌های ایران) تألیف آقای مصطفی شهرابی است که در سال ۱۳۷۳ چاپ شده و کلیه اعداد و ارقام بیان شده از آن کتاب است و باید توجه داشت که این ارقام در آن کتاب در حال حاضر با واقعیت مطابقت ندارد، زیرا به علت‌های زیادی آب دریاچه‌های غیرکوهستانی افت کرده و یا خشک شده است، مانند دریاچه ارومیه و دریاچه پریشان.

ياسوج است، پس از گذر از سد درودزن و عبور از مرودشت آب خود را از بخش غربی به هر دو دریاچه می‌ریزد و دیگر چشمه‌هایی است که خروجی آنها در حوضه خود دریاچه و آب ناشی از بارندگی سالانه است، دریاچه‌ها زیستگاه گونه‌های مختلف پرندگان بومی و مهاجر می‌باشد.



۳- دریاچه تار و هویر: این دو دریاچه شیرین آب در دامنه جنوبی رشته کوه قره‌داغ و زیر دامنه قله دو برابر واقع شده و یالی که یکسر آن دو برابر و سر دیگرش چسبیده به زرین کوه است، آنها را از هم جدا کرده است، دوری آنها از یکدیگر حدود یک کیلومتر است. هویر در شرق تار واقع شده و عمیق‌ترین بخش آن ۲۵ متر و ژرف‌ترین کف تار حدود ۳۰ متر است. هر دو دریاچه در ارتفاعی حدود ۲۹۰۰ متر از سطح آب‌های آزاد قرار دارند و مساحت هر دو حدود ۰/۷ کیلومتر می‌باشد. بیشترین درازای دریاچه تار ۱/۳ کیلومتر و هویر ۹۰۰ متر است.

چگونگی زایش دریاچه‌ها: هر دو دریاچه تکتونیک و حاصل حرکات گسل مشاء فشم بوده و رانش بخش‌هایی از دامنه زرین کوه در جنوب دریاچه‌ها سبب بسته شدن فرو نشست حاصل از حرکات گسل بالا شده و هر دو دریاچه زایش یافته‌اند. آب هر دو دریاچه حاصل بارندگی برف و باران در دامنه قره‌داغ می‌باشد. آب دریاچه تار به سوی شهر دماوند و هویر به سوی شهر فیروزکوه روان است. از آنجا که دریاچه‌ها از زیباترین دریاچه‌های کوهستانی ایران هستند مسیر دستیابی به آنها گفته می‌شود. مسیر تار از تهران رودهن - ابعلی - دماوند و مسیر هویر - تهران - رودهن - جاده فیروزکوه، پل بزرگ دلی‌چای - سمت چپ راه فرعی روستای آرو - هویر.

وجود داشته و سپس در گذشته به وسیله سیلاب خراب شده و دیوار سد را در محل آن دیوار ساخته‌اند.

و اینک معرفی دریاچه‌های ایران:



۱- دریاچه ارومیه: که از دریاچه‌های تکتونیک با وسعت حدود ۵۰۰۰ کیلومترمربع و درازای ۱۴۰ کیلومتر است. آبی فوق اشباع دارد و به علت وسعت و موقعیت مکانی در کتب تاریخی از آن صحبت شده است. ارتفاع سطح آن از آب‌های آزاد ۱۳۰۰ متر و ژرف‌ترین بخش آن ۱۳ متر است. این دریاچه پایانه ۱۴ رود دایمی است که از چهار جهت جغرافیایی وارد آن می‌شود که در میان آنها می‌توان از دو رودخانه زرینه‌رود با سرچشمه از کوه‌های مریوان و سیمینه‌رود با سرچشمه از کوه‌های جنوب آذربایجان نام برد.



۲- دریاچه نیریز: این دریاچه از دو دریاچه بختگان در جنوب و دریاچه دیگری به نام طشک در شمال تشکیل شده. راه رسیدن به ساحل بختگان شهرستان نیریز و طشک شهرستان ارسنجان است. هر دو دریاچه در فرونشستگی تکتونیک که در آن گسل اصلی زاگرس نقش اصلی را داشته زایش یافته‌اند، ارتفاع دریاچه‌های نیریز از سطح آب‌های آزاد ۱۵۶۰ متر است، طشک حدود ۴۵ کیلومتر طول و مساحتی برابر با ۴۴۰ کیلومتر مربع دارد، بختگان درازایی حدود ۸۰ کیلومتر و مساحتی برابر ۷۵۰ کیلومتر مربع دارد. تعدادی جزیره در هر دو دریاچه واقع شده است.

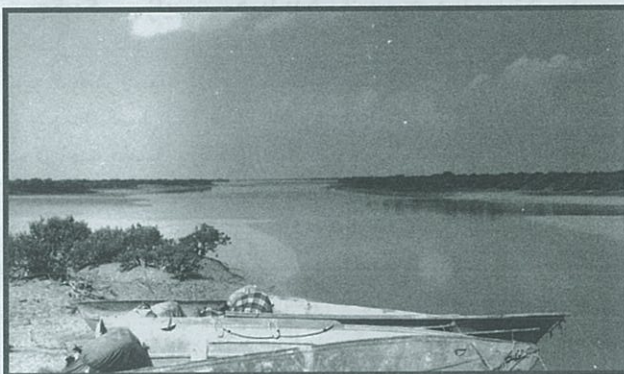
حوضه آبگیر: با آنکه دریاچه حوضه آبگیری در حدود ۲۰۰۰ کیلومتر مربع دارد، اما بیشتر رودهای ورودی آن فصلی یا غیردایمی است، فقط رود گُر که سرچشمه آن کوه‌های اقلید و



۴- دریاچه پریشان یا فامور: دریاچه پریشان در یک فرو نشست تکتونیکی که گسل کازرون در آن نقش داشته تشکیل شده و حدود ۸۰۰ متر از سطح دریا ارتفاع داشت. مساحت پریشان حدود ۴۰ کیلومتر مربع و در ازای آن ۱۵ کیلومتر بوده است. فاصله دریاچه از شهرستان کازرون ۱۵ کیلومتر است. حوضه آبرگیر آن ۱۶۰ کیلومتر مربع و آب آن از طریق چند آبراهه فصلی و تعدادی چشمه‌های اطراف آن تأمین می‌شده. دریاچه از محل‌های زیست پرندگان بومی و مهاجر بوده است. اما باید به کسانی که در اندیشه احیای دریاچه هستند گفت، آب رفته به جوی باز نمی‌گردد.



۵- دریاچه حوض سلطان: این دریاچه در سمت شرقی کیلومتر ۹۰ جاده تهران - قم واقع شده و از دو گودال به نام‌های حوض سلطان و حوض مره تشکیل شده و ارتفاع آنها از سطح آب‌های آزاد ۸۰۰ متر است. منشاء پیدایش آن حرکات تکتونیکی در منطقه قرارگیری آن است. بخش آبدار آن ۱۰۰ کیلومتر مربع و درازای آن ۱۵ کیلومتر است. دو رودخانه قره‌چای و رودشور تغذیه‌کنندگان دریاچه هستند. دریاچه در حال حاضر از محل‌های برداشت نمک دریا می‌باشد.



۶- زیروار: موقعیت، دریاچه زیروار در فاصله ۸ کیلومتری شهرستان مریوان واقع شده و از دریاچه‌های آب شیرین کشور است، ارتفاعی حدود ۸۰۰ متر از سطح دریا و وسعتی حدود ۸ کیلومتر مربع دارد. عمیق‌ترین بخش آن حدود ۵۰ متر و بیشترین درازای آن ۵ کیلومتر است. این دریاچه در یک فرو نشست تکتونیکی که حاصل فعالیت گسل اصلی زاگرس (گسل سنندج - سیرجان) بوده زایش یافته است. حوضه آبرگیر آن حدود ۵۰۰ کیلومتر مربع و آب حاصل از بارندگی در حوضه آبرگیر از طریق آبراهه‌ها به آن وارد می‌شود. علاوه بر آبراهه‌ها، دریاچه پایانه دو رود چم‌گردان و چم‌قزلی سو می‌باشد، در کف و اطراف آن تعدادی چشمه وجود دارد که تأمین‌کننده آب آن هستند.

منطقه قرارگیری زیروار دارای ۶۰۰ میلی‌متر باران سالانه است که سبب جنگلی شدن و رشد گیاهان مختلف شده و ناحیه‌ای گردشگری را به وجود آورده است.



۷- باتلاق گاوخونی: در ۶۰ کیلومتری جنوب شهرستان نایین واقع شده و راه رسیدن به آن از نایین یا اصفهان به شهر کوچک کوهپایه و روستا و شهرهای هرنند و ورزنه و گذر از راه آسفالت شده، شاخ کنار می‌باشد. آب آن بسیار کم‌عمق و کف سفتی دارد و می‌توان داخل آن کیلومترها قدم زد. جاده (ورزنه - شاخ کنار) موازی مسیر بستر زاینده‌رود است و می‌توان هر زمان از جاده به طور پیاده به کنار آب رفت- باتلاق حدود ۴۸۰ کیلومتر مربع وسعت و درازایی حدود ۳۵ کیلومتر دارد. ارتفاع سطح آن از آب‌های آزاد ۱۵۰۰ متر است. باتلاق در یک فرونشست تکتونیکی زایش یافته است.

اطراف گاوخونی را کوه‌های کوتاه آتشفشانی و تپه‌های ماسه ساخته و زمین‌های هموار فراگرفته است. آبرگیری باتلاق از آبراهه‌های حاصل از بارندگی سالانه و چند رود دایمی از جمله رودخانه زندگی‌بخش زاینده‌رود است که از کوه‌های زردکوه بختیاری سرچشمه گرفته و پس از ذخیره بخشی از آب آن در پشت سد شاه‌عباس سرریز آن به سوی اصفهان و سپس باتلاق گاوخونی جاری می‌شود. گاوخونی در منطقه‌ای بیابانی و گرم واقع شده و تبخیر آب آن بیش از حد متعارف است. در سال‌های اخیر مقادیری از آب سرچشمه‌های زاینده‌رود به شهرهای دیگر انتقال یافته و در نتیجه آبدهی آن به گاوخونی کاهش یافته است و از آن‌جا که تبخیر سالانه بیش از ورودی آب زاینده‌رود به آن است، باتلاق شروع به خشک شدن کرده و دیری نمی‌گذرد که از آن

عمیق‌ترین بخش آن از سطح آب حدود ۰/۵ متر و وسعت آن ۲۵۰ کیلومتر مربع و درازای آن ۳۵ کیلومتر است. حوضه آبگیر آن ۵۰۰۰ کیلومتر و آب آن از طریق بارندگی و رودهای فصلی تأمین می‌گردد که بین آنها رود پُل فسا و رود نظرآباد بیشترین آبدی را دارند، علاوه بر رودهای آب تعدادی چشمه ساحلی و درون ساحلی تأمین‌کننده آب آن هستند. در حال حاضر از آب مهارلو از راه استخرهای برداشت نمک مقادیر زیادی نمک گرفته می‌شود.

چگونگی زایش دریاچه: دریاچه در یک فروافتادگی تکتونیکی که گویا حاصل فعالیت گسل سروستان است پدید آمده است.



۱۰- دریاچه نمک قم: این دریاچه نمک به علت قرارگیری در سر راه قدیمی کاشان، تهران، خراسان دارای چند کاروانسرای قدیمی در اطرافش می‌باشد. همچنین به علت شرایط بیابانی محل قرارگیری آنکه همه پدیده‌های موجود در یک بیابان مانند تپه‌های شن، تل ماسه‌های روان، پوشش گیاهی خاص بیابان، چندین چشمه آب شیرین اما لب‌شور، پهنه باتلاقی همراه شش ضلعی‌های نمک جوشیده از زمین را در بر دارد، تبدیل به یک ناحیه بسیار دیدنی شده که راه دسترسی به آن از کاشان، آران و سپس مسیر کاروانسرای مرنجاب می‌باشد با حدود ۵۰ کیلومتر فاصله از آران بیدگل.



موقعیت جغرافیایی: دریاچه نمک در ارتفاع ۸۰۰ متری از سطح آب‌های آزاد واقع شده و به شکل مثلثی با قاعده ۵۶ کیلومتر و ارتفاع ۵۰ کیلومتر و مساحتی برابر ۱۸۰۰ کیلومتر مربع است. درون آن چند جزیره هست که بزرگ‌ترین آنها جزیره سرگردان است که ۵ کیلومتر مربع وسعت دارد و رویه آن پوشیده از سنگ‌های آتشفشانی است.

بیابانی خشک و ترک‌خورده باقی بماند. ضمن آنکه باید آگاه باشیم آب باتلاق‌ها و دریاچه‌ها عاملی مؤثر در بالا نگه داشتن سفره‌های زیرزمینی آب در مناطق قرارگیری خود هستند.



۸- دریاچه گهر: این دریاچه از دریاچه‌های کوهستانی و شیرین آب و زیبای ایران است که بین دو رشته‌کوه اشتران‌کوه و سرسبزکوه واقع شده و مسیر دستیابی به آن از شهرستان دورود و سپس روستای درب‌آستانه و بعد روستای سرآوند و پارکینگ پنبه‌کار است، از محل پارکینگ تا لب دریاچه سه ساعت راه‌پیمایی است. منطقه قرارگیری دریاچه پوشیده از درختان جنگل و گل و گیاه است.

جغرافیایی گهر: سطح دریاچه در بلندای ۲۳۰۰ متر از سطح دریاهای آزاد و از دو دریاچه کوچک‌تر در بالا و بزرگ‌تر در پایین تشکیل شده. مساحت آبدار دریاچه ۷۵ هکتار و طول آن ۲ کیلومتر است. آب گهر از طریق دره زیبا و طولانی نگار و گذر از چند روستا در محل ایستگاه راه‌آهن چم‌چید به رود سزار می‌پیوندد. منشاء آب گهر، آب حاصل از بارندگی سالانه و چشمه‌های زیرآبی متعدد داخل آن است.

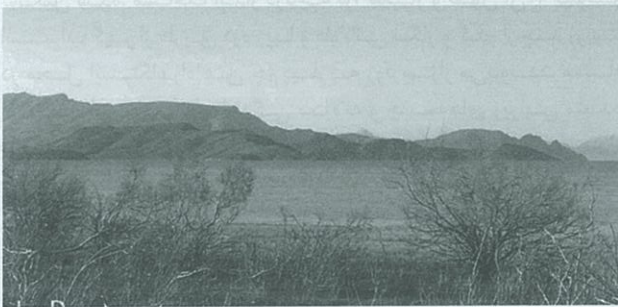
زمین‌شناسی دریاچه گهر: دریاچه حاصل فعالیت و حرکات گسلی است که از بین دو رشته‌کوه اشتران‌کوه و سرسبزکوه گذر می‌کند. حرکات این گسل منطقه را زیر و رو کرده و موجب ریزش بخش‌هایی از کوه گردیده و آوارهای حاصل به شکل دیواری ضخیم دره را بسته و دریاچه فعلی را ایجاد کرده است.



۹- دریاچه مهارلو: این دریاچه در ۱۸ کیلومتر جاده شیراز به سوی سروستان واقع شده و دور آن را کوه‌های کم‌ارتفاع فراگرفته‌اند. ارتفاع مهارلو از سطح آب‌های آزاد ۱۴۵۰ متر و



۱۲- دریاچه جازموریان: این دریاچه در جنوب جاده اصلی و آسفالته ایرانشهر و جیرفت قرار دارد و نزدیک‌ترین روستای مسیر به آن چاه کیچی می‌باشد. ارتفاع سطح آب دریاچه از آب‌های آزاد ۳۵۰ متر است. مساحت سطح دریاچه حدود ۱۰۰۰ کیلومتر مربع و بیشترین درازای آن ۵۲ کیلومتر است. دریاچه در منطقه‌ای خشک و گرم که بارندگی سالانه آن ۱۰۰ میلی‌متر و گرمای آن در تابستان تا حدود ۵۰ درجه می‌رسد، قرار دارد. آب دریاچه در این ایام تبخیر شده و لایه‌ای از نمک در کف آن باقی می‌ماند. جازموریان در جنوب و شرق آتشفشان بزمان و جبال بارز در غرب آن واقع شده و در جنوب آن کوه‌های بشاگرد قرار دارند. منبع تأمین کننده آب آن دو رودخانه دایمی بمپور از شرق و رودخانه هلیل‌رود در غرب است که علاوه بر این دو رود آب چند رودخانه فصلی هم وارد آن می‌شود. منشاء دریاچه یک فرورفتگی تکتونیکی است که حاصل عملکرد گسل اصلی جازموریان همراه چند گسل دیگر است.

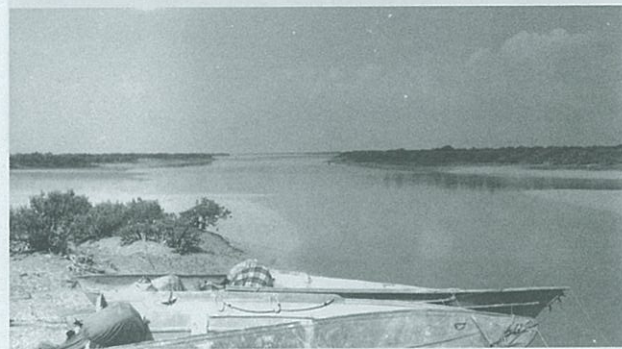


۱۳- دریاچه بوندار: این دریاچه کوهستانی و شیرین‌آب در جنوب شرق شهرستان ایذه واقع شده و از سطح دریا ۸۰۰ متر ارتفاع دارد، مساحت آن حدود ۳/۵ کیلومتر مربع و درازای آن ۲ کیلومتر است. نزدیک‌ترین راه به آن، ایذه به روستای آبراک است. آب آن از آبراهه‌های محل قرارگیری آن تأمین می‌شود. بوندار یک افتادگی تکتونیکی است که نتیجه فعالیت گسل‌های منطقه می‌باشد.



حوضه آبرگیر آن ۳۰ هزار کیلومتر مربع و تنها دریاچه ایران است که از دو رشته‌کوه اصلی ایران آب دریافت می‌کند، رودخانه قره‌چای از سمت غرب و از رشته‌کوه زاگرس و جاجرود از رشته‌کوه البرز در شمال. علاوه بر این دو رود دریاچه پایانه تعدادی از رودهای فصلی می‌باشد.

منشاء تشکیل دریاچه: دریاچه نمک در یک فرورفتگی تکتونیکی که حاصل فعالیت گسل بوده پدید آمده است.



۱۱- دریاچه هامون: هامون مجموعه‌ای از چند دریاچه دایمی و فصلی است که در شرق ایران قرار دارد. دو دریاچه بزرگ هامون یکی هامون صابری است که بین ایران و افغانستان واقع شده و دیگر هامون هیرمند که در غرب شهرستان زابل است. ارتفاع دریاچه‌ها از سطح آب‌های آزاد ۴۷۰ متر است. سطح رویه هامون صابری ۱۰۰۰ کیلومتر مربع و درازای آن ۵۵ کیلومتر و مساحت هامون هیرمند ۲۵۰ کیلومتر مربع با درازای ۱۵ کیلومتر است. عمیق‌ترین بخش هامون هیرمند ۱۱ متر است. تغذیه‌گاه دریاچه‌ها تعدادی رودهای فصلی و دایمی است که از کوه‌های ایران و افغانستان سرچشمه می‌گیرند و مهم‌ترین آن رود هیرمند و هاروت است که از خاک افغانستان سرچشمه دارند. آثار تاریخی چندی در منطقه هامون وجود دارند که شهر باستانی سوخته و کوه خواجه که گویند آرامگاه رستم پهلوان بر فراز آن است از جمله آنها است.

چگونگی زایش: منطقه دریاچه‌ها در یک فرورفتگی تکتونیکی که نتیجه عملکرد و حرکت چند گسل از جمله گسل هریرود که بسیار طولانی است و از ترکمنستان تا جنوب زابل و زاهدان ادامه دارد تشکیل شده. طول گسل را ۸۲۵ کیلومتر دانسته‌اند.



۱۶- دریاچه نئور: این دریاچه از دریاچه‌های کوهستانی و شیرین آب ایران است که در شرق جاده اردبیل - خلخال واقع شده و کوه بفر و داغ به ارتفاع ۳۲۰۰ متر در جنوب آن قد برافراشته است. بلندی سطح آن از دریاچه‌های آزاد ۲۵۰۰ متر و مساحت سطح آن ۲ کیلومتر مربع و عمق متوسط آن ۵ متر است. آب آن از آبراهه‌های جنوبی آن و دامنه‌های بفر و داغ و تعدادی چشمه که گرد آن و داخل آن وجود دارد تأمین می‌گردد. سطح آب نئور در زمستان یخ می‌زند و سبب کمبود اکسیژن داخل آب شده و مشکلاتی را برای زیست ماهی‌های درون آب به وجود می‌آورد. نئور از دریاچه‌های کوه‌نوردی و گردشگری ایران است و امکاناتی مانند سکوه‌های نشیمن در برخی از مکان‌های ساحلی آن به وجود آورده‌اند. راه رسیدن به دریاچه جاده آسفالتی است که از روستای "بودآلو" بین جاده اصلی اردبیل به خلخال منشعب می‌شود. ■

۱۴- دریاچه قوری گل: این دریاچه کنار جاده بستان آباد به تبریز واقع شده و فاصله آن از بستان آباد ۱۸ کیلومتر است. سطح آن ۱/۵ و طول آن حدود ۲ کیلومتر است. آب دریاچه شیرین و از آبراهه‌های فصلی و چشمه‌های زیرآبی تأمین می‌گردد.



۱۵- دریاچه شط تمی: این دریاچه از دریاچه‌های کوهستانی و شیرین آب ایران است که در اعماق کوه‌های زاگرس لرستان واقع شده. ارتفاع سطح آن از دریاچه‌های آزاد ۲۰۰۰ متر و مساحت بخش بزرگ‌تر آن ۲/۸ کیلومتر مربع و طول آن ۲/۵ کیلومتر است. تغذیه‌گاه آن آبراهه‌هایی است که آب آنها حاصل بارندگی و ذوب برف‌ها است. این دریاچه یک افتادگی تکتونیک که حاصل فعالیت گسل زاگرس است. راه رسیدن به دریاچه الیگودرز - بزم - خاک‌پنبه - دره ماهی - چال پره - بز نوید - دستگرد - لیروک و سپس دو ساعت پیاده‌روی تا لب دریاچه است.

سال نو مبارک

FAR NAM

فرنام

در بهار سال جدید به همراه محصولات فرنام یک محصول رایگان ارایه می‌گردد.

فرنام با ارایه محصولات خود چون کاپشن ضد باد، بادگیر شلوار، کاپشن شلوار پلار، کلاه، پیشانی بند، دستکش، جلیقه.... پلار و انواع زیراندازهای کوهنوردی، پانچو، روکش کوله، کیسه خواب و... در خدمت شماست.

تولیدی فرنام سال پر بار همراه با سلامتی را برایتان ارزو می‌کند.

تلفن: ۶۶۴۹۱۲۷۳ - ۶۶۴۹۷۴۷۸

همراه: ۰۹۱۲۱۸۹۲۵۷۴ ایمیل: yase.2530@yahoo.com



گزارش گشایش مسیر جدید در دیواره بیستون

مسیر کاراکال

گزارش: حمید رضا شفق
گشاینندگان مسیر: عباس محمدی، حمید رضا شفق، محمد قاسمی

دیواره بیستون، غولی سنگی است که در جاده همدان به کرمانشاه و در فاصله ۲۰ کیلومتری شهر کرمانشاه واقع شده است. شناخته شدن این دیواره در سطح جهان و برگزاری سه دوره جشنواره بین‌المللی سنگ‌نوردی که با رشته‌های دیگری مانند هایلاین، بیس جامپ و پاراگلایدر نیز همراه شده است موجب شده این دیواره بیشتر از گذشته مورد اقبال سنگنوردان واقع شود. این دیواره با حدود ۵ کیلومتر عرض که در بلندترین قسمت حدود ۱۲۰۰ متر طول داشته یکی از مناسب‌ترین سایت‌های دیواره‌نوردی ایران به شمار می‌آید.

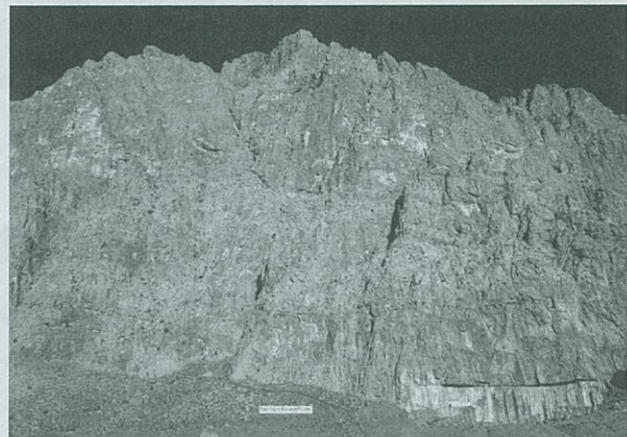
قسمت‌هایی از آن نیز با گشایش چهارسال قبل دوستان عزیزمان عباس محمدی، پژمان زعفری و عامر ازوجی مشترک بود این بار از قسمت‌هایی نسبتاً سنگین‌تر و با تنوع بیشتری عبور می‌کرد. در این خط سیر جدید تلاش کردیم جذابیت‌های مختلف سنگ‌نوردی مانند شکاف‌نوردی، فیس‌نوردی و صعودهای تنوره‌ای را نیز تعبیه کنیم. اولین مرحله گشایش این مسیر برای ما شناسایی مسیر و خط سیر آن بود. مسیر مشخص شده از سمت راست مسیر جشنواره و در شکافی زیبا به سمت بالا حرکت می‌کرد و در ادامه با عبور از یک فیس زیبا به چند کلاهدک کوچک می‌رسید و با گذر از دو طول سنگین و با شیب منفی خود را از داخل تنوره‌ای زیبا و بسیار بلند به قسمت انتهایی دیواره می‌رساند. دومین مرحله انتخاب ابزار مناسب برای صعود و گشایش مسیر بود. حمایل ابزارها را به صورت منظم و متناسب با مسیر آماده کرده و با توجه به مسیر سعی کردیم که سبک‌ترین حالت انتخاب ابزار برای این گشایش را انتخاب کنیم. سومین مرحله نفرات گشایش‌کننده بودند که آشنا بودن با صعود ترادیشنال و طبیعی، داشتن توانایی لازم جهت صعود مسیر بدون استفاده از بولت و داشتن خلاقیت و ابتکار مناسب برای انتخاب مسیر مناسب و درست از مشخصه‌های مورد نیاز افراد گشایش‌کننده برای هر مسیری است. مرحله چهارم نیز به این صورت بود که پس از صعود کامل مسیر بدون استفاده از بولت و یا هرگونه ابزار کوبشی و به صورت پاک، جهت استفاده بهتر همه افراد از این مسیر و امکان صعود آن برای نفرات بیشتر اقدام به بولت‌کوبی مسیر کردیم. برای این کار نفرات گشایش‌کننده نسبت به صعود مسیر اقدام و محل بولت‌ها را مشخص کردند که در نهایت بولت‌کوبی کامل آن انجام گردید.

مشخصات مسیر به صورت زیر است:

نام مسیر	بیشترین درجه سختی صعود	حداقل درجه صعود صعودکننده جهت عبور از کراکس	متر از مسیر	تعداد طول
کاراکال	۵،۱۲ b/c	۵،۱۱b	۲۲۵ متر	۷

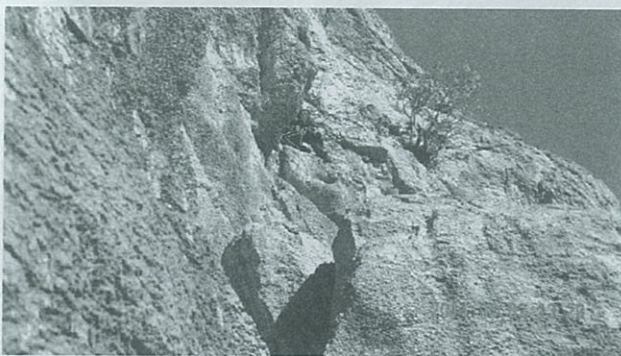
سومین دوره جشنواره سنگ‌نوردی بیستون با فراخوان منتشر شده در وبسایت فدراسیون کوه‌نوردی آغاز شده است. سنگنوردان تازه‌کار و همچنین با تجربه در این جشنواره در کنار یکدیگر خود را آماده صعودهای مختلف به مسیرهای متنوع این دیواره می‌کنند. جشنواره سنگ‌نوردی بیستون از این بابت جذابیت پیدا کرده که با همت فردی مانند ابراهیم نوتاش، دیواره‌نوردان و گاید‌های مطرحی از سرتاسر دنیا نیز در آن شرکت می‌کنند و این مسأله موجب تبادل نظر و اشتراک اطلاعات بین آنها و سنگنوردان ایرانی می‌شود. هدف ما در این جشنواره، گشایش مسیری دیگر در این دیواره بکر بود. دلیل این مسأله نیز کمبود مسیرهای ایمن و با درجه‌های صعود مناسب در دیواره است به صورتی که گاهی ترافیک زیادی بر روی معهود مسیرهای ایمن در جشنواره ایجاد شده و افراد زیادی در صف صعود منتظر می‌مانند. یکی از راه‌های رشد سنگ‌نوردی، ایجاد مسیرهایی است که به صورت بولت‌کوبی شده در اختیار صعودکنندگان قرار بگیرد تا بدون درگیری با نگرانی‌هایی مانند مناسب نبودن شکاف‌ها برای ابزار و ... فقط به صعود خود توجه کرده و به صعودهایی با درجه‌های سختی مناسب اقدام کنند.

در اولین روز جشنواره یعنی دوشنبه ۲۸ مهرماه، اقدام به شناسایی مسیر و خط جدیدی جهت گشایش کردیم. این خط سیر که البته



صورت مستقیم خود را به بالا و کلاهی که در انتهای آن واقع شده است می‌رساند. ۸ بولت در این طول واقع شده و درجه سختی آن **6c** یا **5.10d** است. این طول ۵۰ متری به سکوی بزرگی می‌رسد که استقرار بر روی آن بسیار راحت است. کارگاه این طول با کارگاه طول ۱ مسیر جشنواره مشترک است.

۲-۲: طول ۲ مسیر، با امتداد همان مسیر طول ۱ می‌توانید طول ۲ را نیز به راحتی پیدا کنید. بر روی سنگ فلش کوچکی نیز به

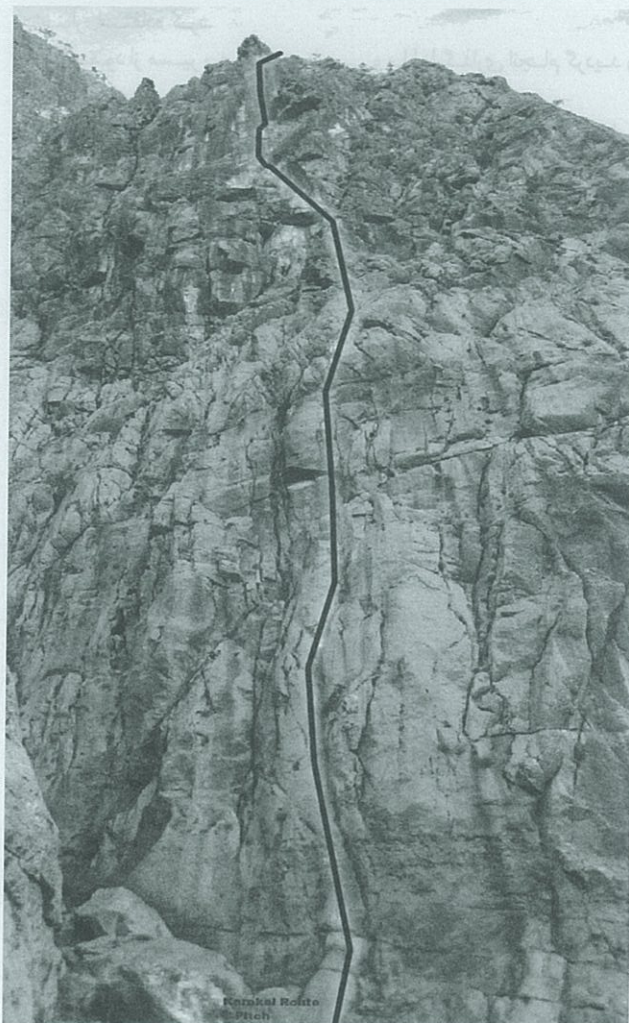


سمت بالا کشیده شده است. این طول به صورت مستقیم به طاقچه کوچکی در سمت راست یک کلاهی بزرگ در بالای سر شما می‌رسد. قسمت‌های ابتدایی مسیر پر از سنگ‌های ریزشی بزرگی است که بر روی هم چیده شده‌اند و با ادامه و عبور از یک فیس زیبا به کلاهی کوچکی می‌رسد که در انتهای مسیر واقع شده است. با عبور از این کلاهی به طاقچه کوچکی می‌رسیم که کارگاه در آن واقع شده است. این طول با درجه سختی **6a+** یا **5.10d** بوده و طول آن ۳۰ متر است. این مسیر سه عدد بولت دارد که البته درجه مسیر بیشتر مربوط به کلاهی کوچک انتهایی آن است.

۳-۲: طول ۳ مسیر که کراکس مسیر نیز است با تراورسی مایل به سمت بالا و چپ آغاز می‌شود. حرکتی معلق در ابتدای کار که خود را به گیره‌هایی نسبتاً مناسب رسانده تا با عبور از آنها و حرکت به سمت بالا بر روی طاقچه شیب‌داری قرار بگیرید و خود را آماده عبور از سخت‌ترین قسمت این مسیر کنید. شکاف زیبا در کنج سنگ که گیره‌های سر پای آن بر روی شیبی منفی واقع شده است. این قسمت ۴ متری کلید عبور از این مسیر است که در ادامه با چند حرکت دیگر و شکاف‌نوردی به کلاهی کوچکی می‌رسد که کارگاه در زیر آن واقع شده است. این طول ۲۰ متر است و درجه سختی آن **7b+** یا **5.12b/c** است. تعداد ۸ عدد بولت نیز در این طول نصب شده است.

۴-۲: طول ۴ مسیر نیز از سمت چپ کلاهی کارگاه شروع شده و حدود ۳ متر به صورت عمودی در شکاف بالا رفته تا در ادامه و با کور شدن شکاف از کلاهی کوچک که یکی از کراکس‌های این طول است خود را بالا کشانده و مسیر خود را به سمت درختچه‌ای کوچک ادامه دهد. بعد از عبور از درختچه که کمی مزاحم صعودکننده نیز است دوباره شکاف‌نوردی در کنج و با حرکات دلفر چپ آغاز می‌گردد که البته سختی عمده آن نیز گیره‌های پای نه چندان مناسب آن است. با ادامه مسیر و عبور از این شکاف، به طاقچه‌ای کوچک می‌رسیم که کارگاه در فیس سمت راست آن خورده است. این طول ۳۵ متر و درجه سختی آن **6c+** یا **5.11b** است. ۱۱ عدد بولت در این طول نصب شده است.

مسیر تیره نحوه دسترسی به ابتدای مسیر را مشخص می‌کند



مشخصات مسیر

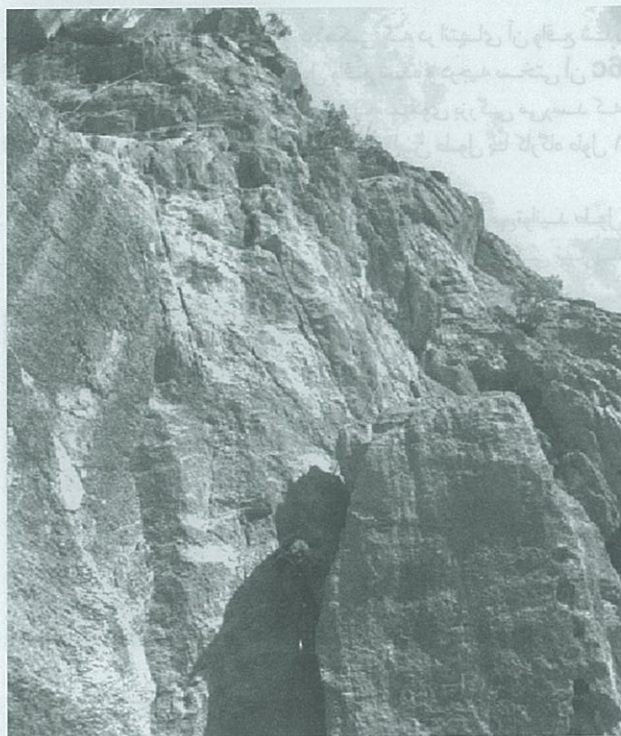
۱. دسترسی به ابتدای مسیر

با تراورس به سمت چپ دیواره و بعد از گذشتن از کتیبه فرهادتراش و حدود ۲۰۰ متر پیاده روی به گرده‌ای از دیواره می‌رسیم که به سمت داخل و قیف مانندی می‌رود. بر روی لبه این گرده، مسیر شیرین واقع شده است. با حرکت به سمت داخل قیف و در قسمت‌های انتهایی آن می‌توانید مسیرهای رول خورده جشنواره و کاراکال را که در فاصله کمی نسبت به یکدیگر واقع شده‌اند مشاهده نمایید. بوته خار بزرگی در این قسمت بین این دو مسیر واقع شده است. مسیر پایین‌تر مسیر کاراکال و مسیری که به انتهای قیف نزدیک‌تر است مسیر جشنواره است.

۲. مشخصات طول‌های مسیر

۱-۲: طول ۱ مسیر، طولی جذاب و با شکافی مناسب است که به





۵-۲: طول ۵ مسیر اما انتخاب ما بود تا به مسیر تنوع دیگری بدهیم. تغییر مسیر از شکافنوردی به سمت صعودهای تنوره‌ای موجب ایجاد تنوع زیبایی در مسیر گردید. ادامه مسیر به این صورت است که در کارگاه طول ۴ فیس بزرگ و یکپارچه‌ای را مقابل خود می‌بینید. با عبور از سمت راست آن و ادامه حرکت حدود ۵ متر به یک تنوره زیبا و بزرگ می‌رسید که یک سنگ بزرگ و جدا از دیواره آن را ایجاد کرده است. رول‌های مسیر در فیس این تنوره نیز قابل مشاهده است. با عبور از این تنوره و صعود بر روی سنگ بزرگ جدا شده از دیواره و با ادامه حرکت به صورت مایل به سمت بالا و راست به کارگاه این طول می‌رسید. این طول نیز با درجه سختی 5.10a یا 6a+ و تعداد ۳ عدد رول است. نکته شایان توجه آن است که آخرین کارگاه که می‌توانید از آن فرود بیابید همین کارگاه است و در صورت ادامه مسیر، حتما باید ۲ طول آخر را صعود کرده و از مسیر جشنواره فرود بیابید چون احتمال لایخ شدن طناب شما در داخل این قیف بسیار بالا است. طول این مسیر ۲۰ متر است.

۶-۲: طول ۶ مسیر با حرکت به سمت راست و داخل قیف و ادامه حرکت به سمت بالا با درجه سختی 5c یا 5.8 و طول ۳۵ متر، صعود زیبایی تنوره‌ای را به همراه کمی شکافنوردی در قسمت آخر و عبور از یک کلاهک کوچک به همراه گیره‌هایی مناسب برای شما فراهم می‌کند. این طول مستقیماً به طاقچه بزرگی که در پایین یک درختچه بزرگ ایجاد شده است می‌رسد. تعداد ۴ عدد بولت در این طول نصب شده است.

۷-۲: طول ۷ مسیر با عبور از فیس کوتاه و سمت راست درخت و در ادامه با صعود از شکافی زیبا به کارگاه انتهایی مسیر یا پله یک بیستون می‌رسد. کارگاه این طول با کارگاه آخر مسیر جشنواره یکی است.

۳. فرود از مسیر:

برای فرود از این مسیر هم می‌توان از مسیر پیاده روی به سمت سنگ کوچک لق بازگشت و هم می‌توان از کارگاه‌های فرود مسیر

جشنواره استفاده کرد.

□ صعود از مسیر به صورت طبیعی و با ابزارگذاری انجام گردید و سپس در چندین مرحله بولت‌ها و کارگاه‌های آن نصب گردید.

□ این مسیر طی ۴ روز فعالیت کامل و با وجود هوای بارانی روزهای ابتدایی جشنواره و با تلاش فراوان به سرانجام رسید.

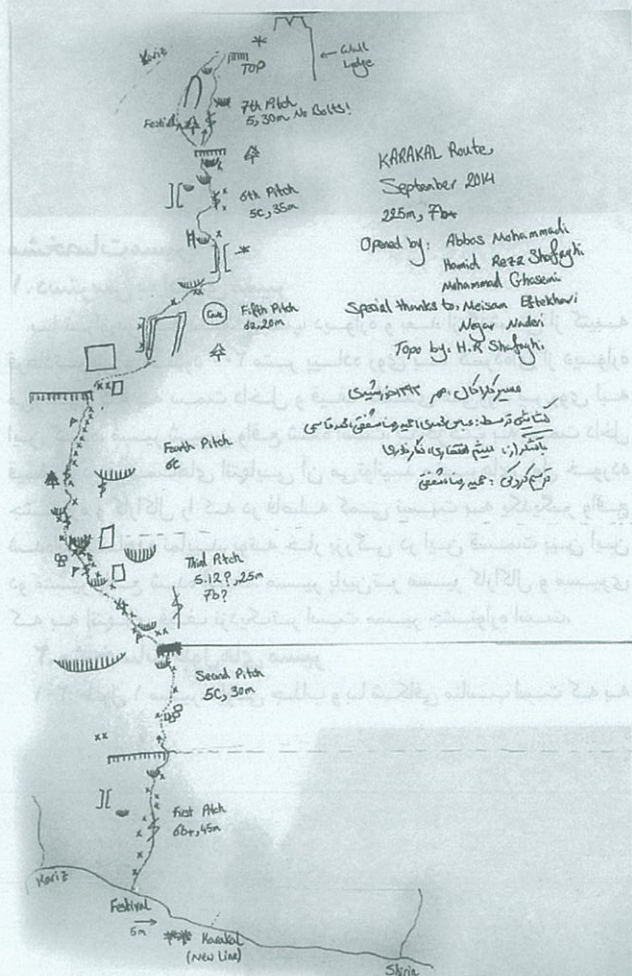
□ پس از چندین بار صعود مسیر، احتمال جابه‌جایی و اضافه کردن چند بولت دیگر نیز به مسیر وجود خواهد داشت که البته این مسأله پس از نظر سنجی از صعودکنندگان مختلف این مسیر انجام خواهد شد.

□ این مسیر به پاس حمایت‌های گروه تولیدی ژاک و به پاس قدردانی، کاراکال نام‌گذاری شد.

□ پاکسازی این مسیر به دلیل تردد بسیار سنگنوردان انجام نشده، خصوصاً سنگ‌نوردان در هنگام صعود باید مراقب سنگ لقی که در وسط طول ۳ است، باشند.

□ این مسیر پس از گشایش دوبار توسط سنگنوردان ایرانی و خارجی در جشنواره بیستون صعود گردید و درجه‌های آن نیز تقریباً مشابه با درجه‌های گشایش‌کنندگان اعلام شد.

با تشکر از همراهی و همکاری آقای میثم افتخاری و خانم نگار نادری در مراحل مختلف گشایش و همچنین تشکر از پشتیبانی و حمایت آقایان حسین هیزم‌کار، حسن گرمی، امید محمدی، فیروزان و احسان گروسپور و همچنین مساعدت آقای میرنوری در تأمین دریل برای این گشایش ■



کروکی مسیر کاراکال: درجه برخی طول‌های مسیر با توجه به نظرات صعودکنندگان در متن گزارش عوض شده است



شرکت خدمات کوه نوردی اطهر

به مدیریت احد پرتوی و سید حسن آل حسین

مجری برنامه های برون مرزی

TABRIZ MOUNTAINEERS ATHAR CO.

آرارات ، کاچکار، سیپان ، دمیرکازیک وارجیس

ترکیه

کازبک
گرجستان

شاه داغی
جمهوری آذربایجان

برنامه های جدید شرکت اطهر در سال ۹۴

روسیه ، البروس

لنین ، قزاقستان

موستاق آتا ، چین

آراگاتس، ارمنستان

بیس کمپ اورست

زیر نظر مربیان و لیدرهای مجرب
کوه نوردی و سنگ نوردی :
ناصر بلوری، غلامرضا علی اوغلی،
رضا گهر گستره محمد امینی

تبریز: رضا گهر گستر ۰۹۱۴۴۰۲۹۵۵۰

کرمانشاه: رسول چلنگرپور ۰۹۱۸۱۳۲۳۲۴۵

مشهد: مجید جعفری ۰۹۱۵۵۱۲۵۸۶۷

اصفهان: افشین مهربان ۰۹۱۳۳۱۷۹۳۶۰

خرم آباد: سعید رضایی ۰۹۱۶۳۶۱۰۸۳۶

تنگابن: یوسف اسماعیلی ۰۹۱۱۱۹۴۷۶۴۲

تلفن: ۰۴۱۱ - ۵۵۱۰۷۹۶

همراه: ۰۹۱۴۳۱۰۶۹۴۴ - ۰۹۱۴۴۱۲۴۹۳۷

آدرس: تبریز، خیابان خیام، روپروی بانک سپه، شرکت خدمات کوهنوردی اطهر

صعود به قله چو آبرو

به ارتفاع ۸۲۰۱ متر در پاییز ۱۳۹۳

گروه کوهنوردی لوله و ماشین سازی ایران

گزارش: رضا کفاش

کوه چوآبرو با ارتفاع ۸۲۰۱ متر به عنوان ششمین کوه مرتفع جهان در هیمالیای نپال عموماً از جبهه‌های که در سرزمین تبت (کشور چین) واقع شده است صعود می‌گردد. این برنامه به حمایت مدیر عامل شرکت جناب آقای علیرضا مقصودی و همکاران شان انتخاب و برنامه‌ریزی شد. این تیم پس از شش ماه برنامه‌های تمرینی مختلف همچون صعودهای پیمایشی و شب‌مانی در ارتفاعات در فصل‌های مختلف و صعودهای فنی، یخ‌نوردی و مسایل آموزشی آن و آمادگی جسمانی در قالب دو تیم به منطقه اعزام شدند.

پس از یک شب اقامت در نیالام در روز ۲۴ شهریور حدود ساعت ۱۰ صبح با دو دستگاه توپوتا که در بدو ورود به کشور چین برای جابه‌جایی افراد تیم در نظر گرفته شده بود به طرف روستای تینگیری حرکت کردیم در بین راه به نقطه‌ای رسیدیم که بلندترین جاده آسفالت کره زمین است (به ارتفاع ۵۱۲۶ متر) در این‌جا معمولاً توریست‌ها جهت عکاسی و فیلم‌برداری از مناظر اطراف از اتومبیل پیاده شده و به عکاسی می‌پردازند. کوه شیشاپانگما به ارتفاع ۸۰۲۵ متر به دلیل وجود ابر قابل رویت نبود، ولی تعداد قابل توجهی از کوه‌های ۷۰۰۰ متری خودنمایی می‌کردند. از این نقطه به بعد ارتفاع کم می‌شود. دشت تبت به سمت تینگیری ادامه مسیر می‌دهیم. سرانجام در ساعت ۲ بعد از ظهر به تینگیری می‌رسیم و بعد از خوردن نهار و استراحت برای برنامه هم‌هوایی روز بعد آماده می‌شویم. صبح روز ۲۵ شهریور جهت هم‌هوایی به کوه‌های اطراف صعود کرده و تا حدود ۴۷۰۰ متر ارتفاع می‌گیریم و دوباره به دهکده تینگیری به ارتفاع ۴۳۵۰ متر بازمی‌گردیم.



تیم کوهنوردی شرکت متشکل از آقایان تیمور شهاب، غلامرضا رضایی و علیرضا مشعوف در تاریخ ۴ شهریور ۹۳ به منظور یک برنامه هم‌هوایی مقدماتی به همراهی مدیران شرکت آقایان علیرضا مقصودی و هوشنگ حسنی کشور ایران را به مقصد نپال ترک گفته و پس از گذشت ۱۰ روز موفق به صعود قله کالاپاتهار به ارتفاع ۵۵۴۵ متر و گذر از کمپ اصلی اورست و کمپ اصلی کوه پوموری شدند. در بازگشت به شهر کاتماندو تیم اقدام به تهیه بخشی از پوشاک و لوازم فنی مورد نیاز برنامه چوآبرو کرد. آقایان محمدرضا کفاش به‌عنوان مربی فنی تیم و مسعود آقا بالایی در روز ۱۸ شهریورماه ۹۳ به سایر اعضای گروه پیوسته و تیم پس از انجام تشریفات اداری در روز ۲۱ شهریورماه ساعت ۵ صبح شهر کاتماندو و کشور نپال را از راه مرز زمینی به سمت روستای زانگمو در کشور چین ترک کردند.

در طول مسیر به‌دلیل رانش شدید کوهستان در حوالی روستای کوداری که به کشته شدن بیش از ۱۵۰ نفر از اهالی روستا منجر شده بود مجبور به ترک مینی‌بوس شده و با حدود ۲/۵ ساعت پیاده‌روی حدود ساعت چهار بعدازظهر در روستای زیبای زانگمو به ارتفاع ۲۳۰۰ متر در هنتلی به همین نام اقامت کردیم.

در روز ۲۳ شهریور زانگمو را به طرف دهکده نیالام به ارتفاع ۳۷۵۰ متر ترک گفته و پس از عبور از میان یک جاده کوهستانی جنگلی بسیار زیبا با آبشارهای بلند و رویایی که چشم هر بیننده‌ای را نوازش می‌داد پس از حدود ۲/۵ ساعت به نیالام رسیدیم.



روز ۲۶ شهریور تینگیری را ترک گفته و به سمت کمپ اصلی چینی‌ها در ارتفاع ۴۸۵۰ متری عزیمت می‌کنیم. کمپ اصلی چینی‌ها در کنار رودخانه‌ای که از یخچال‌های طبیعی غول‌های ۷۰۰۰ متری سرچشمه می‌گیرد قرار دارد محیطی مسطح و پوشیده از چمن سبز که در دور دست کوه چوآبرو خودنمایی می‌کند. چادرهای



درون چادرها به استراحت می‌پردازند. برقراری چادر آشپزخانه و چادر عمومی غذاخوری توسط پرسنل کمپ و شریاها انجام شده و اولین شام را در کمپ پیشرفته به ارتفاع ۵۷۰۰ متر در هوایی برفی و سرد صرف می‌کنیم. روز ۳۰ شهریور ماه چادر دوش و چادر توالت نصب شده و پس از راه‌اندازی ژنراتور، پرسنل به جمع‌آوری زباله‌های به جا مانده از فصل قبل مشغول می‌شوند. روز ۳۱ شهریور مراسم مذهبی پوجا توسط لامای تبتی انجام می‌شود. تا قبل از انجام این مراسم شریاها بر اساس باورهای مذهبی که دارند هیچ‌گونه اقدامی برای صعود به ارتفاعات بالاتر انجام نمی‌دهند.



روز ۱ مهرماه جهت انتقال بخشی از لوازم ارتفاع شامل کفش سه پوش، کیسه خواب، کرامپون، لباس‌های پر و ابزار فنی همراه با یکی از شریاها به سمت کمپ یک حرکت کردیم. در طول مسیر می‌بایستی از کنار برج‌های یخی زیبا و حوضچه‌های یخچالی پُر از آب عبور می‌کردیم با پشت سر گذاشتن این مسیر به محلی به ارتفاع ۶۰۴۰ متر رسیدیم، بعد از آن یک شیب تند سنگی، خاکی با زاویه ۴۰ درجه وجود داشت که به کمپ یک به ارتفاع ۶۴۰۰ متر منتهی شد. به دلیل سنگینی بیش از حد بارها و عدم هم‌هوایی کامل بارها را تا حدود یک ساعت مانده به کمپ یک حمل کردیم پس از آن شریاهایی که به منظور نصب چادرهای ارتفاع عازم کمپ یک شده بودند این بارها را نیز به کمپ یک منتقل کرده و همگی به کمپ پیشرفته بازگشتیم. روز دوم مهرماه بعد از صرف صبحانه به

موقت برپا شده و به مدت دو روز جهت استراحت و هم‌هوایی در این کمپ مستقر می‌شویم، پس از گذشت دو روز ۲۸ شهریور به سمت کمپ میانی به ارتفاع ۵۲۰۰ متر حرکت کرده و پس از ۴/۵ ساعت به این محل می‌رسیم، محیطی خشن بدون هر گونه پوشش گیاهی تنها با یک شبه سیاه چادر متعلق به اهالی تبتی آن منطقه که منبع درآمدشان از اجاره دادن یک (گاوه‌های بومی تبتی) جهت انتقال بارهای کوهنوردان تأمین می‌شود.



صبح روز بعد ۲۹ شهریور در هوایی ابری این محل را به سمت کمپ اصلی پیش رفته ترک گفته و از مسیری که بر اثر عوامل محیطی (حرکت یخچال) کاملاً تغییر یافته بود و با عبور از کنار یخچال‌های با شکوه در شرایط جوی نامناسب پس از ۵ ساعت تلاش به کمپ پیشرفته می‌رسیم. این‌جا محل استقرار تمام تیم‌های بین‌المللی است که هر ساله در دو فصل بهار و پاییز به این‌جا می‌آیند و تلاش‌شان را برای دستیابی به قله آغاز می‌کنند. در موقعیت جنوبی کمپ پیشرفته یک گردنه به ارتفاع ۵۸۰۰ متر وجود دارد که مرز بین تبت و نپال را تعیین می‌کند. رخ شمالی این گردنه همواره پوشیده از یخ و برف است. با رسیدن بارها به کمپ پیشرفته اعضای تیم با کمک شریاها شروع به نصب چادرهای انفرادی خود کرده و با نوشیدنی گرم و با قرار دادن لوازم شخصی خود

ساعت حدود ۴/۵ عصر بود و باید خود را برای صعود نهایی قله آماده می‌کردیم. با صرف نوشیدنی گرم وارد کیسه خواب‌های خود شده و استراحت کردیم.

حدود ساعت ۸ شب با خوردن کمی سوپ و نوشیدنی گرم و جمع‌آوری لوازم ضروری از چادرها خارج شده و در سرمای ۲۰ درجه زیر صفر آماده حرکت به سمت کمپ سه شدیم. ساعت حدود ۹/۵ شب بود و تا رسیدن به قله چوآیو در حدود ۱۰ ساعت تلاش مداوم نیاز بود. پس از عبور از یک شیب نسبتاً تند و طولانی بعد از سه ساعت به کمپ سه به ارتفاع ۷۴۵۰ متر رسیدیم. ساعت ۳۰ دقیقه بامداد را نشان می‌داد و حسی مملو از امید و هیجان در وجود همه ما بود.

بعد از گذشتن از کمپ سه به محلی به نام **Yellow band** یا نوار زرد با رگه‌ای از صخره‌های عظیم با شیب بسیار تند (حدود ۸۰ درجه) رسیدیم که بایستی با تمام دقت و قدرت از این دهلیز سنگی یخی عبور می‌کردیم.

نکته قابل توجه ایجاد جرقه‌هایی بود که در اثر برخورد نیش فولادی کرامپون با سنگ‌ها به وجود می‌آمد و توجه همه کوهنوردان را به خود معطوف کرده بود. در تاریکی مطلق و شب سرد، نور چراغ‌های پیشانی کوهنوردان در طول مسیر همچون ستارگانی درخشان که راه را به تو نشان می‌دهند به چشم می‌خورد و دیگر هیچ.



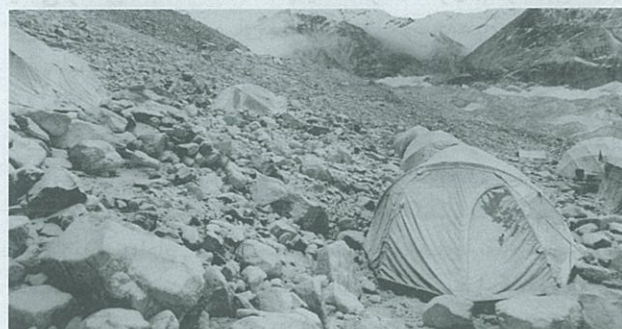
ساعت‌های نفس‌گیر ولی به یادماندنی در حال گذر بود. کم‌کم سپیده دم سر رسید و شکوه کوهستانی که تا چند روز قبل آن را از کیلومترها دورتر می‌دیدیم در این لحظه صد چندان شده بود. دریای ابری که در زیر پای ما بخش زیادی از شمال کشور نپال را پوشانده و قله‌های ۷۰۰۰ متری اطراف‌مان که هوش از سر همه برده بود. متأسفانه عکاسی و فیلم‌برداری در چنین موقعیتی کاری سخت و خطرناک بود.

در حدود ساعت ۷ صبح برگنبد چوآیو قدم گذاشته و تا رسیدن به قله کمتر از نیم ساعت باقی‌مانده بود. آفتاب عالم تاب گرمی بخش دل‌های‌مان شد و در نهایت در روز پنجشنبه دهم مهرماه ۱۳۹۳ در ساعت ۷:۳۰ صبح به وقت محلی و چهار صبح به وقت تهران تلاش‌مان برای رسیدن بر بام چوآیو به ثمر نشست. وجودمان سرشار از شادی و غرور و آرامش بود.

سمت کمپ یک حرکت کرده و این بار در شرایطی مطلوب کمپ یک را در زمانی حدود ۴/۵ ساعت لمس کردیم. کمپ یک به ارتفاع تقریبی ۶۴۰۰ متر بر روی یک تیغه یخچالی قرار داشته و از فراز آن می‌توان بخش وسیعی از فلات تبت و کوه‌های سر به آسمان ساییده را به تماشا نشست. روز سوم مهر حرکت از کمپ یک به سمت کمپ دو در شیب‌های تند و طناب ثابت آغاز شد و با عبور از دیواره‌ای یخی با شیب ۸۰ درجه به طول تقریبی ۱۵ متر که به لحاظ فنی بودن مسیر لذت صعود را دوچندان می‌کرد به ارتفاع ۶۸۰۰ متری رسیدیم. پس از نصب دو چادر برای گذاشتن بخشی از ملزومات ارتفاع و کمی استراحت دوباره به کمپ یک برگشتیم. در روز چهارم مهر پس از گذراندن شبی سرد و توفانی در هوایی نامناسب کمپ یک را به سوی کمپ میانی ۲ در ارتفاع ۶۸۰۰ متر ترک گفته و بعد از ۴/۵ ساعت تلاش به این محل رسیدیم.



در روز ۵ مهر برای تجدید قوا به کمپ یک بازگشته و پس از یک ساعت استراحت به طرف کمپ پیشرفته سرارزیر شدیم. در فاصله زمانی استراحت در کمپ پیشرفته اقدام به گرفتن اطلاعات هواشناسی روزهای آینده از سایت‌های مختلف کردیم و پس از بررسی تصمیم نهایی در خصوص روز صعود قله گرفته شد. دو روز دیگر بایستی در کمپ پیشرفته می‌ماندیم و با توجه به انرژی از دست رفته از روزهای قبل از غذاهای آماده‌ای که به صورت کنسرو از ایران آورده بودیم و با ذائقه ما هم‌خوانی داشت استفاده کردیم. سرانجام تلاش نهایی برای دستیابی به کمپ‌های بالاتر و قله آغاز شد. در صبح روز ۸ مهرماه با تلاشی ۴ ساعته به کمپ ۱ رسیدیم. روز ۹ مهرماه تلاش برای رسیدن به کمپ ۲ به ارتفاع ۷۱۳۵ متر آغاز شد و پس از عبور از دیواره یخی هوا به طور کامل دگرگون شده و بارش برف آغاز شد. طناب‌های ثابت بخش زیادی از مسیر به دلیل بارش در زیر برف مدفون شده و این امر به دشواری صعود می‌افزود. به هر حال برای سومین بار تلاش یک به دو انجام گرفت و پس از ۷ ساعت کار طاقت‌فرسا در سرمای زیاد به کمپ دو رسیدیم.



پیشرفته سرازیر شده و حوالی ساعت ۵ بعد از ظهر در میان شور و شادمانی پرسنل کمپ وسایر شریاها و دیگر دوستان به کمپ رسیدیم.



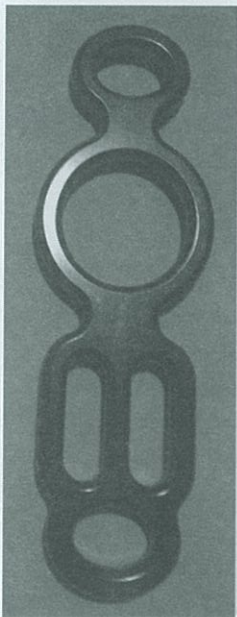
تیم ما دو روز دیگر را منتظر بازگشت کوهنوردان استرالیایی که برای صعود به قله عازم ارتفاعات بالاتر شده بودند و پس از بازگشت موفقیت آمیز ۲ نفر از اعضای آن تیم پس از جمع‌آوری کمپ پیشرفته به سمت کمپ پایین حرکت کرده و پس از دو روز به کشور نیپال رسیدیم. روز بیستم مهرماه ساعت ۲۱:۲۰ دقیقه با ورود به خاک میهن عزیزمان در میان استقبال دوستان این برنامه به پایان رسید ■



اورست و لوتسه و پوموری از یک سو و شیشاپانگما و سولوخومبو و ماکالو از سوی دیگر در دور دست چوایو را به تماشا نشسته بودند. پس از گرفتن فیلم و عکس بر روی قله به طرف کمپ‌های پایین تر سرازیر شدیم. حوالی ساعت ۱۱ صبح بود که به کمپ ۲ رسیدیم و شب را در این کمپ ماندیم، در این شب بارش سنگین برف و برودت بسیار زیاد (۳۰ درجه زیر صفر) را تجربه کردیم. صبح روز جمعه ۱۱ مهرماه به طرف کمپ یک حرکت کرده و پس از جمع‌آوری لوازم شخصی به درون چادرها و قرار دادن آنها در کیسه‌های بار به سمت کمپ

تحول نوین در ساخت ابزارهای تخصصی کوهنوردی ایران

(دنا)



آزمایشگاه‌های سازه‌شناسی



پژوهشگاه ملی تحقیقات
پژوهشگاه مواد و انرژی

گزارش آزمون کشش

استاندارد آزمون: ISIRI 10272				
ردیف	نام و مشخصات قطعه	نیروی تسلیم Kgf / mm ²	نیروی نهایی Kgf / mm ²	ازدیاد طول mm
۱	نمونه شماره ۲ کشش ارسالی با کد EIGHT	۲۱۱۴/۸	۳۲۰۲/۴	-
۲	نمونه شماره ۳ کشش ارسالی با کد TOTEM	۲۲۲۱	۲۲۵/۶	-



مجتمع صنعتی تحقیقاتی مهر، اصفهان، کیلومتر ۶ جاده دولت آباد، خیابان ملک اشتر، پلاک ۱۰۶
تلفن: ۰۳۱ - ۴۵۸۳۶۳۹۰
فکس: ۰۳۱ - ۴۵۸۳۶۶۸۹



راه سخت

دکتر سهیل جهانتاب

با «کریس» روی نیمکت پارک نشسته‌ایم، سر حال نیست و در حالی که لگد محکمی به زمین می‌زند می‌گوید: خدایا این ورزش بعضی مواقع خیلی نا امیدم می‌کند.

نه تنها ناراحت نمی‌شویم، بلکه خوشحال هم می‌شویم.

شروع فعالیت سنگ‌نوردی

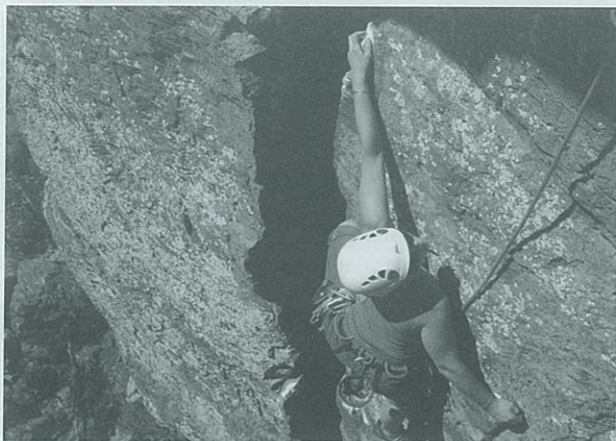
سنگ‌نوردی را با خواندن مجلات سنگ‌نوردی و یادگیری فنون این ورزش شروع کردم، اما واقعا نمی‌دانستم چگونه باید مسیر فعالیت خودم را پیدا کنم، سنگ‌نوردانی را که من عکس‌هایشان را در مجلات می‌دیدم به نظر خیلی قوی و زیاده می‌آمدند، در عین حال فکر می‌کردم این صعودها در مسیرهای باور نکردنی "از لحاظ سختی" در سراسر دنیا دارای پیش شرط خاصی است که من آن را درک نمی‌کنم. مدتی طول کشید که متوجه شدم عکس‌های سنگ‌نوردی به نوعی شبیه عکس مدلهاست و در مناطقی گرفته می‌شود که با عقل "فلسفه سقراطی" جور در نمی‌آید، در عین اینکه جعلی و تقلبی نیست، به نظر می‌رسد خیلی هم واقعی نباشد. جایی بین واقعیت و تخیل، این عکس‌ها می‌توانند سبب اشتباه و حتی گمراهی یک سنگنورد مبتدی شوند، البته اگر خود او در عالم خیال، خود را جای شخصیت‌های عکس بگذارد، همان کاری که من می‌کردم و هنوز هم می‌کنم، فکر می‌کنم عکس‌های سنگ‌نوردی ترسیم شرایط معمول است با کمی چاشنی تخیل، البته می‌تواند پیشنهادی جدید برای یک مبتدی مثل من باشد تا راه‌های جدیدی را هم تجربه کند، چرا که باوجود اینکه این سنگنوردان مدل هستند، ولی به هر حال سنگنوردند، به این سبب دوست دارم من هم جای آنها و در مسیر آنها باشم.

هر سنگ‌نوردی ممکن است در لحظاتی اعتماد به نفس خود را از دست بدهد. این حالت مخصوصا زمانی پیش می‌آید که شخص به خط قرمز توانایی خود می‌رسد. نگرانی، یأس و غرغر کردن نشانه‌های این وضعیت هستند. کریس این حالت را در دیواره Phil of evil (5.13a) تجربه کرده است، وی تا منطقه "disco move" صعود کرده و معتقد بود اگر این منطقه را رد کند تا آخر مسیر راهی نخواهد ماند. بر خلاف پیش‌بینی صعود این مرحله خیلی سخت تر از آنی بود که فکر می‌کرد و در نهایت احساس می‌کرد بدنش خالی کرده است، در عین حال ذهن کریس درگیر این مسأله بود که چرا باوجود تصور قبلی و آمادگی بدنی در این بخش از صعود تا این اندازه ناتوان است. خستگی سبب می‌شود یک لحظه کفش کریس روی سنگ بلغزد و پایش با صدای شدیدی به دیواره بر خورد می‌کند، همه ما ممکن است چنین تجربه‌ای را در لحظات ضعف و خستگی داشته باشیم. در عین حال ممکن است بعد از اینکه بارها در صعود یک مسیر شکست خوردیم بدون دلیل مشخصی آرام و بی‌خیال شویم، در این وضعیت دوست داریم بنشینیم و بولدرینگ بچه‌های تازه‌کار را ببینیم و تجربیات‌مان را هنگام صعودهای قبلی با آنها در میان بگذاریم.

از آنجایی که من سنگنورد هستم و تا اندازه ای خودخواه و خودبین و فقط زمانی به تجربیات سنگنورد دیگری توجه می‌کنم که او هم برنامه‌های من را تأیید کند هر از گاهی ما از اینکه هم‌نوردان ارتفاع مورد نظر را صعود نکرده و مایوس شده است

تازه‌کار و آماتور به جای اینکه هم و غم خود را به اصل ماجرا، یعنی دلایل موفقیت حرفه‌ای‌ها بپردازند و رموز این کار: تمرین و ممارست را دریابند، بیشتر وقت خود را به مباحث بی‌مورد عکس‌ها و فیگورهای این افراد می‌گذرانند.

اگر صعود ما با هدف رشد اخلاق، تهذیب و تقویت ذهن و فکر باشد، می‌توانیم از یک صعود با سختی ۵،۴ همان قدر بهره ببریم که از یک دیواره، اهداف بیشتر مهم هستند تا درجه سختی. تجربیاتم به من یاد داده‌اند که سنگ‌نوردی سبکی از زندگی



است که با یک عمر تجربه به دست می‌آید، نه آن چنان که بعضی از مجلات آن را به «ده حقه ساده» تنزلش می‌دهند، باز هم می‌گویم که سنگ‌نوردی سبکی از زندگی است، نه مجموعه‌ای از وسایل و تکنیک‌های صعود. می‌توان با آموختن این تکنیک‌ها مثل مدل‌های سنگ‌نوردی عکس بگیریم، اما اصل ماجرا را نفهمیدیم، البته کتمان هم نمی‌کنم که آموختن اطلاعات و تکنیک هر چند کم، می‌تواند به ما کمک کند. در پایان یک برنامه سنگ‌نوردی بهترین نتیجه حاصله می‌تواند این باشد که «آن قدر که توانستم، مایه گذاشتم». سنگ‌نوردی آموزشی است طولانی مدت، سخت و بعضی مواقع دردناک، که باید همواره با فروتنی در حال آموختن باشیم و در ضمن هیچ‌گونه میان‌بری برای آموزش وجود ندارد، هر وقت خواستیم یک جوری این مسیر را دور بزیم در نهایت یا آسیب بدنی دیده‌ام یا از لحاظ ذهنی بهم ریخته‌ام.

زمانی پدرم به من می‌گفت «زندگی به انسان خیلی چیزها می‌آموزد»، من هم معتقدم که برداشت من از زندگی سنگ‌نوردی است، زیرا سنگ‌نوردی زندگی من است.

اگر عاشق سنگ‌نوردی باشید، تمرین مناسبی داشته و اصول این ورزش را رعایت کنید، مطمئن باشید آن چیزی که از این ورزش به دست می‌آورید، خیلی بیشتر از آنی است که به دنبالش بودید. در این ورزش نکته شاخصی وجود ندارد که با آموختن آن تمام مسایل شما حل شود، به جز اینکه می‌تواند محرکی باشد برای زندگی کردن ■

* نویسنده این مقاله در منطقه دو لومیت‌های ایتالیا، مربی دوره‌های پیشرفته سنگ‌نوردی است.

در حالی که در مسیر برنامه‌های سنگ‌نوردی خود به آرامی پیش می‌روم، خوشحالم که در مسیری واقعی و با دوستان واقعی "و نه خیالی" خود و در مسیر مورد علاقه خود پیش می‌روم، ولی این سؤال همیشه با من همراه است: "این برنامه چقدر طول می‌کشد؟" رسیدن به مراحل بالاتر در این ورزش زمان‌بر و سخت است و پروسه طولانی است که هیچ راه میان‌بر و ساده‌ای ندارد، بعضی مواقع هم آن قدر سخت که باید بتوانیم بگوییم: «نمی‌توانیم».

مسأله مهم از نظر من این است که چه‌طور در این دنیای عمودی جان خود و همنوردم را به خطر نیندازم، هدف مهم من در سنگ‌نوردی حفظ سلامتی است. راه‌های رسیدن به این هدف: همیشه گره‌های خود را دو بار چک کنید، هرگز انتهای طناب را با شدت نکشید چون گره‌های شما در انتهای طناب واقع شده‌اند وقتی که شما حمایت مناسبی را فراهم آورده‌اید، همنوردتان می‌تواند در وضعیت مناسبی قرار گیرد، به عبارت دیگر هیچ وقت طناب را از محل کارگاه خارج نکنید، بایستی با طناب و سیستم‌های آن کاملاً آشنا باشید. همه چیز را دو بار چک کرده و با کسی صعود کنید که با اصول سنگ‌نوردی آشناست. هنوز هم هر ساله تعداد زیادی از سنگنوردان یا جان خود را از دست می‌دهند یا دچار آسیب‌های جدی می‌شوند درست سال قبل یکی از دوستانم که سنگنورد ورزیده‌ای هم هست و تعداد زیادی مسیر با سختی V14 و 5.14b صعود کرده، آن چنان من را به شدت به سمت خود کشید که هیچ‌گاه فراموش نخواهم کرد. زمانی که از بالای یک برآمدگی و در پایان یک مسیر سخت حدود ۳۰ فوت سقوط کردم (احتمالاً یکی از گیره‌هایم دچار مشکل شده بود) او در حال صحبت با شخص دیگری درباره یکی از برنامه‌هایش با سختی ۵،۱۴ بود که به یک‌باره متوجه سقوط من شد، با سرعت ۱۰ (۱۰ برابر سرعت صوت) به دیواره بر خورد کردم، بعد از یک سال هنوز هم با کتفم مشکل دارم. چگونه دیواره‌ای با سختی 5.14b را صعود می‌کنیم، ولی نمی‌دانیم چگونه باید همنورد در حال سقوط خود را به آرامی بگیریم؟ پس اولویت‌های ما کدام است؟ من بارها شاهد کم‌حوصلگی کارآموزان هنگام یادگیری مسایل سنگ‌نوردی بوده‌ام. هدف نادرستی که در بین افراد جا افتاده، این است که فقط صعود مهم است و بالا بردن درجات صعود، بارها در مسیر سنگ‌نوردی Rifle سنگنوردانی را دیده‌ام که گویی با هم شرط‌بندی کرده‌اند که در مسیرهایی مثل (American Prayer 5.14a) یا (Slacker Direct 5.13c) را صعود کنند و با هر صعود گویی یک علامت جدید به لبه کلاهشان اضافه می‌کنند (نوعی خود نمایی)، همین افراد فاقد توانایی برای یک صعود دیواره‌ای ۵،۱۱ می‌باشند. مسأله دیگری که برای من آزاردهنده است، تأکید رسانه‌ها بر مسایل دروغین است در حالی که سنگنورد دارای ابزار صعود است، به دروغ می‌خواهند واکرد کنند که در حال صعود آزاد است، به هر حال همه ما سنگنوردیم و باید از کاری که می‌کنیم لذت ببریم، نه اینکه با تقلب مسأله را جور دیگری نشان دهیم. بیاییم عکس‌های سنگنوردان بزرگ را بر دیواره‌هایی با سختی ۵،۱۵ فراموش کنیم، چون همه ما توانایی صعود این دیواره‌ها را نداریم.

آن چه بیشتر سبب ناراحتی من می‌شود، این است که افراد

حمله قلبی

بالای دیواره ۲۰۰ متری

نویسنده: Ed Wright
مترجم: مهندس منیژه برزگر

وقتی به آن روز فکر می‌کنم، می‌فهمم که باید به وضعیت خودم بیشتر توجه می‌کردم. من و دوستم «باب آلموند» در فصل زمستان به «ریروال» رفته بودیم تا به یک دیواره بلند صعود کنیم. برای رسیدن به زیر دیواره، شیب نسبتاً زیاد البته کوتاهی را در حدود ۲۰ دقیقه باید می‌پیمودیم. با این‌که فاصله کوتاه بود ولی من تنفسم سخت و ضربان قلبم سنگین شده بود. بعد از اندکی استراحت، آرام شدم و صعود را شروع کردیم. باب به من پیشنهاد کرد که من از مسیر ۵،۱۱ بروم، ولی خودش مسیر راحت‌تری را انتخاب کرد.

ارتفاع، طول زیاد دیواره، شیب زیاد و نبود مسیر آسان از آن نقطه نمی‌توانستم پایین بروم و انتقال من از آن محل بسیار مشکل بود. باید به باب بگویم که بالا بیاید تا با هم تصمیم بگیریم که چه کار کنیم. شروع کردم به جمع کردن طناب، ولی بعد از این‌که آن را چندمتری بالا آوردم نتوانستم ادامه بدهم، طناب از دستم رها شد و افتاد. به نظرم می‌آمد که در تونلی گیر کرده‌ام و نوری در انتهای تونل قرار دارد که هر لحظه کم می‌شود.

فریاد کشیدم "نه" و چند نفس عمیق کشیدم. این کار حالم را اندکی بهتر کرد، شروع کردم تا دوباره طناب را بالا بکشم، ولی بی‌نتیجه بود. سرانجام حالم اندکی بهتر شد و توانستم طناب را بالا بکشم، باب بالا آمد. من وضعیت خودم را به او گفتم.

اگر شما خیال دارید که در ارتفاعات عمودی و دیواره‌ای به حمله قلبی دچار شوید حتماً باب را همراه خود ببرید! خیلی آرام و خونسرد حرف‌های مرا با دقت گوش کرد و خیلی زود تصمیم گرفته و اقدام کرد. از آن بالا دیدم که تعدادی افراد تیم گارد کوهستان بالا می‌آیند. باب با فریادی بلند آنها را صدا زد و وضعیت من را به آنها گفت. یکی از آنها سریع به سمت پایین بازگشت تا وسیله‌ای نقلیه آماده کند. بقیه به سمت دیواره آمده و از پایین گفتند اگر بتوانیم چهار طول طناب پایین برویم آنها کمک می‌کنند که به سطح زمین برسیم. باب سریع اقدام کرد و آهسته مرا با طناب به سوی پایین حرکت داد. هر جا که به حمایت میانی می‌رسیدم آن را محکم می‌گرفتم تا زیاد از دیواره دور نشوم و سعی می‌کردم آرام و خونسرد باشم، ولی ناگهان وحشت سراپایم را فرا گرفت، زیرا دستم دیگر کار نمی‌کرد، گویی فلج شده بود. فهمیدم که سخته کرده‌ام.

باید دست و انگشتانم را باز می‌کردم و با دست دیگر طناب را کف دست راستم می‌گذاشتم و سپس با دست چپ انگشتان دست راست را می‌بستم تا بتوانم طناب را محکم نگاه دارم. خوش‌بختانه بازوی راستم کار می‌کرد، ولی انگشتانم ضعیف شده بودند. وقتی به طول دیگر فرود رسیدم اندکی صبر کردم تا باب برسد. او خیلی ماهرانه کمک کرد تا من به وسیله طناب به یک منطقه صاف و مسطح بروم. در آن‌جا سه نفر منتظر بودند. مرا به کمک هارنسم از آن مسیر باریک که سنگلاخ بود و پُر شیب به پایین حمل کردند.



قرار گذاشتیم که هفته بعد به مسیر و دیواره سخت‌تری نزدیک مرز مکزیک برویم. این دیواره ۲۰۰ متری قدری مشکل است و فقط آنها که تخصص کافی در دیواره‌نوردی دارند باید به آن صعود کنند. این دفعه من مسیر آسان‌تر را انتخاب کردم و باب به سوی مسیر مشکل‌تر رفت. طول سه طناب را صعود کردم که راحت و لذت‌بخش بود. دیواره شیب‌دار بود و گیره‌های خوبی هم داشت. طول چهارم از جایی می‌گذشت که طناب تقریباً حالت آویزان داشت. در انتها به قسمتی می‌رسیدم که نرم بود، و روی آن را لایه‌ای از گل‌ولای پوشانده بود. در این محل من اندکی احساس سرگیجه کردم. آیا به علت ارتفاع آن نقطه بود؟ چون آن‌جا که من ایستاده بودم نسبت به اطراف صدمتر بلندتر بود. گویی روی یک ستون صدمتری ایستاده بودم. دستم را به گیره گرفته و تلاش کردم بالا بروم، ولی نمی‌توانستم.

بعد از سه یا چهار بار با زحمت زیاد خود را حرکت دادم، سرگیجه‌ام بدتر شده بود. دست و شانه‌ام چمپ درد گرفته بود و نفس کشیدنم خیلی سخت شده بود. تقریباً ۱۲ متر دیگر از طول طناب باقی مانده بود تا به کارگاه حمایت بروم. هر نوع حرکتی برای من سخت بود. به سمت لبه‌ای که در کنارم بود خزیده و خود را از فشار طناب کمی آزاد کردم، ناله‌ام به آسمان بود، به اطراف نگاه کردم تا موقعیت خود را ارزیابی نمایم. فکر می‌کردم که دچار حمله قلبی شده‌ام؛ به علت

اتاق مراقبت‌های ویژه بردند که گویی جهان دیگری بود. همه چیز نو و تمیز و مرتب بود. سه روز آن‌جا تحت نظر بودم و فهمیدم خیلی خوش‌شانس هستم و مشکل قلب من به زودی با معالجات دارویی برطرف می‌شود و نیازی به جراحی قلب نیست.

چند روز بعد مرا به اتاقی در همان بخش منتقل کردند که

هفت نفر دیگر با

من هم‌اتاق بودند.

یک هفته آن‌جا

بودم، سپس از من

تست ورزش گرفته و

متخصص قلب نتیجه

را رضایت‌بخش اعلام

کرد و من از بیمارستان

مرخص شدم. من

و همسرم سپس به

شهر اوستین رفتیم و به یک متخصص زبردست قلب مراجعه کردم،

او هم پس از معاینه و مشاهده نتیجه آزمایش‌ها، کارها و اقدامات قبلی

را تأیید کرد و دستورات لازم برای ادامه معالجه را داد.

تقریباً ۲۰ سال از آن روز که من در کوهستان دچار حمله قلبی شدم

می‌گذرد و من هنوز به کوه‌نوردی و صعود ادامه می‌دهم، ولی یک

نکته را فراموش نمی‌کنم که به کوه‌ها و ارتفاعاتی بروم که یک

بیمارستان خوب و مجهز قلب در نزدیکی آن باشد ■

مأخذ: Rock and Ice, April 2014, tage 34

پایین دره یک وسیله نقلیه منتظر بود، به سرعت مرا به درمانگاه کوچک آن حوالی رساندند. دکتر کشیک نگاهی به من کرد و سپس آمبولانس خبر کرد که مرا به بیمارستان مونتری برساند. آمبولانس خیلی زود رسید و من را به آن منتقل کردند. راننده سریع راه افتاد، ولی چون بنزین نداشت یک توقف کوتاه برای دریافت کوپن بنزین و یک توقف در پمپ بنزین برای دریافت سوخت داشت! سپس در حالی که آژیرش را به صدا درآورده بود از لابه‌لای ماشین‌ها حرکت کرده تا مرا به بیمارستان رساند. شهر مونتری بیمارستان‌های خوبی دارد، ولی چون من بیمه مکزیکی نبودم و پول زیادی هم نداشتم مرا به بیمارستان دانشگاه بردند. سالن اورژانس شلوغ و کیف و وحشتناک بود. سرنگ‌های مصرف شده روی لبه پنجره‌ها ریخته بود و روی تخت کناری من یک نفر مُرده بود. عده زیادی که همراهان بیماران اورژانس بودند، دور و بر تخت‌ها راه می‌رفتند. کارکنان اورژانس فوری مرا به اتاق خلوتی بردند. همسرم که زبان مکزیکی بلد نبود کارهای مربوط به پذیرش را انجام می‌داد. کارکنان بیمارستان اصرار زیادی داشتند که برای من آزمایش HIV (ایدز) انجام دهند، زیرا مشخصات ظاهری من مثل این بیماران بود. خیلی لاغر بودم، موهای بلند ژولیده داشتم و تمام بدنم پوشیده از زخم و خراشیدگی بود. یکی از دکترها به من تأکید کرد "اگر استطاعت مالی دارم حتماً به یک بیمارستان بهتر بروم".

بعد از چند ساعت جواب آزمایش آمد و خوش‌بختانه منفی بود،

بسیار خوشحال شدم، زیرا در سال‌های گذشته به علت بیماری

سرطان و در پی معالجات آن چندین بار به من خون تزریق شده بود

و من گاهی در اندیشه آزمایش ایدز بودم. بعد از دریافت جواب، مرا به

سالی سرشار از موفقیت برای تمامی هم‌نوردان آرزو مندیم

مؤسسه کوهنوردی و طبیعت گردی اسپهبدان

آموزش

● کوهنوردی

● سنگ نوردی

● طبیعت گردی

● دوچرخه کوهستان

تفکر صحیح امروز شما، زمینه ساز کوهنوردی ایمن فردای شماست

با ارائه مدرک رسمی از فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ج.ا.ا.

برگزاری دوره های کارآموزی مقدماتی کوهپیمایی ویژه آقایان و بانوان در بهار ۱۳۹۴

برگزاری دوره های کارآموزی مقدماتی و پیشرفته سنگ نوردی ویژه آقایان و بانوان در بهار ۱۳۹۴

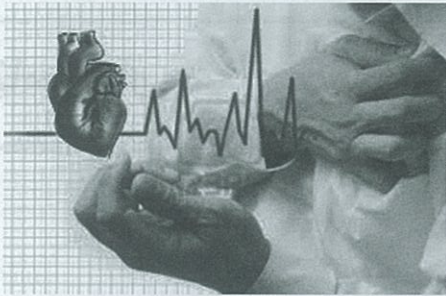
برگزاری دوره های کارآموزی مقدماتی و پیشرفته برف و یخ ویژه آقایان و بانوان در بهار ۱۳۹۴

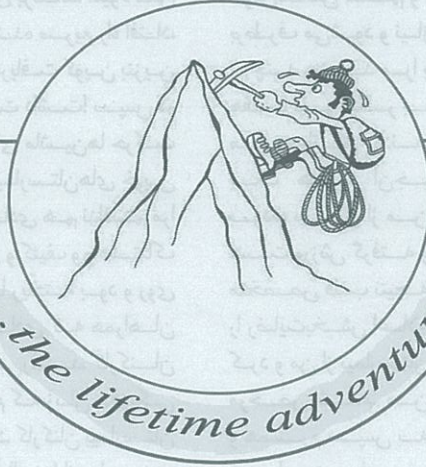
آماده عقد قرارداد با کلیه سازمانها و ارگانهای دولتی و خصوصی با شرایط خاص و تخفیفات ویژه

تلفن : ۶۶۸۴۸۱۹۸ - ۰۹۱۹۱۰۶۲۹۳۰ - ۰۹۱۲۲۷۰۰۶۵۵ دیده خانی

www.espahbodan.com

مؤسسه کوهنوردی و طبیعت گردی اسپهبدان عضو فعال می پذیرد





برنامه های شش ماهه

بهار و تابستان ۱۳۹۴

روسیه	• البروس (۵۶۴۲ متر)
ترکیه	• آارات (۵۱۳۹ متر) • کاجکار (۳۹۷۰ متر) • ارجیس (۳۹۱۷ متر)
گرجستان	• کازیک (۵۰۴۷ متر)
آذربایجان	• شاهداغ (۴۲۴۳ متر)
ارمنستان	• آراگاتس (۴۰۹۰ متر)

چین	• موستاق آتا (۷۵۴۶ متر)
تاجیکستان	• کمونیزم (۷۴۹۵ متر) • کورژونفسکایا (۷۱۰۵ متر)
قزاقستان	• پوبدا (۷۴۳۹ متر) • خانتانگری (۷۰۱۰ متر)
قرقیزستان	• لنین (۷۱۳۴ متر)
نیپال	• مراپیک (۶۶۵۴ متر) • آیلندپیک (۶۱۸۹ متر)

گزارش اکسپدیشن ایرانی به فرانسه از مون بلان بزرگ تا سوزنی گراند کاپوسین

گزارش: حمیدرضا شفق

اعضای تیم: حسن گرامی، علی رستمی (سرپرست)، علی محبی، حمیدرضا شفق (مسؤل فنی)، سارا رستمی، مرجان ساوه

پس از آنکه در برنامه‌ریزی جهت صعود به برج‌های منطقه پاتاگونیا به دلیل هزینه‌های بالای آنها شکست را احساس کردیم دنبال برنامه‌ای دیگر بودم که در دسترس تر باشد و هزینه آن برای مان منطقی تر تمام شود. در این راستا و با توجه به آنکه تجربه آلپ‌نوردی در بین ایرانیان عموماً به صعود از مسیرهای شمال کوه‌نوردی آلپ‌ها خلاصه شده بود طرحی تهیه کردم و آن را با کمک دوستانی مانند رضا زارعی و ابراهیم نوتاش پخته‌تر کردیم. این طرح شامل تلاش بر روی قله‌ها و سوزنی‌های منطقه شامونی فرانسه در مرکز رشته کوه‌های آلپ بود. در این میان با همراهی آقای گرامی تمرینات منظم خود را برای این کار شروع کردیم؛ همچنین به طور موازی نسبت به ارایه این طرح به هیات کوه‌نوردی استان سیستان و بلوچستان نیز اقدام کردیم و البته این صعود فنی و تکنیکال مورد استقبال ریاست و دبیر محترم آن استان آقایان مالکی و راشکی قرار گرفت و برنامه را بر مبنای یک راهبرد برد-برد جلو بردیم. آینده‌نگری و علاقه به کارهای فنی چیزی بود که من برای اولین بار در یک هیأت کوه‌نوردی به این صورت مشاهده می‌کردم.

در این راستا از ماه‌ها قبل از برنامه مشورت و گفتگو با افراد مختلف و همچنین گایدهای مطرحی مانند لسلی Leslie، سام Sam، امانوئل Emanuel و سایر دوستانی که نسبت به شرایط منطقه آشنا بودند اقدام کرده بودیم. ظاهراً تابستان سختی در انتظار ما بود. دو تیم دیگر که قبل از ما به منطقه اعزام شده بودند حتاً موفق به صعود مون بلان از مسیر شمال نیز نشده بودند و این نه نشانه ناتوانی آنها بلکه نشان از شرایط سخت منطقه بود چنان‌که در صحبت با گایدهای سرشناس آن منطقه همه آنها از فصل بد کاری و نبود شرایط مناسب برای صعود به قله می‌نالیدند.



(موقعیت شامونی در مرز کشورهای فرانسه، ایتالیا و سوییس در عکس سمت راست و دسترسی سریع از طریق ژنو در عکس سمت چپ مشهود است که می‌تواند مقدار زیادی در هزینه‌های شما صرفه جویی کند)

منطقه بود. همچنین در طی این اردو نیز، بیواکی بر روی طاقچه بزرگ نصب شده در دیواره اخلمد انجام گرفت تا همه اعضای تیم با شرایط بیواک و حفظ انرژی خود کاملاً آشنا شوند.

۱،۴- اردوی پل خواب: این اردو نیز به مدت ۳ روز در منطقه پل خواب برگزار گردید. تلاش در جهت اجرای بیشترین تعداد طول صعود که عموماً به صورت ابزار گذاری انجام گردید و اجرای تکنیک‌های صعود از طناب ثابت و فرار از صعودهای معلق از ویژگی‌های این اردو بود.

۲ برنامه‌ریزی برای برنامه اصلی:

با توجه به گزارش‌های رسیده از منطقه شامونی و خراب بودن هوا، نسبت به طراحی دو پلان A و B برای صعود اقدام شد. پلان A شامل صعود برج‌های ۱۰۰۰ متری و قله‌های مون بلان و چند مسیر فنی بود که البته در شرایط هوایی کاملاً خوب اجرا می‌شد و پلان B شامل صعود قله‌ها و برج‌های کوتاه‌تر اما از مسیرهای دشوارتر بود که در صورت خرابی هوا به سراغ این برنامه می‌رفتیم.

Plan A: صعود سوزنی گراند ژوراسس، صعود سوزنی درو، قله مون بلان بزرگ.
Plan B: صعود سوزنی (دومیدی) Du (Midi)، صعود برج گراند کاپوسین، صعود قله مون بلان بزرگ.

۱. اردوهای طراحی شده

۱،۱- اردوی حسن در: با توجه به شکاف‌های یخی خطرناک در منطقه آلپ و تعداد زیادی کشته و ناپدید شده در این شکاف‌ها، اولویت اصلی ما در اولین اردو بحث‌های مربوط به هم‌طنابی، حرکت در یخچال‌ها، گام‌برداری و صعود شیب‌های مختلف برفی، سقوط در شکاف‌های یخی و امداد مصدوم بود که این اردو به خوبی برگزار شد و بچه‌های زاهدان نشان دادند که به هیچ عنوان در این مسایل تازه کار نیستند و آموزش‌های طراحی شده برای آنها، آنها را به کوهنوردان با تجربه‌ای تبدیل کرده است. در این اردوی ۴ روزه در شرایط هوایی بارانی، این تکنیک‌ها به کرات توسط نفرات تیم به اجرا گذاشته شد.

۱،۲- اردوی گراژ خان: در این اردو، دیواره ۲۰۰ متری گراژ خان در ۱۲۰ کیلومتری جاده زاهدان به خاش، به صورت ابزار گذاری توسط نفرات تیم صعود گردید. این اردوی ۱ روزه جهت سنجش توانایی سنگ‌نوردی اعضا و نوشتن برنامه تمرینی برای آنها بود.

۱،۳- اردوی اخلمد: در این اردوی ۳ روزه، دیواره‌های مختلفی در منطقه اخلمد مشهود صعود گردید. هدف این اردو آشنایی با سنگ‌های مختلف، اجرای تکنیک‌های مختلف سنگ‌نوردی و خصوصاً صعودهای کرده‌ای و صعود از مسیرهای مختلف در این



نقشه‌های مختلفی که تهیه کرده بودیم را دسته‌بندی کرده و مهم‌ترین چیزی که نیاز داشتیم گاید بوک مسیره‌های صعود میکس و سنگ‌نوردی در منطقه شامونی بود که البته این گاید بوک در اواسط برنامه به صورت هدیه از طریق دو دوست فرانسوی به دستمان رسید.

بهترین راه رسیدن به منطقه شامونی:

با توجه به اینکه این منطقه در مرز بین سه کشور فرانسه، ایتالیا و سوئیس واقع شده است شما از هر کدام از این سه کشور می‌توانید به این منطقه دسترسی پیدا کنید. در صورتی که اولین باری است که ویزای شنگن می‌گیرید حتما باید اولین ورودتان نیز به کشوری باشد که ویزا را از آن دریافت کرده‌اید وگرنه ممکن است در فرودگاه دچار مشکل شوید. به هر حال نزدیک‌ترین و مقرون به صرفه‌ترین راه رسیدن به منطقه شامونی فرودگاه ژنو می‌باشد. با پروازی مستقیم به سمت ژنو و با استقرار در خود فرودگاه می‌توانید با استفاده از ون‌های مخصوصی که به اتوبوس آلپی معروفند خود را به شامونی برسانید. زمان این سفر حدود ۱:۳۰ و هزینه این اتوبوس‌ها ۳۰ یورو است و در صورتی که از قبل رزرو کرده باشید تا ۲۰ یورو نیز کاهش خواهد یافت؛ البته من چون از قبل رزرو نکرده بودم (به دلیل نداشتن کارت اعتباری) کمی در فرودگاه با کننده این شرکت چانه زنی کردم و آنها قبول کردند که من را نیز بپذیرند. بقیه نفرات تیم خود را از مسیر پاریس به شامونی رساندند. برای رفتن از پاریس به شامونی سه راه وجود دارد. راه اول استفاده از قطار است، در صورتی که از قبل رزرو کرده باشید.

هزینه بلیت قطار از ۸۰ یورو می‌تواند باشد تا ۱۵۰ یورو (بستگی به این دارد که از قبل رزرو کرده باشید و یا در فرودگاه مستقیم به ایستگاه قطار بروید). راه دوم استفاده از اتوبوس است که قیمت بلیت

آن تقریباً ۵۰ یورو است. راه سوم نیز استفاده از به اشتراک گذاری خودرو است. در این روش افرادی که قصد مسافرت به مقصد خاصی دارند در وبسایت مشخصی نسبت به اعلام سفر خود اقدام می‌کنند و مسافران هم مسیر می‌توانند در این مسیر همسفر شوند. هزینه اشتراک‌گذاری خودرو معمولاً کمتر است، اما چون باید قبل از سفر اقدام شود نیاز به کارت اعتباری است. از پاریس تا شامونی می‌تواند بسته به نوع وسیله نقلیه شما بین ۶ تا ۸ ساعت طول بکشد.

۳. رسیدن به شامونی:

شهر شامونی که شاید آرزوی هر کوه‌نوردی قدم زدن در آن و دیدن ارتفاعات بلند آلپ و مناظر بدیع و بازدید از فروشگاه‌های خیره کننده تجهیزات کوه‌نوردی باشد کمی بیشتر از یک شهر است. ساختاری بسیار زیبا و ساده و عدم تخریب محیط‌زیست و ایجاد فضایی مناسب جهت انجام ورزش‌های کوهستانی از خصوصیات بارز این شهر زیبا است. شامونی در جنوب شرق کشور فرانسه و در مرز بین کشورهای فرانسه، ایتالیا و سوئیس می‌باشد که اولین المپیک زمستانی در سال ۱۹۲۴ در این شهر برگزار گردید. شهر شامونی چهارمین منطقه پرگردشگر کشور فرانسه است و از ۱۶ ده کوچک از شمال به سمت جنوب تشکیل شده است. اولین ده Le Tour و آخرین ده مربوط به این منطقه Le Bosson می‌باشد.

در شامونی، امکان اسکان در سطوح مختلف وجود دارد. از کمپ‌هایی که شما باید در آن چادر بزنید و امکانات محدودی مانند دوش آب‌گرم، توالت و روشویی، محل پارک خودرو تا سوییتهای یک نفره و هتل‌های چند ستاره فوق‌العاده راحت و مرفه؛ البته قیمت اقامت در هر شب نیز می‌تواند از ۶ یورو برای هر نفر تا ۳۰۰ یورو و بالاتر متفاوت باشد. با اطلاعاتی که از منطقه به دست آوردم در کمپی به نام Cimes ثبت نام کردیم. این کمپ در منطقه Le Bosson بهترین قیمت و خدمات را داشت (شبی ۶ یورو به ازای هر نفر) که در نهایت در آنجا مستقر شدیم. چادرهای خود را در این کمپ برپا کرده و منتظر وضعیت هوایی مناسب ماندیم.

۴. انتظار برای هوای مناسب:

ظاهراً بدترین تابستان را برای فعالیت خود در منطقه آلپ انتخاب کرده بودیم. دنیل دولک سنگنورد مطرح فرانسه و عضو تیم پتزل در مصاحبه خود با ما این چنین می‌گوید که این تابستان در ۲۰ سال اخیر بی‌نظیر بوده است!! هوای خراب و بارش‌های مداوم کار را برای گایدها بسیار سخت کرده و بیشتر کوهنوردان در کمپ‌های مختلف زمین گیر شده‌اند و تنها فعالیت مفید آنها گشت و گذار و خرید در شامونی در هوای بارانی است. در بازه زمانی ۱۵ روزه استقرار ما در شامونی، ما تنها ۵ روز هوای خوب در اختیار داشتیم. منظور از هوای خوب، هوایی است که فقط بارش ندارد و لی ما در این ۵ روز بادهای شدید تا ۵۰ کیلومتر در ساعت و یا هوای ابری و سرد را داشتیم.

پیش زمینه ذهنی ما نشان دهنده آن است که باید از کوچک‌ترین فرصت‌ها بهترین استفاده را بکنیم وگرنه جز پشیمانی و ناراحتی از دست دادن فرصت‌ها چیزی برای مان باقی نمی‌ماند.

۵- روش‌های جمع‌آوری اطلاعات در شامونی:

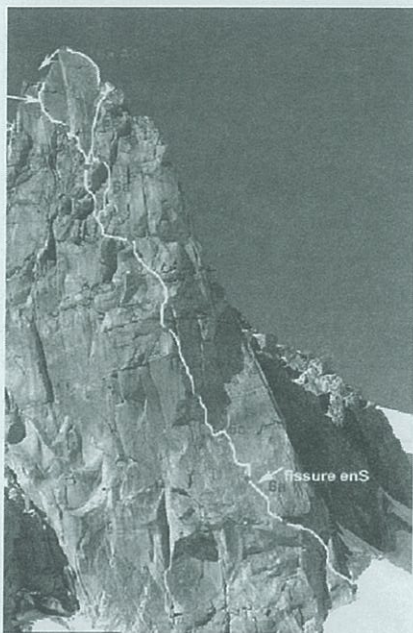
۱. اپلیکیشن اندروید شامونی: این اپلیکیشن کمک زیادی به ما کرد تا بتوانیم نسبت به برنامه‌ریزی مناسب اقدام کنیم. خوش‌بختانه در کمپ اینترنت رایگان داشتیم و این مسأله کار را برای ما خیلی راحت‌تر کرده بود. دستیابی به اطلاعات قله‌های مختلف و آخرین وضعیت هواشناسی کمک شایانی به ما می‌کرد.

۲. اطلاعات موجود در خود اینترنت و خصوصاً سایت CAMP2CAMP اطلاعات مناسب زیادی را در خصوص وضعیت مسیرها و شرایط مختلف آنها به ما می‌داد.

۳. دفتر کوهستان واقع در شهر شامونی که با بهره‌گیری از اطلاعات گایدها، دایما وضعیت رشته‌کوه‌های مختلف و امکان صعود بر روی آنها را مشخص می‌کرد.

۴. کوهنوردان معروف حاضر در شهر و اطراف آن نیز از منابع اطلاعاتی خوب ما به شمار می‌آمدند. ساعت‌ها بحث و تبادل نظر با کوهنوردان مختلف خصوصاً دیواره‌نوردان معروف برزیلی که در کمپ ما حضور داشتند یکی از بردهای بزرگ ما در این برنامه بود.

۵. نوتاش عزیز، دوست خوب و مهربان



صعود به برج دومیدی مسیر Rebuffat-Baquet. 5.10a و ۲۰۰ متر:

با قرار گرفتن در داخل برج و عبور از دل صخره‌هایی که به مانند تونلی حفاری شده‌اند به دری می‌رسید که از میان یک تونل یخی ۸ متری عبور می‌کند. در این قسمت کوهنوردان زیادی در حال آماده شدن و بستن کرامپون و جمع کردن طناب و تجهیزات هستند. در این بالکن یک دریچه کوچک نیز وجود دارد که افراد عادی را از ورود به آن منع کرده است. این دریچه، راه ورود به دنیایی از سوزنی‌های زیبا و قله‌های مرتفع است. تیم چهارنفره ما متشکل از حسن گرمی، حمید رضا شفق، علی رستمی و علی محبی با قرار گرفتن در یک کرده چهار نفره و هم‌طنابی از این قسمت، اقدام به فرود از روی یال باریک و هیجان‌آور این قله می‌کنیم تا پس از ۲۰۰ متر کاهش ارتفاع در مقابل دیواره گرانیتی یکپارچه آن قرار گیریم.

در طول مسیر افرادی را می‌بینیم که در حال بازگشت از دیواره هستند و دلیل بازگشت خود را یخ‌زدگی شکاف در طول‌های اول اعلام می‌کنند. در پای مسیر آماده شده و به صورت دو کرده دو نفره شامل گرمی، محبی و شفق، رستمی به صورت جداگانه اقدام به صعود می‌کنیم.

مسأله مهم ما نگرانی از خرابی هوا است و در شرایطی که چند گاید دیگر حاضر در این دیواره وسایل خود را در ابتدای دیواره

دهه، این تله فریک مرتفع‌ترین تله فریک دنیا بوده و امروزه همچنان رکورد بیشترین جابه‌جایی و تغییر در ارتفاع (۱۰۳۵ تا ۳۸۴۲ متر) را در اختیار خود دارد. این افزایش ارتفاع ظرف مدت زمان ۲۰ دقیقه انجام می‌پذیرد. قیمت بلیت این تله فریک ۵۵ یورو است و با رسیدن به برج دومیدی شما به مجموعه بی‌بدیل و زیبایی از قله‌ها و سوزنی‌های مختلف دستیابی خواهید داشت. آگویی در زبان فرانسه به معنای سوزنی و دومیدی به معنای وسط است. در داخل صخره‌های این برج سربه فلک کشیده، ساختمانی چند طبقه ساخته شده از مجموعه‌های مختلف مانند کافه، موزه کوه‌نوردی و ... و محل دسترسی کوهنوردان به دنیایی دیگر و بهشتی از قله‌های مرتفع در منطقه می‌باشد. از این منطقه امکان دسترسی به یخچال کازمیک، یخچال ژینانت و سایر قله‌ها و دیواره‌های منطقه وجود دارد. در هنگام صعود با تله فریک، دو ایستگاه برای توقف وجود دارد. ایستگاه اول، که با پیاده شدن از آن می‌توانید یکی از مسیرهای بلند و میکس قسمت غربی این دیواره را صعود کنید و ایستگاه دوم که قله این برج است و با پیاده شدن در این ایستگاه می‌توانید با فرود از یال شرقی و برفی و بسیار باریک آن خود را به دشت کازمیک رسانده و از آنجا نسبت به صعود جبهه جنوبی دیواره اقدام نمایید.

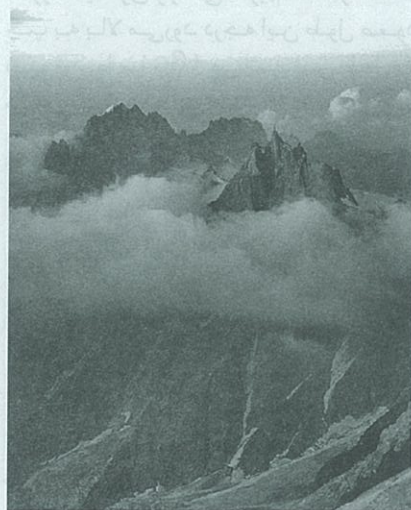


در این شکل می‌توانید نقشه داخلی این برج را نیز مشاهده نمایید. تله فریک از جبهه شمال غربی به برج کوچک‌تر می‌رسد و سپس پلی زیبا بر فراز یخچال کازمیک به برج بلندتر رفته و از آنجا با فرود از یالی بسیار باریک و خطرناک (در حمایت طناب) می‌توانید خود را به ابتدای دیواره برسانید.

ما نیز دایما وضعیت کوه‌های مختلف را از گایدهای با تجربه پرسیده و با تماس تلفنی در اختیار ما می‌گذاشت. چیزی که در همه این رسانه‌ها مشخص بود عدم امکان صعود به بیشتر قله‌ها و خصوصا مسیرهای فنی بود. تنها چاره‌ای که وجود داشت چک کردن مداوم هوا و منتظر بودن برای فرصتی مناسب جهت انجام صعود بود. چیزی که مشخص بود این بود که در آن مرحله امکان اجرای هیچ کدام از قله‌های Plan A وجود نداشت.

اولین گزینه: برج Aiguille Du Midi
به ارتفاع ۳۸۴۲ متر از مسیر Rebuffat

و معرفی برج دو میدی:



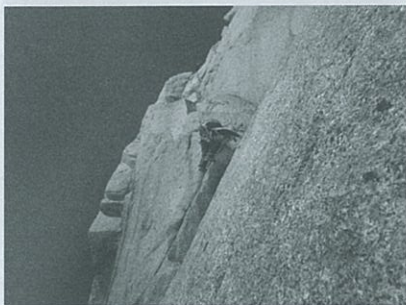
این برج سنگی با مسیری زیبا به نام Rebuffat-Baquet (به طول ۲۰۰ متر) اولین هدفی بود که در این برنامه برگزیدیم. پیش‌بینی هوا نشان می‌داد که بعد از ۴ روز بارش و هوای سرد در ارتفاعات روز پنجشنبه ۲۳ مرداد نصف بیشتر روز آفتابی و از ساعت ۱۵ به بعد هوا خراب خواهد شد. فرصت را نباید از دست می‌دادیم پس بلافاصله برنامه‌ریزی صعود را انجام داده و وسایل مورد نیاز جهت این صعود را آماده کردیم.

صبح زود ساعت ۶ خود را به تله فریک دومیدی رساندیم. این تله فریک که مانند یک کابین اتوبوسی است ظرفیت حمل ۷۰ نفر آدم را داشته و در سال ۱۹۵۵ ساخته شده است. برای دو

طول ۵: این طول نیز به صورت دو طول یکی صعود شد. یک طول زیبا که در ابتدا با یک کلاهک کوچک پذیرای شما است، در ادامه شکافی که پُر از برف یخزده در انتظارمان است که خود را به بالای آن می‌رسانیم. این طول نیز با درجه سختی 5C و ۴۰ متر می‌باشد.

طول ۶: در ادامه و با صعودی حدود ۳۰ متر به یک تنوره می‌رسیم که ما در این قسمت کارگاه خود را ایجاد کرده و نفرات صعود خود را انجام می‌دهند. این طول نیز 5C می‌باشد.

طول ۷: در این قسمت تیمی دیگر نیز که در حال صعود است به سمت تنوره سمت راستی می‌رود که درجه سختی آن 6a است ولی ما به اشتباه در مسیر بولت خورده دیگری وارد می‌شویم که در سمت چپ به بالا می‌رود. درجه این طول صعود شده توسط ما 6C+ می‌باشد. این طول ۴۰ متری نیز صعود می‌شود.



طول ۸: در این طول که نسبتاً ساده است با درگیری با سنگ خود را به ابتدای برج کوچک و کتیبه‌ای ۶ متری انتهای دیواره می‌رسانیم. این طول نیز درجه 5b را دارد و حدود ۳۰ متر است.

طول ۹: با صعود از این طول با درجه سختی 6a و یا A0 به بالای برج می‌رسید که از این قسمت می‌توانید با فرودی ۳۰ متری بر روی سکوی دو میدی فرود بیایید. ساعت ۱۵:۳۰ عصر است و هوا بسیار خراب شده است. بارش برف شدید شروع شده، ولی ما خیال‌مان راحت است چون در کابین تله‌فریک درحال پایین رفتن به سمت شامونی هستیم.

□ این صعود به صورت مستقل و توسط سنگنوردان گروه و بدون استفاده از هیچ گونه گاید و راهنمایی انجام گردید ■

زنجیری وجود دارد که می‌توانید آن را رد کرده و با ۴ متر دیگر تراورس به چپ در گوشه سمت چپ و انتهایی کلاهک قرار بگیرید. حمایت نفر سرطناب از این نقطه برای صعود طول بعدی نیز ساده‌تر است. این طول در حدود ۱۵ متر و بیشتر به صورت تراورسی به سمت چپ و با درجه سختی 5C است که باز هم یخ زدن شکاف و سردی سنگ کار را بسیار سخت‌تر نشان می‌دهد.

طول ۳: این طول بلند و زیبا، سخت‌ترین طول صعود این دیواره می‌باشد. این طول ۳۵ متری را با حرکت در شکافی باریک که به سمت بالا و چپ ادامه دارد به آرامی آغاز می‌کنیم و در نهایت به یک کارگاه با دو بولت می‌رسیم. حرکت‌های این طول بسیار تعادلی و با توجه به حمل کوله‌های سنگین ما کمی دشوار است که البته هر دو کرده از این طول نیز عبور می‌کنیم. درجه سختی این طول 6a می‌باشد.



طول ۴: این طول با کمی تراورس به سمت چپ و پایین و سپس ادامه مسیر به صورت دلفر و شکاف‌نوردی از شکافی زیبا می‌باشد. جنس گرانیتی سنگ، اصطکاک مناسب کفش و دیواره‌ای که کمی آفتاب خورده و گرم‌تر شده شرایط صعود را برای ما مناسب‌تر می‌کند. این طول نیز ۴۵ متر و با درجه سختی 5C می‌باشد. (ما در این قسمت دو کارگاه را یکی کرده و برای افزایش سرعت در کارگاه وسط مسیر توقف نمی‌کنیم.)



(نمایی از طول ۶ مسیر ربوفات)

رها می‌کنند ما کوله‌هایی ۱۰ کیلویی برای حمل کفش‌های سنگین و لباس گرم برای مواجهه مناسب با شرایط هوای خراب می‌بندیم که البته این مسأله نیز در هنگام صعود تا رسیدن به بالای برج بسیار آزردهنده است. اولین طول را حسن شروع می‌کند کار او بسیار سخت است چون تمام طول شکاف به دلیل یخ‌زدگی بسیار سرد شده و امکان صعود فراهم نیست. برای جلوگیری از اتلاف وقت همه نفرات این طول را به صورت ته طناب صعود می‌کنیم و از طول بعدی کرده‌ها جدا می‌شوند.



توصیف طول‌های مسیر:

طول ۱: مسیر از دو قسمت قابل پیمایش است. در صورتی که زیر دیواره قرار بگیرید کلاهک ۱ متری اما عریضی در بالای سر شما قرار دارد. این قسمت راستای صعود مسیر می‌باشد. هم می‌توانید از شکافی که مقابل شما واقع شده صعود مسیر را آغاز کنید و هم می‌توانید کمی به سمت راست رفته و نیمی از طول اول را از روی برف‌ها پیمایش نمایید.

این طول تقریباً ۳۰ متر می‌باشد. درجه این طول در حالت عادی 5C می‌باشد ولی با وجود شکاف‌های یخ‌زده معدود نفرات حاضر بر روی دیواره، در این قسمت پاندولی‌هایی هم می‌دهند.



طول ۲: مسیر یک تراورس به سمت چپ و سپس ۴ متر صعود به سمت بالا و در نهایت تراورس از یک شکاف یخ‌زده به سمت چپ می‌باشد. در بین راه کارگاه

فراگیران محترم دوره راهنمایان کوهستان

با سلام و تقدیم احترام

با مساعدت، همراهی و راهنمایی فدراسیون محترم کوهنوردی و صعودهای ورزشی برگزاری دوره و صدور گواهینامه راهنمایان کوهستان از سر گرفته شده است.

ارساباران

لذا از شما بزرگواران خواهشمند است جهت تکمیل پرونده خود اقدام فرمائید.

آیامی دانید در برنامه های طبیعت گردی و کوهنوردی اگر مسئول سفر دارای

مدرک رسمی توریذری نباشد،

از نظر قانون مقصر اصلی حوادث احتمالی است و آن سفر تحت پوشش بیمه

قرار نمی گیرد؟! **قراردنمی گیرید؟!!**



۲۲۲۲۲۰۳۲



Arasbaran.org

Iranian Tour & Education Institute

در گردشگری شاغل شوید.

آگاهی و آمادگی

دو اصل مهم کوه‌نوردی

دکتر مسعود حمیدی

کوه‌نوردی ورزشی است که بدون داشتن مهارت، آگاهی و علاقه نمی‌توان به آن پرداخت. در کوه انسان خود را در بستری از شگفتی‌ها و عجایب خلقت می‌بیند. آدمی با تمام برتری‌هایش نسبت به سایر موجودات در برابر عظمت و شکوه کوهستان بسیار کوچک و ناچیز جلوه می‌کند. شعاع عمل، تفکر، حرکات و تکنیک‌ها در کوه‌نوردی بسیار گسترده بوده و برای تسلط بر تمامی این فنون حوصله، علاقه و زحمت زیادی لازم است. برای موفق بودن و حفظ سلامت روح و جسم در کوه می‌بایست قوای جسمانی، ذهنی، مهارت و تجربه خود را در ارتباط با کوه و کوه‌نوردی افزایش دهیم تا از خطرات احتمالی کاسته و از ایمنی بیشتری برخوردار شویم.

مشکلات و سختی‌ها را تحمل کند، از موانع مختلف بگذرد و در کنار آنها به لذت خاص کوه‌نوردی نیز دست یابد. کوه‌نورد آگاهینه پا در راه می‌گذارد تا به این شرایط و ویژگی‌های خاص آن غلبه کند. اگر شرایطی فرضی در نظر بگیریم و تمام مهارت‌هایی که در بالا گفته شد نیز مهیا باشند آن گاه عنصر آمادگی بدنی و قدرت جسمانی اهمیت خود را بیشتر نشان می‌دهد. آمادگی جسمانی لازمه یک کوه‌نوردی موفق است. مهیا بودن وضعیت فیزیکی یک کوه‌نورد می‌تواند ضامن بقای او و سایر اعضای گروه باشد و در کوه حوادث زیادی رخ می‌دهد که نیازمند سرعت عمل، چالاکی و کمک‌گرفتن از قوای جسمی افراد است و در صورت فراهم بودن این وضعیت عوامل خطرزا نمی‌توانند چندان تهدید کننده باشند. در چنین شرایطی حداقل از شیوع حوادث و عوارض مربوط به آنها کاسته خواهد شد.

آمادگی جسمانی در ورزش کوه‌نوردی در برگیرنده تمامی حرکات و نرمش‌هایی است که بتوانند به هر شکل ممکن اندکی توان عضلانی، مفاصل و تحمل کلی فرد را افزایش دهند. شاید بیشتر ورزش‌های دیگر به‌عنوان پایه‌ای جهت افزایش قوای بدنی بتوانند در کوه‌نوردی مفید واقع شوند. عضلات، مفاصل، استخوان‌ها، پوست بدن، چشم‌ها و خلاصه تمامی اعضای انسان در کوه‌نوردی در معرض فعالیت یا فشار قرار می‌گیرند. مفاصل زانو، مچ، دست‌ها یا پاها، شانه، کمر، گردن و عضلات سایر نقاط بدن به نوعی در کوه‌نوردی درگیر خواهند بود.

قبل از حرکت در هر نقطه‌ای که هستید انجام دادن یک سری حرکات نرمشی و کششی ضروری است. در غیر این صورت شروع حرکت می‌بایست به مدت چند دقیقه بسیار آرام و کند باشد تا عضلات و دستگاه قلبی - عروقی و تنفسی شرایط لازم برای فعالیت‌های شدیدتر را احراز کنند. دوییدن روزانه در محل کار یا زندگی می‌تواند بسیار مفید باشد. دوییدن توان و پتانسیل سیستم قلب و عروق و همچنین ریه‌ها را تا حد زیادی افزایش می‌دهد. قلب ورزشکاران به‌طور معمول بزرگتر از قلب یک فرد معمولی است. این امر به افراد ورزشکار اجازه می‌دهد تا با ضربان قلب کمتر در

فهرست وقایع و شرایط گوناگونی که ممکن است در کوه مقابل انسان قرار بگیرند بسیار طویل و مفصل است و همین تنوع بی‌اندازه حوادث ما را به تلاش بیشتر و امی‌دارد. هر کوه‌نورد می‌بایست از جهت فیزیکی و جسمانی خود را به اندازه مطلوب نزدیک‌تر کرده تا کوه‌نوردی دلپذیر و راحت‌تر باشد. نرمش کردن، تمرینات بدن‌سازی، دوییدن و امثال اینها به تنهایی و در غیاب تمرین‌های عملی در کوهستان نمی‌توانند چندان مفید باشند زیرا کوه‌نوردی را باید در کوه فرا گرفت. در کوهستان می‌توانیم برآوردی از توان واقعی خود داشته باشیم و سردی یا گرمی‌های کار را بچشیم.

صبر و تحمل، تصمیم‌گیری قاطع، استقامت، چگونگی زندگی مشترک با دیگران، ظرفیت پذیرش مسؤلیت، مبارزه با مشکلات و برخورد مناسب با سایر عوامل طبیعی را به‌طور قطع باید در کوه آموخت. البته با این توضیحات منکر ارزش تمرینات ورزشی نمی‌شویم، اما با اطمینان باید گفت آمادگی جسمانی و عضلات نیرومند به تنهایی در کوه‌نوردی ارزش چندانی نخواهد داشت مگر آنکه همراه با عنصر تمرین و تجربه در محیط کوه باشند. به این منظور و برای نیل به این هدف باید تمرین‌ها را به گونه‌ای ترتیب داد که با شرایط واقعی دنیای کوهستان و ویژگی‌های خاص آن تطابق داشته باشند تا بهترین نتیجه عاید ما گردد. برای مثال اگر به‌منظور تقویت عضلات پاها قصد تمرین کردن یا بالا رفتن از پله‌ها یا مکانی را داریم سعی کنیم مسیری را انتخاب نماییم که شباهت بیشتری به محیط واقعی کوه داشته باشد.

یعنی از شیب‌های نامنظم و طبیعی بالا و پایین برویم. در فصول سرد سال بهتر است بدن خود را به پوشش کمتر عادت داده و با کم‌ترین لباس و با روانداز بخواهیم و یا در فصل تابستان زیاد آب نخورده و گاهی هم در زندگی روزمره خودمان بدون استفاده از عینک و کرم‌های محافظ پوست و با کلاه آفتابگیر و ... در برابر آفتاب و گرمای آن قرار بگیریم. در مورد رژیم غذایی و توجه به شکم بهتر است در حد متعادل و گاهی کمتر از مقدار معمول غذا بخوریم. کوه‌نوردی ورزشی است که در آن انسان می‌آموزد چگونه

شود. به این منظور تمرینات و حرکات ورزشی متعددی را می توان در خانه یا سالن های ورزشی انجام داد.

بهتر است پیش از شروع حرکت، یک سری نرمش انجام دهید. به طور قطع این کار درصد خستگی هنگام فعالیت و احتمال اسپاسم های عضلانی به دنبال فعالیت سنگین یا کوه پیماهی طولانی را تا حد قابل ملاحظه ای کاهش می دهد. قبل از اینکه کوله پشتی را به دوش گرفته و راه بیفتید با قدری تحمل و حوصله یک سری نرمش و به خصوص حرکات کششی انجام داده و سپس حرکت کنید.

فراموش نکنید در شروع حرکت در هر جا و هر فصلی که هستید باید سرعت شما زیاد نبوده و حداقل به مدت ۳۰ دقیقه حرکات شما موزون، یکنواخت و آرام باشد تا عضلات به تدریج آمادگی لازم را جهت ادامه مسیر پیدا کرده و سیستم قلبی و تنفسی نیز بتوانند وظیفه خود را به بهترین شکل انجام دهند. این توصیه زمانی بیشتر اهمیت می یابد که شروع حرکت شما در مسیر سربالایی باشد زیرا در این صورت ناگهان دو فشار را به صورت یکجا و همزمان باید تحمل نمایید. اول وزن کوله پشتی و دوم فشاری که از شیب مسیر بر شما وارد می شود. بنابراین توجه به توصیه بالا بسیار مهم و منطقی به نظر می رسد.

یک اصل مهم دیگر در کوهنوردی برخورداری از تکنیک خوب و برتر است. فردی با تکنیک است که اصول مهم را به خوبی بداند و قابلیت اجرای آن را نیز در عمل داشته باشد. این اصول و ضروریات را می توان به تدریج و با دقت از افراد کارآموده و مربیان این فن آموخت. آموختن اصول و فنون کوهنوردی به شما اجازه می دهد که از عملکرد بهتری برخوردار شوید و بتوانید همواره نقشی مهم و مثبت در گروه ایفا کنید. افراد زیادی بدون توجه به این حقایق کوهنوردی می کنند، اما به وضوح نسبت به کسانی که کار را پله به پله آموخته اند و اصول و پایه ها را خوب می شناسند در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

این اشخاص هنگام مواجه شدن با مشکلات و حوادث غیرمنتظره قدرت عکس العمل و موفقیت کمتری خواهند داشت. البته برخی از رشته های تخصصی کوهنوردی یا غارنوردی را به هیچ وجه نمی توان بدون گذراندن مقدمات و انجام تمرینات و آموزش های لازم انجام داد. عموماً عقیده بر این است که کوهنوردی به جرات و جسارت فوق العاده نیاز دارد. البته این موضوع تا حدی صدق می کند اما به طور قطع با آموزش و تمرینات اصولی و منطقی می توان تا حد زیادی به این جسارت دست پیدا کرد.

بدون تردید اگر کسی فن سنگنوردی را نداند و به قدر کفایت تمرین نداشته باشد حتی اگر جسورترین فرد دنیا هم باشد نمی تواند در این کار موفق شود. بنابراین علاوه بر جسارت، مهارت نیز لازم و ضروری بوده و این دو عامل به نوعی مکمل یکدیگرند. از طرفی علاقه نیز به تنهایی نمی تواند ضامن موفقیت و سلامت انسان در کوه باشد، و داشتن تکنیک خوب نیز تنها شرط انجام کار نیست. یک کوهنورد باید معجونگی از علاقه، جسارت، مهارت، تجربه و تدبیر را در خود پرورش داده تا بتواند گره گشای مشکلات احتمالی بوده و همواره سلامت و موفق باشد ■

هر دقیقه خون رسانی کامل و مفیدی را انجام داده و در ضمن ظرفیت حیاتی ریه ها نیز افزایش یافته و توان عمومی فرد را بالا برند. بنا براین بهتر است همواره تمرینات بدن سازی و نرمش ها را با تمرینات عملی در کوه همراه کرده تا نتیجه بهتری به دست آید.

حمل کوله پشتی یکی از مشکلات همیشگی کوهنوردی است. این کار علاوه بر اجباری بودن کار چندان ساده ای هم نیست. تحمل وزن و سازش با کوله بار خود نیاز به تمرین و ممارست دارد. البته بعد از مدتی انسان تا حدودی با کوله پشتی خود خو گرفته و به دوش کشیدن آن برایش قدری راحت تر خواهد شد. اما این امر در سایه تلاش و تمرین به دست می آید و حمل کوله پشتی به خصوص در ارتفاعات بالا می تواند برای فرد نا آشنا با این امر بسیار مرارت آور و خسته کننده باشد. کوهنوردی همواره به واسطه انگیزه های درونی و قوی صورت گرفته و تلاشی در جهت شناخت خود و طبیعت پیرامون است. چه نیرویی انسان را در میان مشکلات به پیش می راند و چه عاملی موجب می گردد که کوهنورد برای غلبه بر کوه تمامی رنج های راه را متحمل شود؟

عده ای معتقدند هدف از کوهنوردی فتح قله ها نیست و یک کوهنورد بعد از پشت سر گذاشتن تمام مراحل و فتح قله های خاکی در واقع قله وجودی خویش را فتح کرده و توانستن را تجربه کرده است. شاید علت این همه لذت و شور نیز همین انگیزه باشد. کسی را سراغ ندارم که توانسته باشد احساس عجیبی را که هنگام صعود قله ای انسان را در بر می گیرد به طور کامل و واقعی توصیف کرده باشد. تنها جمله ای را که در این خصوص می توان گفت همانا «شنیدن کی بود مانند دیدن» است.

به هر حال کوه نوردی که از این همه مزایای طبیعی بهره مند می شود باید خود را کاملاً مهیا سازد تا در این راه هر چه بیشتر از تلخی های احتمالی کاسته و بر شیرینی و حلاوت آن بیفزاید. اولین اصل در هر حرکت ورزشی آمادگی جسمانی است. کوهنوردی نیز مانند سایر ورزش ها به تمرینات منظم نیاز داشته که شامل حرکات بدنی و تکنیکی است. می بایست نرمش کردن و پیاده روی را به صورت عادی روزانه در آورید. لازم نیست زمان آنها زیاد طولانی باشد و تنها نکته مهم پیوسته بودن آنها است. اگر بتوانید هر روز چند دقیقه ای نرمش کنید یا در صورت امکان بدوید، سیستم های قلبی عروقی و ریوی شما همواره در شکل فعال و دلخواه باقی مانده و به هنگام نیاز می توانند یاری دهنده شما باشند.

از طرفی باید تلاش کنید پیاده روی های طولانی را در برنامه خود جای داده و کافی ست در هر هفته یک بار به این کار مبادرت نمایید. به خصوص اگر در اطراف محل زندگی شما تپه، کوه یا جنگلی وجود دارد با برنامه ریزی می توانید از این محیطها بهره کافی را برده و در عین حال به تمرین نیز پردازید. از سیگار به شدت پرهیز نمایید. دستگاه تنفسی هر انسانی دارای ظرفیت خاصی جهت تبادل اکسیژن با خون است. سیگار کشیدن و نداشتن فعالیت مناسب موجب کاهش این ظرفیت حیاتی شده و توان شما را در انجام فعالیت های سنگین ورزشی مثل کوه نوردی می کاهش دهد. یک کوهنورد باید به مرور زمان نیروی عضلانی خود را افزایش داده یا حداقل مانع تحلیل رفتن آن

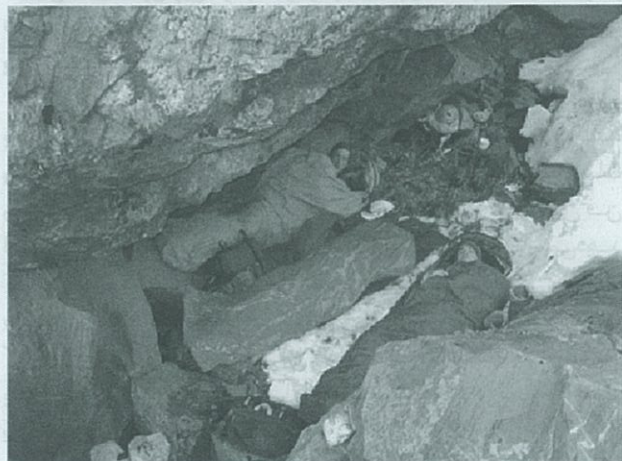
بیواک

مرگ آفرین یا زندگی بخشی؟

امین معین

مطلب زیر با رویکرد بیواک در دیواره‌های بلند **big wall** نگاشته شده است. بیواک در کوهستان مانند بسیاری از موارد دیگر نظیر صعودهای انفرادی، صعودهای سرعتی و... نیاز به مطالعه و گاه فرهنگ‌سازی دارد. بسیاری بیواک را یک عمل انتحاری، دیوانه‌وار و غیرمعقول می‌دانند و یا حتی آن را حرکتی برای خودنمایی و یا هیجان‌خواهی می‌پندارند، در حالی که واقعیت چیز دیگری است.

راحتی را خواهید داشت. این ضروریات می‌تواند شامل: کیسه خواب سبک یا کیسه بیواک، لباس اضافی، یک چراغ خوراک پزی سبک مثل JetBoil، غذا و حتی یک زیر انداز سبک باشد.



در کتاب **climbing dictionary** بیواک این چنین معنی شده است: **Bivouac**

Bivy

معادل فرانسوی "شب‌مانی"

بیتوته در فضای باز در مسیر یک صعود چند روزه یا گاهی یک روزه یا حتی به دلیل همراه نداشتن ابزار کافی برای استقرار در کمپ. بیواک ممکن است شامل چیزی بیشتر از دراز کشیدن یا نشستن بر روی یک طاقچه بدون هیچ‌گونه لوازم خواب نباشد. بیواک با استفاده از پتوی نجات یا کیسه‌های بیواک به مراتب راحت‌تر، ایمن‌تر و لذت‌بخش‌تر است.

به طور کلی بیواک را می‌توان به دو دسته تقسیم‌بندی کرد:

۱- بیواک برنامه‌ریزی شده:

بسیاری از کوهنوردان زمانی که قصد انجام یک صعود سرعتی و سبک‌بار را دارند، بیواک را برای خودشان برنامه‌ریزی می‌کنند. اگر شما یک بیواک را برای خودتان برنامه‌ریزی کرده‌اید، می‌توانید ضروریات را با خودتان بردارید و بنابراین شب گرم و

۲- بیواک برنامه‌ریزی نشده (ناخواسته):

ممکن است هنگام صعود یک مسیر طولانی و یا پس از صعود یک قله، در فرود به تاریکی برخورد کنید و مجبور شوید یک شب را در فضای باز بگذرانید.

این نوع بیواک به دلایل مختلفی اتفاق می‌افتد: سرعت کم هم‌طناب، گم کردن مسیر، هوای نامساعد، تخلیه انرژی، تأخیر در شروع صعود، مشکلات فنی مسیر مانند طنابی که لاخ شده یا

توصیه‌ها و اصول در یک بیواک برنامه‌ریزی نشده:

□ اگر به انجام یک بیواک در مسرتان مجبور شدید از زمانی که هوا تاریک می‌شود دیگر به صعودتان ادامه ندهید در واقع تا لحظات آخر به صعود ادامه ندهید مخصوصا اگر روی یک محل مناسب برای بیواک مثل یک طاقچه هستید.

□ یک نقطه راحت و خشک را برای گذراندن شب پیدا کنید.

□ کفش‌ها و جوراب‌های خیس‌تان را در آورید و جوراب خشک بپوشید.

□ لباس‌های گرم‌تان را بپوشید و اگر لایه محافظی به همراه دارید در بالای سرتان نصب کنید تا از باد و باران در امان باشید.

□ از پتوی نجاتی که به همراه دارید استفاده کنید. در صورت



امکان پتوی نجات را به دور خودتان و هم‌طناب‌تان بپیچید در این صورت می‌توانید گرمای بیشتری تولید کنید.

□ اولین کار بر روی مسیرهای فنی و دیواره‌های بلند نصب کارگاه و خودحمایت است. هرچند این کار ممکن است دست و پاگیر و دشوار باشد، ولی در تمام لحظات بیواک خود حمایت خود را آزاد نکنید. برای راحتی بیشتر می‌توان تسمه بلندتری برای خودحمایت در نظر گرفت.

□ اگر کفش کوه به پا دارید تا حد امکان آن را از پای‌تان خارج نکنید. قرار دادن هر عضوی بدون پوشش در معرض سرما و باد، خطر یخ‌زدگی اعضا را به دنبال خواهد داشت.

□ روی برف نشینید. بهتر است از تمام وسایلی که به همراه دارید به شکل پهنه استفاده کنید. طناب‌های صعود می‌تواند با پهن کردن در نقش یک زیرانداز عمل کند و یا می‌توان پاها را داخل کوله‌پشتی قرار داد و یا از آن هم‌مانند زیرانداز استفاده کرد.



گیر کرده، آسیب‌دیدگی‌ها مختلف هنگام صعود یا فرود، حوادث غیرمترقبه مانند پاره شدن طناب و یا ...

□ آمادگی برای یک بیواک برنامه‌ریزی نشده (ناخواسته)

اگر از قبل به این نوع بیواک فکر کنید و همیشه حداقل لوازم و ابزار ضروری را با خود به همراه داشته باشید، حتی بیواک‌های ناخواسته هم نمی‌تواند مشکل‌ساز باشد، اما اگر برای این بیواک تدارکی ندیده باشید آن‌گاه ممکن است یک شب سخت و عذاب‌آور و حتی مرگ‌آور پیش رو داشته باشید. بیواک در ارتفاعات پایین و در فصول گرم می‌تواند خیلی خوب و حتی راحت باشد، اما اگر شما در ارتفاعات بالا در توفان، باران، باد و برف هستید آن‌گاه بیواک ناخواسته می‌تواند خیلی سخت و پُر ریسک باشد.

لوازم اصلی برای یک بیواک برنامه‌ریزی نشده

پوشاک شامل: شلوار و لباس گرم (مثلا پلار)، جوراب اضافه، کلاه گرم یا کلاه توفان

چراغ پیشانی با باتری اضافه

کبریت و فندک و چند عدد قرص الکل جامد

مقداری مواد غذایی شامل: تنقلات، شکلات‌های انرژی‌زا، آب اضافه (ترجیحا گرم)

پتوی نجات

تمامی این لوازم و کیت بقا را داخل کوله‌تان قرار دهید. بهتر است پوشاک را برای خشک ماندن عایق‌بندی و هیچ‌گاه آنها را از خود دور نکنید.

□ کیسه بیواک:

Bivy bag

Bivy sack

روکش نایلونی بسیار سبک وزن به منظور استفاده به تنهایی به‌عنوان کیسه خواب و یا به‌عنوان روکش کیسه خواب برای گرمای بیشتر. به خاطر وزن و حجم بسیار پایین این کیسه‌های بیواک در مقابل کارایی قابل ملاحظه آنها، توصیه می‌شود هر نفر یک عدد کیسه بیواک همراه داشته باشد.

□ پتوی نجات

(Emergency Blanket)

پتوهای فوق سبک ساخته شده از پلاستیک دارای پوشش فلزی که می‌تواند شما را در مقابل سرما و گرما محافظت کند. این پتوها بسیار سبک و کارا هستند و نقطه ضعف آنها آسیب‌پذیری بالا در مقابل پارگی است.



احتمال یخزدگی اندام وجود دارد. می‌توان گفت که بیواک معلق آخرین انتخاب برای بیتوته است.

استفاده از ننه‌های مخصوص بیواک دیواره هم یکی از روش‌های بیواک محسوب می‌شود که در این حالت هم به دلیل سطح ناصاف و فشار مضاعف به قسمت ستون فقرات شب ناخوشایندی در انتظار شما خواهد بود؛ همچنین نصب ننه‌ها نیز می‌تواند زمان بر و طاقت‌فرسا باشد.

خطرات بیواک:

هایپوترمی یا فرو دمایی یک بیماری عمومی است که به دنبال کاهش دمای بدن موجب وارد آمدن آسیب به کل سیستم بدن و اختلال کارکرد ارگان‌های آن می‌شود. این کاهش دما می‌تواند از ۲ تا ۹ درجه نسبت به دمای طبیعی بدن (۳۷ درجه) اتفاق افتد. سه عامل مهم مؤثر در هایپوترمی عبارتند از:

- سرما

- باد

- رطوبت

بنابراین در هنگام بیواک به این سه نکته توجه کنید. برای جلوگیری از اتلاف انرژی و از دست دادن دمای بدن رعایت چند نکته زیر الزامی است:

■ از تماس مستقیم با اجسام سرد بپرهیزید. این اجسام می‌توانند وسایل فنی فلزی صعود و یا صخره‌های مرطوب و یخ‌زده‌ای باشند که شما در میان آنها بیواک کرده‌اید.

■ در حد امکان بدن‌تان را از معرض باد دور نگه دارید. استفاده از لباس‌های ضد باد و یا پتوی نجات و کیسه بیواک و حتی پناه‌گرفتن در سمت بادگیر صخره‌ها می‌تواند مؤثر باشد.

■ هوای سرد محیط با عمل دم وارد ریه‌ها می‌شود و در اثر دمای بدن در ریه‌ها گرم می‌شود؛ سپس این گرما به همراه بازدم از بدن خارج شده و به محیط منتقل می‌گردد. بهتر است برای جلوگیری از این مورد از نقاب‌های صورت و یا کلاه توفان استفاده کنید.

■ انتقال حرارت در آب سرد ۲۰ تا ۳۰ برابر هوای سرد است؛ همچنین لباس‌های خیس تا ۹۰ درصد خاصیت عایق بودن خود را از دست می‌دهند؛ بنابراین تلاش کنید در تمام مدت خود را از معرض هرگونه رطوبت دور نگه دارید.

■ عواملی همچون ضعف و خستگی، بی‌خوابی، گرسنگی و تشنگی، مصرف الکل و سیگار، مشکلات روحی مثل ترس و ناامیدی و اضطراب و برخی بیماری‌ها مانند دیابت موجب تشدید هایپوترمی می‌شوند ■

منابع:

کتاب سرما قاتل خاموش - عباسی دزفولی - فرید . انتشارات ایران سنجش ۱۳۹۲

<http://koohestaneman.blogfa.com/post-281.aspx>
<http://www.friendsofyosar.org/safety/climbingSafety.html>
http://www.supertopo.com/climbing/thread.php?topic_id=1809743
<http://climbing.about.com/od/staysafeclimbing/a/How-To-Bivouac-In-Comfort.htm>

■ کم‌ترین تبادل حرارتی با محیط و کم‌ترین اتلاف دمای بدن در حالت بالا اتفاق می‌افتد. یعنی دست‌ها به صورت ضربدر به روی سینه و پاها جمع شده درون بدن.

■ بهتر است تا حد امکان با دستکش کار کنید.

■ مراقب اندام‌های تحتانی مثل انگشتان پا و دست باشید. تکان دادن انگشتان پا می‌تواند در جلوگیری از یخزدگی آنها مؤثر باشد.

■ برای جلوگیری از اتلاف گرمای بدن، سر آستین‌ها و کش‌های پایین لباس را محکم کنید. به خاطر داشته باشید که سردترین زمان شبانه‌روز، ساعات قبل از طلوع آفتاب است.

■ اگر نوشیدنی گرم به همراه دارید بهتر است مصرف آن را مدیریت کنید.

زمان مناسب بیواک:

زمان نامناسب بیواک می‌تواند خطرات جدی به دنبال داشته باشد. بیواک زودتر از موعد خصوصا در آب و هوای سرد به دلیل تحرک پایین بدن، می‌تواند انرژی شما را تخلیه کرده و سبب هایپوترمی شود؛ همچنین بیواک دیرتر از موعد هم می‌تواند همین خطرات را در پی داشته باشد. تلاش کنید قبل از اینکه تخلیه انرژی شوید و یا به تاریکی برخورد کنید یک مکان مناسب، مسطح و بادگیر را برای بیواک انتخاب کنید.

انتخاب محل بیواک

طاقچه‌ها و کنج‌ها یکی از بهترین مکان‌ها بر روی دیواره برای بیواک هستند. طاقچه‌ها علاوه بر اینکه جای مناسب برای نشستن و گاه حتی دراز کشیدن را فراهم می‌کنند، می‌توانند مکان‌های بادگیر و محافظ در برابر بارش باشند. بنابراین قبل از برنامه با صعود دیداری و مطالعه کروکی مسیر، طاقچه‌های مسیر را برای بیواک احتمالی به خاطر بسپارید. برخی اوقات برای انتخاب یک محل مناسب بیواک حتی فرود بر روی یک طاقچه به صعود مضاعف روز بعد می‌ارزد!

بیواک معلق:

شاید بتوان گفت ناراحت‌ترین و ناخوشایندترین نوع بیواک در حالتی است که شما مجبور هستید به شکل معلق یا نیمه‌معلق بیواک کنید. در این حالت سندروم حاد هارنس بسیار شایع است و به خاطر فشار بر روی اندام تحتانی و ضعیف شدن خون‌رسانی



شرکت کوهنوردی



چکاد



مجری صعودهای داخلی و خارجی زیر نظر مریان مجرب فدراسیون

- صعود قله آرارات ترکیه: در طول تابستان ۹۴
- بازدید از بیس کمپ اورست و صعود قله آیلندپیک: بهار و پاییز ۹۴

ساخت تندیس کوهنورد برای میادین
قبول سفارشی ساخت از هیئت ها
و شهرداری های کل کشور

۰۹۱۲۸۸۰۵۰۱۰ - ۰۹۱۳۹۸۲۰۰۳۲

امسان پور - ۰۳۱۳۷۷۸۵۵۱۷

WWW.CHAKADC.IR

میدان کوهنورد پروچن

منتخبی از کتاب هفت سال در تبت

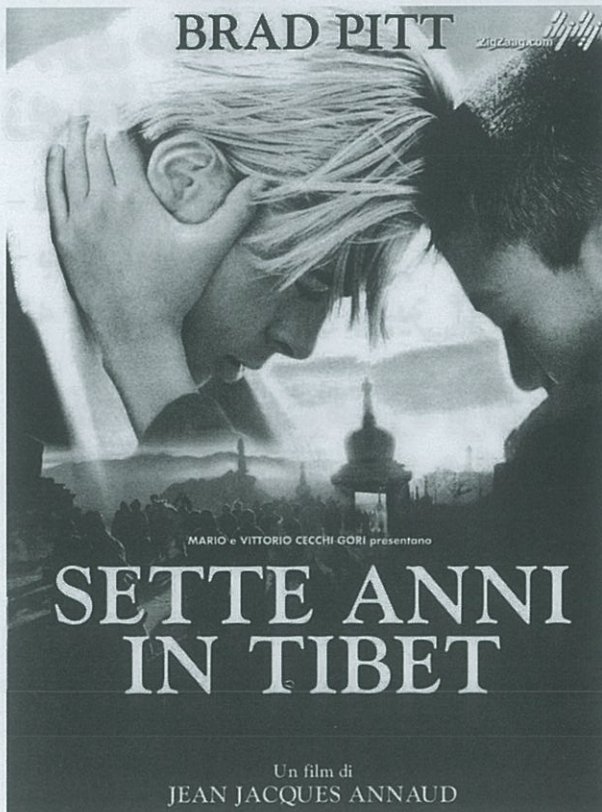
نوشته هانریش هارر

ترجمه: غزال حشمت منش

مقدمه مترجم

هانریش هارر، کوهنورد و نویسنده اتریشی، در سومین تلاشش برای فرار از کمپ پناهندگان در سال ۱۹۴۳، به اجبار راهی تبت شد. با وجود آنکه، هیچ‌گاه نتوانست رسماً مجوز اقامت پنج ساله در لhasا دریافت کند، اما به نظر می‌رسد صداقت و امانت‌داری او موجب چشم‌پوشی مسئولان تبتی از خطای او شد. به روشنی اعتمادی که در هر شرایطی به سوی خود جلب می‌کرد موجب رشد او شد، چه زمانی که غریبه‌ای خانه به دوش بود و چه زمانی که متصدی گرانمایه‌ترین شغل به‌عنوان مربی و محرم اسرار دالای لامای جوان، ساختار جامعه تبتی، ترکیبی از عرفان و خوشی، زیرکی و خرافه، صبوری و قراردادهای سرسختانه بود که دالای لاما مسؤل سرپرستی آن در حلول یافته‌های پی‌درپی‌اش بود. این ساختار، پر از نقص و هرج و مرج هم بود و هارر باید یکی از خوش‌شانس‌ترین‌ها بوده باشد که الحاق با شایستگی تمام نیز از این فرصت استفاده کرده است.

این کتاب به طور اتفاقی، توسط یکی از دوستان به من هدیه شد. در جایگاه خواننده، من هم به همراه هارر، تسلیم افسون هیمالیا شدم. زیبایی این کوه‌های غول‌پیکر، بی‌کرانگی زمین‌هایی که بر آن تسلط دارند، رودخانه‌های خروشان و آداب و رسوم تبتی مرا مجذوب خود کرد و تصمیم گرفتم این کتاب را برای ترجمه انتخاب کنم. انتشارات افزاز این کتاب را که تا به حال به زبان فارسی برگردانده نشده بود در بهار ۱۳۹۴ به بازار نشر عرضه خواهد کرد. بر پایه همین کتاب، فیلمی هم در سال ۱۹۹۷ با همین عنوان، به کارگردانی ژان-ژاک آنو با بازی برد پیت در نقش هانریش هارر ساخته شد.



به مدت دو روز تمام، منظره یخچال‌ها را تماشا می‌کردیم. به‌عنوان کوهنورد بیشتر از قله مقدس، مجذوب گرلامندهاتای با شکوه شده بودیم که تصویر آن در آب‌های دریاچه ماناساروار منعکس می‌شد. چادرهای مان را در ساحل دریاچه برپا کردیم و از دیدن تصویر بسیار زیبا و وصفناشدنی این کوه عظیم که انگار از داخل دریاچه سر برآورده بود لذت می‌بردیم. این‌جا به‌راستی یکی از دوست‌داشتنی‌ترین مکان‌ها روی زمین است. این دریاچه، دریاچه‌ای مقدس به شمار می‌رود، و اطراف آن معابد کوچک بی‌شماری است که زوار در آنها اقامت می‌کنند و مراسم مذهبی‌شان را به جا می‌آورند. بسیاری از زوار با دست، و روی زانو به داخل این دریاچه می‌روند، و کوزه‌هایی از این آب مقدس به خانه‌های‌شان حمل می‌کنند. هر زایری در آب‌های بسیار سرد این دریاچه استحمام می‌کند.

در ظاهر ما دیگر هیچ نشانی از برتری اروپایی یافت نمی‌شد. مانند عشایر زندگی می‌کردیم. در طول سه ماه گذشته اساساً در هوای آزاد خوابیده بودیم و استانداردهای آسایش ما از استانداردهای جمعیت محلی پایین‌تر بود. شرایط جوی هر طور که بود، در هوای آزاد چادرمان را برپا می‌کردیم، غذای مان را می‌پختیم و آتش مان را درست می‌کردیم، درحالی‌که عشایر می‌توانستند در چادرهای سنگی‌شان پناه بگیرند و احساس گرما کنند. گرچه به نظر می‌رسید که جایگاه ما در جهان تنزل پیدا کرده، اما از هوش ما کم نشده بود و ذهن مان دایم در حال فعالیت بود. اروپاییان بسیار کمی در این مناطق بوده‌اند و ما می‌دانستیم هرچه که می‌بینیم، بعدها ارزش

برای ما تدارک دیده بودند. هنوز بارهای مان را زمین نگذاشته بودیم که چندین خدمتکار آمدند و بسیار مؤذبانه دعوت کردند که پیش ارباب‌های‌شان برویم. سرشار از امید و آرزو به دنبال آنها به سمت خانه‌های دو مقام عالی‌رتبه رفتیم.

از میان خدمتکاران که چیزهایی را پیچ‌کنان می‌گفتند، رد شدیم. وارد اتاقی خوش‌اندازه شدیم. آن‌جا روی بلندترین صندلی، کاهنی خندان و چاق و کنارش هم، به همان اندازه بالا، همکار سکولارش نشسته بودند؛ کمی پایین‌تر یک کاهن که مأموری از گیابانک بود و بازرگانی هم از نپال نشسته بودند. بازرگان کمی انگلیسی بلد بود و آن‌جا نقش مترجم را داشت. آنها نیمکتی به همراه متکا آماده کرده بودند و ما مجبور نبودیم چهارزانو مثل تبتی‌ها روی زمین بنشینیم. با چای و یک از ما پذیرایی و پرسش را به بعد موکول کردند. سرانجام از ما خواستند که مجوز سفرمان را به آنها نشان دهیم. این برگه دست‌به‌دست گشت و توسط تمامی حاضرین به‌دقت مطالعه شد. سکوت سنگینی همه‌جا را فراگرفت. دو مقام کم‌کم شک و شبیه خود را بروز دادند. آیا ما واقعا آلمانی بودیم؟ کمتر احتمال داشت که ما زندانیان فراری جنگ باشیم و بیشتر محتمل بود که انگلیسی یا روسی باشیم. از ما خواستند که کوله‌مان را که باز بود و وسایلش روی زمین پخش بود، بیاوریم و سپس آن را به‌دقت بررسی کردند. نگرانی اصلی‌شان این بود که شاید اسلحه یا دستگاه فرستنده داشته باشیم و خیلی سخت بود که آنها را متقاعد کنیم که هیچ‌کدام از آنها را نداریم. کتاب گرامر تبتی و کتاب تاریخ بود که موجب بدگمانی آنها شد.

در مجوز سفر ما قید شده بود که ما قصد داریم به نپال برویم. این موضوع احتمالا پرسشگران ما را راضی کرد و آنها قول دادند به هر شکل ممکن به ما کمک کنند. گفتند که صبح روز بعد می‌توانیم سفرمان را شروع کنیم و با عبور از مسیر کورلا دو روز بعد در نپال خواهیم بود. این همه آن‌چه که ما می‌خواستیم نبود. تمایل داشتیم به هر قیمتی که شده در تبت بمانیم و از این تصمیم قاطعانه، به این راحتی نمی‌خواستیم صرف‌نظر کنیم. به‌زور بی‌طرفی تبت، عاجزانه التماس کردیم که ما را به‌عنوان پناهنده بپذیرند و موقعیت تبت را با موقعیت سوییس مقایسه کردیم. مسؤولین گرچه با احترام، ولی سرسختانه، روی شرایطی که در مجوز سفر ما قید شده بود، پافشاری می‌کردند. با وجود اینکه در طول چند ماه سفر در تبت، با ذهنیت آسیایی بهتر آشنا شده بودیم می‌دانستیم که تغییر شیوه آنها در مدت کوتاه خلاف قانون خواهد بود. سرانجام باقیمانده بحث به سکوتی کامل مبدل شد. همه استکان‌های تمام نشدنی چای را نوشیدیم و میزبانان با فروتنی اعلام کردند آنها این سفر را به‌خاطر گرفتن مالیات انجام می‌دهند و رده‌ای که در لهاسا دارند به اندازه مقام‌شان در ترادان عالی‌رتبه نیست. آنها با بیست خدمتکار و تعداد زیادی حیوان باربر سفر می‌کردند، که ممکن بود خیال شود آنها حداقل وزیر باشند.

پیش از اینکه آن‌جا را ترک کنیم آشکارا اعلام کردیم که مایلیم چند روز دیگر هم در ترادان بمانیم. روز بعد وقت ناهار یک خدمتکار دعوت‌نامه‌ای از بانپوس - نامی که تمام افراد عالی‌رتبه در تبت به آن خوانده می‌شوند؛ هنگام صرف ناهار برای ما آورد. غذایی عالی از رشته ژاپنی خوردیم و به گمان من به نظر آنها رسیده بود که ما دچار سوء‌تغذیه هستیم، به دلیل حجم زیادی از غذا که در ظرف‌های ما می‌انباشتند. شیوه غذاخوردن‌شان با چوب‌های چینی

خواهد داشت. در تمام مدت فکر می‌کردیم که سرانجام باید به تمدن بازگردیم. خطرات و کشمکش‌های معمول، ما را به صورت زنجیری نزدیک و ناگسستگی به هم مربوط کرده بود. هرکدام‌مان نقاط ضعف و قوت دیگری را می‌دانست بنابراین در مواقع کاستی می‌توانستیم به یکدیگر کمک کنیم.

همان‌طور که از مسیره‌های کم‌ارتفاع می‌گذشتیم به سرچشمه براهماپوترا رسیدیم، که تبتی‌ها آن را تسانگ‌پو می‌نامیدند. این منطقه فقط از نظر مذهبی برای زوار آسیایی شاخص نیست، بلکه از لحاظ جغرافیایی نیز بسیار جالب توجه است، زیرا این‌جا سرچشمه ایندوس، ساتلج، کاکسنالی و براهماپوترا می‌باشد. برای تبتی‌ها که عادت دارند حس مذهبی سمبولیکی به تمام نام‌ها بدهند، نام این رودخانه‌ها مرتبط با حیوانات مقدس از جمله شیر، فیل، طاووس و اسب است. در شب بعدی از کنار تسانگ‌پو به راه‌مان ادامه دادیم. این رودخانه که توسط چشمه‌های بسیار که نزدیک هیمالیا هستند، تغذیه می‌شود، تمام مدت بزرگ‌تر شده و چشمه‌هایش آرامش‌بخش‌تر می‌شوند. در این زمان هوا بسیار متغیر شد. در چند دقیقه ممکن بود یک نفر به طور متوالی یخ بزند و یا در آفتاب بسوزد. رگبار، تگرگ، باران و هوای آفتابی ممکن بود به سرعت، یکی پس از دیگری اتفاق بیفتند. یک روز صبح وقتی بیدار شدیم، دیدیم چادرمان زیر برف مدفون شده، و پس از چند ساعت تمامش در آفتاب سوزان ذوب شد. لباس‌های اروپایی ما مناسب این تغییرات مستمر جوی نبود، و ما به لباس‌های گشاد تبتی‌ها با پوست گوسفند، که کاربردی بود، و دور کمر را می‌گرفت و با آستین‌های بلند گشاد که جای دستکش بود، قبطه می‌خوردیم.

هیچ‌وقت روز بعد را به‌خاطر زیباترین اتفاقی که برایم افتاد،



فراموش نمی‌کنم. همان‌طور که به جلو می‌رفتیم، پس از مدتی، برجک‌های طلایی درخشان یک معبد از دور پیدا شدند. در بالای آنها، که با عظمت زیر نور خورشید صبحگاهی می‌درخشیدند، دیواره‌های عظیم یخی قرار داشتند. سرانجام کم‌کم فهمیدیم که ما نظاره‌گر سه غول؛ داتولاگیری، آنپورنا و ماناسلو هستیم. همان‌طور که ترادان و برج‌های تزئینی معبدش در انتهای دشت قرار داشتند، ساعت‌ها از دیدن منظره این کوه‌های مرتفع لذت می‌بردیم. حتی وارد شدن به آب‌های بسیار سرد تساجو هم از شور و اشتیاق ما نکاست.

غروب بود که وارد ترادان شدیم. در آخرین اشعه‌های غروب آفتاب، معبد قرمز با سقف طلایی‌اش به قصری خیالی در دامنه کوه شبیه بود. ساکنین، خانه‌های گلی خود را، پشت تپه ساخته بودند تا از باد در امان بمانند. تمام ساکنین را می‌دیدیم که جمع شده بودند و ساکت انتظارمان را می‌کشیدند. ما را به خانه‌ای بردند که از قبل

بفرستیم، نداشتیم جز کمی دارو، اما امیدوار بودیم زمانی دست دهد تا به شکلی از او تشکر کنیم. در این جا مثل گارتوک، موقعیتی بود که فروتنی افراد برجسته لهاسا را ببینیم، که سر چارلز بل در ستایشش در کتابی که از او خوانده بودم بسیار نوشته بود.

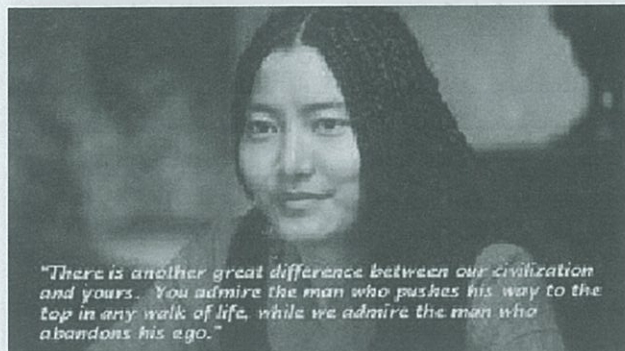
همان طور که به شهر نزدیک می شدیم، برج پوتالا مرتفع تر از قبل جلوی مان قد برافراشته بود. هنوز خود شهر دیده نمی شد، چون پشت تپه‌هایی که قصر و مدرسه پزشکی روی آنها بود، واقع بود. پس از آن دروازه عظیم تاج‌داری با سه چورتن دیدیم که فاصله بین دو تپه را می پوشاند و به عنوان ورودی شهر بود. خیلی هیجان داشتیم. حتما باید می دانستیم چه سرنوشتی در انتظارمان است. در هر کتابی درباره لهاسا گفته شده بود که نهبانانی برای محافظت شهر مقدس به آن جا فرستاده می شوند. درحالی که به شهر نزدیک می شدیم، شدت ضربان قلبمان بیشتر می شد؛ اما هیچ کس آن جا نبود؛ نه سربازی، نه پست کنترلی؛ فقط چند گدا آن جا بود که دستان شان را برای صدقه دراز کرده بودند. خود را قاطی گروهی از مردم کردیم و بدون مانع از میان دروازه به شهر پا گذاشتیم. گاوچران گفت که گروه خانه‌هایی که در سمت چپ هستند، حومه شهر را تشکیل می دهند و پس از عبور از منطقه‌ای که هنوز ساخته نشده کم کم به مرکز شهر نزدیک می شدیم. ساکت بودیم و هیچ واژه‌ای برای بیان عمق احساساتمان پیدا نکرده ایم. ذهن‌های مان که از فشار سفر خسته بود، توان تحمل تکان روانی چنین احساسات عجیبی را نداشت.

پس از مدت کوتاهی جلوی پلی با سقف فیروزه‌ای رسیدیم و برای اولین بار منار مخروطی کلیسای جامع لهاسا را دیدیم. خورشید غروب کرد و منظره را در نوری غیرزمینی شست و شو داد. در حالی که از سرما می لرزیدیم باید محلی برای اقامت پیدا می کردیم. اما در لهاسا، ورود به خانه‌ها به سادگی ورود به چادرهای چانتانگ نیست. احتمالا لازم بود در مدت کوتاهی خود را به مقامات مسؤل معرفی می کردیم. اما باید تلاش می کردیم. در اولین خانه به مستخدم کرولالی برخوردیم که به حرف ما گوش نداد. در خانه بعدی خدمتکاری را دیدیم که وقتی ما را دید چنان جیغی زد که کمکش کنند، تا اینکه خانمش آمد و به ما التماس کرد جای دیگری برویم. گفت اگر ما را بپذیرد از خانه بیرونش خواهند کرد. باور نمی کردیم که دولت به این اندازه با آنها سرسخت باشد اما ما هم نمی خواستیم او را ناراحت کنیم و بنابراین دوباره بیرون آمدیم. از میان کوچه‌های باریکی عبور کردیم و یک دفعه خود را در سمت دیگر شهر یافتیم. آن جا به خانه‌ای رسیدیم که اصطبل‌هایی در حیاط داشت و بزرگ تر و زیباتر از همه خانه‌هایی بود که تا آن زمان دیده بودیم. با عجله داخل شدیم تا با خدمتکاران مواجه شویم. تا ما را دیدند شروع کردند به فحش دادن و گفتند که از آن جا دور شویم. ما نمی خواستیم از جای خود جم بخوریم و بار قاطر را زمین گذاشتیم. گاوچران هم از خیلی وقت پیش ما را تحت فشار گذاشته بود که به او اجازه دهیم، برود. دیده بود که کار ما ترتیب خاصی ندارد. پولش را پرداخت کردیم و با نفس راحتی ما را ترک کرد.

خدمتکاران وقتی دیدند تصمیم داریم بمانیم، مأیوس شدند. التماس کردند و عاجزانه از ما خواستند که برویم و گفتند که وقتی ارباب شان برگردد با دردمر مواجه خواهند شد. ما هم احساس ناراحتی می کردیم از اینکه بخواهیم با زور مهمان‌نوازی مطالبه کنیم، اما از جای مان جم هم نخوردیم. سروصدا، رفته رفته تعداد بیشتری از مردم را جذب کرد و

ما را بسیار متعجب کرده بود و تعجبمان بیشتر شد وقتی دیدیم که برنج را دانه دانه با این چوب‌ها برمی دارند. تعجب دوجانبه موجب ایجاد فضایی دوستانه و خنده‌هایی از ته دل شد. در پایان غذا، با آبجو پذیرایی شد که به شور و حرارت جمع افزود. حواسم بود که کاهنان از آن نوشیدند.

کم کم صحبت به سمت مشکلات ما کشیده شد، و شنیدیم که مقامات تصمیم گرفته‌اند نامه‌ای به دولت مرکزی در لهاسا بفرستند و درباره درخواست ما برای اجازه ماندن در تبت تبادل نظر کنند. از ما خواستند که نامه‌ای به زبان انگلیسی بنویسیم و می خواستند آن را به نامه خودشان ضمیمه کنند. درجا خواسته‌شان را انجام دادیم، و نامه



ما در همان لحظه به نامه رسمی که خودشان از قبل آماده کرده بودند، ضمیمه شد. نامه طی مراسمی مهروموم و به قاصدی که همان لحظه به سمت لهاسا می رفت، سپرده شد.

ما علت این قدر مهمان‌نوازی را نمی توانستیم درک کنیم و قاعدتا اجازه داشتیم تا زمانی که نامه‌ای از لهاسا برسد در ترادان بمانیم. موضوع ما با مقام مسؤل رده پایین تر به نتیجه‌ای نرسید و از ما خواستند که تقاضای شفاهی اقامت در ترادان را به صورت درخواستی کتبی بنویسیم. این کار را انجام دادیم. پس از مدتی طولانی به اتاق‌های مان برگشتیم و خشنود از اینکه تمام کارها به خوبی پیش می رفت. هنوز به طور کامل نرسیده بودیم که دسته‌ای از خدمتکاران با بار سنگینی که به سختی می توانستند حمل کنند، وارد شدند. برای ما کیسه‌هایی از آرد، برنج و تسامپا به همراه چهارشقه گوشت گوسفند آوردند. نمی دانستیم که این هدایا از طرف کیست تا اینکه شهردار که همراه خدمتکاران بود، آمد و توضیح داد که دو مقام مسؤل آنها را فرستاده‌اند. زمانی که خواستیم از او تشکر کنیم اصلا نپذیرفت و هیچ کس حاضر نبود بپذیرد که این سخاوت توسط او انجام شده است. زمانی که از آنها جدا می شدیم، تبتی‌های بی قیدوبند چیزی گفتند که واقعا به درد من خورد. شتابزدگی اروپایی‌ها در تبت هیچ جایگاهی ندارد. اگر تمایل داشتیم به هدفمان برسیم باید شکیبایی را یاد می گرفتیم.

همان طوری که سه نفرمان تنها در خانه نشسته بودیم و به تمام هدایا نگاه می کردیم، باورمان نمی شد به این شکل شانس به ما رو کرده باشد. درخواست ما برای اقامت در تبت به سمت لهاسا در راه بود و ما اکنون به اندازه کافی آذوقه داشتیم که برای سه ماه کافی باشد. سقف ضخیمی به جای چادر نازکمان به عنوان پناهگاه داشتیم و یک زن که خدمتکار ما بود، افسوس که نه جوان بود و نه زیبا؛ آتش درست می کرد و آب می آورد. خیلی افسوس می خوردیم از این بابت که چیز باارزشی که بتوانیم برای بامپو به خاطر قدردانی از هدایایش

تانگا صعود کرده باشیم. دانش ما از زبان تبتی، آنها را متعجب کرده بود؛ اما چقدر خود راه، در این محل‌های متمدن، ژنده‌پوش و زشت می‌دیدیم. تمام تعلقات مان که برای سفر ضروری بود، یک‌دفعه تمام جدایتش را از دست داد و احساس می‌کردیم خلاص شدن از دست‌شان ما را خوشحال خواهد کرد.

به حد مرگ خسته و گیج، سرانجام به رختخواب رفتیم؛ اما نمی‌توانستیم بخوابیم. شب‌های زیادی را روی زمین سخت و هیچ چیز، تنها با راه‌های پوست گوسفند و پتوی پارچه‌ای به‌عنوان پوشش، گذرانده بودیم. حالا که رختخواب نرم و اتاق گرمی داشتیم، بدن‌های مان به‌سرعت نمی‌توانست خود را به تغییر وفق دهد و



ذهن مان مثل چرخ ماشین در سرمان تاب می‌خورد. تمام مراحل را که پشت سر گذاشته بودیم، در ذهن خود مجسم می‌کردیم؛ کمپ پناهندگان، ماجراجویی‌ها و سختی‌هایی که طی بیست و یک ماه از زمان فرار از کمپ متحمل شده بودیم. به هم‌قطاران مان و یکنواختی همیشگی زندگی‌های شان فکر می‌کردیم؛ گرچه خیلی وقت بود که جنگ تمام شده بود، اما زندانیان هنوز در بند بودند؛ اما آیا اکنون به همین دلیل بود که ما آزاد بودیم؟

قبل از اینکه کاملاً از خواب بیدار شویم، خدمتکاری دیدیم که با چای شیرین و کیک کنار تخت ما ایستاده است. پس از آن برای ما آب گرم آوردند و ما هم با تیغ به جان ریش‌های بلندمان افتادیم. پس از اصلاح ظاهر محترمانه‌تری پیدا کردیم، اما موی بلند در دسر بزرگی برای ما بود. از یک آرایشگر مسلمان خواستند بیاید. او هم مدتی درگیر موهای بلند ما شد. نتیجه‌اش کمی عجیب‌وغریب بود اما موجب تحسین پرهیجان اطرافیان شد. تبتی‌ها با آرایش موهای شان هیچ مشکلی ندارند. یا موی دماستی دارند و یا سرهای تراشیده.

تا ظهر تانگمه را ندیدیم. وقتی به خانه رسید، از ملاقاتی که با وزیر خارجه داشت، احساس خرسندی بسیار کرد. خبرهای خوبی برای ما آورده بود و گفت که ما را به انگلیسی‌ها تحویل نخواهند داد؛ باید در لباس‌های ما ماندیم اما مؤدبانه از ما خواست تا زمان رسیدن نایب حکمران که در آن زمان در تاگونگ ترا در انزوا به سر می‌برد و باید درباره آینده ما تصمیم می‌گرفت داخل خانه بمانیم. باید درک می‌کردیم که این تدبیری محتاطانه بود که به ما توصیه شده بود و با توجه به وقایع قبلی بود که کاهن‌های متعصب در آن درگیر بودند. دولت مایل بود که غذا و لباس ما را تأمین کند.

خیلی شاد بودیم و به چند روز استراحت احتیاج داشتیم. با علاقه به کوهی از روزنامه‌های کهنه حمل‌ه‌ور شدیم؛ گرچه اخباری که می‌گرفتیم لزوماً مسرت‌بخش نبود. تمام جهان هنوز در تلاطم بود و کشور ما هم روزهای سختی را در پیش داشت ■

این صحنه مرا به یاد زمانی انداخت که می‌خواستیم کیورونگ را ترک کنیم. تظاهر می‌کردیم که هیچ‌کدام از اعتراضات آنها را نمی‌شنویم. به‌شدت خسته و گرسنه، و بی‌تفاوت به هرچه که در انتظارمان بود، با بسته‌های مان روی زمین نشستیم. فقط می‌خواستیم بنشینیم، استراحت کنیم و بخوابیم.

فریادهای خشمناک مردم یک‌دفعه متوقف شد. پاهای متورم و تاول‌زده ما را دیده بودند و از آن‌جایی که مردمی ساده و مهربان بودند، به ما احساس ترحم نشان دادند و یک زن شروع به ابراز آن کرد؛ او همانی بود که عاجزانه از ما خواسته بود، منزلش را ترک کنیم و حالا برای ما چای کره آورد و انواع چیزها از جمله تسامیا، خوراکی و سوخت آوردند. مردم می‌خواستند رفتار نامهربانانه خود را جبران کنند. از شدت گرسنگی به جان غذاها افتادیم و در آن لحظه به هیچ چیز دیگری فکر نمی‌کردیم.

یک‌دفعه شنیدیم کسی به زبان انگلیسی روان ما را صدا می‌زند. بالا را نگاه کردیم و گرچه نور زیادی نبود تا او را ببینیم، اما تشخیص دادیم که تبتی‌ای است که لباس فاخری به تن دارد و ما را خطاب قرار داده و به نظر مقام عالی رتبه‌ای می‌رسد. متعجب و خوشحال از او پرسیدیم که آیا او یکی از چهار فرد نخبه‌ای نیست که به مدرسه‌ای در راگبی فرستاده شدند؟ گفت؛ او نبوده اما، سال‌های زیادی را در هندوستان گذرانده است. مختصراً برایش گفتیم که چه بر ما گذشته و گفتیم که آلمانی هستیم و عاجزانه التماس می‌کنیم این‌جا پذیرفته شویم. کمی فکر کرد و بعد گفت بدون موافقت حاکم شهر امکانش نیست که ما را در منزلش بپذیرد اما به او مراجعه می‌کند و از او کسب اجازه خواهد کرد.

پس از آنکه رفت، مردم به ما گفتند او شخص مهمی است و تصدی وزارت برق را بر عهده دارد. زیاد به صحبت‌هایی که کرده بود اهمیتی ندادیم، اما شروع به مستقر شدن برای شب‌مانی کردیم. در همان حال هم کنار آتش نشستیم و با مردمی که مدام در حال رفت‌وآمد بودند، صحبت کردیم؛ سپس خدمتکار نزد ما آمد و از ما خواست دنبال او برویم و گفت که آقای تانگمه، «آرباب برق» ما را به منزلش دعوت کرده است. با احترام او را «کونگو» معادل «پایه» می‌نامیدند و ما هم طبق تقاضایش عمل کردیم.

تانگمه و همسر جوانش بسیار صمیمانه ما را پذیرفتند. هر پنج فرزندشان دور ما ایستادند و با دهان‌های باز به ما نگاه می‌کردند. پدرشان خبرهای خوبی برای ما داشت. حاکم به او اجازه داده بود که برای یک شب برای ما محل اقامت فراهم کند اما تصمیمات بعدی طبق تصمیم کابینه گرفته می‌شد. ما ذهن مان را بابت آینده مشوش نمی‌کردیم. بعد از همه سختی‌ها، در لباس مهمان خانواده‌ای برجسته بودیم. اتاق خوب و راحتی از قبل برای مان تدارک دیده بودند که اجاق فلزی کوچکی داشت و ما را به خوبی گرم می‌کرد. هفت سال می‌گذشت که اجاق ندیده بودیم؛ سوختی که استفاده می‌شد، چوب سرو کوهی بود که بوی خوبی داشت و سوختی واقعا تجملاتی به حساب می‌آمد. چون هفته‌ها طول می‌کشید که طی سفری یک‌ها آن را پشت خود حمل کنند تا به لباس آورده شود. آن قدر لباس‌های مان کهنه و مندرس بود که جرأت نمی‌کردیم روی تخت‌هایی با روکش تمیز بنشینیم. شام چینی عالی‌ای برای ما آوردند و همان‌طور که غذا می‌خوردیم دورمان ایستاده بودند و بدون وقفه با ما حرف می‌زدند. ما چه دورانی را پشت سر گذارده بودیم؟ باورش‌مان نمی‌شد که در زمستان از چانتانگ عبور و از رشته‌کوه نینچن

جریمه به خاطر ایجاد مانع در امداد رسانی

نوشته: جف جکسون
ترجمه: مهندس هادی فوقانی

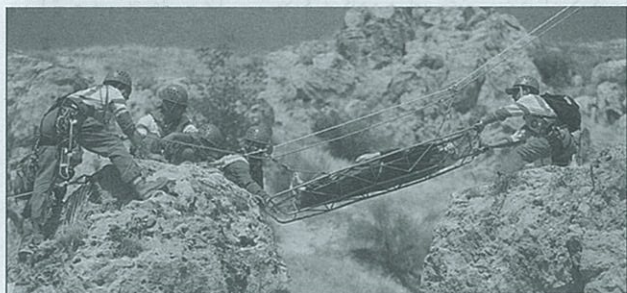


که گردش ملخ هلی کوپتر در فواصل نزدیک بادهای شدیدی که نیروی یک گردباد را دارند ایجاد می کند و این می تواند افرادی را که نزدیک باشند از جا بکند. عاقبت دوست فرد مجروح از طناب ثابت بالا رفت، هلی کوپتر در تلاشی دیگر به صحنه آمد و فرد مجروح را منتقل کرد. این دوست نافرمان به خاطر ایجاد مانع بر سر راه عملیات امداد به پرداخت ۱۲۰ دلار جریمه محکوم شد.

بررسی: این رویداد در رسانه های محلی بازتاب یافت. برخی از جمله یک ایستگاه تلویزیون محلی بر آن بودند که نه تنها جریمه کردن آن دوست نابجا بوده بلکه باید از او به خاطر اقدام به کمک تقدیر می شد. خود این فرد گفته بود نمی توانسته صحنه را ترک کند، زیرا وسایل و ابزارش در اختیار افراد امداد و نجات بوده است. بحث های زیادی هم در فضای مجازی در باره این رویداد در گرفت. برخی این رویداد را بهانه قرار داده به ناکافی بودن تجهیزات افراد امداد و نجات انتقاد کردند. برخی دیگر بر آن بودند که جریمه کردن ممکن است پیامد خطرناکی داشته باشد و افراد در آینده خود را درگیر کارهای کمک به حادثه دیدگان نکنند. مقامات رسمی نیروهای امداد و نجات تأکید کردند که آنها از تجهیزات فرد یادشده استفاده نکرده بودند و دیگر اینکه طناب ثابت از اول آماده بود و او در تمام مدت زمان امداد می توانسته صعود کرده از صحنه بیرون رود. عکس هایی که از صحنه گرفته شده بود وجود طناب ثابت آماده را اثبات می کرد.

پیشگیری: مسئولین رسمی امداد و نجات گفتند که اقدام اولیه دوست فرد حادثه دیده که فرود رفته و به کمک دوستش شتافته قابل درک بوده است. اما عدم ترک صحنه پس از اینکه بارها از او درخواست شده را عملی خود محورانه دانستند. آیین نامه رسمی در این مورد می گوید: "به روشنی خود را معرفی کنید و سطح آموزش دیدگی و نیز تمایل خود را به کمک کردن، برای نیروهای امداد و نجات روشن سازید" و "در طول حادثه از دستورات افراد مسؤل امداد و نجات پیروی کنید" منبع: "راک اند آیس"

رویداد: حدود ساعت ۲ بعد از ظهر روز دهم مارس ۲۰۱۴ یک سنگنورد آمریکایی مسیری با درجه سختی ۵،۷+ را در شکافی در ناحیه سنگنوردی آمریکا صعود می کرد. بر اثر شکستن گیره، او نزدیک به ۱۳ متر سقوط کرده و با طاقچه ای برخورد می کند و در نتیجه استخوان های لگن، دنده و دنباله اش دچار شکستگی و آسیب می شود. حمایت چپ اش صعود کرده و خود را به او می رساند و در ضمن افراد امداد و نجات را با تلفن همراه خبر می کند. دو نفر دیگر از دوستان صعودکننده مجروح در طرف دیگر همان شکاف صعود می کردند و آنها نیز با تلفن همراه همراه در جریان قرار می گیرند. یکی از این دو، فرد آموزش دیده ای در زمینه کارهای امداد در حوادث غیرمترقبه بود. وقتی که این دو نفر به بالای مسیر رسیدند، افراد امداد و نجات که فراخوانده شده بودند در بالای مسیر کار امداد را آغاز کرده بودند. این افراد از دو دوست فرد مجروح خواستند که فرود نروند تا خود را به فرد مجروح برسانند، اما یکی از آن دو نفر یعنی همان که آموزش دیده بود این درخواست را نادیده گرفت و فرود رفت و خود را به دوست مجروح اش رساند. او به ارزیابی وضعیت پرداخت، کارگاه محکمی برپا داشت و دوستش را در کارگاه تثبیت کرد. سپس با افراد امداد و نجات تماس گرفت و آنها را در جریان وضعیت مجروح قرار داد. افراد امداد و نجات از او و نیز حمایت چپ فرد مجروح خواستند که هر دو طاقچه ای را که فرد مجروح روی آن بود ترک کنند تا افراد امداد و نجات بتوانند ترتیب تخلیه فرد مجروح به کمک بالگرد را بدهند. حمایت چپ فرد مجروح به کمک طناب ثابت صعود و صحنه را ترک کرد، اما دوست آموزش دیده فرد مجروح از دستور پیروی نکرد. او حدود ۵ متر صعود و برای خود حمایتی در دیواره برقرار کرده و همان جا منتظر ماند. یکی از افراد امداد و نجات پایین آمد تا فرد مجروح را برای انتقال با هلی کوپتر آماده کند. او باز هم از دوست فرد مجروح خواست تا بالا رود. صدای ضبط شده دوست فرد مجروح در پاسخ این بود: "من صحنه را ترک نمی کنم و تو هم نمی توانی مرا وادار به این کار کنی". امدادگری که در هلی کوپتر بود دیگر بار از او خواست که از طناب ثابت بالا رود؛ ولی او باز هم امتناع کرد. هلی کوپتر به دیواره نزدیک شد، ولی به علت اینکه خلبان از چگونگی وضعیت و ایمنی و حمایت فرد سرکش اطلاعی نداشت، عملیات ناکام ماند. باید دانست



نصب یک سیستم خودکار پایین دهنده در دره نوردی با استفاده از

پیرانا PIRANA

(۹ لگو ترمس)

ترجمه: ایمان معین

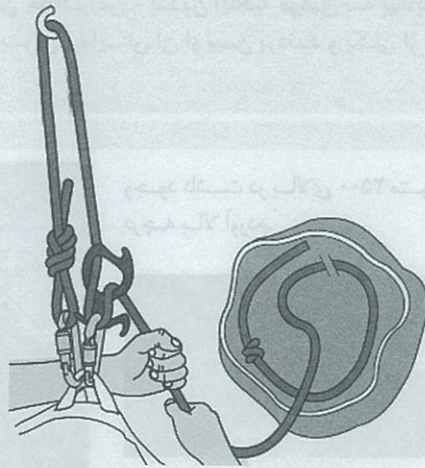


تکنیک‌های مختلف برای
ایجاد اصطکاک در ابزار
پیرانا
ATTACHE کارابین قفل

شونده

منبع:

سایت شرکت پتزل، ویکی پدیا
Rappelling کتاب ■



باقیمانده طناب میسر نباشد و
اینکه طناب برای فرود کافی
است یا نه.

کاهش خطر
چرخش کارابین در
ابزار و وارد شدن
فشار روی دهانه
و قرار گرفتن آن
در موقعیت نا
مناسب در صورت
استفاده صحیح از
ابزار پیرانا نیاز به
ایجاد گره به دور
بدنه آن جهت
افزایش اصطکاک
نیست و میزان
پیچ خوردگی

طناب نیز در هنگام فرود کاهش
می یابد.

حرکت بر روی سنگ‌های لیز
در هنگام عبور از معابر عمودی
می تواند مشکل باشد، این
حالت معمولا وضعیتی است که
شما می خواهید به یک کارگاه
ثابت در بالای یک آبشار برسید.
دسترسی به تکیه‌گاه‌های مناسب
گاه می تواند بسیار خطرناک‌تر از
فرود اصلی باشد. تلاش برای
رسیدن در حالت معلق به لبه
پرتگاه بدون حمایت توصیه
نمی شود.

سیستم خودکار پایین دهنده

در این سیستم طناب با
استفاده از گره هشت و یک
کارابین به هارنس متصل و از
تکیه گاه عبور می کند و سپس
از پیرانا مابقی طناب آزاد در
داخل یک کیسه متصل به
هارنس قرار می گیرد. زدن گره
در انتهای طناب (یک متر به
انتها) هنگامی که ادامه طناب
در کیسه است ضروری است،
زیرا ممکن است دیدن مقدار

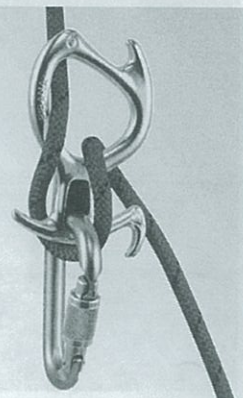
پیرانا PIRANA

ابزار فرود برای دره نوردی

ابزار فرود پیرانا که برای
دره نوردی طراحی شده دارای
چندین وضعیت ترمز بوده و
بدون جدا شدن از هارنس
قابل اتصال به طناب می باشد.
طراحی شده برای تکنیک‌های
فرود در دره. وزن ۹۰ گرم و
قابلیت اتصال تک رشته با قطر
۹-۱۳ و دو رشته ۸-۱۱ میلی متر.



استفاده از آن به همراه کارابین
قفل شونده ATTACHE
که به صورت جداگانه عرضه
می گردد موجب می شود که
جدا شدن اتفاقی آن پس از
اتصال بر روی هارنس غیرممکن
باشد.



خطالرأس مازنو (ماژنو)

(قسمت چهارم)

نویسنده: Cathy O'Dowd^۱

ترجمه: سینا شفیق زاده

ماژنو طولانی‌ترین خطالرأس قله‌های هشت هزارمتری دنیا است. ریک (Rick) و سندی (Sandy) وقتی در سال ۱۹۹۵ میلادی از این خطالرأس - بدون اینکه موفق به پیمایش کامل آن شده باشند - برگشتند، انگیزه‌های هیمالیانوردان برجسته را برای پیمایش آن از بین بردند و یکی از هدف‌های بزرگ دنیای کوه‌نوردی صعود نشده باقی ماند.

توجه به این نکته لازم است؛ مطالبی که بیان شد خلاصه‌ای از برداشت‌های شخصی من از کل اتفاقاتی است که بر روی خطالرأس افتاده بود و ممکن است نظر بقیه تیم در مورد مسایل مختلف با من تفاوت داشته باشد.

وجود داشت در بالای ۲۵۰۰ متر و شیب ۸۰ درجه بالا آوردم.

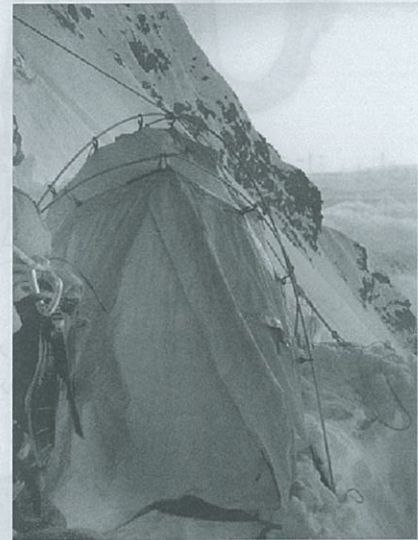


روز پنجم (ششم ماه جولای):

مکان کمپ پنجم. همان طوری که قبلاً توضیح داده شد ما تنها مقدار کمی صعود کردیم تا یک مکان مناسب برای کمپ زدن پیدا کنیم، و بعد از ظهر را در آن جا استراحت کنیم. با توجه به گزارش هوای نامساعد فردای آن روز تصمیم گرفتیم روز بعد (هفتم ماه جولای) را هم در این کمپ بمانیم. زندگی کردن در چادرهای کوچک تک‌پوش هم لذت خودش را داشت. همه جا در صبح یخ زده بود. بدون تمیز کردن برف و یخ از روی پوش چادرها حتی نمی‌شد، در چادر نشست، همه با برس‌ها، کریستال‌های یخی را شکسته و تمییز می‌کردند.



با قطع شدن زوزه‌های باد بر روی خطالرأس، خیره شدن به دو قله‌ای که در روبه روی مان قرار داشت، و قرار بود در قسمت بعدی نبردمان با خطالرأس از آنها عبور کنیم، زمان زیادی از مدتی که در این کمپ بودیم را به خود اختصاص داده بود.



سندی اصرار داشت تا فضای کافی برای برپایی کامل چادر ایجاد کند، بنابراین من و سندی نسبتاً شب بهتری را گذرانیدیم. ریک و رنگدوک در داخل غاربرفی شان. یکی از سه سری گاز ما در آن شب کار نمی‌کرد، و کپسول‌های گاز هم به علت سرمای شدید به خوبی کار نمی‌کردند. این موضوع در تمام طول شب یک معضل شده بود.

تصویر برداشته شده از محل بیواکمان به



سمت پایین یخچال دیامیر. این جا یکی از شب‌هایی بود، که من حالت تهوع داشتم و با باز کردن در چادر با شرایط مناسبی که



تلاش اصلی بر روی

خطالرأس (روزهای هفتم و هشتم)

روز هفتم (هشتم ماه جولای):

ریک در حال صعود شیب بالای کمپ روزهای پنجم و ششم. برف کوبیده شده زیر چادرها در محل کمپ روز پنجم و ششم در فاصله دورتر قابل مشاهده است.





کتی و یک فنجان قهوه بسیار داغ بعد از پایان یک روز طولانی؛ حلقه آبی رنگی که بر دور لیوان‌ها قرار دارد توسط ریک تهیه شده بود، و آنها به نوعی موجب خوش‌شانسی در اکسپدیشن بودند.



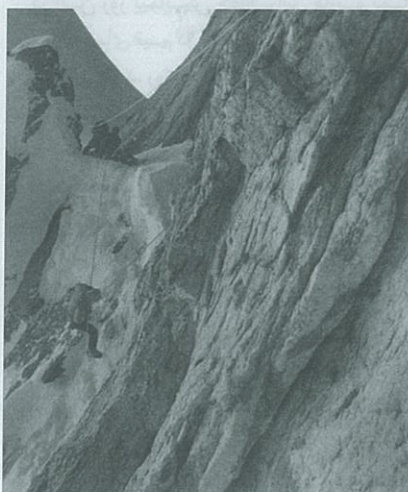
روز هشتم (نهم ماه جولای):

در یک هوای کاملاً صاف با نمایی که از توده‌های سنگی قله نانگپاریات در مقابل داشتیم تلاش‌مان را آغاز کردیم. در ابتدا فکر می‌کردیم که امروز مطمئناً موفق می‌شویم از خط‌الرأس عبور کنیم، و احتمالاً موفق به صعود قله هم خواهیم شد. به هر حال با توجه به گزارش‌های متوو می‌دانستیم در روزهایی که امیدوار بودیم موفق به صعود قله بشویم، با باد شدیدی مواجه خواهیم بود.



عبور از روی قله مازنو به‌عنوان بلندترین قله خط‌الرأس. بر روی نقشه‌های مختلف ارتفاع این قله ۷۲۰۰ متر ثبت شده بود، اما طبق ارتفاع سنج ساعت من به نظر می‌رسید کمی کمتر از این مقدار باشد. ما روزهای متعدد علاقه‌مند بودیم تخمین بزنیم که قله بعد از قله‌های مازنو هست یا خیر؛ بنابراین حالا که آن را پیدا کرده بودیم و از آن عبور می‌کردیم، احساس آسودگی داشتیم.

هم کاملاً بسته شده بود صعود می‌کردم.



نفر روی طناب کتی است که با مهارت در حال فرود مورب و عرضی از یک دیواره سنگی بزرگ است. این‌جا مکانی بود که با گذر از آن دیگر امکان بازگشت از روی خط‌الرأس وجود نداشت، و هر مشکلی که پیش می‌آمد مجبور بودیم مسیر را به سمت جلو ادامه دهیم.

شرپا رنگدوک در کنار دیواره سنگی‌ای که باید از آن فرود می‌رفتیم.



تیم در حال تلاش بر روی خط‌الرأس. از سمت راست: سندی، کتی، شرپا رنگدوک، زاروک و نورو.

تلاش بی‌حد و اندازه نورو و زاروک برای برف‌کوبی. بیشتر برف کوبی به عهده آنها بود.



کتی و شیب طولانی یخچال دیامیر. ممکن است در تصویر گرمای دلچسبی به نظر برسد، اما من از سرما با کاپشن اکسپدیشن که کلاهش کشیده شده و زیپ و چسب‌هایش



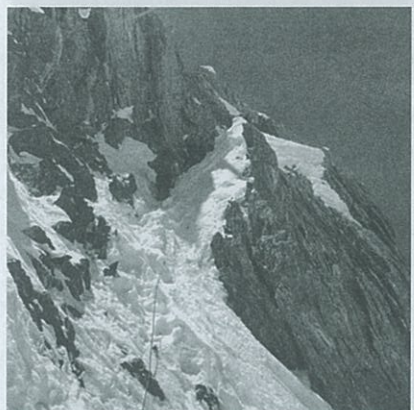
تیم پیمایش خطالرأس از قله مازنو

پشت سرم دیده می‌شوند. در حالی که شیب‌های طولانی یخچال‌های روپال و دیامیر در دو طرف ما قرار داشتند، خطالرأس شروع به باریک شدن کرده بود. من را در جلوی تصویر مشاهده می‌کنید.



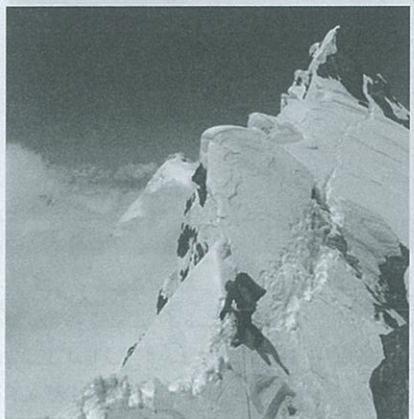
خطالرأس لحظه به لحظه پیچیده‌تر می‌شد و حالا باید کار میکس بر روی برف و سنگ هم انجام می‌دادیم. با دقت در وسط تصویر نورو و زاروک را مشاهده می‌کنید.

برف پودری در زیر کفش‌های سنگین ما به سادگی فرو می‌ریخت و صعود را دشوار کرده بود.



فرود از برج‌های سنگی

هر چه جلوتر می‌رفتیم پیچیدگی مسیر بیشتر می‌شد. من را در تصویر مشاهده می‌کنید.



بنابراین زودتر از موعد کمپ را برقرار کردیم تا برای صعود برج‌های سنگی یک روز کامل زمان داشته باشیم، و البته ممکن بود با ادامه دادن مسیر محل مناسبی برای کمپ زدن پیدا نکنیم و مجبور بشویم بی‌سواک کنیم، که ما نمی‌خواستیم این ریسک را بپذیریم.

تلاش اصلی بر روی خطالرأس (روزهای نهم و دهم) روز نهم (دهم ماه جولای):

در این روز پیمایش خطالرأس مازنو تمام شد و اعضای تیم در گپ مازنو ۱۱ کمپ خود را برپا کردند. روز بسیار طولانی و دشواری بود چرا که در کراکس مسیر و بر روی سخت‌ترین قسمت خطالرأس، ۱۱ ساعت فعالیت سنگین برای عبور از تمامی برج‌های سنگی انجام داده بودیم.

ما در ابتدای این روز قبل از درگیری با برج‌های سنگی می‌دانستیم که احتمالاً این برج‌ها در آخرین بخش خطالرأس قبل از رسیدن به گپ مازنو، کراکس مسیر ما خواهند بود. با توجه به گزارش تیم دو نفره آمریکایی که برای اولین بار خطالرأس مازنو را تا گردنه مازنو صعود کرده بودند، می‌دانستیم که آنها برای گذشتن از این برج‌ها ۱۲ ساعت زمان گذاشته بودند و بعد از صعود آن، درجه VI M4 A13 را به این قسمت داده بودند؛ اما در پایان تیم شش نفره ما موفق شد در ۱۱ ساعت از این برج‌های سنگی عبور کند و درجه خیلی پایین‌تری به آن بدهد، که البته ممکن است علت آن، حجم برف بیشتری بوده باشد که تیم ما نسبت به تیم آمریکایی با آن مواجه شده بود چرا که وجود این برف زیاد بر روی برج‌ها تا حدودی عبور از آنها را ساده‌تر کرده بود.



شروع حرکت از روی برج‌های سنگی

نورو و زاروک به صورت نقاط کوچک بر روی خطالرأس دیده می‌شوند. برف سرتاسر برج‌های سنگی را پوشانده بود. خودم در جلوی تصویر و سندی و ریک در



ادامه خطالرأس بعد از قله مازنو، نورو و زاروک به صورت نقاط کوچکی بر روی خطالرأس قابل مشاهده هستند. این قسمت از خطالرأس دارای تله برفی بود. رنگدوک یکی از پاهای خودش را گذاشت و تا نزدیک کمرش در تله برفی فرو رفت. ریک نسبتاً در فرو ریختن تله‌های برفی برای عبور راحت‌تر از آنها موفق بود، اما اگر درونشان هم می‌افتادیم تنها با کمک یک دست می‌شد از آن‌جا خارج شد.



سندی الان



محل کمپ‌مان در روز نهم جولای با نمایی از برج‌های سنگی زیر قله که در انتهای تصویر قابل مشاهده است. با توجه به گزارش تیم آمریکایی که اولین بار گردنه مازنو را صعود کرده بودند، می‌دانستیم که ۱۳ ساعت زمان لازم داریم تا بتوانیم برج‌های سنگی زیر یال منتهی به قله را صعود کنیم؛

ریک و سندی بعد از ۱۱ ساعت فعالیت، در بین پرتوهای نور غروب آفتاب، بر روی آخرین برج سنگی قبل از کپ مازنو دیده می‌شوند



بودم برای من کافی است، چرا که سرمای شدیدی شروع شده بود و من خیلی خسته و نگران بودم، چرا که گذر از سنگ‌ها نیاز به دقت و مهارت داشت و ممکن بود به علت خستگی و شرایط بد، اشتباهی مرتکب شوم. به همین خاطر به همراه نورو فرود آمدیم. چهار نفر دیگر به صعود ادامه دادند.

رنگدوک و زاروک با رسیدن به هرم اصلی قله در ارتفاع ۷۹۵۰ متر راه برگشت را پیش گرفتند، چرا که نگران بودند در صورت ادامه صعود، زمان لازم برای برگشتن به کمپ را نداشته باشند. ریک و سندی در حدود ساعت ۱۱:۰۰ بعد از ۱۰ ساعت تلاش با رنگدوک و زاروک که در حال فرود بودند مواجه شدند و به همراه آنها برگشتند. البته از حالت برگشتن شان کاملاً مشخص بود که تمایلی به پذیرش نظر رنگدوک و زاروک برای برگشتن نداشتند، اما در هر صورت با آنها فرود آمدند. ریک و سندی بعد از ۱۸ ساعت تلاش حدود ساعت ۱۹:۰۰ به کمپ رسیدند. فرود آنها تا کمپ ۸ ساعت طول کشید. همه موافق بودند که باید فردا از مسیر اسچل فرود برویم.

روز دوازدهم (سیزدهم ماه جولای):

سندی تصمیمش را گرفته بود، او می‌خواست یک بار دیگر برای رسیدن به قله تلاش کند. ریک تمایل داشت او را همراهی کند. نیاز میرم به استراحت کردن، من را به این تصمیم رساند که فرود بیایم. من سندی را ترک کردم و تلفن خودم را که به اندازه کافی شارژ داشت به او دادم و تلفن ریک را گرفتم. این موضوع موجب شد تا بتوانم سایت و تویتر را در روزهای بعد به روز کنم.

سندی و ریک تمام روز را صرف استراحت کردن در کمپ کردند. من به همراه سه شریا از مسیر اسچل که برف کمی داشت

ساعت ۱۰:۳۰ بود و ما تازه از کمپ خارج شده بودیم. حدوداً تا ارتفاع ۷۲۰۰ متری صعود کردیم و دوباره کمپ زدیم. پیش بینی ما این بود که از این کمپ به‌عنوان بالاترین و آخرین کمپ برای صعود قله استفاده کنیم. تلاش اصلی بر روی خطالرأس (روزهای یازدهم تا سیزدهم)

یک هفته‌ای که روی خطالرأس بودیم نتوانستیم سایت را به روز کنیم و این موضوع موجب شگفتی عده‌ای از مردم شده بود که چه اتفاقی برای ما افتاده است؛ البته این کار از روی شیطنت نبود، بلکه به محدودیت‌های سیستم ارتباطی بود. با وجود اینکه به طور متوسط در طی آن چند روز شرایط نسبتاً خوبی را پشت سر می‌گذاشتیم، احساسم می‌گفت باید بیشتر مراقب حوادث واقعی و احتمالی باشم.

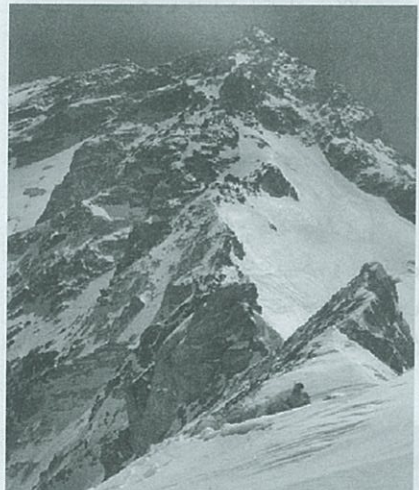
روز یازدهم (دوازدهم ماه جولای):

حدود ساعت ۰۱:۰۰ در تاریکی از کمپ خارج شدیم و در یک خط بدون معطلی شروع به صعود کردیم. می‌دانستیم که باید به سمت چپ تراورس کنیم. در نزدیکی سحر وقتی هوا روشن شده بود، به قسمت بین دیواره دیامیر و دیواره روپال بر روی خطالرأس رسیدیم. حالا باید از سمت چپ خطالرأس تراورس می‌کردیم، البته راهی که پیش روی ما بود لزوماً برای رسیدن به قله موثر نبود. در تمام مدت صعود چه در شب و چه در صبح باد شدیدی داشتیم. البته با توجه به گزارش‌های متوو از وجود چنین بادی از قبل مطلع بودیم اما احساس ما این بود که غذا، سوخت و حتی انگیزه لازم برای منتظر ماندن تا یک روز دیگر را نداریم.

ساعت ۷ صبح پس از ۶ ساعت صعود احساس کردم تا همان‌جا که تلاش کرده

خطالرأس باریک و باریک‌تر می‌شد. تلاشم برای صعود در تصویر دیده می‌شود. دوربین من در چند روز گذشته با مشکل مواجه شده بود و هم طناب من، شریا رنگدوک تنها کسی بود که تعدادی عکس می‌گرفت، و این فرصتی شده بود که من هم در تعدادی از عکس‌ها دیده شوم.

فرود ما از برج‌ها برای رسیدن به کپ مازنو و خطالرأسی که همچنان در حال پیچیده‌تر شدن بود. اگر با دقت نگاه کنید ریک و سندی را در وسط تصویر خواهید دید.



کمپ شب مانی ما در ۱۰ جولای بر روی کپ مازنو. حالا ما تنها تیمی محسوب می‌شدیم که تا آن زمان موفق به صعود و پیمایش خطالرأس مازنو تا آن قسمت شده بود. در مقابل ما یال منتهی به قله نانگاپاربات قرار داشت که توده‌های سنگی آن بر روی هم دراز کشیده بودند.

روز دهم (یازدهم ماه جولای):

در روز دهم دیر از خواب بلند شدیم و همچنین دیر حرکت کردیم تا جایی که

کاسه عبور کرده بودیم. تصویر بالا مربوط به بهمن دوم است. ضرب در کوچکی که در تصویر مشخص شده است محل برپایی چادر ما در شب قبل را نشان می‌دهد.

تمام طول روز، حتی زمان‌های استراحت را صرف فرود آمدن از کنار یکی از مشهورترین یخچال‌های دنیا کردیم تا در نهایت به کمپ اصلی خودمان که به محل کمپ اصلی مسیر اسچل منتقل شده بود رسیدیم. در آن جا نفرات پشتیبانی تیم که در کمپ اصلی با ما بودند، انتظار ما را می‌کشیدند.

لازم بود تا در ۱۴ جولای تمام یخچالی که در پشت سر من در تصویر قابل مشاهده است را فرود می‌آمدیم.

ریک و سندی با برنامه‌ای مشخص به قصد قله حرکت کرده بودند. آنها یک کیسول سوخت، یک سری گازو مقداری غذا برداشته و از چادر خارج شده بودند.

آنها انتظار داشتند با موفقیت قله را صعود بکنند و سپس با یک شب بیواک در مسیر برگشت، از دیواره دیامیر مستقیماً فرود بیایند. اما در عمل متوجه شدند چیزی که آنها انتظارش را داشتند خیلی بیشتر زمان نیاز دارد و به همین جهت به این نتیجه رسیدند که در مسیر صعود به قله در ارتفاع ۷۷۰۰ متری یک غار برفی حفر کنند و یک شب را در آن بمانند.

تلاش اصلی بر روی خط‌الرأس مازنو (روزهای چهاردهم تا بیست و یکم)

روز چهاردهم (پانزدهم ماه جولای):

ساعت ۱۸:۱۲ بود که ریک و سندی موفق به صعود قله نانگاپاربات شدند. بهترین عکس‌هایی که ریک و سندی بر روی قله گرفته‌اند را در زیر مشاهده می‌کنید.



آنها در واقع باید حدود ساعت ۱۴ به قله می‌رسیدند، اما به علت مه و غبار زیاد، قله اصلی را دقایقی بعد از ساعت ۱۸ در بین قله‌های فرعی متعددی که در محدوده قله

بودیم اما ساعت ۲۲:۰۰ شده بود و هنوز من و شرپا رنگدوک نتوانسته بودیم خودمان را از خطر موجود در کاسه غربی خارج کنیم. در همان زمان شرپا رنگدوک افتاد و قوزک پایش پیچ خورد؛ من مشغول برپا کردن چادر در زیر تنها نقطه امنی که می‌توانستیم با چراغ‌های پیشانی‌مان ببینیم شدم. یک تخته سنگ بزرگ وجود داشت که یک صفحه سنگی با عرض مناسب از روی دیواره آن بیرون زده بود و محل مناسبی برای برپایی چادر بود.



شرپا رنگدوک با چنین وضعیتی که مشاهده می‌کنید تمام مسیر را در طول روز فرود آمد.

روز سیزدهم (چهاردهم ماه جولای):

ساعت ۵:۰۰ بهمن بسیار بزرگی تمام کاسه را تا پایین جارو کرد. فقط چادر ما که در زیر سنگ قرار داشت از ریزش آن در امان ماند. پس از آن فرود به سمت توده‌های سنگ و خاک در زیر کاسه را شروع کردیم و به دو نفر دیگر ملحق شدیم. ساعت ۱۰:۳۰ بود که بهمن بزرگ دیگری در کاسه فروریخت. اگر یکی از این بهمن‌ها در عصر دیروز می‌آمد، الان هر چهار نفرمان کشته شده بودیم.



دو بهمن بزرگ در صبح روز بعد فرو ریخت که عظمت آنها را در تصویر مشاهده می‌کنید. یکی در ساعت ۵:۰۰ زمانی که شرپا رنگدوک و من هنوز در خواب بودیم، و دیگری در ساعت ۱۰:۳۰ زمانی که ما به همراه نورو و زاروک از توده‌های سنگ و خاک در زیر

به سمت بخش‌های پایینی این مسیر فرود می‌آمدیم و می‌دانستیم که در بعضی نقاط باید به سمت شرق متمایل شویم.

مسیر را مه گرفته بود. این موضوع موجب شد تا در زمان درست به سمت شرق منحرف نشویم. در نهایت مجبور شدیم به سمت غرب حرکت کنیم و به جای اینکه مسیر را صعود کنیم و دوباره در مسیر درست فرود بیاییم، تصمیم گرفتیم تا از روی کاسه غربی فرود را ادامه دهیم.

در گیر و دار این موضوع، در حال عکاسی بودم که برخورد تکه یخی با دوربینم موجب شد تا خراب شود و تمام عکس‌هایی که در خط‌الرأس انداخته بودم از بین برود.



در تصویر مکانی را مشاهده می‌کنید که ما حرکت در مسیر اشتباه را شروع کردیم. فرود مسیر اسچل در مه موجب شد ما زمان منحرف شدن به سمت شرق را متوجه نشویم و مجبور شویم به سمت کاسه غربی فرود برویم.

نورو و زاروک موفق شدند از کاسه خارج شوند، و در موقعیت امنی بر روی توده‌های سنگ و خاکی که در پایین کاسه وجود داشت مستقر بشوند، اما رنگدوک و من که در زمان صعود با هم هم‌طناب شده بودیم، در تاریکی ساعت ۲۲ هنوز در کاسه بودیم. دقیقاً در زیر یک تخته سنگ کمپمان را برپا کردیم تا فقط خودمان را از خطر سقوط قندیل‌های یخی بزرگی که در تمام مسیر فرود از کاسه در بالای سرمان قرار داشتند در امان نگه داریم.



از ساعت ۱۰:۰۰ کار خود را شروع کرده



تصویر برداشته شده توسط سندی از ریک در حال فرود از دیواره دیامیر. به عمق زیاد برف دقت کنید. آنها حدوداً تا ارتفاع ۶۵۰۰ متری فرود آمده و به بالای دیواره کینشوفر که نیازمند تکنیک زیاد برای فرود است رسیده بودند. به علت محدودیت عمق دید، مسیر فرود شک برانگیز و نامطمئن بود و آنها باید بر روی یک طاقچه دوباره بیواک کنند. به علت محدودیت جا، ریک نشسته بود تا سندی بتواند دراز بکشد. هر دو در انگشت‌های شست پاهای شان احساس سرمازدگی می‌کردند.

روز هفدهم (هیجدهم ماه جولای):

به علت سرمای شدید سندی و ریک زودتر از حد معمول بلند شده و به فرود به سمت کمپ ۲ در مسیر کینشوفر ادامه می‌دهند.



تصویر برداشته شده توسط ریک در ۱۸ جولای ساعت ۱۴:۴۵ که فرود سندی از محدوده دیواره کینشوفر را نشان می‌دهد.

آنها موفق می‌شوند کسانی که در پایین‌تر از آنها در حال صعود بودند را ببینند. حدس می‌زنند که آنها باید باربران ارتفاع که در حال آوردن کمک بودند باشند. اما اشتباه می‌کردند چرا که نفرات مسیر اعضای تیم جمهوری چک به رهبری مارک هالسیک (Marek Holecek) بودند. ریک و سندی در بالای دیواره کینشوفر

بهمین نیز وجود داشت. ریک در شرایط بدی واقع شده بود. در اواسط بعدازظهر آنها با علی از شرکت پاکستانی که متصدی صعود ما بود (Adventure Pakistan) تماس گرفتند و گفتند که برای فرود نیاز به هلیکوپتر دارند اما آنها در ارتفاع خیلی بالاتر از حد مجاز پرواز هلیکوپتر قرار داشتند.

آنها موافقت کردند تا خودشان فرود بیابند، و همچنین علی هم چند تا باربر ارتفاع به سمت آنها بفرستد. این اخبار را بعدازظهر در چیلاس دریافت کردیم. غروب همان روز مسؤلین و باربران از چیلاس خارج شدند. با کمک اتومبیل از روی پل حلال (Halal Bridge) عبور کردند و شبانه مسیر خود را تا کمپ اصلی دیامیر پیمایش کردند.

ما می‌دانستیم که اگر ریک و سندی به فرودشان ادامه دهند باربران و پشتیبان‌ها در بهترین حالت در آخرین ساعت فردا به آنها خواهند رسید. ریک و سندی گفته بودند دوباره در ساعت ۲۱ تماس می‌گیرند، اما این کار را نکردند. احتمالاً باتری تلفنشان تمام شده بود.

پس از آن بود که دیگر ما هیچ اطلاعاتی در مورد اینکه آنها کجا هستند چه می‌کنند یا ذخایر سوخت و غذا و آبشان چقدر هست در دست نداشتیم. (و این موضوع بی‌اطلاعی ما تا ۱۹ جولای ادامه داشت)

روز شانزدهم (هفدهم ماه جولای):

بعداً متوجه شدیم که ریک و سندی به فرود خود ادامه داده بودند. ریک حالش کمی بهتر شده بود. آنها به آرامی از مخزن‌های بهمین فرود آمده بودند و مجبور شده بودند به همان اندازه که هنگام صعود برف‌کوبی کرده بودند، برف بسیار زیاد و عمیق مسیر برگشت را هم برف‌کوبی کنند.

همچنین بعداً سندی این موضوع را سر بسته بیان کرد که آنها از ۱۵ جولای که ذخایر نوشیدنی شان تمام شده بوده نتوانسته بودند فنک خودشان را روشن کنند و کبریت‌ها هم کار نمی‌کردند؛ بنابراین آنها نتوانسته بودند گاز روشن بکنند و چیزی بنوشند.

این بی‌آبی تا سه روز یعنی در اواسط روز ۱۸ جولای ادامه داشته است.

اصلی وجود دارند، پیدا کردند. هر دوی آنها این قله را در سال ۲۰۰۹ صعود کرده بودند، اما با این وجود پس از جست و جو در نهایت قله را بعد از ساعت ۱۸:۰۰ پیدا کرده بودند. استراحت تیم در روستای ترشینگ (Tareshing) به اتمام رسید و با جیب به سمت چیلاس (Chilas) حرکت کردیم، و طبق قرار قبلی قرار بود در آن جا منتظر سندی و ریک بمانیم.

ما اخبار را با تلفن دریافت می‌کردیم. آنها به غار برفی خود در ارتفاع ۷۷۰۰ متری برگشته بودند.



تصویر برداشته شده از خط‌الرأس مازنو توسط سندی؛ نمای خط‌الرأس مازنو از بالای دیواره دیامیر.

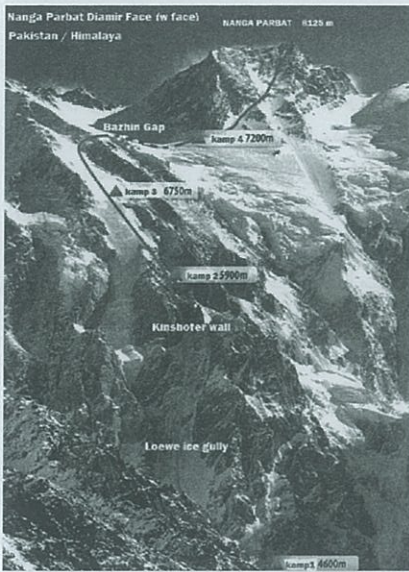
روز پانزدهم (شانزدهم ماه جولای):

ما در چیلاس منتظر بودیم. تلاش می‌کردم تا اخبار را با پیامک برای یکی از دوستانم ارسال کنم تا او بر روی سایت قرار بدهد، اما بعداً متوجه شدم که ظاهراً هیچ کدام از پیام‌های من به دستش نرسیده بود. ریک و سندی انتظار داشتند در آن روز تمام مسیر تا نزدیکی کمپ ۱ را در جبهه دیامیر فرود بیابند، اما در حقیقت آنها نتوانستند ۳۰۰ متر فرود بیابند و خود را به ارتفاع ۷۴۰۰ متری برسانند و همان جا یک غار برفی خیلی کوچک حفر بکنند.



تصویر برداشته شده در ساعت ۱۸:۵۵ روز ۱۶ جولای توسط ریک که سندی را در حال حفر غار برفی نشان می‌دهد. این دومین شب در راه فرود از قله و سومین شبی بود که در غار برفی می‌ماندند.

برف مسیر بسیار عمیق و عبور از آن مشکل بود، همچنین یک مخزن بزرگ



۷. لباس‌های پریک سره یا دو تکه که برای صعودهای بلند و اکسپدیشن‌ها استفاده می‌شود.
۸. نیکون (Nikon) مدل coolpix s8200.
۹. در قسمت‌های آینده چگونگی فرود و مسیر بازگشت را به صورت کامل مطالعه خواهید کرد.
۱۰. خانم کتی و آقای سندی در داخل چادر بوده‌اند و بقیه تیم در داخل غار برفی بیواک کرده بودند. (مترجم)
۱۱. گپ (Gap) به معنای شکاف و درز می‌باشد که نویسنده در این گزارش هر کجا از عبارت "گپ مازنو" استفاده کرده منظور محل اتصال خط‌الرأس مازنو با توده‌های سنگی یال منتهی به قله نانگاپاربات می‌باشد. در قسمت یازدهم خط‌الرأس مازنو بر روی تصویر سراسری که از خط‌الرأس گرفته شده است، محل این اتصال مشخص است. (مترجم) ■

منابع:

<http://mazenoridge.com>
<http://wikipedia.org>
<http://tunchangizirvede.com>

تماس با ما:

Translation@hematshemiran.ir
 (کارگروه ترجمه گروه کوه‌نوردی همت شمیران)
 هرگونه کپی برداری جزئی یا کلی از این مقاله با ذکر دقیق منبع بلامانع است.

خط‌الرأس به صورت کامل و صعود قله نانگاپاربات بود به حقیقت پیوست. چیزی که در این بین بسیار آموزنده است و جای تأمل بسیار دارد این است که برنامه‌ای در این سطح هنگام صعود با حادثه قابل توجهی مواجه نیست، و دقیقاً مشکل باز هم در زمان فرود و در لحظات بازگشت از قله اتفاق می‌افتد.

نکته دیگر، برنامه‌ریزی و دقت تلاش کنندگان بر روی این خط‌الرأس است که با وجود این همه تلاش‌های ناموفق و موفق برای پیمایش و بازگشایی این مسیر توسط تیم‌های مختلف حتی یک مورد حادثه جانی نداشته است.

همچنین تجربه و سن نفرات این برنامه جای تأمل بسیار دارد و نشان می‌دهد برای فعالیت‌های بزرگ نیاز به دریایی از تجربه و پختگی است، طوری که اگر بدون چادر و به امید غار برفی بعد از روزها تلاش سنگین حرکت کنی و در مسیر برگشت بسیار کمتر از انتظارات فرود بیایی و به خاطر یک اتفاق، سه روز تشنگی را هم تحمل کنی، باز هم باید زنده بمانی و سالم برگردی.

در آخر امیدوارم تا همه عزیزان از ترجمه این گزارش لذت برده و از نکاتش استفاده کرده باشند. بسیار خرسند می‌شوم که اگر نکته یا تذکری در زمینه ترجمه وجود دارد، این لطف را به بنده بفرمایید و آن را به اطلاع من برسانید.

توضیحات:

۱. کتی یکی از اعضای شرکت‌کننده در این برنامه بوده که تمامی گزارش توسط ایشان تهیه شده است. برخی از یادداشت‌ها در همان زمان و برخی قبل از شروع برنامه و یا بعد از اتمام برنامه نوشته شده است. مترجم.

۲. برگرفته از سایت 8000ers.com

۳. وب سایت شخصی سندی آلان teama-scent.blogspot.com می‌باشد.

۴. وب سایت شخصی کتی ادود cathy-odowd.com است.

۵. مدل چادرهای استفاده شده mountain hardware ev2 می‌باشد. برای اطلاعات بیشتر از سایت زیر بازدید کنید. // www.mountainhardware.com

6. <http://www.mountainhardware.com/EV%E2%84%A2-2/OU9493,default.pd.html>

با مارک برخورد کردند. مارک مقداری غذا، مقداری نوشیدنی از فلاسک‌های شان و یک فنک برای روشن کردن گاز به آنها داد و آنها توانسته بودند بعد از سه روز تشنگی مقداری مایعات بنوشند.

آنها از دیواره کینشوفر فرود آمدند و در ساعت ۲۲:۴۵ خود را به کمپ ۱ رسانند و در چادرهای تیم جمهوری چک که در آن جا برپا بود خوابیدند. باربران ارتفاع هم در همان کمپ ۱ به آنها رسیدند.

روز هجدهم (نوزدهم ماه جولای):

آنها ساعت ۵:۰۰ بلند شدند و با کمک باربران ارتفاع توانستند بعد از ۱۸ روز دوری از کمپ اصلی دوباره ساعت ۸:۰۰ به آن جا بازگردند و تمام روز را در آن جا استراحت کنند.



ریک و سندی در کمپ اصلی دیواره دیامیر در کنار پاکستانی‌هایی که دیگر از همراهی کردن تیم ما خلاص شده بودند. صبح در چیلاس اخبار را دریافت کردیم. این اولین خبری بود که بعد از عصر روز ۱۶ جولای که شنیدیم آنها به مشکل و در دسر افتادند.

روز نوزدهم (بیستم ماه جولای):

آنها پیمایش را آغاز کردند و با ادامه دادن جاده حدود ساعت ۲۰:۳۰ خود را به چیلاس رساندند.

روز بیستم (یکم ماه جولای):

بعد از ۱۴ ساعت رانندگی از چیلاس به اسلام آباد برده شدیم.

روز بیست و یکم (بیست و دوم ماه جولای):

سندی و من به سمت لندن پرواز کردیم.

روز بیست و دوم (بیست و سوم جولای):

ریک و شرپاها به سمت خانه‌هایشان پرواز کردند.

سخن پایانی مترجم:

در نهایت با تمام خطرات و سختی‌ها، یکی از اهداف بزرگ هیمالیائوردان که پیمایش این

حمل ابزار و لوازم

مدیریت طناب‌ها و کوله‌ها

از T-Bloc های سبک برای بالا کشیدن وسایل استفاده کنید و در عین حال طناب‌تان را مرتب جمع کنید.

نویسنده: Matt Samet

ترجمه: زنده یاد جعفر ناصری

در مسیرهای آلفی خیس، که شما نیاز به همراه داشتن لباس و غذای اضافه دارید، و حمل آنها به هنگام صعود مشکل است، اما برای این کار راه حل ساده و در عین حال زمانبری وجود دارد، و آن شکلی از بالا کشی است که با آن یک سیستم اضافی به هر حمایت افزوده می‌شود. نمی‌توانیم بگویم تا به حال چند بار سیستم بالا کشی من با سیستم حمایت به هم پیچیده‌اند، و باعث شده تا وقتم را به جای صعود صرف مرتب‌سازی کنم. سرانجام به این نتیجه رسیدم که ساده‌سازی سیستم بالا کشی، و ایجاد حمایت مرتب می‌تواند دقیق و حتی ساعت‌ها را حفظ کند. در این جا به چند روش اشاره شده است.



کوله را مرتب بچینید

کوله چینی ضعیف یکی دیگر از دلایل گیر کردن کوله به لبه‌هاست. برای جلوگیری از گشتن‌های بی‌مورد، وسایلی که مصرف بیشتری دارند مانند غذا، کلاه گرم و دستکش‌ها را درون کوله و آب و لباس ضدباران را در قسمت بالای کوله قرار دهید. در خلال تلاش‌هایی که در تابستان داشتم دریافتم که بدترین مکان برای لباس‌های ضد باران ته کوله است. منبع: www.climbing.com

* مری ۳ درجه ۳ برف و یخ و سنگ‌نوردی

دوم را به بالا برگردانید، و حرکت را تکرار کنید. این تکنیک به سرعت بالا کشی با دست نیست، اما هر چه بار سنگین‌تر باشد این تکنیک کارآمدتر می‌شود.

مرتب‌سازی طناب

طناب در محل‌های حمایت انباشته و سردرگم و گره خورده می‌شود، برای جلوگیری از این امر می‌توانید از یک اسلینگ بلند برای جمع کردن طناب استفاده کنید. از اسلینگ‌های جداگانه برای صعود و سیستم بالا کشی استفاده کنید، و هر کدام از طناب‌ها را در حین جمع کردن به روش پروانه‌ای به طول یک دست در هر دو سمت اسلینگ آویزان کنید. هرگز به کشیدن و جمع کردن طناب صعود تا زمانی که بارها به کارگاه نرسیده‌اند، و طناب‌تان مرتب جمع نشده حتماً فکر هم نکنید. شما می‌توانید با جدا نگهداشتن دو طناب در دو سمت کارگاه از گره خوردن آنها جلوگیری کنید. اگر مجبورید دو کوله را از مسیر بالا بیاورید آنها را با هم در یک کوله جای دهید. کوله خالی را می‌توانید زیر کوله دیگر ببندید، این کار ریسک گیر کردن کوله‌ها را در زیر کلاهک‌ها به نصف کاهش می‌دهد.

استفاده از یک یا دو Tibloc

در حین بالا کشی‌های طاقت فرسا با دست سریع‌ترین راه برای گرفتن حمایت برای بارها به طوری که بتوانید بین کشیدن‌ها استراحت کنید، استفاده از یک کارابین و Tibloc Petzl در سیستم بالا کشی است. Tibloc یک وسیله خیلی سبک است، که به طناب اجازه حرکت روان در یک سمت را می‌دهد، ولی در سمت مخالف طناب را محکم نگاه می‌دارد. یک قرقره با گذراندن طناب از درون یک کارابین و Tibloc (باید در استفاده از آن به جهت صحیح کشش توجه گردد) در کارگاه ایجاد کنید. حالا شما می‌توانید در زمان بالا کشیدن هر گاه که لازم باشد طناب را رها کنید، بدون اینکه نگران سقوط بار باشید. اگر بخواهید انرژی دستانتان را برای صعود حفظ نمایید می‌توانید با اضافه کردن یک Tibloc دیگر از پاهای‌تان برای این کار استفاده کنید. Tibloc دوم را با یک اسلینگ بلند به ادامه سیستم بالا کشی متصل کنید، سپس با پا اسلینگ را به سمت پایین بکشید، تا طناب از درون قرقره کشیده شود. در حالی که Tibloc اول وزن بار را تحمل می‌کند شما می‌توانید Tibloc

حفاظت از طناب

ترجمه: احسان کنعانی
 نوشته: Lee Lang

ضرب المثل قدیمی «the person who steps on the rope buys beer»

کسی که پا روی طناب بگذارد، صلاحیت کوه‌نوردی ندارد. نشست بین‌المللی تخصصی نجات (ITRS) ماه نوامبر سال ۲۰۱۰ معنای جدیدی به خود گرفت. همه ما قبول داریم که خاک و کثیفی، استحکام طناب را کاهش می‌دهد. احتمالاً شن داخل طناب، فیبرهای موجود در آن را هنگامی که کشیده و جمع می‌شود در زمان استفاده ساییده یا پاره می‌کند. اما یک طناب خاکی و کثیف تا چه میزانی ضعیف و فرسوده می‌شود؟

کارگاه منجر به حادثه گردد. تا چند بار، می‌توانیم با اطمینان از طناب و طنابچه‌های مان استفاده کنیم؟ آیا شما هم، طناب انفرادی را به حلقه‌های حمایل هارنس خود همان‌گونه نصب می‌کنید که من طناب خود را نصب می‌کنم؟ آیا شما اغلب با طناب‌تان روی خاکی که موجب تخریبش می‌شود می‌نشینید؟ آیا شما طناب خود را در ابتدای صعود بر روی خاک پرتاب می‌کنید؟

Kolin Powick مدیر کیفی **Black Diamond** برخی از طناب‌های کهنه ۴.۹ میلی‌متری را امتحان کرد و به این نتیجه رسید که

و کشیدن، طنابچه در حدود ۲۰ درصد از استحکام خود را از دست می‌دهد. بعد از ۸ دوره در حدود ۴۰ درصد استحکام خود را از دست می‌دهد. ۴۰ درصد! بیشتر کوهنوردان از طنابچه‌های ۶ میلی‌متری استفاده می‌کنند، که در صورت نو بودن در حدود ۹۰۰ کیلو نیرو را تحمل می‌کنند. مطالعات ITRS نشان می‌دهد که آلوده شدن طنابچه این میزان را به ۵۴۵ کیلو کاهش می‌دهد. توجه داشته باشید که یک کوهنورد ۷۴ کیلوگرمی که به ارتفاع ۵.۱ متر از میانی بالا می‌رود و به سمت کارگاه سقوط می‌کند، نیرویی معادل ۸۱۶ کیلوگرم به کارگاه وارد می‌کند. کارگاهی که به طور صحیح و در جهت متناسب سقوط نصب نشده باشد می‌تواند به علت خاک آلود بودن طنابچه

تحقیقات ما که در ITRS ارائه شده است، تنها این را آزمایش کرده و یافته‌ها موجب شده که کوهنوردان در مورد وسایل و ابزار خود تجدیدنظر کنند. گرچه این بررسی بیشتر در مورد عملیات‌های نجات به صورت عمودی، انجام شده و در مورد کوه‌نوردی‌های معمولی نیز در حال حاضر کاملاً قابل استفاده است. در این آزمایش از طنابچه‌ای به قطر ۸ میلی‌متر و با گره پروسیک استفاده شد، طناب را عمداً در داخل آب پر از شن و ماسه غوطه‌ور ساخته و سپس کاملاً خشک کرده تا شکل کثیف به خود بگیرد. آن گاه وزنه ۴۵۰ کیلوگرم را به آرامی از آن آویزان کرده تا در حد امکان حالت واقعی هنگام عملیات نجات شبیه‌سازی شود. در این بررسی مشخص شد که بعد از یک‌بار عملیات آلوده کردن



نور آفتاب: تابش طولانی مدت اشعه ماورا بنفش، نایلون را از بین می‌برد. طناب‌ها و اسلینگ‌ها را در محلی دور از نور آفتاب نگه‌داری کنید.

گرمای ناشی از اصطکاک

نایلون به سرعت ذوب می‌شود، بسیاری از کوهنوردان طناب را از ابزار فرود بسیار داغ خود به سرعت و با عجله خارج می‌کنند، اما آیا گرمای کارابین یا زنجیری که روی آن فرود آمده‌اید را در نظر گرفته‌اید؟! فرود رفتن صحیح به جای پایین آمدن سریع نه تنها این مشکل را برطرف می‌کند بلکه دوام کارگاه را نیز بیشتر می‌کند.

اسید و دیگر مواد شیمیایی: این مواد را از طناب خود دور نگه دارید. مواد سفیدکننده مانند یداین و پروکسید هیدروژن موجب ضعیف شدن طناب‌ها می‌گردند. حداقل یک مورد گزارش سانحه در اثر پوسیدگی طناب به دلیل تماس با آب باتری اتومبیل گزارش شده است ■

امنیت طناب

ما از لی لانگ پرسیدیم که آیا شستشوی طناب موجب کاهش صدمات ناشی از خاک بر روی طناب می‌شود؟ تیم او هم اکنون در حال بررسی این موضوع است، اما او گمان می‌کند که این کار تأثیری نداشته باشد. "شستن، احتمالاً فقط گرد و خاک را به داخل قسمت‌های مرکزی طناب حرکت می‌دهد، چون در این حالت صابون به صورت یک ماده روان‌کننده عمل می‌کند که در بیشتر موارد نیز این ذرات در داخل مایع حل نمی‌شوند." بهترین راه برای حفاظت از طنابچه دور کردن آن از خاک در اولین گام است.

دیگر مخاطره‌های محیطی برای طناب که باید مورد توجه واقع شوند: آب: طناب تا ۳۰ درصد از استحکام خود را در صورت خیس شدن از دست می‌دهد. (که بعد از خشک شدن آن را به دست می‌آورد)

قسمت‌های کم‌رنج شده انتهایی آن، که بیش از اندازه از آن استفاده شده، تحت نیروی ۵۰۰ تا ۵۹۰ کیلوگرم پاره شدند. (به سایت www.blackdiamondequipment.com/en-us/journal/mountain/all/qc-labretiring-old-ropes-en-gb-en-eur مراجعه کنید)

من همواره به کوهنوردان توصیه می‌کنم که در مورد اتمام زمان استفاده از طناب، طنابچه‌ها و سایر تجهیزات نایلونی، تجدید نظر کنند. خاک خیلی بیشتر از چیزی که ما تصور می‌کنیم بر روی کیفیت این کالاها تأثیر می‌گذارد. لی لانگ Lee Lang به‌عنوان فردی که مدت ۲۰ سال کوهنوردی کرده و به‌عنوان عضو فعال در گروه جستجو و نجات کوهستان در لاریمار کانتی Larimar county ایالت کلرادو، مدیر انجمن ملی جستجو و نجات و ویراستار مجله تخصصی نجات Wilderness SAR است. نظرات ارایه شده در انتها نظرات شخصی ایشان بوده و نشان‌دهنده نظرات این سازمان‌ها نیست.

CASIO
G-SHOCK

عربه ساعت‌ها
فهره فبره
فهره آب
G-SHOCK



ارتفاع سنج

دما سنج

فشار سنج

قطب نما

شارژ خورشیدی، روشنایی اتوماتیک
مقاومت در برابر آب تا ۲۰۰ متر

آپدیت اطلاعات مکان از طریق سیگنال

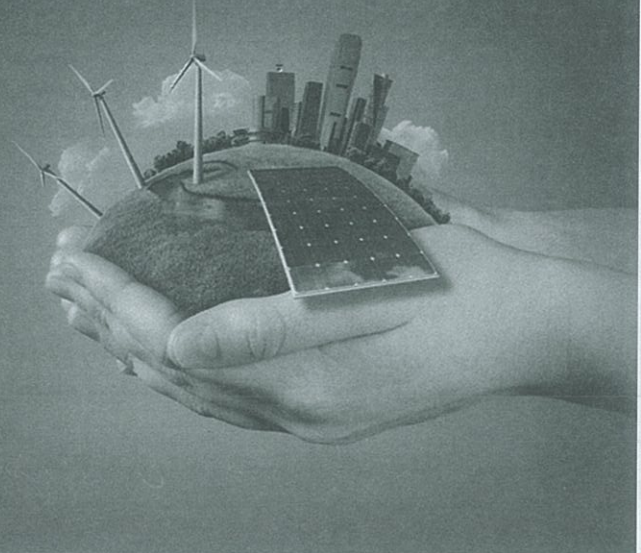
فروشگاه اینترنتی کاسیو کارمانیا

۰۹۱۹۸۰۱۳۵۵۶ - ۰۹۱۳۱۹۵۷۸۳۴

www.casiokarmania.com

فرهنگ انرژی‌های پاک
(بجای پدیده)

تالیف: احمد زاربولی



قوانین ورزشی

(قسمت چهارم)

گردآوری و تدوین: فاطمه تریان*

ورزشی به ورزشکار مسؤل و از باب ضمان مسؤل و موظف به جبران خسارت است.

بخش دوم- مسؤلیت مربیان در برابر ورزشکاران:

۱- قراردادی بودن ریشه مسؤلیت مربی:

مسؤلیت مربی نسبت به آسیب‌های بدنی ورزشکار ریشه قراردادی دارد و پایه آن را باید "تقصیر عهد" شمرد. زیرا مربی در اثر قرارداد با ورزشکار یا ولی او مکلف به حفاظت شده است.

۲- تعهد مربی در حفاظت:

تعهد مربی در حفاظت شامل سه گروه می‌گردد: اول در ارتباط با گروه سنی کودک در تعهد مربی، تقصیر مربی مفروض است. دوم در مورد افرادی که رشید هستند اگر حادثه‌ای رخ دهد، در صورتی ضمان آور است که مستند به تقریب او باشد. زیرا در مورد افراد رشید فرض بر این است که انسان عاقل حاکم بر عقل، رفتار و مسؤل جان خویش است و اینکه ورزشکار خود داوطلب تعلیمی شده است که به مرگ او منتهی شده است، و در نتیجه اینکه تعهد مربی ورزش و سرپرست ورزشی در حفاظت افراد رشید و عاقل تعهد به وسیله است، و تعهد به وسیله آن است که مربی ورزش و معلم سعی در محافظت و مراقبت از ورزشکار می‌کند، اما در صورت وقوع حادثه با رعایت موازین آن ورزش مسؤل نخواهد بود.

۳- مسؤلیت مربی در برابر اشخاص ثالث:

۱- در فرضی که ورزشکار در شرایطی است که دستورهای مربی را اجرا می‌کند و موضوعی انفعالی دارد و سبب اقوی از مباشر است، مسؤل جبران خسارت می‌باشد مگر اینکه ثابت کند تمام احتیاط‌های ضروری را رعایت کرده و یا علت خارجی و احتراز ناپذیر آن را به بار آورده است. ۲- در فرضی که ورزشکار در سطحی است که تنها با نظارت و هدایت عمومی مربی تمرین می‌کند، در صورتی مسؤل است که غفلت و تقصیر او ثابت شود و اثبات تقصیر بر عهده زیان دیده است.

۴- شرح ماده ۷ قانون مسؤلیت مدنی:

کسی که نگاهداری یا مواظبت مجنون یا صغیر، قانوناً یا بر حسب قرارداد بر عهده او باشد، در صورت تقصیر در نگاهداری یا مواظبت، مسؤل جبران زیان وارده از ناحیه مجنون یا صغیر می‌باشد. این حکم ناظر به مواظبت‌کننده از محجور است و حکم ماده ۷ را می‌توان مؤید مسؤلیت مربی شمرد.

بخش سوم: رابطه ورزشکار و موسسه‌های ورزشی

۱- رابطه ورزشکار با برگزارکنندگان مسابقات

ورزشی:

رابطه ورزشکار با باشگاهها و ترتیب دهندگان مسابقه‌های ورزشی مبتنی بر قراردادی است که در این زمینه بسته می‌شود، ویژگی

فصل سوم- خطای ورزشی و مسؤلیت ورزشی:

منبع: الزام‌های خارج از قرارداد: ضمان قهری، مسؤلیت مدنی، غصب و ...

نویسنده: دکتر ناصر کاتوزیان

بخش اول - مسؤلیت‌های ناشی از خطای ورزشی.

اجرای قواعد عمومی مسؤلیت در حقوق ورزشی ممکن نیست زیرا پاره‌ای از جرایم مانند ضرب و جرح در این زمینه مباح و گاه ممدوح است و بازیکنان، در رابطه میان خود و مربیان، پای‌بند قرارداد ضمنی هستند، که مهم‌ترین مشخصه آن پذیرش خطرهای متعارف ورزشی است که در اجرای قوانین ویژه بازی‌ها رخ می‌دهد، بنابراین "معیار تعیین خطای ورزشی" رفتار ورزشکاری آگاه و محتاط در شرایطی است که فعل زیان بار واقع می‌شود؛ عامل اضطرار و دفاع مشروع را نیز باید در این شرایط به حساب آورد. تجاوز از این رفتار متعارف خطا و سبب مسؤلیت مدنی است.

۱- در رابطه با ورزشکاران به هنگام بازی‌های

ورزشی:

بازیکنان در رابطه میان خود پای‌بند قرارداد ضمنی هستند که مهم‌ترین مشخصه آن وجود شرط پذیرش خطر ناشی از بازی‌ها و ورزش‌ها و به ویژه مسابقه‌های ورزشی است، مفاد این شرط چنین تعبیر یافته است که جز در مورد خطای ورزشی شدید طرف خود، همه خطرهای متعارف ورزشی را می‌پذیرند و از دعوی خسارت در این زمینه صرف نظر می‌کنند و عده‌ای بر این عقیده‌اند که در قرارداد ضمنی مربوط به پذیرش خطر، این قید وجود دارد که خطر ناشی از ورزش، متعارف و در حدود قوانین ورزش باشد و آنچه در اثر تجاوز به این قواعد فنی و متعارف رخ می‌دهد، تابع قواعد عمومی مسؤلیت مدنی است.

۲- در رابطه ورزشکاران و برگزارکنندگان مسابقه‌ها

با اشخاص ثالث (تماشاگران)

بازیکنان اگر در محل ویژه ورزش به بازی پردازند و قواعد آن بازی را رعایت کنند هیچ مسؤلیتی در برابر تماشاگران ندارند، زیرا از آنان جز رفتار متعارف ورزشی نمی‌توان انتظار داشت ولی اگر بازیکنی در محلی خارج از زمین به تمرین یا مسابقه پردازد و به دیگران صدمه بزند، مسؤلیت مدنی دارد؛ در صورتی که استقرار تماشاگران نامناسب باشد و در اثر اثابت توپ بازی آسیب ببینند، باید برگزارکنندگان مسابقه را مسؤل شمرد، گاه نیز خطای تماشاگر خطرآفرین است، و آسیب ایجاد شده بیش از هر چیز به تقصیر او نسبت داده می‌شود.

۳- در رابطه با ورزشکاران و مربیان و موسسه‌های

ورزشی:

رابطه میان موسسه‌های ورزشی با ورزشکاران و مربیان مبتنی بر قرارداد است، و اینکه در صورت ورود خسارت از سوی موسسات

SPORTS RULES

ماده واحد-۱- هر کس شخص یا اشخاصی را در معرض خطر جانی مشاهده کند و بتواند با اقدام فوری خود یا کمک طلبیدن از دیگران یا اعلام فوری به مراجع یا مقامات صلاحیت‌دار از وقوع خطر یا تشدید نتیجه آن جلوگیری کند بدون اینکه با این اقدام خطری متوجه خود او یا دیگران شود و با وجود استمداد یا دلالت اوضاع و احوال بر ضرورت کمک از اقدام به این امر خودداری کند، به حبس جنحه‌ای تا یک‌سال و یا جزای نقدی تا پنجاه هزار ریال محکوم خواهد شد.

بنابراین اگر معلم یا مربی ورزشی که پس از خاتمه کار خود، ورزشگاه را ترک و در مسیر با انسانی مواجه می‌شود که در اثر تصادف رانندگی به شدت مصدوم و راننده متواری شده است، و از کمک به او به بهانه اینکه او در حادثه مقصر نبوده و یا اگر مصدوم را به بیمارستان برساند تحت تعقیب قرار خواهد گرفت خودداری کند مجرم تشخیص و مجازات خواهد شد.

اما گاهی اوقات وضع به گونه‌ای است که کسی که شاهد و ناظر صحنه است با توجه به حرفه خود قادر به کمک بوده ولی به دلیل اینکه در وقوع حادثه نقش نداشته و یا تکلیفی قانونی و یا قراردادی مشخص به کمک شخص مصدوم ندارد کمک موثری نمی‌کند که در صورت عدم کمک مسؤول می‌باشد، هر چند به موجب قرارداد موظف به کمک به مصدوم نبوده باشد. به موجب این قانون هزینه درمان این قبیل بیماران و سایر مسایل مربوط به موجب آیین نامه‌ای به تصویب هیأت وزیران رسیده است، بنابراین اگر ورزشکار مصدوم با شرایط مذکور درمانی منتقل شود و مسؤولان آن مرکز به هر علتی از پذیرش خودداری کنند مجرم محسوب و مجازات خواهند شد. آگاهی مدیران ورزشی از مفاد این قانون دست آنها را برای احقاق حقوق قانونی مصدومین ورزشی باز می‌گذارد تا برحسب مورد پیگیری‌های قانونی را اعمال کنند.

نکات مهم در مورد کمک به مصدومین:

از جمله بهانه‌های واهی که بعضی از اشخاص برای خودداری از کمک به مصدومین مطرح می‌کنند نپذیرفتن مصدوم در مراکز درمانی و یا متهم شدن آنها به ایراد صدمه بر مصدوم است. قانون‌گذار برای تشویق افراد جامعه به کمک به این گونه مصدومین و دوری آنها از بی‌تفاوتی نسبت به حیات انسان‌هایی

این قرارداد در پذیرش خطرهای ناشی از آن ورزش و مسابقه‌هاست. ۲- تعهد ایمنی برگزارکنندگان: در قرارداد میان ورزشکاران و برگزارکنندگان شرط (تعهد ایمنی) مفروض است، ولی مفاد این شرط را باید محدود به تمهید وسایل ایمنی و کوشش در پرهیز از خطر کرد و تضمین نتیجه، به ویژه در خطرهایی که لازمه شرکت در مسابقه و مبارزه است، در قلمرو این شرط نمی‌آید، به بیان دیگر مفاد تعهد ایمنی ناظر به تعهد وسیله است نه کسب نتیجه مطلوب. پس در دعوی جبران خسارت، ورزشکار باید تقصیر خوانده و تفریط او در پرهیز از خطر و تمهید وسایل ایمنی اثبات شود.

قانون این‌گونه موسسات را به بیمه ورزشکاران در خطر موظف می‌کند و بیمه کردن ورزشکار یکی از وسایل ایمنی است که می‌توان او را در صورت حادثه از خطر مرگ و فلج شدن و سایر ناتوانی‌های جسمی و روحی نجات دهد، اگر این پیشنهاد به‌عنوان لازمه عرفی تعهد پذیرفته شود، باید گفت که موسسه‌های ورزشی در برابر ورزشکاران مسئولیت محض پیدا کرده‌اند و مظهر خارجی این مسئولیت حق بیمه‌ای است که می‌پردازند.

بخش چهارم- کمک به ورزشکار مصدوم:

حوادث ورزشی را نمی‌توان در تمامی موارد پیش‌بینی و از وقوع آن جلوگیری کرد و حتی گاهی باوجود پیش‌بینی، قابل جلوگیری نیست. در این بخش بحث از تکلیف مربی یا معلم ورزش در مواجهه با ورزشکاری است که به هر علتی مصدوم شده و کمک به او یکی از تکالیف قانونی آنهاست و نوع کمک و نحوه آن و نیز مسئولیت ناشی از قصور بستگی به شرایط دارد.

۱- ورزشکارانی که در معرض خطر جانی هستند:

صدمات وارده بر ورزشکار گاهی به قدری شدید است که متضمن خطر جانی است، و معلم یا مربی به موجب قانون موظف به هر اقدامی در جهت جلوگیری از خطر یا تشدید نتیجه آن خواهد بود. قانون مجازات خودداری از کمک به مصدومین و دفع مخاطرات جانی مصوب ۱۳۵۴ به تفصیل در مورد کلیه کسانی که از کمک به اشخاص مذکور خودداری کنند بر حسب مورد مجازات‌های جداگانه‌ای تعیین کرده است. این ماده واحده اختصاص به شخص یا گروه خاصی ندارد، بلکه مخاطب آن کلیه اشخاصی است که در سرزمین ایران سکونت دارند.

قبل از بررسی حقوقی مسؤلیت مدیران ورزشگاه‌ها تذکر دو نکته ضروری است اول اینکه در این بحث منظور از ورزشگاه هر محلی است که صرف‌نظر از وسعت و امکانات آن مستعد برای فعالیت‌های ورزشی است. نکته دوم توجه به معنای مدیر در این راستا است. مدیر هر کس که وظیفه اداره امور آن ورزشگاه را بر عهده دارد در صورت تخلف مسؤلیت خواهد داشت صرف‌نظر از دولتی یا خصوصی بودن، سوابق مدیریتی و یا سایر ویژگی‌ها و بنابراین واژه‌های سرپرست، مسؤل، رییس و ... با کلمه مدیر مترادف هستند.

مدیران ورزشگاه‌ها، مسؤلیت اداره فعالیت‌های ورزشی و غیرورزشی مرتبط را به عهده دارند و موظف هستند بدون دخالت در امور فنی ورزش‌ها، ایمنی همه کسانی را که تحت هر عنوان همچون مربی، ورزشکار، تماشاگر، کارکنان در ورزشگاه حاضر می‌شوند حتی همسایگان مجاور را در چارچوب وظایف خود تأمین کنند. بدون تردید و به استناد اصول کلی حقوقی اگر صدمه وارده به اشخاص یا اموال ناشی از تقصیر آنها باشد ملزم به پاسخگویی خواهند بود.

ورزشگاه به مثابه خانه دوم ورزشکار:

هدف از ورزش در قانون اساسی روشن‌گردیده و تردیدی در قدمت آن نیست و بنابراین مظهر آن - که ورزشگاه است الزاما باید تابعی از همین وصف باشد. از نظر افکار عمومی، ورزشگاه مکان امنی است که ملت، فرزندان عزیز خود را با اطمینان کامل برای تعالی و تکامل، نشاط و سلامتی و برومندی به آن‌جا گسیل می‌دارند. این اوصاف نشان می‌دهد که مدیر ورزشگاه امانت دار جامعه است و باید با تمام توان از امانات مردم یعنی کودکان، نوجوانان، جوانان و سایرین که به انگیزه‌های شرافتمندانه آن‌جا وارد و منزل دوم خود تلقی می‌کنند حمایت و حفاظت کند. فقدان مسؤلیت قانونی مدیران ورزشگاه‌ها یک تصور بی‌اساس است.

مدیر ورزشگاه باید همواره به تقدس ورزشگاه‌ها و تعهد خود نسبت به آن عنایت داشته باشد و حساسیت مسؤلیت‌های خود را درک کند.

مدیر ورزشگاه، اماکن و تجهیزات:

مدیر ورزشگاه مسؤل مراقبت از کلیه اشخاص اعم از ورزشکار، تماشاگر، کارکنان و ... در محدوده ورزشگاه در رابطه با تمامی اماکن، اسباب، وسایل و تجهیزات ورزشگاه است. این وظیفه حتی در بعضی موارد به همسایگان ورزشگاه نیز قابل تسری است؛ بنابراین مدیر مجموعه باید در آستانه شروع به تصدی این سمت از کلیه موارد فوق به طور دقیق بازدید و اشکالات موجود را به مقامات مسؤل گزارش و تصریح کند که استفاده از آنها متضمن وقوع حوادث ناگوار خواهد بود.

اعم از اینکه ورزشگاه دولتی باشد یا نباشد اگر خسارت ناشی از تقصیر مدیر باشد مسؤل خواهد بود به موجب ماده ۱۱ قانون مسؤلیت مدنی «کارمندان دولت و شهرداری و موسسات وابسته به آنها که به مناسبت انجام وظیفه عمدا یا در نتیجه بی احتیاطی خسارتی بر اشخاص وارد کنند شخصا مسؤل جبران خسارات وارده می‌باشند، ولی هرگاه خسارات وارده مستند به عمل آنها نبوده و مربوط به نقص وسائل ادارات و موسسات مزبور باشد در این صورت جبران خسارت بر عهده اداره یا موسسه مربوط است»، بنابراین گزارش نواقص می‌تواند رافع مسؤلیت مدیر ورزشگاه

که ممکن است با یک اقدام کوچک ولی انسانی نجات پیدا کنند راهکارهایی اندیشیده و مقرر می‌دارد که اولاً مسؤلان مراکز درمانی اعم از دولتی یا خصوصی که از پذیرفتن شخص آسیب‌دیده و اقدام به درمان او یا کمک‌های اولیه امتناع کند به بیشترین مجازات ذکر شده محکوم می‌شوند، ثانیاً مأمورین انتظامی نباید متعرض کسانی شوند که خود متهم نبوده و اشخاص آسیب دیده را به مراجع انتظامی یا مراکز درمانی برسانند بشوند.

۳- ورزشکارانی که صدمه آنها خطر جانی ندارد.

گاهی آسیب وارده به ورزشکاران از آنچنان شدتی برخوردار نیست که اطلاق عنوان خطر جانی میسر باشد، مانند در رفتگی شکستگی‌های غیر خطرناک، صدمه وارده به عضلات و ... و امثال آنها. در این موارد نیز هر چند خطر فوری نیست ولی اگر چاره‌اندیشی‌های مقتضی انجام نشود نتایج نامطلوب نیز دور از انتظار نخواهد بود. در همه این موارد نیز معلم یا مربی ورزش مکلف به کمک به ورزشکار مصدوم است که معمولاً به صورت کمک‌های اولیه اعمال می‌شود، تخلف از انجام این تکلیف اگر منجر به نتیجه سوئی گردد، موضوع مسؤلیت مربی قابل طرح است.

معلم ورزش و مربی مکلف به مراقبت از ورزشکار است و این تکلیف در زمان مصدومیت قوی‌تر خواهد بود. انجام کمک‌های اولیه از جمله اقدامات مراقبتی است که هر معلم یا مربی ورزش اولاً باید از کمک‌های اولیه آگاهی کافی داشته باشد ثانیاً ترتیب تقدم یا تأخر آنها را با توجه به وضعیت ورزشکار مصدوم بداند ثالثاً در اجرای آنها در صورت تحقق صدمه کوچک‌ترین تردید به خود راه ندهد.

۴- تجاوز از کمک‌های اولیه:

خودداری از کمک‌های اولیه می‌تواند موجبات مسؤلیت‌های قانونی را برای معلم یا مربی ورزش فراهم سازد و در عین حال اگر از حدود متعارف آن نیز خارج شود به علت ارتکاب جنایت باید پاسخگو باشد. بنابراین باید مرز میان کمک‌های اولیه صحیح و اقداماتی را که مداخله در امور پزشکی و جرم علیه ورزشکار محسوب می‌شود را ترسیم کرد و این خط را می‌توان در منابع علمی مربوط به کمک‌های اولیه به سهولت ملاحظه کرد. و فقدان وسایل کمک‌های اولیه و عدم آگاهی به اعمال آن، سلامت ورزشکاران را در معرض خطر جدی قرار می‌دهد. حمل ورزشکار مصدوم نیز یک موضوع بسیار مهم است. بی‌توجهی به نحوه حمل ممکن است موجب وخامت حال مصدوم و یا برای همیشه او را زمین گیر کند، و در چنین صورتی مرتکب مسؤل است هر چند انگیزه او نیک باشد.

انجام کمک‌های اولیه صرفاً باید از سوی کسانی انجام شود که با این امر آشنایی کافی دارند و در صورت بروز حادثه باید به سرعت تصمیم گرفت، و از مداخله اشخاص متفرقه قاطعانه جلوگیری کرد. فوریت از ضروری‌ترین ارکان اولیه کمک‌های اولیه است، و اتخاذ تدابیر احتیاطی مانع وخامت اوضاع و احوال خواهد بود.

فصل چهارم - مسؤلیت‌های قانونی مدیران در غیر عملیات ورزشی

برای افراد ایجاد گردیده لطمه‌ای وارد کند که موجب ضرر مادی یا معنوی دیگری شود مسئول جبران خسارت ناشی از عمل خود می‌باشد.

اسباب و لوازم ورزشی شامل کلاه ایمنی، بارفیکس، پارالل، دارحلقه و تجهیزات تصفیه آب و غیر آنهاست. در صورتی که این وسایل از مواد نامرغوب تهیه شود، و یا کاربری لازم را نداشته باشد و به هر صورت، صدمه‌ای به اشخاص وارد کند برحسب مورد تولیدکننده یا فروشنده ضامن است، همچنین هر تولیدکننده باید دستورالعمل نصب و نحوه استفاده را به نحو مقتضی به مصرف‌کننده آموزش داده و در مورد خطرهای استفاده از تولیدات خود که از آنها مطلع است و یا فرض بر اطلاع اوست هشدار دهد.

موضوع اماکن ورزشی را نیز باید در همین جا مطرح کرد. گاهی بر اثر ریزش جایگاه تماشاگران سقف ورزشگاه‌ها، سیم‌کشی غلط و یا هر اشکالی در ساختمان، تأسیسات اماکن ورزشی، حوادثی به وقوع می‌پیوندد، اما نباید چنین پنداشت که ضمانت اجرای صدمات ناشی از وسایل، تجهیزات و اماکن منجر به جبران خسارت است، بلکه اگر عمل جرم محسوب شود مرتکب مجازات نیز خواهد شد. توجه به مفاد تبصره ۳ ماده ۲۹۵ و ماده ۶۱۶ از قانون مجازات اسلامی نشان می‌دهد که مرتکب علاوه بر الزام به جبران خسارت وارده به مجازات‌های مقرر برحسب مورد محکوم خواهد شد.

تبصره ۳ ماده ۲۹۵- هر گاه بر اثر بی احتیاطی یا بی مبالاتی یا عدم مهارت و عدم رعایت مقررات مربوط به امری قتل یا ضرب و یا جرح واقع شود به نحوی که اگر آن مقررات رعایت شود حادثه‌ای اتفاق نمی‌افتاد قتل و یا ضرب و جرح در حکم شبه عمد خواهد بود.

ماده ۶۱۶- در صورتی که قتل غیرعمدی به واسطه بی احتیاطی و یا بی مبالاتی یا اقدام به امری که مرتکب در آن مهارت نداشته است یا به سبب عدم رعایت نظامات واقع شود مسبب به حبس از یک تا سه سال و نیز پرداخت دیه در صورت مطالبه از ناحیه اولیاء دم محکوم خواهد شد...، اما فروشندگان وسایل ورزشی نیز به نوبه خود ممکن است مسئول پیامدهای وسایل فروخته شده باشند. اگر این گروه مبادرت به فروش وسایل نامرغوب به جای مرغوب کنند و یا دستورالعمل استفاده از وسایل ورزشی خطرناک را به فروشنده تحویل نکنند و یا به انگیزه سودجویی بخشی از تجهیزات یک وسیله را تعویض و یا تغییر دهند و در اثر این گونه فعل و انفعالات حادثه‌ای بروز کند فروشنده علی‌الاصول ضامن خواهد بود.

بخش دوم: اقدامات حقوقی پس از وقوع حادثه:

با پذیرش این موضوع که وقوع حادثه در ورزش امری غیرعادی به نظر نمی‌رسد و قبول اینکه بسیاری از حوادث احترازناپذیر است بدون تردید اولین کسانی که باید در مقابل سوانح از نظر حقوقی پاسخگو باشند مدیریت‌های مسئول هستند. اعم از اینکه چه کسی مقصر بوده و یا اینکه اصولاً حادثه مقصری نداشته باشد و صرف‌نظر از محل وقوع که میادین، ورزشگاه‌ها، اردوها، استخرها، داخل وسایل نقلیه ورزشکاران، کوه و کوچه و خیابانی باشد که ورزشکاران برای عبور یا تماشا به آن‌جا در معیت مدیران اعزام شده‌اند، یا مدرسه، دانشگاه و امثال آن باشد، انجام

باشد.

- خلاصه اینکه مدیر ورزشگاه در محدوده مدیریتی خود وظیفه دارد که از وقوع حوادث یا اتخاذ تدابیر لازم جلوگیری کند، در چنین صورتی و حتی باوجود تحقق هر حادثه هیچ‌گونه مسئولیتی نخواهد داشت، و در غیر این صورت اگر در وقوع حادثه مرتکب بی احتیاطی، بی مبالاتی، عدم رعایت مقررات و یا غفلت شده باشد بر حسب نتیجه حاصله مسئولیت خواهد داشت.

تعامل مدیر ورزشگاه با ورزشکاران، مربیان و ... :

مدیران ورزشگاه‌ها نه وظیفه‌ای در باب امور فنی فعالیت ورزشی دارند، و نه اصولاً مجاز به دخالت در آن هستند، اما نظارت بر آنها در حدودی که مربوط به اختیارات و وظایف آنها باشد از تکالیف مدیران است.

بخش دوم- مسئولیت‌های حقوقی مدیران تیم‌های اعزامی:

در اعزام جمعی ورزشکاران جوان چه تدابیری باید اتخاذ شود؟

اعزام دستجات ورزشی جهت شرکت در مسابقات مختلف از امور متداول در ورزش است. در مورد بزرگسال بحث مسئولیت مدیریت کمتر مطرح است، زیرا این گروه از ورزشکاران بالغ، عاقل و مختار بوده و شخصاً مسئول حفاظت از خود خواهند بود، اما موضوع مهم در مورد اعزام دانش آموزان در قالب تیم‌های ورزشی است یعنی ورزشکارانی که به موجب قانون مراقبت و حفاظت از آنها در تمامی مدت بر عهده سرپرستان آنهاست. ماده ۷ قانون مسئولیت مدنی مقرر می‌دارد: «کسی که نگاهداری یا مواظبت مجنون یا صغیر قانوناً یا بر حسب قرارداد به عهده او می‌باشد در صورت تقصیر در نگاهداری یا مواظبت مسئول جبران زیان وارده از ناحیه مجنون یا صغیر است»، البته مسئولیت قانونی متخلف همیشه منحصر به جبران خسارت نیست چه بسا مواردی که سرپرست به علت تقصیر مسئولیت کیفری نیز داشته باشد.

در اعزام جمعی مسئولیت ورزشکاران از لحظه تحویل به سرپرست تا لحظه‌ای که از سفر باز می‌گردند بر عهده سرپرست تیم می‌باشد، و سرپرست تیم باید با اتخاذ تدابیری لازم از وقوع حادثه و گسترش ابعاد آن جلوگیری کند.

فصل پنجم- تجهیزات ورزشی و سازندگان وسایل

ورزشی:

بخش اول- مسئولیت‌های حقوقی سازندگان و فروشندگان وسایل ورزشی:

وسایل ورزشی با پیشرفت صنعتی جوامع از فن‌آوری‌های پیچیده‌ای برخوردار گردیده است و در هر کشور تعداد بی‌شماری در پرتو ساخت و تولید لوازم و اسباب ورزشی ارتزاق می‌کنند، و صاحبان سرمایه از این راه سودهای کلان به دست می‌آورند اساساً هر تولیدکننده تجهیزات ملزم به رعایت ضوابط قانونی ایمنی و حفاظتی در طراحی، ساخت و استفاده از آنهاست، همچنین تهیه‌کننده و فروشنده نیز چنانچه در اعمال مراقبت متعارف کوتاهی کند مقصر و مسئول خواهد بود؛ البته این قاعده که از ماده یک قانون مسئولیت مدنی قابل استنباط است منحصر به وسایل ورزشی نیست. ماده ۱- هر کس بدون مجوز قانونی عمداً یا در نتیجه بی احتیاطی به جان یا سلامتی یا حال یا آزادی یا حیثیت یا شهرت تجاری یا به هر حق دیگر که بموجب قانون

که کلیه مربیان، معلمان ورزش، سرپرستان و امثال آنها دارای یک بایگانی خصوصی در محلی غیر از محل کار خود باشند و تمام اسناد خدمتی خود را اعم از اصل یا تصویر در آن ضبط و نگهداری کنند زیرا در نظام ورزشی، موضوع مکاتبات، بایگانی و نگهداری مدارک و سوابق چندان جدی گرفته نمی‌شود، و به همین جهت ممکن است در زمانی که مدیر نیاز به مدرکی برای ارائه به دادگاه داشته باشد به علل مختلف همچون امتناع مدیر جدید از تحویل یا فقدان آن و ... امکان دسترسی به آن وجود نداشته باشد.

مدیر ورزشی موفق و در شرایط کنونی عبارت از یک انسان عضلانی با مهارت‌های ورزشی و چندین مدال رنگارنگ حتماً جهانی و انبوهی از ادعای واهی نیست، بلکه لازمه موفقیت در مدیریت ورزشی آگاهی، تدبیر، تخصص در اموری است که مأمور به انجام آن است، و از اهم آن آگاهی‌های حقوقی مربوط به وظایف اوست.

امید است که مطالب ارائه شده که بر گرفته از کتب مرتبط با حقوق ورزشی و مسوولیت ورزشی است راه گشا و حلال مشکلات پیرامون ورزش و حقوق ورزشی باشد و از اساتید محترم حقوق نیز به جهت اینکه مطالب ارائه شده به خوانندگان تلخیصی از کتب ایشان بوده است نیز دوباره کمال تشکر و قدردانی را دارد. ■

* وکیل پایه یک دادگستری

اقدامات حقوقی به‌طور قطع ضرورت دارد. در رأس این اقدامات حقوقی تنظیم صورتجلسه یا استشهاد و استعلام است. منظور آن است که مدیریت‌های مسؤول در چنین شرایط باید تمامی آنچه واقع شده است را مکتوب کرده و به امضای شهود برسانند، زیرا اولاً اثبات بی‌گناهی در محاکم دادگستری باید مستند به دلایل قانونی باشد و تنظیم چنین گزارشی یکی از معتبرترین اسناد برای دفاع خواهد بود، و در صورت فقدان اسناد لازم علی‌الاصول نظام قضایی گریبان مدیران را خواهد گرفت. دوم- فوریت تنظیم این صورتجلسه از ارکان اساسی است زیرا پس از وقوع همه اشخاص حاضر پراکنده شده و امکان دسترسی به آنها نیست و حتماً اگر چنین امکانی وجود داشته باشد به احتمال زیاد و بر اثر اتفاقات دیگران حاضر به امضا نخواهند بود مضافاً به اینکه امضاء صورتجلسه به تاریخ قبل از نظر حقوقی اعتباری ندارد. سوم- حادثه‌ای ممکن است پس از گذشت ماه‌ها منجر به نتیجه نهایی گردد، مانند اینکه ورزشکار در زمین بازی دچار خونریزی مغزی شود و چهارماه بعد به همین علت فوت کند در صورتی که صورتجلسه مذکور امضاء نشود و معلم ورزش مواجه با شکایت والدین به اتهام قتل غیرعمدی شود با کدامین دلیل باید از خود دفاع کند؟ چهارم چنین سندی در صورتی معتبر خواهد بود که شامل دو نکته مهم باشد. ۱- جزییات کامل حادثه ۲- مشخصات و امضای چند نفر از کسانی که در صحنه حاضر بوده‌اند، و این تعداد نباید از ۳ نفر کمتر باشند مگر اینکه کسی جز مصدوم و مربی یا معلم در محل حادثه حضور نداشته باشند. ۴- توصیه می‌شود

۱: در گزارش گشایش دو مسیر در ارمنستان (صفحه ۱۸ شماره قبل) اسامی سنگ‌نوردان عبارتند از:
(علی رستمی، حسین ابراهیمی، محمد تقی یزدانیان، محمود قویدل، حمید امینی ثانی،
علی مقیمی جبار صادقی، محمد صادقی) است.

۲: در مورد مقاله (فلسفه کوه‌نوردی) که در صفحه ۵۵ شماره گذشته چاپ شده بود، دو نکته شایان توجه است: اول اینکه پاراگرافی که به صورت مقدمه در ابتدای مطلب آورده شده است، مربوط به مقاله دیگری است که در چند شماره قبل چاپ شده و به طور اشتباه در اینجا آورده شده است.

نکته دیگر اینکه نوشته شده (بخش پایانی) که منظور پایان قسمت اول کتاب بوده است. به این امید که مترجم محترم (سرکار خانم پریسا حسین زاده) پوزش ما را پذیرا باشند.

۳: دو مقاله (عنکبوت سفید، فلسفه کوه‌نوردی) متأسفانه به موقع آماده نشد و ما شرمند
همنوردان شدیم.

آیا ورزش کوهپیمایی به تنهایی کافی است؟

علیرضا احمدی

پیرامون بهترین زمان و مدت لازم برای ورزش کردن نظرات متفاوتی وجود دارد. برخی معتقدند ورزش بایستی سه نوبت در هفته و به میزان هر جلسه حدود ۹۰ دقیقه انجام پذیرد، و برخی دیگر میزان فعالیت‌های ورزشی را در طول هفته ملاک عمل قرار می‌دهند، همچنین در مورد زمان مناسب ورزش هم نظریات متفاوتی وجود دارد. برای مثال صبح قبل از صبحانه تمرین کنید، زیرا چربی بیشتری می‌سوزانید، یا که بهتر است بعد از ظهر و عصر تمرین کنید، چراکه از توان و قدرت بدنی بیشتری برخوردار خواهید بود. شاید به درستی نتوان گفت که بهترین زمان و مدت لازم برای ورزش و تمرین چه میزان و زمانی است، اما در این مطلب به بررسی عوامل تأثیرگذار در این باره پرداخته می‌شود تا در نهایت بتوان زمان و مدت مناسب ورزش را به دست آورد.

که انجام یک ورزش منظم هفتگی در کاستن از میزان ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی مفید و مؤثر است. به گزارش خبرگزاری رویترز طبق تحقیقات صورت گرفته در دانشگاه شیکاگو حداقل دو ساعت انجام تمرینات ورزشی در هفته می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را بیش از ۵۰ درصد کاهش دهد. همچنین محققان دانشگاه کوین تورنتو دریافتند افرادی که یک یا دو روز در هفته به مدت حداقل ۱۵۰ دقیقه ورزش می‌کنند به میزان افرادی که در طول هفته ورزش می‌کنند سالم هستند. انجام متوسط فعالیت‌های منظم جسمی در یک یا چند روز از هفته بایستی به میزان سه ساعت باشد، اما زمان خاصی در این مورد توصیه نشده است. به عنوان مثال سلامتی فردی که به مدت حداقل ۱۵۰ دقیقه در روزهای آخر هفته انجام می‌دهد، با فردی که روزانه ۲۵ دقیقه ورزش می‌کند برابر است. این تحقیقات بیان‌گر آن است که خطر گسترش بیماری در افرادی که به ندرت و نامنظم فعالیت‌های ورزشی دارند، نسبت به افرادی که بیشتر اوقات و به طور منظم ورزش می‌کنند، بیشتر است.

کوهپیمایی و کوه‌نوردی ورزشی هوازی است، و افزایش استقامت قلبی تنفسی را به دنبال دارد. فعالیت‌های با شدت متوسط و نسبتاً طولانی که عضلات بزرگ بدن را فعال می‌کند، و عمده انرژی مورد نیاز برای اجرای آن از طریق دستگاه هوازی تأمین می‌شود فعالیت هوازی است. یکی از اصول اساسی تمرین‌های هوازی مداومت آن است، زیرا آمادگی به دست آمده از طریق تمرین‌های هوازی ذخیره نمی‌شود، و آثار آن با کنار گذاشتن فعالیت‌ها به سرعت از بین خواهد رفت، بنابراین انجام ورزش کوهپیمایی به طور منظم و حداقل سه ساعت در پایان هر هفته می‌تواند برای سلامتی بسیار سودمند و مؤثر باشد ■



بهترین زمان در طول روز برای تمرین و فعالیت ورزشی به طور گسترده‌ای به فرد، هدف و نوع تمریناتی که انجام می‌دهد بستگی دارد. نتیجه برخی مطالعات بیان‌گر آن است که قدرت بدنی در صبح در سطح پایینی است، و به تدریج بالا می‌رود تا در اوایل عصر به بالاترین حد خود می‌رسد، اما برخی فعالیت‌های ورزشی نیز هستند که این قاعده شامل آنها نمی‌شود، یعنی مهم نیست که چه زمانی به این نوع فعالیت پرداخته شود، به عنوان مثال، فعالیت‌های ورزشی که در طول تمرین از شدت پایینی برخوردار هستند مثل پیاده‌روی، کوهپیمایی آرام و دوچرخه‌سواری چندان تحت تأثیر اهمیت زمان اجرای آن قرار نمی‌گیرند.

بهترین زمان منحصر به فردی که برای همه مورد استفاده باشد وجود ندارد. باید زمانی از روز را انتخاب کنید که بتوانید مرتب در آن ورزش کنید، و زمانی باشد که شما را در استمرار به ورزش ترغیب کند، پس این زمان را کشف و انتخاب کنید.

در مورد مدت لازم جهت فعالیت‌های ورزشی، سازمان جهانی سلامت (world health organization) اعلام کرد که سه ساعت ورزش معمول و منظم هفتگی برای بزرگسالان ضروری و اجتناب‌ناپذیر است؛ همچنین متخصصان قلب و عروق نیز معتقدند

NEWS

کوتاه و خواندنی

تهیه، ترجمه و تنظیم: رضا زارعی



افغان‌ها در اوج

مستند "افغان‌ها در اوج" که از شبکه مستند پخش شد بازگو کننده روایت صعود چهار کوهنورد افغان در نخستین اکسپدیشن ملی این کشور به مرتفع‌ترین قله افغانستان، نوشاخ بود. ملنگ ۳۵ ساله، گرگ علی ۲۸ سال، عفت خان ۲۸ ساله و امرالدین ۲۵ ساله اعضای این تیم را تشکیل می‌دادند که به همراه دو مربی و راهنمای فرانسوی "جان آنکوین و سیمون دستان" موفق شدند در ماه جولای سال ۲۰۰۹ بر فراز این کوه مرتفع بایستند. افغان‌ها این صعود را "صعود امید" نام نهادند. افغانستان کشوری است که سال‌ها درگیر جنگ با تروریست و آشوب بود. با شنیدن نام این کشور همه یاد طالبان، تروریست و جنگ می‌افتیم در حالی که این کشور در گذشته به دلیل داشتن مناظر زیبا در دنیا شهره بوده است. مستند افغان‌ها در اوج و صعود قله نوشاخ علاوه بر تماشای زیبایی‌های طبیعت این کشور، گویای رویکرد جدیدی در زندگی مردمان پارسی زبان دامنه‌های هندوکش بود.

هفته اکتبر به همراه لولا، توو فرانسیس و توماس با یک شبانه‌روز پرواز خارجی و داخلی به کاروانسرای بیستون محل برگزاری سومین جشنواره بیستون رسیدیم. شگفتی نخست دیدن رخ پر عظمت دیواره



۵ خط‌های لاین در بیستون

شناسایی مرتفع‌ترین کوه دنیا نیز شده بود به واسطه یکی از عظیم‌ترین و حیرت‌انگیزترین پروژه‌ها در تاریخ علم صورت گرفت که طی آن ارتفاعات و مساحت هند با همکاری چندین هزار هندی با عنوان "محاسبه مثلثاتی بزرگ" (جی‌تی‌اس) نام نهاده شد. این پروژه در سال ۱۸۱۹ آغاز و حدود ۳ دهه به طول انجامید. این عملیات بیش از ۱۶۰۰ مایل (۲۵۷۰ کیلومتر) را پوشش می‌داد و در جریان آن افراد بی‌شماری عمدتاً بر اثر حمله ببرها یا ابتلا به مالاریا جان باختند.

اما بسیاری عامل اصلی شناسایی مرتفع‌ترین کوه دنیا را فردی به نام "راهانان سیکزار" می‌دانند. ریاضی‌دان جوانی که با رمزگشایی از داده‌های ریاضی موفق شده بود ارتفاع قله "اکس وی"، در رشته کوه‌های هیمالایا را اندازه‌گیری کند.

جان کی، مورخ بریتانیایی و نگارنده دو کتاب در این زمینه می‌گوید: "مهارت‌های ریاضی در کار سیکزار جنبه اساسی داشت و جورج اورست از او به‌عنوان یک نابغه کم‌نظیر نام می‌برد." "سیکزار نیز احتمالاً مانند جورج اورست هرگز کوه اورست را ندیده بود."

احتمال این‌که این کوه بلندترین قله جهان باشد، اولین بار در سال ۱۸۴۷ زمانی که مساحان آن را از نزدیکی دارجیلینگ، در شمال هند، رویت کردند، مطرح شد.

طی سه سال پس از آن، مساحان مختلف برای چندین بار مناظرات خود را ثبت کردند. اما تا تکمیل محاسبات مکرر برای آزمودن نتایج در سال ۱۸۵۶ اورست بلندترین قله جهان معرفی نشد. سیکزار، فرزند یک برهمن بنگالی، در اکتبر سال ۱۸۱۳ در جوراسانکو، شهر قدیمی کلکته، متولد شد.

او در کالج معروف هندو در این شهر به مطالعه ریاضیات پرداخت و به اصول زبان انگلیسی آشنا شد.

سیکزار که انسانی پرکار بود، هرگز ازدواج نکرد و زندگی خود را وقف محاسبات پیچیده ریاضی کرد.

سر به فلک کشیده و ۱۲۰۰ متری بیستون بود زمانی‌که از خواب خوش صبحگاهی بلند شدیم! در محل کاروانسرا کوهنوردان ایرانی و خارجی در یک فضای دوستانه همگی در کنار یکدیگر ساکن بودند. برنامه روزانه افراد علاوه بر سنگ‌نوردی و دیواره‌نوردی، پرش از روی دیواره و بالگرد و البته "های لاین" و در برخی موارد شهرگردی بود. روزهای جشنواره برای من باشکوه و پایان نیافتنی و البته همراه با تجربیات جدید بود.

مطلب بالا با عنوان "ایران؛ کشف یک کشور استثنایی" توسط Nathan PAULIN "های لاینر" حاضر در جشنواره بیستون همراه با تصاویری زیبا از حضور او در ایران در وبسایت وی منتشر شده که خواندنش خالی از لطف نیست.



اول دسامبر برابر است با سال‌روز درگذشت کنل سر جورج اورست، رییس سازمان نقشه‌برداری هندوستان. او در ۴ جولای ۱۸۹۰ در Gwernvale مانور در غرب Crickhowell ولز متولد شد و طی سال‌های ۱۸۳۰ تا ۱۸۴۳ به‌عنوان رییس سازمان نقشه‌برداری هندوستان فعالیت کرد. اگرچه سال ۱۸۶۵ به دستور انجمن سلطنتی جغرافیا و بنا بر توصیه‌نامه اندرو واگ، رییس وقت ممیزی بریتانیا در هندوستان نام او بر روی بلندترین قله جهان نهاده شد، اما واقعیت آن است که خود سر جورج هیچ‌گاه این کوه را از نزدیک ندیده بود. در واقع عمده تلاش‌های صورت گرفته که منتج به



بوکرایف بر فراز اورست

"کوه‌ها مکانی برای رسیدن ما به خودخواهی‌های مان نیستند. آنها مکان‌های مقدسی هستند برای عبادت ما" آناتولی بوکرایف

در روز ۲۵ دسامبر آناتولی بوکرایف کوهنورد نامدار قزاق بر اثر سقوط بهمن در تلاش زمستانی آناپورنا جان خود را از دست داد. هنوز بیش از ۳ هفته از دریافت جایزه David A. Sowle از سوی آلباین کلاب آمریکا به او برای نجات جان برخی از همنوردانش در حادثه تلخ اورست ۹۶ نگذشته بود که به دعوت سیمون مورو که آن زمان کوهنورد چندان شناخته‌شده‌ای نبود راهی آناپورنا دهمین ۸۰۰۰ متری دنیا برای صعود زمستانی این کوه گردید. آناتولی، سیمون مورو و دیمیتری سوبولوف، فیلم‌بردار قزاقستان تیم کوچکی را روی جبهه جنوبی این کوه تشکیل می‌دادند. آنها قصد داشتند پس از جریزی کوه‌شکا و آرتور هایزر کوهنوردان لهستانی که در ۳ فوریه ۱۹۷۸ موفق به صعود زمستانی این کوه شده بودند، دومین صعود آناپورنا در زمستان را عملی سازند.

حدود ظهر روز ۲۵ دسامبر مورو و بوکرایف در حال نصب طناب ثابت دهلیزی در ارتفاع ۵۷۰۰ متری بودند که شکست بخشی از نقاب یال غربی کوه آنها را در بر گرفت. در این حادثه سیمون مورو بسیار خوش شانس بود که تنها یکصد متر پایین تر و در نزدیک دره‌ای عمیق متوقف شد؛ اما بوکرایف و دیمیتری سوبولوف به اعماق دره‌های آناپورنا سقوط کردند و از دید مورو ناپدید شدند. سیمون مورو خود را به سختی به کمپ اصلی رساند و از آنجا با بالگرد برای عمل تاندرول پاره شده دستش راهی بیمارستانی در کاتماندو گردید.

اخبار این حادثه تلخ تنها یک روز بعد به نیومکزیکو رسید تا لیندا وایلی برای یافتن او راهی نپال شود. جستجوی زمینی و هوایی برای یافتن اثری از آنها بی نتیجه ماند. چند روز بعد و در ۳ ژانویه جستجوگران توانستند خود را به کمپ آنها و چادر خالی بوکرایف برسانند. در نهایت لیندا در بیانیه‌ای تلخ و غم‌انگیز ابراز داشت: "این پایان کار است، دیگر آمیدی

محسوب می‌گردد؛ به طوری که هزینه انتقال هر کیلوگرم بار ۱۵۰ روپیه است و همین امر موجب شده تا هر کپسول گاز ۱۰ هزار روپیه و البته یک فنجان چای به مبلغ ۲۵۰ روپیه به فروش رسد!

علاوه بر هزینه بالای مواد غذایی هرساله به دلیل خرابی هوا ده‌ها گردشگر در بازگشت به کاتماندو روزها در منطقه سرگردان می‌شوند و پس از بازگشایی راه، قیمت پروازها برای بازگشت به کاتماندو به ۵۰۰ دلار برای هر نفر افزایش می‌یابد! در سال ۲۰۱۱ تعداد ۳۰۰۰ گردشگر به دلیل خرابی هوا در لوکلا به مدت ۶ روز محبوس شدند! همین امر موجب نایب شدن مواد غذایی گردید!

به گفته آنگ شرینگ رییس اتحادیه کوهنوردی نپال تقاضای تورگردان‌ها رساندن جاده تا روستای سورخه در دو ساعتی لوکلا است.

مسیرگیری نخستین راه دسترسی به کمپ اصلی اورست محسوب می‌گردید که پیشگامان سال‌های دور و نخستین کوهنوردان برای دسترسی به کوه راه‌پیمایی خود را از آنجا آغاز می‌کردند. در سال ۱۹۶۴ فرودگاه لوکلا توسط صندوق حمایت از هیمالیا که ادموندهیلاری آن را بنا نهاده بود ساخته شد. و به این شکل سفر ۹ روزه جیری به لوکلا به ۴۵ دقیقه با بالگرد کاهش یافت.

لازم به ذکر است سالانه بیش از ۳۵۰۰۰ گردشگر برای بازدید از پارک ملی ساقاراماتا وارد منطقه می‌شوند و گردشگری این ناحیه از درآمدهای بالای دولت مرکزی به حساب می‌آید.

سال‌ها بود سازمان‌های طرفدار حفظ محیط کوهستان در مقابل راه‌سازی در مناطق مختلف کوهستان‌های نپال مقاومت می‌کردند؛ اما به ظاهر افزایش رشد گردشگر و میل به درآمد بیشتر به مرور موجب تغییر در تفکر محیط زیستی منطقه گردیده!

از نکات جالب در تغییرات محیط زیستی حتی در کشور فقیری چون نپال اجرای فعالیت‌ها با دستور دولت مرکزی است. در مقابل در کشورمان همه ساله شاهد راه‌سازی توسط عوامل محلی شورایی‌ها هستیم. نمونه این تخریب‌ها را همواره در دماوند، علم کوه و سبلان و سایر کوه‌های مرتفع کشورمان شاهدیم.

جورج اورست بی‌وقفه در حال ستایش از این نابغه ارقام بود و یک بار نوشت که سیکزار "یک مرد جوان نیرومند و سرشار از انرژی است که حاضر است برای احراز دانش عملی در کلیه ابعاد حرفه خود، سختی‌ها را به جان بخرد."

شاید همین امر موجب گردید تا سرجورج اورست به شدت با نام‌گذاری مرتفع‌ترین کوه دنیا به نام خودش مخالفت کند. امری که سرانجام محقق گردید و با وجود گذشت بیش از یکصدوپنجاه سال همچنان به نام او شناخته می‌شود. جورج اورست پس از بازنشستگی به انگلستان بازگشت و به‌عنوان همکار در انجمن جغرافیای سلطنتی به کار مشغول شد. او در سال ۱۸۶۱ لقب شوالیه گرفت و یک‌سال بعد معاون انجمن جغرافیای سلطنتی شد. اورست در لندن در ۱ دسامبر سال ۱۸۶۶ درگذشت و در کلیسای سنت اندرو، هائو، در نزدیکی برایتون به خاک سپرده شد.

دولت نپال برنامه‌ریزی برای تأسیس جاده‌های ماشین رو به سمت لوکلا را آغاز کرده. با توجه به مشکلات هر ساله در زمان هوای خراب که موجب لغو پروازهای کاتماندو - لوکلا می‌گردد و ده‌ها جهانگرد و افراد بومی را در منطقه متوقف می‌کند، همچنین هزینه‌های بالای اجاره بالگرد، آنها قصد دارند از طریق روستای جیری مسیری ماشین رو را به سمت روستای سورخه در دو ساعتی لوکلا ایجاد کنند.

روستای لوکلا با ارتفاع ۲۸۶۰ متر به دلیل وجود فرودگاه تنسینگ - هیلاری همه ساله مورد توجه جهانگردان برای آغاز کوه‌پیمایی به سمت کمپ اصلی اورست قرار می‌گیرد. اما سال‌های اخیر هزینه بالای انتقال کالا موجب شده تا تجار فشار زیادی را به دولت مرکزی جهت ایجاد راه ماشین‌رو به سمت لوکلا وارد سازند.

در این رابطه سخنگوی دولت اعلام داشت: دولت مرکزی بودجه‌ای را برای آغاز این پروژه در سال جاری تخصیص داده و انتظار می‌رود طی سال‌های آینده مشکلات ورود و خروج گردشگر به منطقه به حداقل برسد. این جاده از راه سالاری در ارتفاع ۲۲۸۹ متر به طول ۲۲ کیلومتر ایجاد خواهد گردید.

منطقه سولوخومبو به دلیل علاقه‌مندی بسیار گردشگران به بازدید از آن و همچنین هزینه بالای انتقال کالا ابه‌وسیه بالگرد جزو گران‌ترین مناطق برای سکونت اهالی

به یافتن زنده او نیست...".

بوکرایف ۹ ماه قبل جزییات مرگش در بهمن را به خواب دیده بود. زمانی که دوستان او سعی داشتند مسیر زندگی اش را تغییر دهند او ابراز داشت: "کوهها زندگی من هستند. دیگر ورود به راهی متفاوت برای من دیر شده".



و اینک در اردوگاه اصلی کوه، بنای یادبودی برای او ساخته شده که بر روی آن نوشته شده: کوهها م.....

صعود انفرادی چیست؟ در تعریف صعود انفرادی آمده:

صعود انفرادی صعودی است که فرد بدون کمک و حمایت و همراهی سایرین مبادرت به صعود از کوه می کند. معمولاً کوهنوردان صعود انفرادی را به منظور تمرین برای سایر سبک های صعود انجام می دهند.

صعودهای انفرادی دارای دو سبک است:

فری سولو: صعودی است بدون کمک و یاری از هرگونه ابزار و طناب که از سقوط فرد جلوگیری می کند.

سولو: صعودی است که فرد با کمک ابزار و طناب اقدام می کند و در صورت سقوط ابزار به کمک وی خواهد آمد.

شیوه های صعود انفرادی:

با استفاده از ابزار صعود انفرادی و صعود به صورت سرطناب

صعود بر روی طناب با استفاده از ابزارهای یک طرفه

صعود بدون کمک و یاری ابزار و کاملاً آزاد که فری سولو نامیده می شود.

در میان صعودهای انفرادی مشهور دنیا به برخی اشاره می نمایم:

صعود انفرادی والتز بوناتی از دماغه زموت بر روی دیواره شمالی ماترهورن

صعود انفرادی والتز بوناتی به برج بوناتی بر روی دیواره درو

صعود انفرادی راینولد مسنر از جبهه شمالی اورست

صعود انفرادی هنس یورگ آوور از مسیر

گرده ماهی در مارمولادای دولومیتها صعود انفرادی اولی استیک از دیواره شمالی آیگر .

بدیهی است هزینه های خطا در صعودهای انفرادی بسیار بالاست و در بیشتر موارد می تواند موجب مرگ افراد شود و کسی که قصد مبادرت به چنین صعودهایی را دارد باید به سطحی برسد که خود را شایسته چنین ریسکی بداند.

چرا انفرادی؟

معمولاً نبود هم طناب و همراه مناسب در صعود که به دلیل صعودهای متعدد و متوالی صورت می گیرد از عوامل اولیه روی آوردن افراد به صعود انفرادی است. ضمن آنکه گاهی با صعودهای متوالی فرد به چنان تبحری می رسد که نمی تواند سایرین را در ریسک صعودهای خود شریک بداند.

توان بدنی بالا - توان فنی بالا - آشنایی کامل با مسیر - درجه صعود مناسب - همه از عواملی است که به صعودکننده کمک می کند تا تلاش موفق و بی خطری را داشته باشد.

و البته:

سرعت عمل بالا - سبکیار بودن (منظور بهره گیری از حداقل لوازم با بیشترین کارایی است) - هزینه کمتر - و... از مزایای این سبک به شمار می آید.

بدیهی است ایمنی در صعودهای انفرادی بدون ابزار (فری سولو) بسیار پایین تر از صعودهای انفرادی با ابزار است و البته مطمئن ترین راه صعود، صعود با هم طنابی متبحر می باشد.

از مهم ترین ویژگی های صعود انفرادی نبود هرگونه مشوق و البته همراه در صورت بروز حادثه می باشد که فرد باید به تنهایی خود را از مهلکه نجات دهد!

در برنامه ریزی صعود یک کوه، صعود انفرادی همیشه یک چالش است. کسی تا به حال K2 را انفرادی صعود نکرده است. این یک رویای زیباست.

"ژان کریستوف لافائل"

نخستین صعود بریتانیایی اورست

بر خلاف این تفکر که همگان بریتانیایی ها را به واسطه صعود سال ۱۹۵۳ نخستین صعودکنندگان اورست می دانند، اما به دلیل آنکه در آن صعود یک کوهنورد نیوزلندی به نام ادموند هیلاری و یک شریک نپالی یعنی

شریا تنسینگ موفق شدند به قله برسند، می توان گفت تا سال ۱۹۷۵ و زمانی که دوگ اسکات و دوگال هستون توانستند از مسیر دیواره جنوب غربی به قله برسند پای هیچ بریتانیایی به قله اورست نرسیده بود. در واقع تا آن زمان بریتانیایی ها تنها به نام گذاری این کوه و تغییر نام های محلی آن از ساقاراماتا در نپال و چمولونگما در تبت به اورست که یک مساح (سر جورج اورست رییس سازمان جغرافیایی هند) بود دل خوش بودند.

در روز ۲۶ می ۱۹۵۳ و تنها سه روز پیش از نخستین صعود اورست توسط هیلاری و تنسینگ، دو کوهنورد بریتانیایی به نام های تام بوردیلون ۳۱ ساله و چالز اوانز ۳۴ ساله موفق شدند تا قله جنوبی اورست پیشروی کنند، اما آنها به دلیل کمبود اکسیژن در مخزن های خود تصمیم به بازگشت گرفتند و به راحتی جای خود را برای نخستین صعود قطب سوم کره زمین به ادموند هیلاری و تنسینگ نورگی نپالی دادند! به این ترتیب تفکر بریتانیایی ها برای نخستین صعود اورست توسط هموطنانشان که از سوی جان هانت سرپرست تیم اعمال می شد با این شکست تا ۲۲ سال بعد به تأخیر افتاد.

به این ترتیب در روز ۲۲ سپتامبر "دوگ اسکات" و "دوگال هستون" موفق شدند زحمات تیم را به ثمر رسانده و قله را در هوایی رویایی و بسیار صاف صعود کنند. آنها در ساعت سه بامداد تلاش خود را برای صعود آغاز کردند و در حوالی غروب به قله اورست می رسیدند. هنگام بازگشت و بعد از قله جنوبی اورست به علت فرا رسیدن شب آنها بدون چادر و کیسه خواب در ارتفاعی حدود ۸۷۰۰ متری (قله جنوبی) در یک حفره برفی بیواک کردند. تا آن زمان هیچ کس در چنین ارتفاعی شب را سپری نکرده بود. خوش بختانه فردا صبح در هوایی مناسب آن دو به چادر خود بازگشتند و به این صورت جبهه جنوب غربی اورست تسلیم اراده کوهنوردان شده و نخستین صعود کوهنوردان بریتانیایی به بام دنیا اورست با موفقیت صورت گرفت.

*(این صعود در ایران با کتاب جذاب اورست، مسیر دشوار به قلم کریس بانینگتون و ترجمه جمشید هدایت نسب شناخته شده است.)

ژان آفاناسیف درگذشت

عصر روز ۱۰ ژانویه در پاریس ژان آفاناسیف راهنمای کوهستان های شامونی و عضو

اقیانوسی از شن و ماسه!

به منظور نشان دادن تاثیرات گرما بر کره زمین "ویل گد" اقدام به یخ‌نوردی بر روی یخچال‌های رو به زوال دامنه‌های کلیمانجارو کرد. حدود ۸۵ درصد یخ‌های کلیمانجارو از سال ۱۹۱۲ تا ۲۰۱۲ نابود شده‌اند و پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۰ تمامی یخچال‌های دامنه این کوه محو شوند.



آلن روبر سنکورد و سولوکار فرانسوی در حال صعود از ساختمان

آلن روبرت سنکورد و ساختمان‌نورد فرانسوی معروف به مردعنکبوتی، تاکنون بیش از ۷۰ ساختمان و برج مرتفع در دنیا را صعود کرده و دفعات متعددی نیز توسط پلیس بازداشت شده. برج ایفل، ساختمان امپراتور، برج پتروناس، از جمله مکان‌هایی است که به وسیله مرد عنکبوتی صعود شده‌اند و البته در پایان بیشتر صعودها وی توسط پلیس بازداشت شده تا لقب خلاف‌کارترین سنکورد دنیا را به خود اختصاص دهد.

اما گذشته از ذات فعالیت او که سنگ‌نوردی است، بالا رفتن از ساختمان‌ها مورد توجه خاص عموم قرار داشته و موجب جلب نظر هزاران نفر در هریک از تلاش‌های او بوده است. طبیعی است با اعلام حضور او در هر برنامه می‌توان شاهد جمعیت زیادی برای تماشای صعود از ساختمان یا برج مورد نظر بود. چیزی که در سنگ‌نوردی نادر و او را به‌عنوان پرطرفدارترین سنکورد دنیا به شهرت رسانده!



تصویر از سایت مونت اورست

در بخشی از صعود بسیار در تنگنا بوده و حتی تصمیم به پایان دادن به برنامه را داشته. اما با تلاشی بیش از حد انتظار موفق به ثبت رکورد خود می‌شود.

شرایط خاص کوه دماوند به ویژه از مسیر جنوبی به صورتی است که به دلیل نبود موانع فنی می‌توان در فصول مناسب، شرایط هوایی خوب و البته با آمادگی جسمانی لازم به راحتی اقدام به صعود آن کرد. حتی گاهی در تبلیغات شرکت‌های خارجی دماوند را "کوهی ۶۰۰۰ متری بدون نیاز به کلنگ و کرامپون" می‌نامند!

کوهنورد سخت‌کوش آمریکایی لانی داپر **Lonnie Dupre** سرانجام پس از سه بار ناکامی موفق شد ساعت ۱۴، روز یازده ژانویه نخستین صعود انفرادی ماه ژانویه دنالی مرتفع‌ترین کوه آمریکای شمالی به ارتفاع ۶۱۹۵ متر را تحقق بخشد. تا سال ۲۰۱۳ دلایل ناکامی او برودت ۵۰- درجه و سرعت بادهای بیش از ۱۰۰ مایل و کوتاه بودن روزها بوده است؛ سرانجام لانی صعود نهایی خود را با کوله‌باری سبک در ساعت ۳/۳۰ دقیقه بامداد آغاز کرد و در ساعت ۱۴ موفق به صعود قله شد.

کوه مک کینلی و به گفته اقوام محلی، **دنالی** با ارتفاع ۶۱۹۵ متر بلندترین قله آمریکای شمالی در آلاسکا واقع گردیده. نزدیکی این کوه به مدارهای شمالی زمین موجب گردیده تا زمستان‌ها دارای روزهای بسیار کوتاه باشد، از این‌رو تلاش‌های زمستانی بسیار اندکی بر روی آن صورت گرفته است.

در واقع تنها ۹ گروه در زمستان بر روی دنالی فعالیت کرده‌اند که حاصل آن صعود شانزده کوهنورد و کشته شدن شش نفر بوده است. در میان صعودکنندگان زمستانی این کوه نیز تنها یک تیم شامل سه کوهنورد روس موفق شده‌اند دنالی را در تاریک‌ترین ماه سال یعنی ژانویه صعود کنند.

لونی نویسنده، عکاس، نجار و مدافع سرسخت زیست محیط زمین در واقع یک پیمايشگر قطب نیز می‌باشد. او این بار نیز همچون سال قبل چادری به همراه نداشت و تنها از غار برفی که گرم‌تر و راحت‌تر از چادر است در تلاشش بهره می‌برد.

یخ‌نوردی از کوه یخی در

نخستین تیم فرانسوی صعودکننده اورست پس از یک‌سال تحمل سرطان در سن ۶۱ سالگی درگذشت.

در روز ۱۷ اکتبر ۱۹۷۸ آفاناسیف به همراه نیکولاس جاگر و پیر مازور موفق به نخستین صعود فرانسوی اورست شدند. صعودی که بازگشت از ارتفاع ۸۳۰۰ متری آن با اسکی صورت گرفت. آفاناسیف که متولد سال ۱۹۵۳ بود در سن ۱۵ سالگی به ورزش کوه‌نوردی روی آورد و از ۱۸ سالگی بسیاری از جبهه‌های مهم کوه‌های شامونی نظیر گرانندژوراس، اگوی ورت و جبهه ایتالیایی‌ها در مون بلان را صعود کرد. در ۲۱ سالگی آخرین کوه صعود نشده در **Kerguelen Islands** یعنی کوه رز را صعود کرد. پاتریک بودین، پاتریک کوردیر و دنیس داکروز دیگر راهنمایان همراه او در این صعود بودند.

فیلم‌برداری در کوه‌ها از دیگر علایق آفاناسیف بود و تلاش‌های او در این راه در ماکالو، کی‌تو، برودبیک، نانگا پاربات و دوبار حضور در آمریکای جنوبی و فیتزروی به یادگار مانده و او را صاحب عناوین بسیاری نیز در جشنواره‌های مختلف کرده است. وی سرانجام در روزهای شلوغ پاریس (به‌خاطر حملات تروریستی) در سکوت فصل سرد زمستان بر اثر سرطان درگذشت. یادش گرامی



Lutz Eichholz تک چرخ سوار

آلمانی موفق شد به قول خودش رکوردی جهانی را بر روی کوه دماوند به ثبت رساند. و البته این رکورد نه در صعود به کوه بلکه در بازگشت از قله آن هم با یک **unicycles** یا تک چرخه انجام شد! وی در وب سایت خود این رکورد را حاصل ۱۰ سال تمرین و تلاش و سه سال برنامه‌ریزی می‌داند.

صعود و بازگشت از دماوند برای این کوهنورد و تک چرخ سوار بلندترین آزمایشی است که تاکنون موفق به انجام آن شده. تلاشی که در نوسان هوایی ۷- تا ۴۰ درجه سانتیگراد صورت گرفته. خودش می‌گوید به دلیل شرایط ارتفاع

آغاز کار با حضور در سالن سنگ نوردی

در سالن‌های سنگ‌نوردی معمولاً حمایت‌های خودکاری نیز وجود دارند. بهره‌گیری از افراد برای حمایت را برطرف می‌کند. شما در ابتدای کار به جای خرید ابزار تا زمان علاقه‌مندی‌تان به این رشته می‌توانید برخی لوازم را در سالن کرایه کنید. منتظر شما در سالن سنگ‌نوردی هستیم. مطمئن باشید از این ورزش لذت خواهید برد.



حتماً طی روزهای اخیر اخبار صعود به دیواره یوسمیتی از مسیر داون‌وال را شنیده‌اید و ممکن است این سؤال که چرا این صعود تا به این حد مورد توجه واقع شده برای‌تان مطرح شده باشد. در این‌جا به چند پرسش و پاسخ در مورد این صعود و تفاوت آن با سایر صعودهای دیواره‌ای در دنیا می‌پردازیم.

نخست آن که صعود آزاد **free climbing** چیست؟ و چه تفاوتی با صعود آزاد انفرادی **Free-solo climbing** دارد؟

در پاسخ باید گفت: صعود آزاد به صعودی گفته می‌شود که صعودکننده از طناب و ابزار همراه خود تنها برای حفظ ایمنی استفاده می‌کند و بر خلاف صعود مصنوعی طناب هیچ کمکی به صعود او نخواهد کرد. در چنین صعودهایی رسم بر آن است که اگر صعودکننده در هر نقطه‌ای سقوط کرد به نقطه نخست مسیر بازگردد و صعود را از ابتدا آغاز کند. درست شبیه همان کاری که تامی کالدول ۳۶ ساله و کوین جورگسون ۳۰ ساله دو سنگنورد آمریکایی بر روی داون‌وال انجام دادند. این دو سنگنورد با احترام به روش صعود آزاد باوجود چندین بار سقوط بر روی مسیر به نقطه آغاز هر طول بازگشته مسیر را از ابتدا صعود کردند.

و پایان مسیر

اما تفاوت این سبک صعود با صعود آزاد انفرادی در آن است که در سبک دوم صعودکننده بدون کمک گرفتن از ابزارهای

درجه‌بندی از کلاس ۱ که راه‌پیمایی است تا درجه ۵ که کار باطناب و حمایت و کارگاه است، تقسیم‌بندی شده. البته در سالن سنگ‌نوردی درجه بندی کلاس ۵ از ۵.۵ تا ۵.۱۲ تعریف شده.

دغدغه بسیاری از علاقه‌مندان این رشته یافتن هم‌طناب است. آنها در صورت حضور در سالن و همراهی با مربی در محیط طبیعت به خوبی قادر به یافتن اشخاص هم‌رده خود خواهند بود و می‌توانند دوستانی را بیابند که در یک سطح باشند.

آشنایی با واژه‌ها

بولدرینگ یا سنگ کوتاه، صعود ورزشی، صعود طبیعی و... از جمله اصولی است که دایم با آن درگیر خواهید بود.

بولدرینگ را می‌شود با کم‌ترین تجهیزات انجام داد. صخره‌های زیادی در پای کوه قرار دارند که نیاز به طناب ندارند. شروع کار با صعود سنگ‌های کوتاه ضمن جذابیت خاص خود شما را با لذت‌های سنگ‌نوردی بیشتر آشنا می‌سازد. همراه داشتن بولدرپد (تشک ایمن) و کیسه پودر تنها نیاز این شاخه است و البته هم‌طنابی برای کمک به صعود و حمایت بدنی.

صعودهای ورزشی با همراهی مربی، بهره‌گیری از تجهیزات سنگ‌نوردی و بالا بردن درجه صعود است.

و صعودهای طبیعی نیز آشنایی با حمایت، شکاف‌های سنگ و ابزار و لوازم سنگ‌نوردی، میانی‌ها و کارگاه‌ها است.

حمایت کردن واژه‌ای است که به بهره‌گیری از ابزار برای جلوگیری از سقوط فرد گفته می‌شود و در آنهارنس (صندلی صعود) و ابزار حمایت نقش مهمی دارند.

تجهیزات ایمنی

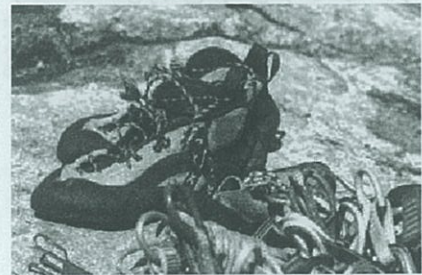
به گفته چاپمن تنها چند وسیله برای آغاز کار مورد نیاز است. کفش، صندلی صعود، کیسه پودر و یک کارابین پیچ‌دار می‌توانند آغاز کار فعالیت شما باشند؛ همچنین در طبیعت علاوه بر موارد فوق و حضور حمایت‌چی نیازمند کارابین پیچ‌دار اضافه و کلاه ایمنی هستید. البته باید توجه داشته باشید برای حضور در طبیعت امکان راه رفتن با کفش تنگ سنگ‌نوردی نیست و می‌باید از کفش‌های راه‌پیمایی استفاده کنید.

افراد بسیاری در تلاش برای صعود ۸۰۰۰ متری‌ها دیده می‌شوند، بسیاری از آنها نیز در تصورات خود چهارده قله ۸۰۰۰ متری را ترسیم کرده‌اند. حتی در میان صعودکنندگان چهارده قله ۸۰۰۰ متری حدود ۹۵ درصدشان قله‌ها را از مسیرهای عادی صعود کرده‌اند؛ اما من تلاش می‌کنم همچون یک کوهنورد واقعی در مسیری دیگر حس حقیقی ماجراجویی را کسب نمایم؛ بنابراین صعودهای زمستانی، مسیرهای جدید، ترابرس قله‌ها (صعود از یک مسیر و فرود از مسیری دیگر)، صعودهای سریع و... را در اولویت می‌دانم. من تلاش دارم همچون یک کوهنورد حقیقی باشم و از کپی برداری صعود از دیگران اجتناب می‌کنم."

سیمون مورو

رندی چاپمن با ۳۸ سال سن

از حدود چهارده سال قبل و پس از حضور در یک کلاس سنگ‌نوردی داخل سالن به این رشته روی آورد و درواقع عاشق آن شد.



وی از آن زمان تا کنون ده‌ها نفر را برای حضور در سالن سنگ‌نوردی **Grand Junction Climbing Center** و همچنین تمرین در طبیعت تشویق کرده است. چاپمن معتقد است سنگ‌نوردی موجب می‌شود در آن لحظه همه دغدغه‌هایم را به فراموشی بسپارم بدون آن که تحت‌تأثیر آدرنالین قرار گیرم. شما نیز می‌توانید با حضور در سالن سنگ‌نوردی همچون من از لحظه‌های‌تان لذت ببرید.

اصول پایه

اگر شما قادر به بالا رفتن از یک نرده بان هستید، مطمئن باشید می‌توانید از صخره‌ها نیز بالا روید. به گفته چاپمن مسیرهای موجود در سالن سنگ‌نوردی از راحت تا دشوار طراحی شده‌اند. از این‌رو به خوبی می‌توانید روند پیشرفت خود در سالن را ارزیابی کنید. درجه‌بندی ثبت شده در سالن بر اساس درجه بندی یوسمیتی است. در این سیستم

قله‌هایی چون دماوند و یا کوه ناشناخته **Khuiten** در مغولستان می‌دهد. امید آنکه کشورمان نیز قدردان این تبلیغات باشد.

مجله **Montagne** ۳۶۰ متعلق به آلپاین کلاب ایتالیا در شماره دسامبر ۲۰۱۴ خود گزارشی را از رشته‌کوه البرز به قلم **Mario Vianelli** به چاپ رسانده. وی ضمن تشریح موقعیت این رشته کوه و استان‌های همجوار نقش البرز در تغییر آب و هوای استان‌های مجاور و همچنین حفظ رطوبت دریای خزر در استان‌های حاشیه‌ای این دریاچه پرداخته؛ همچنین در بخشی به تشریح کوه و آتشفشان مرتفع دماوند پرداخته. بهره‌گیری از تصاویر ماهواره‌ای ناسا بر جذابیت این مقاله افزوده.

همچنین در این شماره در مطلبی به فعالیت‌های فاستو دی استفانی کوهنورد معروف ایتالیایی و یکی از جامانده‌های باشگاه ۸۰۰۰ متری‌ها نیز پرداخته شده.



پس از والتر بوناتی ۲۰۰۹، راینولد سنر ۲۰۱۰، دوگ اسکات ۲۰۱۱، روبرت پاراگوت ۲۰۱۲، کورت دیمبرگر ۲۰۱۳، جان روسیکلی ۲۰۱۴، این بار کلنگ دوران به کریس بانینگتون بریتانیایی تعلق خواهد گرفت. کریس بانینگتون را می‌توان به‌عنوان یکی از آگاه‌ترین کوهنوردان دنیا و بی‌شک از جمله موفق‌ترین سرپرستان برنامه‌های فنی در هیمالیا به شمار آورد. سرپرستی در صعود به دیواره جنوبی آنپورنا در ابتدای دهه هفتاد میلادی و سرپرستی تیم صعود به دیواره جنوب‌غربی اورست در نیمه دهه هفتاد از جمله بزرگ‌ترین کارهایی به شمار می‌آید که او صورت داد و تأثیر عظیمی در شکل‌گیری کوه‌نوردی فنی در هیمالیا داشت. بانینگتون در حدود ۹۰ بار بر روی قله‌های هیمالیا به‌عنوان کوهنورد یا سرپرست صعود، فعالیت کرد و با طراحی و اجرای بیش از ۲۰ صعود بر روی قله‌های دست نخورده‌ی هیمالیا طی چهار دهه پایانی قرن بیستم همواره در رأس اخبار

ضمن ارسال پیام تبریک به تامی و کیوین ابراز داشت: آن دو به ما یادآوری کردند که هرکاری با (تلاش) شدنی است.



سایت نشنال جغرافی در معرفی ده کوه برتر خود برای سفر اقدام به معرفی دماوند به‌عنوان یکی از جاذبه‌های برتر سال کرده. قله‌های مورد نظر این سایت عبارتند از:

Mount Khuiten, Mongolia
Kilimanjaro, Tanzania
The Andes, Peru
Mount Everest, Nepal
The Matterhorn, Switzerland
Mount Elbrus, Russia
Cilaltepétl and Iztaccíhuatl, Mexico
Denali, Alaska
Annapurna, Nepal
Damavand, Iran

در این سایت از البرز به‌عنوان رشته‌کوهی نام برده شده که در مقابل دریای خزر وسیع‌ترین دریاچه جهان قد برافراشته. آتشفشانی خفته با یخچال‌هایی کوچک در دل خود و ارتفاعی نزدیک به ۶۰۰۰ متر.

اینکه مبنای معرفی نشنال جغرافی در قرارگیری این ده قله چیست چندان روشن نشده! نام‌هایی چون کلیمانجارو، البروز و دماوند تقریباً در یک رنج و درجه سختی هستند و در مقابل آنپورنا خطرناک‌ترین ۸۰۰۰ متری هیمالیا و اورست پُرتلفات‌ترین قله ۸۰۰۰ متری (به نسبت تعداد کشته‌ها)!

در مجموع تبلیغات نشنال جغرافی به‌دلیل طیف بازدیدکننده تأثیر زیادی در گردشگری جاذبه‌های معرفی شده دارد و نوید حضور گردشگران و کوهنوردان بیشتری را برای

حمایتی اقدام به صعود می‌کند و در صورت سقوط در هر نقطه‌ای احتمال سقوط تا ابتدای مسیر و احتمالاً مرگ صعودکننده وجود دارد! اما در مورد درجه سختی صعود مسیر داوون وال نیز بد نیست بدانید این مسیر با ۳۲ طول طناب در سه نقطه ۵.14d در درجه‌بندی یوسمیتی بوده و البته دشوارترین درجه صعود در دنیا ۵.15c است که از سال ۲۰۱۲ صعود شده است.



از جمله:

تغییر، در نروژ، لا دورادورا، در اسپانیا و **Vasil** در جمهوری چک، که نخستین صعود هر سه توسط آدام اوندرا سنگنورد ۲۱ ساله از جمهوری چک صورت گرفته.

اما چند نکته در مورد این صعود:

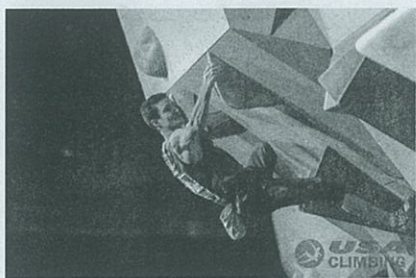
- آنها ۳۲ طول مسیر را طی ۱۹ روز طی کردند.
- شب‌مانی بر روی پرتلج صورت می‌گرفت.
- هر یک از آنها نیازمند مصرف ۲ تا ۳ لیتر آب در روز بودند که با سیستم قرقره توسط خودشان حمل می‌شد.
- بر اساس مقررات پارک ملی یوسمیتی هیچ کوهنورد و گردشگری حق توالیت در فضای آزاد را ندارد. بنابراین ایشان مجبور بودند ضمن توالیت در کیسه آن را در لوله‌هایی که به‌این منظور در اختیارشان قرار داده می‌شود با خود به بالای دیواره منتقل و در نهایت از پارک خارج کنند.
- وارن هاردینگ در سال ۱۹۷۰ مسیر داوون وال را صعود کرده بود؛ البته عمدتاً به صورت مصنوعی.
- از آن‌جایی که گرمای روز اغلب آنها را با تعرق و عدم چسبندگی کفش‌ها مواجه می‌ساخت، بیشتر نقاط دشوار مسیر خود را هنگام غروب آفتاب صعود می‌کردند.
- نام تامی کالدول در میان ماجراجویان سال ۲۰۱۴ نشنال جغرافی قرار دارد.
- کوین جورگسون عنوان داشت تفکر و برنامه‌ریزی این صعود به مدت ۵ سال آنها را درگیر خود ساخته بود.
- رییس‌جمهور آمریکا در فیس‌بوک کاخ سفید

شود؛ همچنین باب داگلاس کننده اوهایو که خود نیز جمهوری خواه است به دلیل آن که ویلیام مک کینلی از اوهایو به مقام ریاست جمهوری رسیده نام مرتفع ترین کوه کشورش را مایه غرور هم ایالتی های خود می داند و با طرح تغییر نام کوه مخالف است.

همان طور که می توانید تصور کنید، در آلاسکا احساسات کاملاً متفاوت است. مردم بومی و ساکنان محلی خواستار بازگرداندن نام اصلی کوه هستند. نام دنالی حتی بر خیابان، تابلوهای کسب و کار و گاهی بر روی کودکان نیز نهاده می شود.

عده ای نیز سرخو رده از بی توجهی به این نام، نام قبیله Athabaskan را بر روی کوه نهاده اند.

در هر صورت ممکن است تلاش های مخالفان تغییر نام حتی مانع از ورود این لایحه به کنگره گردد و باز هم نام رسمی کوه همان مک کینلی باقی بماند، ولی شما می توانید دنالی را جایگزین کنید.



تصویر از صفحه این مسابقات

محمدجعفری قهرمان اسبق سنگ نوردی ایران و آسیا در مسابقات بولدرینگ قهرمانی آمریکا موفق به کسب عنوان قهرمانی گردید.

در این رقابت ها که با حضور ۶۲ سنگ نورد برگزار شد، جعفری در دور مقدماتی نهم، در نیمه نهایی پنجم و در فینال با دو تاپ عنوان قهرمانی را کسب کرد.

در این مسابقه Daniel Woods دوم و Michael O'Rourke در رده سوم ایستادند. این موفقیت را به محمد تبریک می گوئیم.

اتحادیه بازی های جهانی پس از نظرسنجی عمومی با رای کاربران، ۳۴/۱٪ از ۴۷۲۹ رای (آدم اوندررا سنگ نورد جمهوری چک و قهرمان دو رشته سرطنا ب و بولدر در سال ۲۰۱۴ را به عنوان برترین ورزشکار این سال برگزید. پس از اوندررا ورزشکاران زیر در رده های

ساکن استو پس از مرگ همسرش وندی در جولای گذشته با سفر کردن تنهایی های خود را سپری می کند. او به راستی کوهنورد همه دوران هاست.



شرباها و بیش از دو سناتور آمریکایی با ارایه لایحه ای خواستار تغییر نام مک کینلی مرتفع ترین کوه آمریکای شمالی به نام نخستین خود یعنی دنالی شدند. نام ویلیام مک کینلی بیست و پنجمین رییس جمهوری ایالات متحده بود که در سال ۱۹۱۷ بر روی این کوه نهاده شد. پیش از این نیز تلاش های زیادی برای تغییر نام کوه صورت گرفته بود که تماماً بی نتیجه ماند. اما گمان می رود این بار حمایت بیشتری از این تغییر نام صورت گیرد.

لیزا مارکوزکی و دن سالیوان با عنوان این موضوع که نام کوه هزاران سال قبل توسط قبیله Athabaskan به کار گرفته شده و معنای آن "باعظمت" یا "بزرگ" است خواستار این تغییر نام شده اند. اگرچه در آن زمان تغییر نام از دنالی به مک کینلی را به حدود ۲۰ سال قبل ارجاع داده بودند و معتقد بودند این تغییر نوعی پیش گوئی از سوی اقوام محلی در مورد حضور ویلیام مک کینلی در پست ریاست جمهوری بوده است!

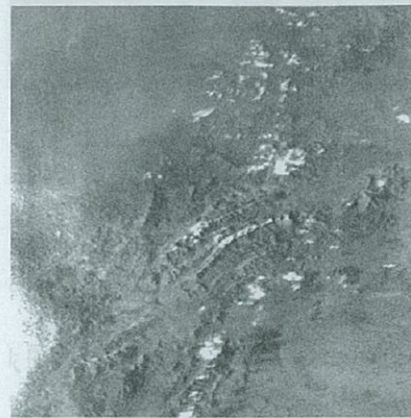
دنالی یا مک کینلی با ارتفاع ۶۱۶۸ متر به دلیل آن که مرتفع ترین کوه آمریکای شمالی است از سوی علاقه مندان به صعود ۷ قله مرتفع ۷ قاره مورد توجه بسیار است و البته در میان کوهنوردان بدون توجه به نام گذاری صورت گرفته، همان دنالی خوانده می شود. گمان نیز نمی رود تلاش برای بازگرداندن این نام به همین سادگی ها میسر شود.

ضمن آن که حمایت ویژه جمهوری خواهان از این تغییر نام ممکن است با مخالفت هایی از سوی حزب رقیب یعنی دمکرات ها همراه

کوه نوردی قرار داشت. از جمله کارهای وی می توان به صعودش به آگری به همراه دوگ اسکات در سال ۱۹۷۸ اشاره کرد که پس از بیست بار تلاش تنها در سال ۲۰۰۲ تکرار گردید. ضمن آنکه طی سال های گذشته بارها در پست هایی همچون ریاست اتحادیه کوه نوردی انگلستان، ریاست پارک ملی انگلستان و ریاست شرکت معتبر برگه اوس، ریاست دانشگاه لنکستر و ... به جامعه کوه نوردی خدمت کرد. او تعداد چهارده کتاب در زمینه کوه ها و صعودهایش به رشته تحریر در آورد، مقالات زیادی در نشریات ارایه کرد و در محافل کوه نوردی در دورترین نقاط دنیا حضور یافت و در برنامه های تلویزیونی بسیاری شرکت کرد.

وی در ازای خدماتش موفق به کسب مدال انجمن سلطنتی جغرافیا انگلستان شد، در سال ۱۹۷۶ لقب سر را از ملکه دریافت کرد و در سال ۱۹۹۶ به عنوان شوالیه مفتخر گردید. وی همچنان به کوه نوردی می پردازد.

بانینگتون را می توان فردی و رای یک کوهنورد، نویسنده و سخنران دانست. وی سال ها به عنوان یکی از طراحان سیاست های تجاری در انگلستان محسوب می شد. بانینگتون در شمال انگلستان



کلمه شریا به معنای مردمان شرقی است. نقل است آنها بیش از ۳۰۰ سال قبل، از شمال هیمالیا و برای زندگی بهتر به دره خمبو مهاجرت کردند. آنها دارای دین بودا هستند با این حال با هندوان ساکن نپال همکاری خوبی دارند، گرچه شهروندان درجه ۲ محسوب می‌شوند!



تصویر از: تونج فیندیک

تا یک قرن پیش، شریاها کوه‌های هیمالیا را مقدس می‌شمردند و از گام نهادن بر دامنه آنها اجتناب می‌کردند. اما با ورود نخستین غربیان به هیمالیا، تغییر روند زندگی اقوام شریا نیز آغاز گردید و دادن خدمات به گردشگران و کوهنوردان مکملی شد بر درآمد حاصل از کشاورزی تا بتواند زندگی دشوار آنها را سامان دهد. اما در ظاهر این ساماندهی زندگی، این روزها حسابی کمر شریاها را در برابر حمل بار کوهنوردان خم کرده! به راستی جایگاه آنان بالاتر از آن است که تنها باربران ارتفاع نامیده شوند ■



مظل حس عبور از یخ سبز

نانگاپاربات به‌عنوان یکی از دو ۸۰۰۰ متری که هنوز در زمستان قله آن قدم‌های انسان را لمس نکرده امسال نیز مورد تلاش کوهنوردان قرار گرفت. تیم روس‌ها تا ارتفاع ۷۸۰۰ متر بالا رفتند و تیم روس‌ها تا ۷۰۰۰ متر مسیر شل. شاید بدبین‌ترین انسان‌ها هم آرزو داشتند تا گره کور این قله توسط تیم پرتلاش روس‌ها باز شود و شنیدن خبر انصراف ایشان از ادامه برنامه و بازگشت ناگهانی‌شان آب سردی بود بر آرزوهای افراد پیگیر صعودهای زمستانی بر روی نهمین قله ۸۰۰۰ متری.

حتا سیمون موروی مغرور هم که سابقه صعود زمستانی به سه قله‌ی ۸۰۰۰ متری و دوتلاش زمستانی بر روی نانگاپاربات را دارد شوکه از این تصمیم اعتراف کرد: "به موفقیت آنها ایمان داشتیم!"

گوی هیجان این کوه را پایانی نیست!



تیم روس‌ها در کنار تومک میکویویچ

بعدی ایستادند:

۲. Valentina Shevchenko (پرو ووشو سبک موی تای) ۲۳/۵ (رای ۳۳۶۸)



۳. Nino Langella & Khrystyna Moshenska (ایتالیا رقص ورزشی) ۱۷/۴٪

(رای ۲۴۱۲)

۴. Carl Yngvar Christensen

(نوروژ پاورلیفتینگ) ۹/۸٪ (رای ۱۳۶۲)

۵. Men's Floorball Team (تیم

فلوربال هاکی سوئد) ۶/۲٪ (رای ۸۶۵)

۶. Paola Longoria (مکزیک راکدبال)

۲/۹٪ (رای ۴۰۵)

۷. Sarah Lopez (کلمبیا تیراندازی)

۲/۸٪ (رای ۳۹۲)

۸. Women's Canoe Polo Team

(آلمان قایقرانی کانو) ۱/۹٪ (رای ۲۶۶)

۹. Men's Beach Handball Team

(فوتبال ساحلی برزیل) ۱/۴٪ (رای ۱۹۸)

شایان توجه است انجمن بازی‌های جهانی بین‌المللی (IWGA) در سال ۱۹۸۰ در کشور سوئیس به ثبت رسیده. این اتحادیه بدون وابستگی به هر سازمانی به صورت غیردولتی و غیرانتفاعی فعالیت می‌کند. IWGA خواهان برابری و توجه یکسان به کلیه رشته‌های ورزشی و کمک به توسعه محبوبیت و افزایش شهرت هر یک از رشته‌های ورزشی عضو است. این دومین سالی است که IWGA اقدام به انتخاب برترین ورزشکار سال می‌کند.

از کالاهای ایرانی بهره‌گیریم
تا پستیان سازندگان ارجمند و
میهن گرامی مان باشیم.

انجمن کوه‌نوردان مساعد

کوهستان خالی از خطر نیست

با آموزش، تمرین، احتیاط، خودداری از غرور
بیجا و برنامه‌ریزی صحیح امکان بروز حادثه را به
حداقل ممکن برسانیم.

فصل نامه کوه

بهمن اجتناب ناپذیر است

(قسمت دوم)

شهریار بیگی

در ادامه‌ی مقاله پیشین که به توضیح پرسش‌ها و امتیازها و جدول ساده و کاربردی شناخت و پیشگیری از بهممن پرداختیم، اینک برای درک بیشتر این پرسش‌ها و آشنایی بیشتر با مطالبی که در این پرسش‌ها آمد به توضیح بیشتر پیرامون آنها می‌پردازیم.

لایه‌های جدید برف و چسبندگی بین کریستال‌های جدید برای مدتی معین از چند ساعت تا چند روز (که بستگی به رطوبت و دمای هوا دارد و دمای برف از آن تأثیر می‌گیرد) طول می‌کشد که همین امر موجب می‌شود که قبل از اینکه این لایه‌ها فرصت کنند که به‌اندازه کافی به هم بچسبند و هم‌دیگر را دریاوند وقوع بهممن صورت بگیرد. به این صورت احتمال ریزش بهممن‌های خودبه‌خود با افزایش برف و عمیق شدن آن ارتباط نزدیک دارد. به صورت خلاصه بارش برف بیش از بیست سانتی‌متر احتمال بهممن را افزایش می‌دهد که از چند ساعت تا چند روز باید به این مهم توجه کرد. خسارت بالقوه بهممن در این شرایط تغییری نمی‌یابد.

پرسش سوم، آیا در پنج روز گذشته باد شدید، برف را با خود به هر سمتی (به این طرف و آن طرف) برده است؟

در کوهستان به صورت مستمر باد شدید برف را از محل‌های باز به محل‌هایی با وجود صخره و دیگر برآمدگی‌های طبیعی برده، در پشت این موانع به صورت انبوهی (کپه) می‌سازد. این حمل برف توسط باد در طول زمان بارش برف و بعد از آن جریان دارد، اگرچه خطر ریزش بهممن را درجایی از سطح برف کم می‌کند، اما در جایی دیگر سطح برف فشار اضافه وارد کرده و موجب بهممن می‌شود. در تمامی هنگامی که اجزای تشکیل‌دهنده‌ی آن با لایه‌ی زیرین چسبندگی کامل ندارند (این ناپایداری می‌تواند تا چند روز طول بکشد). این لایه‌ها پیوسته بدون استقرار باقی می‌مانند، به همین دلیل بعد از وزیدن شدید باد، حمل برف و انبوه کردن آن در جایی احتمال ریزش بهممن افزایش می‌یابد، و به همین دلیل شانس فرار از آن هم توسط شخص کم می‌شود، چرا که دور تا دور او را انبوه کوچک و بزرگ برفی که استقرار ندارد، تشکیل می‌دهد، و همان عامل به‌وجود آوردن بهممن است و هم اسکی‌باز یا کوه‌نوردی را که در صدد فرار از بهممن است را در میان خود گیر می‌اندازد (به اصطلاح پا یا اسکی در آن فرو رفته و گیر می‌کند). توجه داشته باشید که این بی‌ثباتی پنهان می‌تواند برای مدت طولانی به ویژه اگر برف آورده شده با باد نشست پیدا کرده باشد، باقی مانده و دچار دگردیسی، تغییر شکل بشود و بازناسی آن را برای فرد مشکل و غیرممکن سازند. به طور خلاصه باید بگوییم که با وجود باد شدید احتمال وقوع بهممن افزایش می‌یابد و مدت این افزایش خطر تا چند روز بعد از آن تا عوض شدن شرایط جوئی طول می‌کشد.

پرسش اول، آیا در دو روز گذشته باران باریده است؟

در اثر باران که بر سطح برف می‌بارد لایه‌های برف نه به شکل یک‌دست بلکه به صورت پراکنده، در جایی بسیار و در جایی کمتر، آب را به خود می‌گیرند. این آب در سطوح مختلف برف موجب سبکی و سنگینی در لایه‌های مختلف برف می‌شود، که در نتیجه شکستگی اجزا تشکیل‌دهنده‌ی سطوح مختلف برف را به‌وجود می‌آورد. این سطوح به وسیله این سنگینی نامساوی هر یک به سویی به صورتی نامساوی کشیده می‌شوند، که در نتیجه جدایی سطوح از یکدیگر را به‌وجود آورده و تولید بهممن می‌کنند. مسلماً آب، بستگی اجزا برف را نسبت به یکدیگر از بین می‌برد، و چسبندگی و اصطکاک اجزا آن را نسبت به یکدیگر کم می‌کند. در این حال لایه‌های آب باران در بین سطوح برف در اثر تغییر دمای هوا به لایه‌های لغزنده یخی تبدیل می‌شوند، که نبود چسبندگی در بین لایه‌های برف موجب لیز خوردن لایه‌ای بر روی لایه‌ای دیگر می‌شود، و این لایه‌ها را به زیر فرو می‌ریزد؛ به همین دلیل بسیاری از بهممن‌ها در هنگام بارش سنگین باران به‌وجود می‌آید. به ویژه اگر این بارش سنگین بلافاصله بعد از بارش سنگین برف به‌وجود بیاید. این بهممن به وسیله شکل مسیر کوه هدایت می‌شود. به این صورت مسیر آن را می‌توان پیش‌بینی کرد. توجه کنید که امکان وقوع این بهممن همان‌طور که در بالا گفتیم با ریزش باران پس از بارش برف به‌وجود می‌آید، یا در هنگامی که توده‌ی برف از آب باران کاملاً خیس و اشباع می‌شود، صورت می‌پذیرد. به‌طور خلاصه باید بگوییم که در صورت ریزش باران در دو روز گذشته احتمال بهممن به صورت زیادی افزایش می‌یابد. خسارت بالقوه آن تغییری نمی‌کند.

پرسش دوم، آیا در سه روز گذشته بارش برفی را داشته‌ایم که مقدار بارش آن بیش از بیست سانتی‌متر بوده است؟

آمار و تجربه نشان می‌دهد که پس از بارش سنگین برف بیش از بیست سانتی‌متر، امکان وقوع بهممن افزایش می‌یابد. این مهم به این خاطر است که بالاترین لایه برف یعنی لایه برف آخرین بر روی لایه‌های زیرین، هنوز زمان کافی برای نشست پیدا نکرده است و در واقع این لایه‌ی آخرین سنگین بستگی بسیار ضعیفی با لایه‌ی زیرین خود داشته و مستعد آن است که به وسیله‌ی وزن خود به طرف پایین سرازیر شود. تحکیم، تقویت، استحکام



غلیظ چند متر جلوتر را نتوان دید انواع و اقسام خطر، شخص و گروه را تهدید خواهد کرد. مسیر نادرست انتخاب خواهد شد، و با وقوع بهمن غیرممکن است که به موقع بتوان شخص یا گروه درگیر در بهمن را نجات بخشید. هر حرکتی در تاریکی، مه و دید کم می‌تواند به غلطاندن توده‌ی برف منجر شود که این مهم به‌نوبه خود می‌تواند موجب آغاز بهمن عظیمی گردد. دیگر اینکه اگر در این شرایط تاریک و مه گرفته دچار بهمن شویم، حتی کمترین شانس فرار از مسیر بهمن را نخواهیم داشت. توجه کنید دید در کوهستان می‌تواند به اندک زمانی به وسیله مه‌گرفتگی تغییر یابد. به صورت خلاصه در دید کم، تاریکی، مه غلیظ، احتمال وقوع بهمن به‌تدریج (هر چه در برابرمان بیشتر تاریک و مه گرفته شود) بیشتر می‌شود.

پرسش ششم و هفتم، آیا عمق برف موجود در کوهستان بین بیست تا چهل سانتی‌متر (یا بیشتر) است؟

برف هنگامی عمیق خوانده می‌شود که بیست تا چهل سانتی‌متر پایمان در آن فرو رود و بیشتر از چهل سانتی‌متر عمیق‌تر است. برف عمیق می‌تواند برف تازه، برف خیس و برف خشک، برف با ساختمان فشرده یا از هم جدا، تکه یا برف پیر و قدیمی و کهنه شده باشد. در همه‌ی انواع بالا صرف‌نظر از نوع آن عمق جا پای شخص نشان‌دهنده میزان برف با عدم استقرار بر روی لایه‌های زیرین توده‌ی برف است.

وقتی این حالت برف عمیق هیچ نوع حالت چسبندگی یا پیوستگی نداشته باشد. حرکت بر روی آن گاه راحت و روان، گاه به واسطه تماس با لایه‌های زیرین سفت و لنگر گونه پای را در بر گرفته و به این صورت، کل حرکت و تعادل لازم، گاه به‌دست می‌آید، و گاه از دست می‌رود؛ به همین دلیل این فشار بر روی لایه برف به علت وزن بر روی آن، برف را در زیر پا به علت وزن نفر جمع و فشرده می‌کند و به لایه جلو یا زیر خود فشار می‌آورد، و آن را با فشار به زیر و جلو می‌برد، و به این وسیله می‌تواند آغازکننده بهمن شود. وقتی بر روی برف راه می‌رویم باید بسیار

پرسش چهارم، آیا درجه حرارت هوا، بالاتر از صفر درجه است؟

بهمن در هنگام بارش برف نیز می‌تواند در موقعی که درجه‌ی حرارت به صورت ناگهانی به بالای صفر درجه افزایش می‌یابد اتفاق بیفتد. این گرمی هوا و تأثیر مستقیم آن نیست که موجب وقوع بهمن می‌شود، بلکه چگونگی قرارگیری توده‌ی برف چگونگی تأثیرپذیری این توده برفی را از این گرمی هوا معین می‌کند. برای مثال به‌طور کلی گرم شدن هوا موجب استقرار یافتن برف نوع پودری بر روی شیب می‌شود. در صورتی که همین گرما موجب عدم استقرار و افزایش عدم استقرار لایه‌های اشباع شده از آب می‌شود، که گاه موجب ریزش بهمن‌های کاملاً عمیق می‌شود. "توجه، اگر درجه‌ی هوا بالاتر از صفر شود این به این معنی نیست که توده‌ی برف باید استقرار نداشته باشد" از طرف دیگر وقتی بهمن به دلیل گرمی هوا اتفاق می‌افتد این مهم ممکن است حدس و تخمین زده شود (بسیاری از روی شیب، ارتفاعات و کوه‌های همجوار و مقایسه با شیب مورد نظر و موقعیت مشابه آنها اقدام به حدس پیرامون منطقه‌ی مورد نظر می‌کنند)، به زبان ساده اگر از کوه کناری یا مقابل کوهی که شما قصد عبور از آن را دارید بهمنی سرازیر شده است، پس در این شرایط گرمای آنی و یک‌دفعه که موجب بهمن در کوه و منطقه‌ی همجوار شده است، بی‌شک موجب بهمن در کوه مورد نظر شما نیز می‌شود. این مطلب بسیار ساده و آشکار است، به آن بی‌توجهی نشان ندهید. به صورت خلاصه در درجه حرارت بالای صفر درجه و گرمای آنی و یک‌دفعه احتمال بهمن و خسارت بالقوه آن افزایش می‌یابد.

پرسش پنجم، آیا دید کم، تاریکی، مه غلیظ در منطقه‌ی مورد نظر حاکم است؟

دید کم، تاریکی، مه غلیظ احتمال ریزش بهمن را افزایش می‌دهد. چرا که نخست اینکه مسیر درست و بی‌خطر را نمی‌توان باز شناخت و دیگر اینکه اگر بهمن به‌وقوع پیوست عملیات امداد و نجات اگر غیرممکن نباشد، بی‌شک با مشکلات بسیاری مواجه خواهد شد. مسلم است که اگر بر اثر تاریکی، دید کم، و مه

مراقب باشیم که این لایه در حال حرکت، لایه‌های دیگر را نیز با خود به حرکت درنیاورد. توجه داشته باشید که گاه این لایه در بالای سر فرد می‌تواند حرکت کرده و آغازکننده‌ی بهمن شود. به طور خلاصه حرکت در برف خیلی عمیق، احتمال بهمن و خسارت بالقوه آن افزایش می‌یابد.

❑ پرسش هشتم، آیا برف خیس است؟

وجود آب در توده برف (که می‌تواند توسط باران یا هوای گرم طولانی در توده‌ی برف انباشته شود) سبب بی‌ثباتی توده‌ی برف می‌شود، که این مهم موجب ضعفی چسبندگی اجزا لایه‌ی توده‌ی برف بر روی لایه‌های زیرین آن می‌شود و مسلماً شرایط سقوط و ریزش این لایه‌ی رویین را فراهم و ایجاد بهمن می‌کند. اگر آب حاصله در برف از ریزش باران باشد، ریزش بهمن تقریباً در فرصتی کوتاه از ریزش باران در شکل و شیب‌های مختلف به‌وقوع می‌پیوندد، و بدون مقدمه اتفاق می‌افتد. از طرف دیگر اگر آب در برف با آب شدن برف بهاری به‌وجود آید، ایجاد بهمن بی‌مقدمه و در یکجا منحصر نمی‌شود، بلکه به فواصل گوناگون هم از نظر زمان هم از نظر فاصله‌ی جغرافیایی اتفاق می‌افتد.

مسلماً پرشیب‌ترین و گسترده‌ترین شیب نخست به‌وجودآورنده‌ی بهمن می‌شوند، و در بعضی مواقع در هنگام صبح به وقوع می‌پیوندد. توجه کنید اگرچه ممکن است برف کاملاً سالم و مستقر دیده شود گول آن را نباید خورد و نباید به منطقه‌ی خطر وارد شد. وقتی در میان این منطقه‌ی خطر قرار بگیریم بسیار سخت است که بتوانیم ارزیابی درستی از آن داشته باشیم. بهترین عمل این است که با خیس بودن برف خود را در معرض خطر در شیب بهمن خیز قرار ندهیم. به‌طور خلاصه در برف خیس چه در اثر باران چه در اثر پروسه آب شدن برف در بهار، احتمال بهمن به صورت زیادی افزایش می‌یابد؛ در این هنگام که برف خیس است، خسارت بالقوه بهمن نیز افزایش می‌یابد.

❑ پرسش نهم، آیا برف بادخورده موجب شده است که برف در جایی عمیق و در جایی کم باشد؟

وقتی که به وسیله باد، برف به این طرف و آن طرف برده می‌شود، در جایی برف جمع و توده می‌شود، و درجایی دیگر

زمین بدون برف و به اصطلاح کچل می‌شود. این موضوع موجب می‌شود که در جایی توده‌ی برف چندین برابر برف در جایی دیگر باشد. به همین دلیل فهم و درک این مطلب که آیا خطر ریزش بهمن در شیبی که در آن قرار داریم چقدر است کاملاً مشکل می‌شود. چرا که برف در نزد شما همان خصوصیت را در جایی دیگر کوهستان ندارد. مواردی که به‌وجود آورنده بهمن هستند، در یک شیب یک دست تابع یک شرایط نیستند. اطلاع کافی از چگونگی شیب و سابقه‌ی وقوع بهمن در شیب مورد نظر که به کمک مطالعه‌ی تجربیات افراد محلی به‌دست می‌آید می‌تواند کمک بسیاری در درک و فهم بهمن و آگاهی از وقوع آن در شیب مورد نظر باشد.

پیدا کردن مسیر در شیبی مملو از سطح برف باد خورده بسیار مشکل می‌شود، و ضرورت تجربه کافی رهبری در چنین مناطقی و اطلاع کافی از سابقه محلی و بهمن‌های گذشته در منطقه ضروری است. به طور خلاصه برف بادخورده احتمال ریزش بهمن را افزایش می‌دهد، و خسارت بالقوه بهمن در این شرایط همان خسارت بالقوه بهمن است و تغییری نمی‌یابد.

❑ پرسش دهم، آیا برف در جایی انباشته شده است و تولید توده برفی آویزان (نقاب برفی) کرده است؟

انباشتگی برف، نقاب برفی، آویز، سقف، کلاهک و قرنیز آشکارترین شکل برف است که کننده حرکت برف و انتقال آن به وسیله باد شده است، که بسیار آسان به چشم دیده می‌شوند، و وضعیت برف در منطقه را روشن می‌سازند. اگر به‌تازگی بعد از باد شدید به‌وجود آمده باشند استقرار نداشته، و می‌توانند با افتادن بر روی سطح برف از بالا به‌وجود آورنده بهمن شوند.

انباشتگی برف، نقاب برفی، آویز، سقف، کلاهک و قرنیز ضمن اینکه می‌توانند در اثر افتادن، عامل ایجاد و ریزش بهمن باشند، خود نیز در اثر افتادن و ریزش از بالا می‌توانند بالقوه خطرات گوناگونی را برای شخص و گروه درگیر با آن به‌وجود آورند. به طور خلاصه با وجود برف انباشته، نقاب برفی، آویز، سقف، قرنیز احتمال وقوع بهمن و خسارت بالقوه به مقدار زیاد افزایش می‌یابد. ■

ویژه همکاران گرامی

خدمات تخصصی امور بازرگانی

- * مشاور و مجری انتخاب نام و نشان تجاری
- * تحقیقات بازاریابی
- * برنامه ریز تخصصی خدمات مشتریان
- * طراحی و ایده پرداز در راستای بهبود محیط‌های دادوستد

محمدحسین ریشه چی فیاض

۰۲۱۶۶۸۳۵۹۱۱۸ - ۰۹۱۲۰۲۰۳۰۳۵
mh.rf111@gmail.com



فرات

گروه تبلیغات فرات

هدایای نمایشگاهی، همایشی و تبلیغاتی

مدیر عامل
کاظم مبهوتیان

«قلم، کاغذ و سوت از وسایل کوهنوردی است.»

تلفن: ۰۸۰۲۶۰۵۴

همراه: ۰۹۱۲۱۳۰۸۳۷۰ - ۰۹۱۲۳۳۸۵۰۹۶

۳۰ نکته در پیچ‌نوردی



حمیدرضا شفق

با توجه به بی‌رمق بودن زمستان امسال، فصل یخ‌نوردی دیرتر در حال شروع است. افرادی که سال قبل خود برای اولین بار اقدام به یخ‌نوردی کرده‌اند امسال در قالب مربیان تیم‌هایی را جهت آموزش به مناطق مختلف می‌آورند. با این حال اکیپ‌های علاقه‌مند و مستعد، فعالیت خود را بر روی یخ‌های شکل‌گرفته در مناطق مختلف که عمدتاً شیب‌های خفته است آغاز کرده‌اند. (یخ شیب‌های خفته زودتر از یخ‌های عمودی شکل گرفته و قوت می‌یابد). با توجه به موارد و حوادثی که در سال‌های گذشته رخ داده و تعدادی از آنها را دیده‌ام احساس کردم ذکر نکاتی مثبت و مفید باشد.

مسیرهای سخت‌تر مشغول شده و فضا را برای صعود مبتدیان در مسیرهای ساده‌تر مهیا نمایند.

۱= مهارت‌های نصب پیچ و کارگاه‌های فرود را از قبل تمرین کرده تا در موقع نیاز بتوانید به صورت درست پیاده‌سازی کنید. دقت کنید که میزان شوک وارده بر روی کارگاه در مسیرهای فرود خفته بسیار کمتر از مسیرهای فرود معلق می‌باشد. بهتر است در مسیرهای معلق حتماً از کارگاه‌های مناسب فرود یخ استفاده نمایید.

۲= پوشاندن زانو می‌تواند مانع از آسیب‌های فراوان به این قسمت بدن شود. بسیاری از مواقع، این عضو بدن در یخ‌نوردی درگیر با یخ می‌باشد و ضربات متعددی به آن وارد می‌گردد. استفاده از یک زانو بند در زیر شلوار یخ‌نوردی و یا استفاده از زانویندهای پلاستیکی در روی شلوار و یا حداقل استفاده از شلوارهای استاندارد و تقویت شده در ناحیه زانو می‌تواند تا حد زیادی شدت این آسیب‌ها را کم کند.

۳= تیر حتماً باید در مسیرهای چند طولی دارای خودحمایت باشد.

۴= خودحمایت‌های کلاسیک تیر خود را (خودحمایت دور مچ) که بیشتر مورد استفاده در یخچال‌نوردی دارند باز کرده تا بتوانید تکنیک‌های مورد نیاز در صعودهای عمود را اجرا نمایید.

۵= هیچ‌گاه برای نشستن روی تیر، بار اصلی را بر روی تیغه تیر نیندازید. این مسأله را که بارها در میان یخ‌نوردان مختلف دیده‌ام به راحتی می‌تواند باعث شکافته شدن یخ و در رفتن تیر شود. گرفتن هر گونه باری از تیر فقط در صورتی مجاز است که به صورت خودحمایت موقت باشد (مثلاً زمان نصب پیچ یخ) و هیچ‌گاه ما از تیر خود به عنوان کارگاه استفاده نمی‌کنیم!! هر گونه باری هم در زمان نصب خود حمایت موقت فقط از قسمت انتهایی و سخمه تیر گرفته می‌شود. این مسأله باعث



عکس از محمد حاج ابوالفتح: آبشار یخی نوا

۶= صعود یخ‌نوردی در ایران عموماً محدود به صعودهای قرقره‌ای (Top Rope) می‌باشد. تعداد سرطناب روهای این رشته به تعداد انگشت‌های دست نیز نمی‌رسد. این روش تمرین و عموماً اتکا به صعودهای قرقره‌ای برای مبتدیان و افرادی که شروع کرده‌اند جهت آموزش تکنیک‌ها کارساز است، ولی در مورد افرادی که سال‌هاست به تمرین یخ‌نوردی مشغولند چیزی شبیه به درجا زدن می‌باشد.

۷= سیل افراد علاقه‌مند و عدم پتانسیل کافی در کشور ما سبب می‌شود که در برخی مناطق خوشه‌ای از صعودکنندگان پشت سر هم قرار بگیرند. این مسأله نسبت به سنگ‌نوردی بسیار خطرناک‌تر است. طناب‌های جدید عموماً دینامیک بالاتری داشته و در صورت سقوط بیشتر کش می‌آیند. حتی در ساده‌ترین مسیرها در صورت سقوط نفر بالایی و برخورد او با نفر پایینی، می‌تواند باعث ایجاد صدمات جدی گردد. این مسأله در صورت انجام صعود سرطناب می‌تواند بسیار خطرناک‌تر و حتی منجر به جراحات بسیار جدی شود. بهتر است با برنامه‌ریزی مناسب و جدا کردن خطوط کاری، افرادی که قوی‌تر هستند در

نفر اول فرود رفت نفرات بعدی باید در راستای غیر از راستای او فرود بیایند و سپس هنگامی که در موازات کارگاه قرار گرفتند به سمت کارگاه تراورس نمایند. این مسأله در بسیاری اوقات با ریزش یخ شکسته شده از زیر پای نفرات صعودکننده به سر و صورت نفرات پایینی باعث ایجاد آسیب‌های جدی شده است.

۱۱۲- استفاده از تلق شیشه‌ای کلاه (ویزور) می‌تواند در محافظت صورت شما بسیار موثر و مفید باشد. یخ‌نوردی بدون کلاه، بدترین کار ممکن می‌باشد و به هیچ عنوان با صعودهای اسپرت سنگ قابل قیاس نیست. این مسأله حتی در هنگام ایستادن در پای مسیرهای یخ‌نوردی نیز باید رعایت شود.

۱۱۳- بلند بودن اسلینگ‌ها و نداشتن شکست طناب در میانی‌ها تا حد زیادی شوک ناشی از سقوط را در بین تمامی میانی‌ها تقسیم کرده و مانع از کنده شدن میانی‌ها می‌شود. در صورت استفاده از اسلینگ‌های کوتاه، شوک ناشی از سقوط عمدتاً بر روی میانی آخر وارد شده و باعث کنده شدن این میانی می‌گردد.

۱۱۴- برای صعودهای یخ‌نوردی کرامپون خود را دو نیش و برای صعودهای میکس کرامپون خود را تک نیش و یا یک تیغه آن را بلندتر و دیگری را کوتاه‌تر کنید.

۱۱۵- نحوه تیر زدن در بسیاری از افراد اشتباه می‌باشد. رعایت اصل استفاده از گشتاور خود تیر و ضربه زدن با آن می‌تواند نیروی شما را در طول مسیر حفظ نماید.

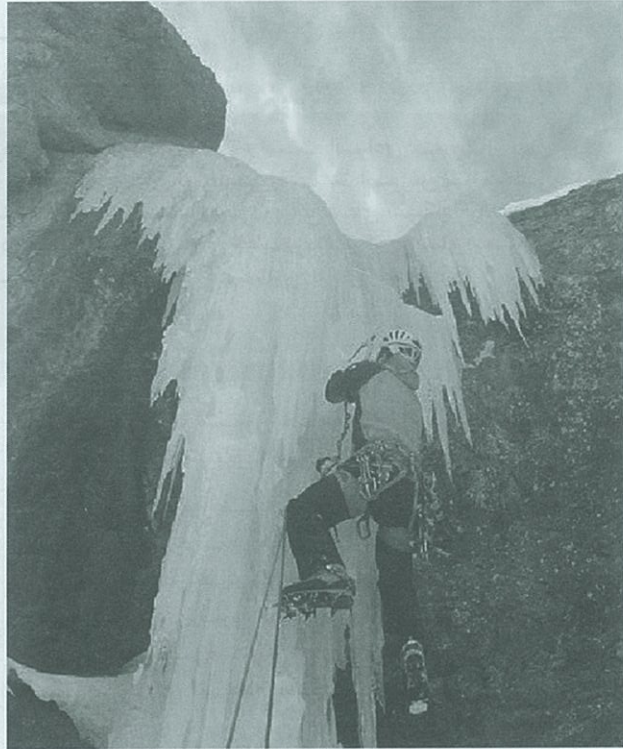
۱۱۶- سقوط (پاندولی) در یخ‌نوردی با سقوط در سنگ‌نوردی بسیار متفاوت است. در یخ‌نوردی ما تا جایی که امکان دارد پاندولی نمی‌دهیم. حتماً در مسیرهای سرطناب بر روی مسیرهایی که در حد توان‌تان است تلاش کنید. هنگامی که بر روی مسیر رفتید ترس را از خود دور کنید و تمرکز را بر روی کار بگذارید. میانی‌های نزدیک زمین با فاصله نزدیک‌تر نصب گردد.

۱۱۷- تلاش و صعود تا هر طول و سطحی ارزش خود را دارا می‌باشد و افراد به آن چیزی که قادر به انجام آن هستند افتخار کنند. صعود ناقص و تلاش در این راستا نیز ارزش‌های خاص خود را دارا می‌باشد. لطفاً در بیان گزارش‌ها صادق باشید.

۱۱۸- مناطق جدید یخ‌نوردی را دریابید. در طول سال‌های گذشته و هر سال موفق شده‌ام که مسیر یخ‌نوردی جدید در منطقه‌ای جدید گشایش کنم. جالب آن است که تعداد این مسیرها نیز کم نیست و با کمی پیاده‌روی می‌توان به آنها رسید. با این حال تمایل یخنوردان فعال در ایران به تکرار این مسیرها یا گشایش مسیرهای مشابه کم است و عموماً زمینه فعالیت خود را محدود به آبشارهای شناخته شده می‌نمایند. پیمایش مسیرهای جدید همواره جذاب و می‌تواند همراه با تجربه‌های جدید باشد.

خواهد شد تبر در داخل یخ بیشتر درگیر شود.

۱۱۹- در ستون‌های یکپارچه یخی گرفتن یک تسمه از قسمت اتکای پایین یخ به سنگ بسیار میانی قوی‌تری خواهد بود تا نصب یک پیچ یخ در وسط ستون یخی.

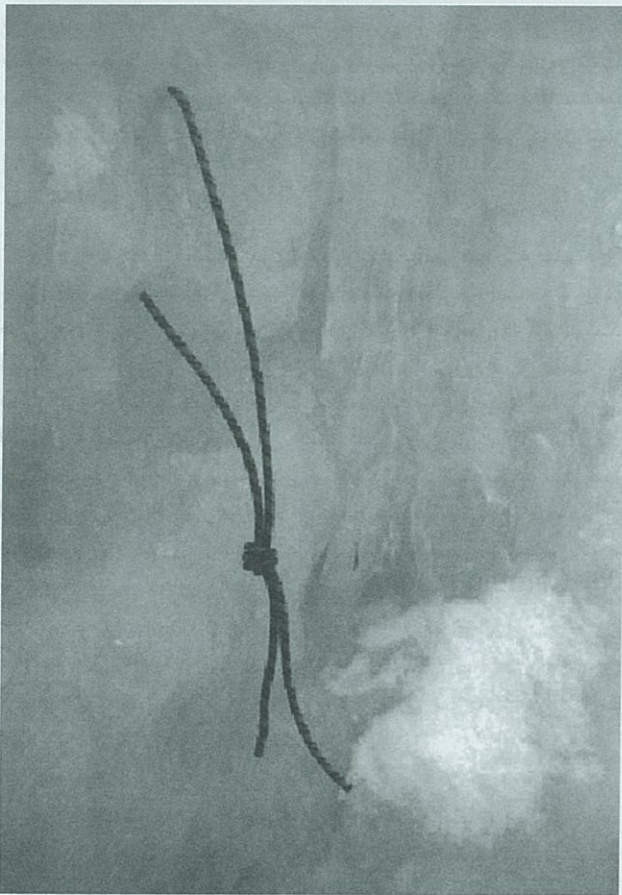


صعودی جدید در منطقه هرنج طالقان (با مجموعاً ۱۲۰ متر اختلاف ارتفاعی آبشار یخی)

۱۲۰- در مورد ستون‌های یخی آویزان (پیلارها) تا حد ممکن نباید بر روی آنها میانی نصب کرد. این ستون‌ها معمولاً فقط توانایی لازم جهت عبور از روی آنها را دارند و در صورت وارد آمدن شوک سقوط این پیلارها کنده خواهند شد. کنده شدن این ستون‌ها در حالی که میانی شما و طناب شما داخل آن است می‌تواند بسیار کشنده باشد. هرگاه توانایی رد شدن از روی یک ستون بدون نصب میانی بر روی آن و فقط اتکا به آخرین میانی قبل از ستون را داشتید از روی آن عبور کنید، در غیر این صورت ابتدا مهارت یخ‌نوردی خود را بالاتر ببرید و بعد اقدام به این کار کنید.

۱۲۱- در صعودهای یخ، حتی الامکان از نیم طناب یا زوج طناب برای صعود استفاده کنید. یخ مانند سنگ استحکام ندارد و احتمال ریزش آن بسیار بالا می‌باشد. استفاده از تک طناب می‌تواند در صورت سقوط یخ باعث آسیب طناب شما و یا پاره شدن آن شود.

۱۲۲- در هنگام فرودهای چند طولی بر روی یخ، هنگامی که



قابلیت صعود را دارد، ولی در صورت سقوط احتمال شکسته شدن یخ بالا می‌باشد. پس همواره گوش‌تان به صدای تیر توجه داشته باشد.

۲۵- قسمت‌هایی از یخ که به سنگ تکیه داده‌اند خصوصاً در جبهه‌های جنوبی، شاید برای یخ‌نوردی مناسب به نظر بیایند، ولی باید توجه داشته باشید که سنگی که آفتاب می‌خورد گرم شده و یخ را در محل اتصال خود آب می‌کند. در واقع، یخی که شما می‌بینید به صورت لایه‌ای جدا و پوک بر روی سنگ دراز کشیده است و صعود بر روی چنین یخی در صورت گرمی هوا می‌تواند باعث ریختن آن شود.

۲۶- گاهی اوقات یخ‌نوردان برای تمرین صعود سرطناب، پیچ یخ‌ها را بر روی مسیر باقی می‌گذارند و یا با استفاده از پیچ یخ‌ها کارگاه را ایجاد نموده و بر روی آن اقدام به صعود می‌نمایند. این مسأله در مورد روزهای ابری و سرد مشکلی ایجاد نمی‌کند. حتی دمای خیلی پایین نیز می‌تواند به مرور استحکام بیشتری برای پیچ یخ ایجاد کند. اما در مورد روزهای گرم این مسأله می‌تواند بسیار خطرناک باشد. فلز به مرور زمان یخ دور خود را ذوب می‌کند و بارها توانسته‌ام پیچ یخی که یک روز کامل را در یخ بوده بدون چرخاندن بیرون بکشم. این مسأله می‌تواند در هنگام صعود سرطناب و یا کارگاهی که دور از چشم زده شده است بسیار خطرناک باشد لذا لازم است که کارگاه هر چند وقت یک‌بار چک شود. این مسأله

۱۹- بسیاری از ابزارهای حمایتی قفل شونده مانند گری‌گری و سینج و... در شرایط صعودهای یخی کاربرد ندارند. استفاده از این ابزارها در صعودهای آبشار یخی بسیار ضعیف‌تر از ابزارهایی که قفل خودکار ندارند خواهد بود و گاهی می‌تواند در هنگام طناب دادن به نفر به دلیل آزاد شدن یک‌دفعه طناب موجب زمین خوردن او گردد.

۲۰- در صورت ثابت‌گذاری طناب بر روی آبشار یخی و در محل ریزش آب، روز بعد یک ستون یخی جدید به مرکزیت طناب خود را تحویل خواهید گرفت، لذا دقت کنید که طناب خود را در کجا ثابت کرده‌اید.

۲۱- در هنگام افت شدید دمای هوا جنس یخ پوک می‌شود. یعنی اگر چند روز دمای یک منطقه یخ‌نوردی ۳- درجه است و ناگهان در شب قبل از روزی که شما به منطقه بروید به ۲۰- برسد این نشان‌دهنده ایجاد مشکل برای شما است. در این هنگام حتماً باید مراقب باشید چون لایه بیرونی یخ به شکل یک حباب پوک در می‌آید که با ضربه تیر، تیر شما در یخ می‌نشیند، ولی مجموعه یخ ممکن است به حالت شیشه و به راحتی بشکند. در این حال معمولاً یخ‌نورد مجبور است برای پیدا کردن جای مناسب برای تیر، ابتدای لایه بیرونی را بشکند و با دسترسی به لایه داخلی‌تر محل مناسبی برای تیر خود پیدا کند.

۲۲- کارگاه‌ها در یخ‌نوردی به صورت استاتیک می‌باشند. عموماً در یخ به دلیل اینکه ما سعی در ایجاد کم‌ترین شوک را داریم عموم کارگاه‌ها به صورت استاتیک می‌باشند. استفاده از کارگاه دینامیک بسیار به ندرت و در شرایط خاص می‌باشد. کارگاه استاتیک باعث می‌شود در صورت در رفتن یکی از بازوها، کم‌ترین شوک به بازوی دیگر وارد شود.

۲۳- همراه داشتن تسمه‌های بلند و خصوصاً تعدادی تسمه دوخته نشده می‌تواند بسیار مفید باشد. یخ‌نوردی مانند سنگ‌نوردی در مورد کارگاه انعطاف‌پذیر نیست. گاهی به خاطر جنس نامناسب یخ، مجبوریم که بازوهای کارگاه را با فاصله‌ای بیشتر ایجاد کنیم (این مسأله برای این است که در صورت کنده شدن قالب یخ کل مجموعه کارگاه کنده نشود) در این حالت و با توجه به آنکه کارگاه‌های ما استاتیک می‌باشد داشتن تسمه‌های بلند بسیار مناسب است. همچنین در هنگام بلوک کردن تسمه دور ستون‌های یخی داشتن تسمه‌های بلند می‌تواند بسیار مفید باشد.

۲۴- صدای یخ با شما صحبت می‌کند. صداهایی که اثر تیر را در خود دفع می‌کند نشان‌دهنده یخ با کیفیت و قطر مناسب و صداهایی اکودار و بازگشت صدای تیر نشان‌دهنده یخ نازک است. قالب یخ معمولاً حتی وقتی که نازک می‌شود

حرفه‌ای می‌باشد. همان‌طور که در دیواره‌نوردی در هنگام نصب ابزار اگر از جنس سنگ مطمئن نیستیم با دست به آن ضربه می‌زنیم تا شل و سفت بودن آن را متوجه شویم در یخ‌نوردی نیز می‌توانیم همین کار را با تیر انجام دهیم. حتماً میانی خود را در مناطقی نصب می‌کنیم که یخ صدای تیر را در خود خفه کند. صدای پوک یخ مکانی نامناسب برای نصب میانی است.

۳۰ = گاهاً پیش می‌آید که در سنگ‌نوردی وقتی کارگاه زنجیر است اولین میانی را از خود کارگاه می‌گیریم. در یخ‌نوردی چنین کاری بسیار خطرناک است. حتماً سعی کنید در فاصله‌ای نزدیک به کارگاه اولین میانی خود را بگیرید. حتماً باید این میانی را بیرون از محدوده کارگاه بگیرید زیرا در صورت پاندوله شدن نفر سر طناب به حمایتچی برخورد خواهد کرد. راستای صعود نفر سرطناب نیز همیشه خارج از محدوده کارگاه می‌باشد، زیرا تمامی یخی که زیر ضربه‌های تیر و کرامیون او خرد می‌شود به سر حمایت چی می‌ریزد (فارغ از مسأله پاندولی نفر سرطناب و برخورد او به حمایتچی). همچنین نفر حمایتچی نیز می‌تواند علاوه برداشتن خودحمایت مناسب در کارگاه، خودحمایتی که وزنش بر روی آن است را از تیر بگیرد. با این حال همواره باید این مسأله را در نظر بگیرد که در صورت در رفتن تیر شوکی به کارگاه وارد نشود و خودحمایت کارگاه و تیر تقریباً باید هر دو فیکس باشند.

موارد ذکر شده در مطلب بالا، نتیجه چندین سال تجربه یخ‌نوردی این‌جانب و دیدن بسیاری از این مطالب به عینه و همچنین تجربه آنها می‌باشد. قسمتی از مطالب نیز شامل مطالعات شخصی می‌باشد. امیدوار است که مطالب فوق زمینه مساعدی برای فصلی ایمن در یخ‌نوردی و لذت بردن از این رشته زیبا برای علاقه‌مندان فراهم نماید ■

*مربی درجه ۲ برف و یخ فدراسیون کوه‌نوردی
عضو کمپسیون یخ UIAA

در مورد کارگاه‌های آبالاکوف صحت ندارد و طناب چون گرم را به خود نمی‌گیرد به مرور زمان بیشتر با یخ درگیر می‌شود با این حال هرگاه می‌خواهید از کارگاه آبالاکوف دیگران استفاده کنید بهتر است برای اطمینان از یک پشتیبان (بک آپ) در کنار آن استفاده نمایید.

۲۷ = کارگاه آبالاکوف برای بسیاری از یخ‌نوردان که صعودهای چند طولی را انجام می‌دهند کارگاه نام‌آشنایی است. تقریباً می‌توان گفت بهترین کارگاه برای فرود همین کارگاه است. (سعی کنید برای اطمینان بیشتر در هنگام فرودهای معلق از دو کارگاه آبالاکوف استفاده کنید). اما مسأله‌ای که مهم است این است که عموم عادت به زدن حالت افقی این کارگاه دارند. کارگاه آبالاکوف دارای حالتی عمودی نیز می‌باشد که شاید خیلی‌ها از آن بی‌اطلاع باشند. شخصاً ترجیح می‌دهم که در فرودهای بلند نوع عمودی آن را استفاده کنم. با توجه به اطلاعات ارایه شده در سایت‌های مختلفی مانند UKClimbing.com، میزان نیروی قابل تحمل در حالت عمودی بین ۵.۱۲ تا ۲۰ کیلونیوتن می‌باشد، در حالی که آبالاکوف افقی فقط قادر به تحمل نیرویی بین ۱۰ تا نهایتاً ۱۵ کیلونیوتن می‌باشد. (نوسان مربوطه به جنس یخ مربوط می‌شود)

۲۸ = شکل یخی که از درون پیچ یخ شما بیرون می‌آید می‌تواند راهنمای شما در میزان اعتماد به میانی نصب شده باشد. در صورتی که یخ بیرون آمده در هنگام نصب پیچ یخ به صورت سفید و برفی باشد و با بیرون آمدن بلافاصله پودر شود نشان‌دهنده میانی نامطمئن و در صورتی که یخی که بیرون می‌آید شفاف بوده و پس از بیرون آمدن به صورت قالبی بشکند نشان‌دهنده چسبندگی بیشتر بین سطوح یخ و میانی مطمئن‌تر است.

۲۹ = یخ‌نوردی در برخی مسائل شبیه به دیواره‌نوردی

همنورد گرامی
جناب آقای کیانوش سرابی
روح پدر گرامی شاد و یادش ماندگار
ریشه چی و همنوردان

فروشگاه کوه‌نورد
لوازم کوه‌نوردی و مسافرتی

خ دکتر بهشتی نبش خیابان میر عماد پلاک ۲۸۲

ساختمان گل‌دیس زیر همکف واحد ۱۰۸

تلفن: ۸۸۷۳۹۷۰۰ تلفکس: ۸۸۷۳۹۷۰۱

همراه: ۰۹۱۲-۱۰۵۲۹۷۶

آنجا که بال‌ها از پرواز می‌مانند، فرشتگان نجات بال می‌کشایند

گزارش: غلامحسین حسن‌پور*

گزارشی از یک حادثه

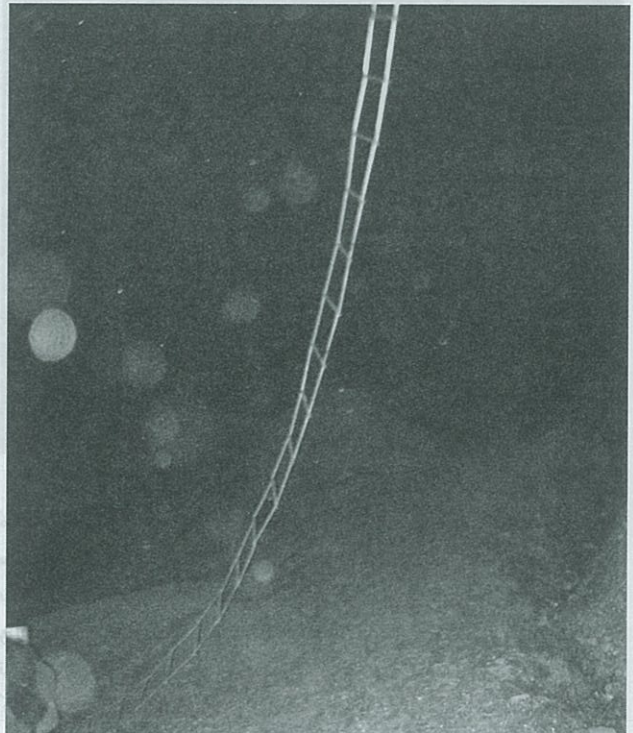
شهرستان دزفول با ارتفاع ۱۵۷ متر از سطح دریا در شمال استان خوزستان واقع گردیده است. در شمال این شهرستان دو منطقه کوهپایه‌ای سردشت و شهیون و سه منطقه کوهستانی احمد فداله، دره کاید و دهستان سید محمود به مرکزیت روستای شوی وجود دارد. در مناطق فوق ۹۶ کوه با ارتفاعات مختلف وجود دارد که موجب رونق کوه‌نوردی در این شهر شده است. در منطقه سردشت تنگه‌ای به نام تنگه سرا وجود دارد که از سطح دریا تا کف این دره ۲۵۰ متر می‌باشد.

که هر چند تلخ و استرس‌زا، اما پایان خوشی را با یاری خدا و خوش‌شانسی پاراگلایدر سوار رقم می‌زند. روز جمعه ۹۳/۱۰/۱۹ یک گروه سه نفره پاراگلایدر سوار تصمیم می‌گیرند از بالای دیواره و پرتگاه مشرف به پارک جنگلی تنگه سرای سردشت اقدام به پرواز کنند.



ساعت ۱۶:۳۰ اولین پاراگلایدر سوار پرش خود را انجام می‌دهد و با موفقیت در انتهای تنگه سرا فرود می‌آید. نفر دوم جوانی ۲۴ ساله به نام حمید بادروج اقدام به پرش می‌کند که به علت جهت مخالف وزش باد چترش برگشته و به درستی عمل نمی‌کند و پاراگلایدر سوار بیش از ۱۰۰ متر سقوط آزاد می‌کند و در این حین، پاراگلایدر سوار از چتر کمکی استفاده می‌کند که با خوش‌شانسی چتر اصلی به تنه درختی که در عمق ۱۲۵ متری از سطح جاده است گیر می‌کند و حمید بین زمین و هوا معلق می‌ماند. جی‌پی‌اس سایت محل پرواز را از کف دره ۲۵۰ متر نشان می‌دهد. ساعت ۱۷ همان روز به اکیب امداد و نجات هیات کوه‌نوردی شهرستان دزفول حادثه و محل آن اطلاع داده می‌شود. اعضای اکیب بلافاصله وسایل و تجهیزات امداد و نجات خود را برداشته و ساعت ۱۸:۳۰ به منطقه رسیده و از بالای پرتگاه محل حادثه مورد بررسی قرار می‌گیرند.

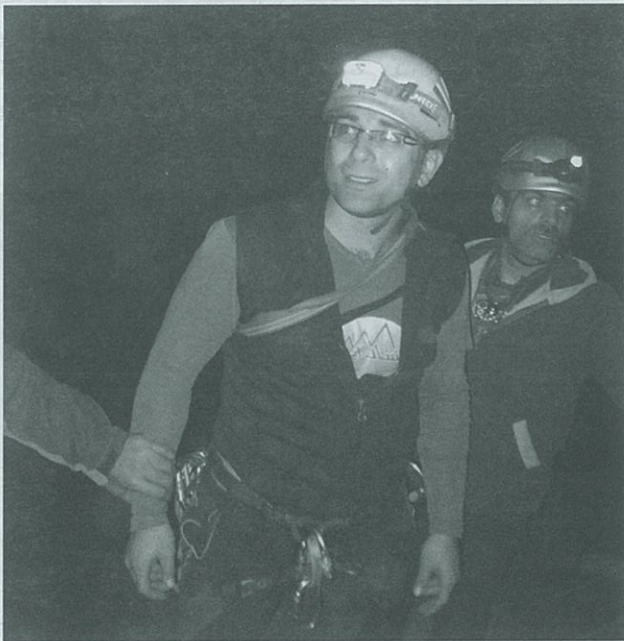
از چند سال قبل کوه‌نوردانی علاقه‌مند به ورزش‌های هوایی که جذب رشته ورزشی پاراگلایدر شده‌اند و آموزش‌های لازم را در مرکز استان خوزستان، اهواز دیده و در سایتی در شهر گتوند اقدام به پرش کرده‌اند. به علت دوری گتوند از دزفول و برای تنوع بیشتر پاراگلایدر سوارن تنگه سرا را به‌عنوان سایت پرشی خود انتخاب کرده‌اند هرچند این سایت، محل مناسبی برای پرش نیست، ولی پاراگلایدر بازان در این محل تمرینات و آموزش‌های تکمیلی خود را انجام می‌دهند.



نامناسب بودن سایت، عدم مهارت کافی پاراگلایدر سوار و نامناسب بودن زمان و شرایط جهت باد سرانجام به حادثه‌ای منجر می‌گردد

جرتقیل او را تا رسیدن به فرد گرفتار بالا بکشد و عملیات رهاسازی را انجام دهد. از همان جا با تلفن همراه هم‌آهنگی‌هایی می‌آورند و در نهایت قرار می‌شود یک دستگاه جرتقیل ۲۰ تنی با بوم ۴۵ متری به منطقه اعزام شود. هم‌زمان چون به لودر نیاز است از طریق بخش‌داری سردشت با هم‌آهنگی فرماندار دزفول که مرتباً با گروه امداد و نجات هیأت کوه‌نوردی در تماس است، قرار می‌شود یک دستگاه لودر نیز از سردشت به منطقه اعزام گردد. هم‌آهنگی‌ها در ساعت ۲۱:۱۰ دقیقه انجام پذیرفته و امداد و نجات عملیاتی می‌شود.

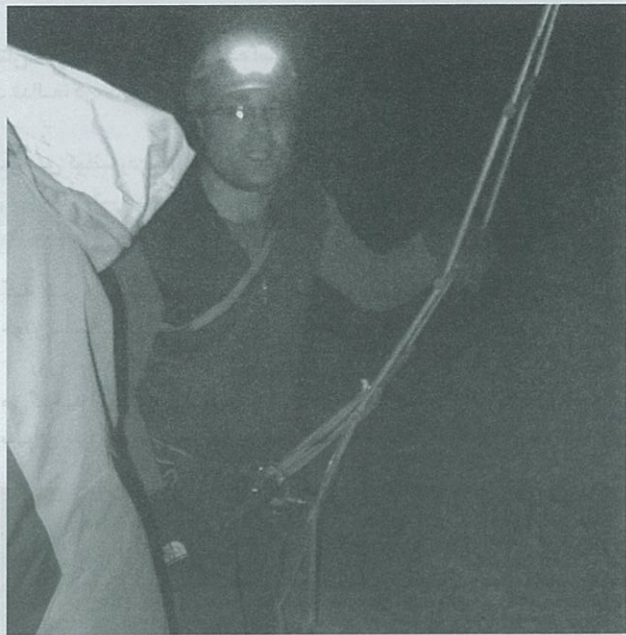
ستاد باید عملیات را از بالا و پایین انجام و کنترل کند، بنابراین به دو گروه تقسیم می‌شوند. گروه اول آقایان: سید امیر ضیائی‌زاده، حسین بهاری، محمد افضل، محمد بابایی، احمد رنجبر به سرپرستی محمد افضل از کمیته امداد و نجات هیأت کوه‌نوردی و محمد قربان‌رمضان، نادر پاشایی، و سیدمحمد ضیائی از آتش‌نشانی، این گروه باید کار امداد و رهاسازی را از پایین انجام دهند. گروه دوم که باید عملیات را از بالا انجام دهند عبارتند از آقایان: غلامحسین حسن‌پور رییس هیأت کوه‌نوردی دزفول، سعید خادم‌نقاش، غلامرضا ریاحی از هیأت کوه‌نوردی و باقر مهرنما معاونت عملیاتی آتش‌نشانی، به سرپرستی غلامحسین حسن‌پور.



گروه دوم ساعت ۲۲ از پای دیواره حرکت می‌کند و خود را به محل استقرار خودروهای آتش‌نشانی و هلال احمر رسانده و با ماشین خود را به بالای دیواره مشرف به محل حادثه می‌رساند. ساعت ۲۳ است. خوش‌بختانه با رسیدن اکیپ دوم به بالا، جرتقیل و لودر نیز می‌رسند. با هم‌آهنگی‌هایی که به عمل می‌آید ابتدا نیروی انتظامی منطقه عملیاتی را باندکشی کرده تا از ازدحام افرادی که مانع اجرای عملیات می‌باشند جلوگیری کند. لودر تبه خاکی را که در کنار جاده به‌عنوان حفاظ استفاده می‌شود برداشته و مسیر را برای دسترسی جرتقیل به لبه دره و پرتگاه آماده می‌سازد. جرتقیل در محل مناسبی مستقر می‌گردد.

ساعت ۱:۳۰ بامداد روز شنبه ۹۳/۱۰/۲۰ عملیات اصلی آغاز

با توجه به نبود کارگاه ایمن برای فرود و نداشتن دید کافی و ساختار دیواره که از جنس کنگولومرای بختیاری و ریزشی است، گروه تصمیم می‌گیرد از پایین نیز محل حادثه را بررسی کند. به‌سرعت گروه خود را با ماشین به پایین دره می‌رساند و تا پای دیواره اصلی کوه‌پیمایی می‌کند. شیب بسیار تند، ریزشی بودن و تاریکی هوا کار را اندکی کند می‌کند. اکنون گروه پای دیواره اصلی و حدود ۵۰ متر پایین‌تر از فرد حادثه‌دیده قرار دارد. ابتدا ارتباط کلامی از طریق بی‌سیم و با تخلیه باتری بی‌سیم حادثه‌دیده بدون وسیله برقرار می‌گردد.



اکیپ آتش‌نشانی بعد از اطلاع از اطلاع حادثه از ساعت ۱۷:۳۰ در منطقه حضور دارد. حادثه دیده از نظر روحی در وضعیت خوبی است و تنها احساس سرما می‌کند. هوا بسیار سرد و تاریک است و تنها وسیله روشن کننده منطقه نورافکنی است که توسط موتور برق نصب شده بر روی خودروی امداد آتش‌نشانی از حدود ۸۰۰ متری محل حادثه، نورافشانی می‌کند که با توجه به فاصله زیاد، چندان مؤثر نیست و بعداً نورافکن‌های دستی به کمک می‌آید.

جنس دیواره و درجه سختی آن امکان استفاده از هیچ ابزاری را برای بالا رفتن و به حادثه دیده رسیدن را نمی‌دهد. پله‌های تلسکوبی ۱۰ متری آتش‌نشانی نیز راه به جایی نمی‌برند. زمان در حال گذر است. با وجود ازدحام جمعیت عشایری منطقه، کار برای امداد رسانان اکیپ کوه‌نوردی، آتش‌نشانی، هلال احمر، نیروی انتظامی و اورژانس دشوار می‌شود.

در ساعت ۲۰:۴۵ ستادی مرکب از کمیته امداد و نجات هیأت کوه‌نوردی، آتش‌نشانی و هلال احمر دزفول در پای دیواره اصلی تشکیل می‌گردد و راه‌های مختلف برای امداد رسانی و رهاسازی فرد حادثه‌دیده را بررسی می‌کنند و آخرین تصمیم بر این می‌شود که از جرتقیل کمک گرفته شود. برنامه نجات این‌گونه طراحی می‌شود که ابتدا جرتقیلی از بالا با بستن چند طول طناب به قلاب انتهای بوم خود و یک پله تاشو به انتهای طناب‌ها، پله را به پایین دیواره رسانده و در اختیار اکیپ قرار دهد.

سپس یک نفر از اکیپ خود را به پله متصل و فیکس کرده و

تلاش‌ها بدون ثمر است، در نهایت اقدام به بریدن اتصالات چتر می‌کند تا وزن کامل حمید را به پله و خود منتقل کند.

بعد از این کار با درخواست سیدامیر ضیائی‌زاده جرتقیل به آرامی اقدام به فرود مصدوم و امدادگر می‌کند. اکنون ساعت ۲:۲۰ دقیقه بامداد روز شنبه است. سیدامیر و حمید با سلامتی کامل پای بر روی زمین می‌گذارند و حادثه‌دیده پس از گذشت ۹ ساعت ناباورانه زمین را لمس می‌کند و یک حادثه تلخ با پایانی بسیار شیرین و با استعانت از خداوند منان به انجام می‌رسد.

حادثه‌دیده در اختیار اکیپ‌های هلال‌احمر، آتش‌نشانی و اورژانس قرار می‌گیرد تا او را برای معاینات پزشکی به بیمارستان منتقل کنند.

ساعت ۴:۳۰ دقیقه صبح روز شنبه ۹۳/۱۰/۲۰ است. اکیپ پایین به اکیپ بالا ملحق می‌شود و خوشحال از اجرای موفق عملیات هم‌دیگر را در آغوش می‌گیرند.

سرانجام هر دو اکیپ در ساعت ۵ صبح به دزفول می‌رسند.



پیشنهادات:

این شهر با داشتن کوهنوردان و گروه‌های کوه‌نوردی و کوه‌های فراوان و رواج ورزش‌های هوایی نیاز به تشکیل یک ستاد امداد و نجات کوهستان مرکب از کمیته امداد و نجات هیأت کوه‌نوردی، آتش‌نشانی و خدمات ایمنی، هلال‌احمر و اورژانس دارد و اینکه تجهیزات مناسب امداد و نجات در اختیار این ستاد قرار گیرد.

ورزشکاران و ورزش‌های هوایی با رعایت تمامی قوانین و مقررات این ورزش از سایت‌های مناسب استفاده کنند.

جا دارد از فرماندار محترم جناب آقای آصفی، شهردار محترم جناب آقای مهندس کرمی‌نژاد، جمعیت هلال‌احمر دزفول و جناب آقای رضایی مرساق، نیروی انتظامی منطقه سردشت، آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرستان دزفول جناب آقای مهندس معظم‌فر، بسیج مردمی روستای گاویمیر، آموزش و پرورش شهر سردشت، عشایر غیور روستای گاویمیر، گروه‌های امداد و کوه‌نوردی اعزامی از مسجد سلیمان و شوشتر و کلیه کوهنوردان و گروه‌های کوه‌نوردی که ما را به هر نحو یاری کردند صمیمانه قدردانی و تشکر نمایم ■

*رئیس هیأت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی دزفول

می‌گردد. ابتدا دو حلقه طناب ۵۰ متری را به هم متصل کرده و یک پله تا شو خلبانی ۲۵ متری را نیز به انتهای طناب اضافه می‌کنیم، چراغ‌قوه‌ای به‌عنوان نشانه به انتهای پله بسته و با گره هشت ابتدای طناب‌ها را به حلقه بوم جرتقیل متصل می‌نماییم. جرتقیل بوم ۴۵ متری خود را به آرامی باز می‌کند و ابتدا به هوا برده و سپس به آرامی به طرف پرتگاه هدایت می‌کند. دل‌ها در سینه به تپش درمی‌آید و سکوتی خاص منطقه را فرا می‌گیرد. هم‌آهنگی و ارتباط از طریق بی‌سیم و تلفن همراه بین دو گروه مستقر در بالا و پایین و راننده جرتقیل برقرار است.

با توجه به نداشتن دید کافی، پله امدادی چندین بار به دیواره گیر می‌کند و از پایین هم‌آهنگی‌ها برای رهاسازی پله و باز کردن بیشتر بوم و تغییر مسیرش انجام می‌گیرد تا در نهایت ساعت ۲:۰۵ دقیقه پله تا شو به محل استقرار اکیپ پای دیواره اصلی در پایین می‌رسد.

نفر اصلی برای رهاسازی حادثه‌دیده مشخص می‌گردد. سیدامیر ضیائی‌زاده مسؤل فنی هیأت کوه‌نوردی دزفول برای این کار در نظر گرفته می‌شود. ایشان ابتدا خود را با ابزار سنگ‌نوردی همچون کارابین، کوئیک دراو و تسمه اسلینگ خود را به پله متصل و فیکس می‌کند و بعد از ایمنی کامل و بستن یک حلقه طناب به پایین برای کنترل از پایین توسط اکیپ و آمادگی کامل برای بالا کشی، با هم‌آهنگی با جرتقیل برای بالا کشیدن، پله به همراه امدادرسان به آرامی بالا کشیده می‌شود.

ارتباط بین گروه اول و دوم لحظه‌ای قطع نمی‌گردد. نفس‌ها در سینه حبس شده و قلب‌ها به شدت می‌تپد. ضیائی‌اکنون نزدیک حادثه‌دیده و روبه‌روی او واقع شده است. چرخش طناب و پله رکاب در هوا کار را اندکی مشکل می‌کند، کنترل از پایین به‌وسیله طنابی که به پله بسته شده به علت نداشتن دید کافی کار را دشوار می‌کند. لحظات بسیار سختی برای حادثه‌دیده و امدادگر در برابر هم سپری می‌شود. علت اصلی، نداشتن دید کافی به علت ارتفاع زیاد، تاریکی شب و سردی هوا و یک‌دست نبودن دیواره است.

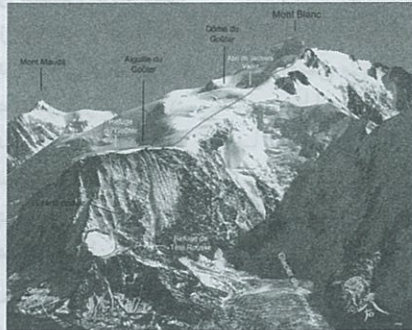
در این هنگام و لحظات بحرانی با اندکی جابه‌جایی بوم، جرتقیل سیدامیر ضیائی‌زاده را به حمید نزدیک می‌کند. سیدامیر با چرخش ۴۵ درجه‌ای که به بدن خود می‌دهد، فاصله را با حمید کم کرده و با مهارت و شهامت و هوشیاری هرچه تمام‌تر خود را به حمید چسبانیده و به وسیله تسمه اسلینگ و کارابین پیچی که از قبل آماده کرده، حمید را به حمایت خود در می‌آورد و بعد از حمایت حمید به او کمک می‌کند تا وزن خود را روی پله منتقل کند. به محض اینکه حادثه‌دیده بر روی پله قدم می‌گذارد سیدامیر ضیائی‌زاده با یک کارابین پیچ هارنس حمید را به پله حمایت کرده و اعلام می‌کند مصدوم در حمایت کامل من است و در این هنگام فریاد و غریو شادی تمامی جمعیت و گروه‌های مستقر در بالا و پایین آسمان تازه روشن شده از نور مهتاب را می‌شکافد و برق شادی را در میان چشمان همگی نشانه می‌رود.

اندکی از فشار وارده به بدن حمید کاسته می‌شود و احساس آرامش می‌کند. سپس اقدامات ایمنی بیشتر روی حادثه‌دیده انجام می‌گردد. زمان برای امدادگر و سانحه‌دیده به سرعت سپری می‌شود. در این هنگام سیدامیر متوجه اتصالات چتر به مصدوم می‌شود و تلاش می‌کند تا چتر را از مصدوم جدا کند، اما

گزارش اکسپدیشن ایرانی به فرانسه

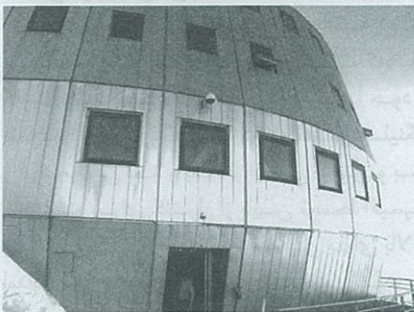
→ ادامه از صفحه ۳۶

و ما در داخل چادرها شب نسبتاً سردی را تجربه می‌کنیم.



مسیر صعود نرمال گوتر، همان‌طور که مشاهده می‌شود قسمت خطرناک‌تر این مسیر، قسمت صخره‌ای زیر پناهگاه گوته می‌باشد.

ایستگاه نیگدی بسیار شلوغ است. کوهنوردان زیادی که تعداد زیادی از آنها قصد صعود به قله را ندارند و با وسایل کم فقط برای ترکینگ به منطقه آمده‌اند نیز در این مکان حاضرند. از ایستگاه نیگدی در صورت ادامه مسیر ظرف ۱۰ دقیقه به پناهگاه نیگدی می‌رسیم اما ما مسیر خود را به سمت پناهگاه تتروس منحرف می‌کنیم. دیدن تعدادی از حیوانات وحشی که آزادانه در این ارتفاعات می‌چرخند اعضای تیم را بسیار متعجب کرده است. کم‌کم با افزایش ارتفاع هوا سردتر و مسیر برفی می‌شود. در اواسط راه رسیدن به پناهگاه تتروس اتاقکی کوچک می‌بینیم که ظاهراً در مواقع صاعقه می‌تواند سرپناه خوبی باشد. مسیر صعود کاملاً مشخص است و در قسمت‌های آخر از میان یک صخره نسبتاً بلند عبور می‌کند که البته مسیر عبور خیلی سخت نیست. در ادامه و با پوشیدن کرامپون‌ها وارد دنیای دیگری می‌شویم. دنیایی که کوهنوردان زیادی را به خاطر دست کم گرفتن آن از بین برده است. نفرات با هم طنابی شیب انتهایی تا پناهگاه تتروس را می‌پیمایند. به دلیل آنکه رزرو پناهگاه را نتوانسته‌ایم انجام دهیم مجبوریم بیرون پناهگاه بخوابیم. در قله مون‌بلان در اطراف پناهگاه‌ها امکان چادر زدن وجود ندارد، ولی کمی بالاتر از پناهگاه تتروس محلی برای کمپینگ و چادر زنی وجود دارد که البته برای آن دستشویی هم قرار داده‌اند. داخل پناهگاه گرم است و کوهنوردان به خوش و بش و گفتن و نوشیدن مشغولند



پناهگاه گوتر در میانه راه صعود به مون‌بلان
با توجه به آنکه ما نتوانستیم پناهگاه گوتر را رزرو کنیم مجبور بودیم گزینه دیگری را جهت صعود قله انتخاب کنیم. رزرو پناهگاه به صورت تلفنی و از ماه‌ها قبل انجام می‌شود و امکان رزرو آن حتی یک هفته قبل از صعود وجود ندارد. معمولاً روال عادی صعود آن است که کوهنوردان با صعود از پناهگاه تتروس، یک شب را در پناهگاه گوته می‌مانند و صبح زود به سمت قله حرکت می‌کنند که ما این امکان را نداشتیم. بنابراین تصمیم گرفتیم که با کیسه خواب و زیرانداز و وسایل شب‌مانی از همان پناهگاه تتروس حرکت خود را به سمت قله آغاز کنیم.



در میانه راه قله پناهگاه دیگری نیز وجود دارد که البته بسیار کثیف است و بیشتر به

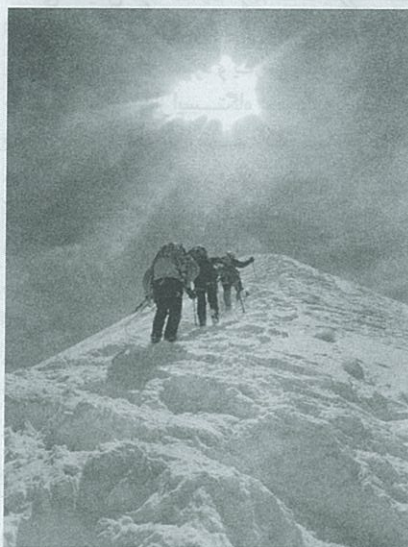
جمعه ۲۴ و شنبه ۲۵ مرداد هوا خراب است. در طول این دو روز بیشترین تمرکز ما برای اجرای برنامه کوه‌نوردی گروه یعنی مون‌بلان بزرگ است. با کمک آقای نوتاش آمار مسیر را در آورده و همچنین با مطالعه جدول قطرها و اتوبوس نحوه دسترسی به قله را مشخص می‌کنیم. هوا خراب و بارانی است و با مطالعه به ایستگاه قطار (SNCF) بلیط قطار از محل استقرار خود (Le Bosson) به سمت ده Fayet را تهیه می‌کنیم. هزینه این بلیط برای هر نفر رفت و برگشت ۶ یورو می‌باشد. پیش‌بینی هوا و آمار هواشناسی نشان می‌دهد که یکشنبه ۲۶ مرداد و دوشنبه ۲۷ مرداد هوا نیمه ابری و مناسب است و امکان صعود وجود دارد. تیم‌های زیادی نیز قصد دارند که برای دوشنبه و سه شنبه اقدام به صعود کنند، اما ما تصمیم می‌گیریم که در هوای نیمه خراب یکشنبه خود را به اولین پناهگاه برسانیم. حرکت خود را صبح با سوار شدن بر قطار به سمت Le Fayet آغاز می‌کنیم. قطار از میان جنگل‌ها و آبشارها و تونل‌ها و طبیعتی بکر عبور می‌کند تا به ده Le Fayet می‌رسد. در اینجا از قطار پیاده شده و باید از تراموای مون‌بلان استفاده کنیم تا خود را به ارتفاعات مون‌بلان برسانیم. این تراموا رکورددار مرتفع‌ترین قطار فرانسه و اروپا می‌باشد چون تا ارتفاع زیادی بالا می‌رود. این قطار از ارتفاع ۷۹۲ متری خود را به ارتفاع ۲۳۸۰ متری در نزدیکی پناهگاه نیگدی و در مقابل یخچال بایوناسی می‌رساند. قیمت بلیط برای بزرگسالان (رفت و برگشت) ۷۲ یورو می‌باشد. سوار تراموا شده و از دل طبیعت بسیار زیبای منطقه به نزدیکی پناهگاه نیگدی می‌رسیم. نیگدی به زبان فرانسوی به معنای لانه عقاب می‌باشد. در این قسمت وسایل خود را مرتب کرده و آماده صعود می‌شویم.

مسیر صعود به قله مون‌بلان : ما در این صعود از مسیر نرمال گوته به قله مون‌بلان صعود کردیم. این مسیر از ایستگاه نیگدی به پناهگاه تتروس و از آن‌جا به پناهگاه گوته می‌رسد و در ادامه نیز از پناهگاه گوته به سمت قله می‌رود.



کف آن پر از پتوهای امداد اضطراری است که مشخص است کوهنوردان برای بیواک از آن استفاده کرده‌اند. این پناهگاه در ارتفاع ۴۳۶۲ متری واقع شده و مختصات جغرافیایی آن $50^{\circ} 22' N$ $51^{\circ} 06' E$ می‌باشد. ظرفیت آن ۱۲ نفر و در اوت ۱۹۳۸ ساخته شده است. تعدادی کوهنورد خسته نیز در این پناهگاه حضور دارند. آشغال‌های زیادی هم در گوشه و کنار این جان‌پناه مشاهده می‌شود. در این قسمت کمی استراحت کرده و با توجه به محدودیت زمانی حرکت خود را مجدداً به سمت قله آغاز می‌کنیم. با صعود به ارتفاعات بالاتر کم‌کم شکل یال تیزتر شده و در صورت سقوط به هر طرف، نزدیک هزار متر سقوط و سرخوردن روی برف‌های یخ‌زده و سقوط به داخل شکاف‌های یخی در انتظار فرد خواهد بود. با رعایت کامل نکات ایمنی و اصول هم‌طنابی قسمت‌های آخر و خصوصاً یال فرمانده را رد می‌کنیم. این یال از آن جهت فرمانده است که او به کوهنورد فرمان می‌دهد که خود را به کدام سمت پرتاب کند. در هم‌طنابی بر روی این یال اگر یکی از اعضای تیم به سمتی پرت شود بقیه اعضا باید در جهت مخالف یال بپرند تا بتوانند نیروی سقوط را مهار کنند و در غیر این صورت مهار این نیرو امکان‌پذیر نمی‌باشد. کم‌کم شیب‌های تند و نفس‌گیر آخر مسیر به اتمام رسیده و بر روی یال طولانی قله قرار می‌گیریم. ساعت نزدیک ۳ بعد از ظهر است که ما همگی بر روی قله می‌ایستیم. این اولین تلاش هیات سیستان و بلوچستان بر روی این قله می‌باشد و خوش‌بختانه در شرایط آب و هوایی ناپایدار توانستیم با همت و اراده همه دوستان به سلامت به قله برسیم. بعد از گرفتن عکس‌های یادگاری بدون اتلاف وقت و در شرایطی که باد شدیدتر شده حرکت خود را به سمت پایین آغاز می‌کنیم. نفرات خسته‌تر شده‌اند و دقت در هم‌طنابی‌ها بیشتر باید باشد. مسیر صعود بسیار طولانی‌تر از آنچه پیمایش شده به نظر می‌آید. با رسیدن به پناهگاه گوتنه در

آزاردهنده است، اما می‌توان آن را بهترین هوای چند روز اخیر نامید. با توجه به پیش‌بینی هوا تیم‌های زیادی برنامه‌ریزی صعود خود را برای امروز و فردا تعیین کرده‌اند غافل از آنکه فردا شدت باد به ۵۰ کیلومتر در ساعت می‌رسد. با توجه به این پیش‌بینی و با دوستی و اتحاد و اعتمادی که بین اعضای تیم وجود دارد حرکت خود را به سمت قله آغاز می‌کنیم. بعد از شیب پناهگاه به سمت بالا به یک دشت بزرگ رسیده و بر روی یک یال نسبتاً عریض ولی کاملاً یخ‌زده حرکت خود را ادامه می‌دهیم.



شکاف‌های یخی از نیم متر تا چند ده متر که در فاصله نزدیکی نسبت به مسیر اصلی قرار گرفته‌اند دلیل کشته‌های زیاد مون‌بلان را برای ما آشکار می‌کند. اندکی انحراف از مسیر اصلی در هوای خرابی که از مشخصه‌های این قله است می‌تواند باعث از بین رفتن جان افراد شود همان چیزی که برای مرحوم عمیدی اتفاق افتاد. همه در حمایت طناب هستیم و کرامپون‌ها حرکت ما را بر روی برف یخ‌زده که در قسمت‌هایی تبدیل به یخ می‌شود آسان‌تر می‌کند. کیسه خواب و وسایل شب‌مانی را در پناهگاه گوتنه جا گذاشته‌ایم و در صورت عدم داشتن سرعت مناسب باید یک شب‌مانی سرد بدون کیسه خواب در جان پناه ولو داشته باشیم که البته این مسأله برای هیچ کس خوشایند نیست. پس از حدود ۳ ساعت پیاده روی به این جان‌پناه می‌رسیم.

عنوان محلی برای تجدید قوا مورد استفاده کوهنوردان قرار می‌گیرد.

هدف ما این بود که اگر بتوانیم به صورت یک‌روزه قله را صعود کرده و موقع برگشت در این پناهگاه بخوابیم. پناهگاه ولوت قبلاً استفاده ستاره شناسی داشته ولی الان دیگر به عنوان مکانی برای نجات کوهنوردان گرفتار شده در مون‌بلان استفاده می‌شود.

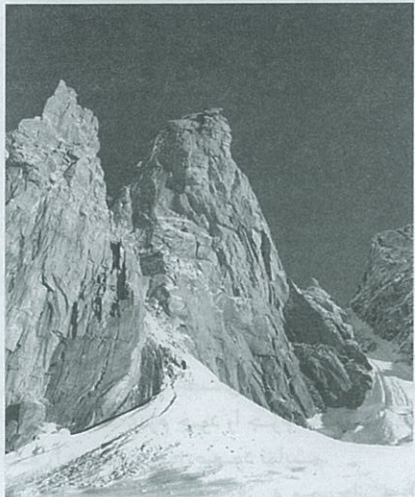
صبح زود ساعت ۳ صبح حرکت خود را از پناهگاه تتروس آغاز می‌کنیم. هوا بسیار سرد و زمین کاملاً یخ‌زده است.

از همان ابتدا در دو کرده ۳ نفره هم‌طنابی را آغاز می‌کنیم. علی رستمی، سارا رستمی و حسن گرامی در یک کرده و حمید شفق، علی مجبی و مرجان ساوه در کرده‌ای دیگر اقدام به صعود می‌کنیم. پس از عبور از دشت، به ابتدای صخره بزرگ زیر پناهگاه گوتنه می‌رسیم. مسیری سخت و دشوار که با سیم بکسل آن را ایمن کرده‌اند. این مسیر در قسمت‌هایی نیز دارای ریزش است که باید نفرات به صورت تک تک از آن عبور نمایند. در ادامه و پس از تلاشی ۴ ساعته از مسیر صخره‌ای و با شیب تند، به ابتدای یال صعود به قله مون‌بلان می‌رسیم. ساعت ۷ صبح است و نفرات نشاط خوبی دارند. خوش‌بختانه مشکل جسمانی یکی از اعضای تیم نیز برطرف شده و همه عزم خود را جزم کرده‌ایم که قله را در همین روز صعود نماییم.

به داخل پناهگاه رفته و صبحانه را می‌خوریم؛ البته واژه پناهگاه برای این مجموعه بسیار کم است چون در حد یک هتل ۲ ستاره عمل می‌کند. نظم و ترتیب مناسب داخل پناهگاه، محل قرار دادن وسایل کوه و همچنین محیط کافه و رستوران آن، تخت‌های تمیز جهت خواب و دستشویی که مشخصاً تازه نظافت شده است نشان دهنده مدیریت مناسب این مجموعه می‌باشد.

هزینه ماندن در این مجموعه مجلل شبی ۷۲ یورو برای هر نفر می‌باشد. پس از یک ساعت استراحت و تجدید قوا آماده صعود نهایی به قله می‌شویم. وسایل خود را جمع کرده و حدود ساعت ۸:۳۰ به سمت بالا حرکت می‌کنیم. امروز خوش‌بختانه جزو معدود روزهای منطقه شامونی با هوای خوب است هرچند که بادی با سرعت ۲۰ کیلومتر در ساعت در هنگام صعود کمی

خستگی زیاد به روبه روی دیواره گرانداکاپوسین رسیدیم. این برج سنگی در کنار برادر کوچکتر خود پتیت کاپوسین سر به فلک کشیده است. فضای اطراف بسیار دیدنی است. در فاصله کمی از مرزهای فرانسه و ایتالیا، در شرایط هوایی خراب چادر خود را می‌زنیم. خسته داخل چادر می‌رویم با این امید که بتوانیم از هوای خوب روز بعد نهایت استفاده را ببریم.



صبح روز پنج شنبه ۳۰ مرداد ماه ۱۳۹۳، هوا طبق پیش‌بینی خوب است. آفتاب از پشت قله‌های دون دو ژوان و گراندا ژوراسس طلوع کرده و بازتاب آن در برف چشم را می‌آزارد و در عین حال خستگی روز قبل در هوای طوفانی را کم می‌کند. بدن‌های مان بسیار خسته است. شب گذشته تا می‌توانستیم آب گرم و چای و مواد غذایی خوریم تا از دست دادن آب بدن مان را جبران کنیم. با وجود خستگی ساعت ۸ از چادر بیرون می‌زنیم. در شمال خود برج‌های گراندا کاپوسین و پتیت کاپوسین خودنمایی می‌کنند. در شرق خود قله دون دوژوان و در پشت آن گراندا ژوراسس جاذبه‌های این منطقه‌اند. قله رونده در جنوب شرق ما با رخ یخچالی و صعود زیبای خود بسیار وسوسه انگیز است. اینجا بود که آرزو می‌کنیم ای کاش در ایران ما چنین کاسه‌ای از قله‌های سوزنی و یخچال‌های عظیم داشتیم.

شرایط نشان می‌داد که فردا یعنی پنج شنبه هوا بسیار عالی است. جمعه اما این چنین نیست نسبتاً خراب است. با توجه به ناپایدار بودن وضعیت هوای منطقه و علی‌رغم خستگی بدن‌ها، مجبور بودیم از این شرایط هوایی استفاده کنیم. با وجود آنکه هنوز ۲ روز کامل از صعود به مون‌بلان نگذشته بود با بچه‌های زاهدان خداحافظی کرده و حرکت خود را مجدداً به سمت تله فریک اگوی دو میدی آغاز کردیم.

تله فریک دیگر خلوت است. هوای خراب اکثر افراد را خانه نشین کرده و کمتر کسی تمایل دارد که به ارتفاعات برود. حتی توریست‌ها نیز تمایلی برای دیدن منطقه‌ای پر از مه و هوای سرد و بارش برف بر روی صورت خود را از ایستگاه دومیدی ندارند. به ایستگاه که می‌رسیم بلافاصله یکی از مسئولین امداد به سراغمان می‌آید. از هدفی که داریم و منطقه‌ای که قصد داریم در آن فعالیت کنیم گزارشی برای خود می‌نویسد. همچنین زمان بازگشت را نیز از ما می‌پرسد. این عملکرد جهت چک کردن وضعیت ما در منطقه است و این مسأله برای ما نیز بسیار آرامش‌بخش است. از طرفی نوتاش عزیز نیز دائماً در مورد وضعیت ما سوال می‌کند و اینکه کسی هست که این‌گونه پیگیر کارهای ما است دلخوشی بزرگی برای ما ایجاد می‌کند. یال تیز دو میدی را در شرایطی با دید بسیار محدود پایین می‌آییم تا در دشت کازمیک قرار بگیریم.

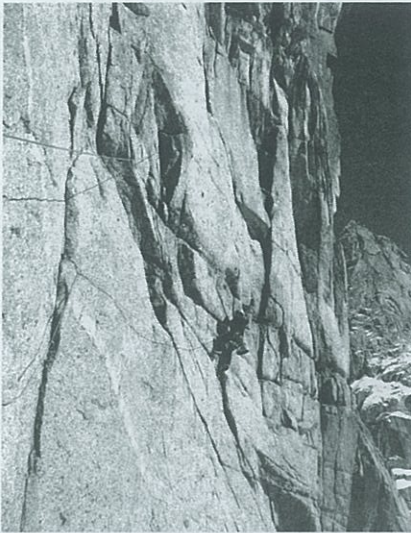
تعداد ۳ کوهنورد در کل دشت مشاهده می‌شوند که مسیر بازگشت به تله فریک را از ما می‌پرسند. باد سرد و شدید در دشت کازمیک رودخانه‌ای از برف‌های سرد ایجاد کرده که با حرکت در میان این رودخانه تمامی بدن احساس سرما و خستگی می‌کند. شکاف‌های یخی کف یخچال کازمیک را دور زده و از شرق قله مون‌بلان دو تکول وارد یخچال ژینانت می‌شویم. این یخچال یکی از خطرناک‌ترین یخچال‌های منطقه است. شاید بیش از ۱۲ شکاف یخی را در مسیر رسیدن به کمپ برج گراندا کاپوسین دور زدیم و با پریدیم. مه و شرایط دید محدود نیز باعث می‌شد که با احتیاط بیشتری این مسیر را پیمایش کنیم. هر دوی ما می‌دانستیم که یک اشتباه کوچک در این هوای خراب می‌تواند مشکلات زیادی را به بار بیاورد. پس از ۴ ساعت پیاده‌روی و در شرایطی که هیچ کس دیگری را در منطقه ندیدیم و در حالت

ساعت ۷ عصر یک ساعت در آنجا استراحت کرده و نوشیدنی و غذای گرم می‌خوریم تا نفرات تیم ریکآوری مناسب را انجام دهند. سپس حرکت خود را در شیب تند سنگی با حمایت طناب به سمت پایین آغاز می‌کنیم. ساعت ۱۲ شب است که به چادرهای خود در پناهگاه تتروس می‌رسیم. باد بسیار شدید شده، اما دیگر این قضیه اهمیت ندارد چون ما محدوده خطر را پشت سر گذاشته‌ایم. حدود ۲۳ ساعت فعالیت شدید اما همراه با موفقیت. روز بعد نیز حرکت خود را در مسیر به سمت پایین آغاز می‌کنیم. شدت باد به حدی شده که در ارتفاع ۲۸۰۰ متری حرکت را مشکل ساز می‌کند. بسیار خوشحال هستیم که توانستیم در همان روز قبل و در شرایط هوایی بهتر قله را صعود کنیم. ر

روز سه شنبه ۲۸ مرداد صبح زود از چادر کمپ بیرون می‌آییم. هوا دوباره بارانی است و سرد. به خیال آنکه چند روز آینده هوا بارانی است و با توجه به صعود برج‌های دومیدی و قله مون‌بلان در چند روز گذشته به صورت پشت سر هم، ۳ روز برای خود ریکآوری در نظر می‌گیریم تا بدن‌های خسته مان به حالت عادی بازگردد. بچه‌های زاهدان آماده بازگشت به ایران می‌شوند، اما برای ما هنوز هدفی دیگر وجود دارد. وضعیت قله‌های بلند بسیار خراب است. چند تیمی که قصد صعود به گراندا ژوراس را داشته‌اند همگی با امداد هوایی به پایین منتقل شده‌اند و سرمایه‌داری‌های شدید برای آنها اتفاق افتاده است. ۶ نفر در دیواره آرژنتیر و ۳ نفر در دیواره اگوی دو میدی جان خود را از دست داده‌اند. اکثر تیم‌ها زمین گیر شده‌اند و شرایط هوایی بسیار آزاردهنده است. بدن‌های ما نیز بسیار خسته شده است، زیرا استراحت ما در چادر و در هوای بارانی اتفاق می‌افتد.



سه‌شنبه تا جایی که می‌توانیم به خوردن مواد غذایی مفید و میوه‌جات می‌پردازیم. چهارشنبه صبح اما برای ما شروع دیگری بود. صبح زود وضعیت هوا را چک کردم.



در ادامه نیز با دو طول صعود ۵۰ متری از روی یخ و سنگ با درجه M۵ خود را به اولین کارگاه می‌رسانیم. خورشید تابشی مستقیم بر روی بدن مان دارد و احساس گرمای خوبی می‌کنیم. شیوه صعود سبک بار را انتخاب کرده و جوراب‌های پر را به همراه مقداری نوشیدنی گرم و کمی غذا با خود همراه کرده و کفش‌های سنگین و تبرهای یخ را در همان جا باقی می‌گذاریم. با یک تراورس با درجه سختی ۵b حدود ۳۰ متر به سمت راست حرکت می‌کنیم. درجه طول بعدی ۶a+ می‌باشد و ما متوجه می‌شویم که یک ۶a+ یا معادل ۵,۱۰a یوسه میتی واقعی پیش روی ما است. متوجه می‌شویم که درجه‌هایی که فرانسوی‌ها به مسیرها می‌دهند پایین‌تر از چیزی است که ما در ایران به مسیرها نسبت می‌دهیم.



به هر حال از آن عبور کرده و طول بعدی که ۶a است را آغاز می‌کنیم. اکثر طول‌ها را به صورت ۴۰ متری و بیشتر صعود می‌کنیم تا در زمان جلو بیفتیم. دیواره گرانیته و اصطکاک با کفش مناسب است اما طول‌های مسیر نفس گیر و بادی در منطقه نیز شروع به

در ابتدای دیواره تونلی یخی که دیوارهای آن از برف بود ایجاد شده بود. این تونل که به دلیل بهمن‌های دیواره ایجاد شده بود هر از چند گاهی همراه با ریزش برف و یخ بر سرمان همراه بود. برای رسیدن به پای مسیر دو راه وجود دارد.

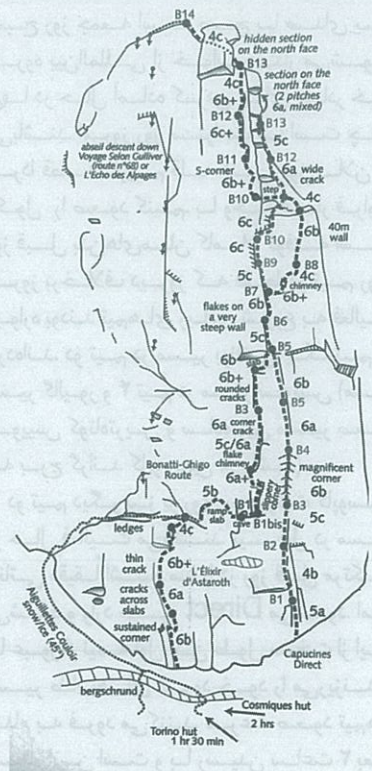


راه اول عبور از دهلیز سمت چپ دیواره و صعود دو طول میکس نسبتاً سخت است و راه دوم صعود ۴ طول سنگ‌نوردی که ما با توجه به آنکه شاید به کفش‌های سنگین مان نیاز پیدا کنیم از دهلیز صعود خود را آغاز می‌کنیم. حدود ۱۰۰ متر در این تونل بالا رفته و از کنار شکاف یخی کنار دیواره با احتیاط عبور می‌کنیم.



نمایی از مسیر رسیدن به کمپ گراند کاپوسین از قله دومیدی

مسیری که ما برای صعود بر روی برج گراند کاپوسین در نظر گرفته‌ایم مسیر بوناتی است. این مسیر یکی از دشوارترین مسیرهای این دیواره است و جالب آنکه از اول فصل تا آن لحظه طبق آماری که ما در آورده بودیم هنوز صعودی بر روی آن انجام نشده بود. دلیل این مسأله نیز شرایط سخت این قله و شکاف‌های یخ‌زده و پُر از برف هم در ابتدا و هم در انتهای دیواره است. این مسیر با درجه سختی ۷a+ که معادل ۵,۱۲a یوسه میتی می‌باشد و با طول ۴۰۰ متر یکی از مسیرهای بسیار دشوار این دیواره می‌باشد. در کنار این مسیر مسیرهای دیگری نیز مانند سوییس، گالیور نیز وجود دارند که البته مسیر گالیور و مسیر بوناتی جزو سخت‌ترین مسیرهای این دیواره می‌باشند. مسیر مستقیم نیز با درجه سختی ۸a جزو مسیرهایی است که به ندرت صعود می‌شود. مسیر سوییس با توجه به صعود از وجه جنوبی دیواره و ساده‌تر بودن درجات آن جزو پرترددترین مسیرهای این دیواره است، اما مسیرهای بوناتی و گالیور به دلیل قرار داشتن در وجه شرقی و گاهی حرکت به سمت شمال دیواره و درجه سختی بالاتر کم‌تر صعود می‌شوند. جالب است در روزی که ما اقدام به صعود مسیر بوناتی می‌کردیم مربی فرانسوی ما دنیل دولک نیز به موازات ما در حال صعود مسیر گالیور بود.



پنجاهمتری به کارگاه بعدی می‌رسیم. تا به حال بر روی یک دیواره بلند چنین فرود مستقیم و بی‌دردسری را تجربه نکرده بودم و این البته به دلیل شیب منفی دیواره کاپوسین در بیشتر قسمت‌ها است. دو طول اول را که فرود می‌آییم هوا تاریک شده است و البته به دلیل مستقیم بودن فرود پیدا کردن کارگاه فرود کار سختی نیست. با ۱۲ فرود خود را به کف می‌رسانیم و از شکاف یخی بین دیواره و یخچال نیز با احتیاط عبور می‌کنیم تا ساعت ۱۱ بر روی یخچال دون دو ژوان با آرامش قرار گیریم.

بسیار خوشحالیم از اینکه توانستیم این موفقیت را در این شرایط سخت کسب کنیم. خسته و کوفته به داخل چادر و کیسه خواب می‌رویم و سعی می‌کنیم با وجود خستگی زیاد کمی مایعات و غذا قبل از خواب بنوشیم. کارگاه‌های فرود مسیر گالیور در کروکی کاملاً مشخص می‌باشند.



صبح روز جمعه است. صبح با صدای یک گروه بین‌المللی از خواب بیدار می‌شویم. آنها در حال آماده کردن جای چادر خود می‌باشند. امروز روز استراحت ما است چون فردا قصد داریم قله فنی مون‌بلان دو تکول را صعود کنیم. با وجود فشار فراوان روز قبل بدن‌هایمان کاملاً کوفته است. امروز برخلاف دیروز که فقط دو تیم روی دیواره بودند تیم‌های زیادی شروع به فعالیت کرده‌اند. دو تیم در مسیر بوناتی، یک تیم در مسیر گالیور و ۴ تیم در مسیر سوییس (مسیر سوییس کوتاه‌ترین و ساده‌ترین مسیر صعود به برج گراند کاپوسین می‌باشد).

دو تیم دیگر نیز بر روی برج پتیت کاپوسین در حال فعالیت می‌باشند. تیم اول در مسیر بوناتی دقیقاً اشتباه ما را در روز قبل مرتکب می‌شود و وارد مسیر Direct می‌شود. اما با عبور از نیمه اول این طول سخت از این مسیر طناب‌های فرود خود را می‌ریزند و اقدام به فرود می‌کنند. سرعت صعود تیم‌ها نسبتاً پایین است و با رسیدن ساعت ۲ بعد

دیواره به گونه‌ای است که فرود از آن به سمت مسیر بوناتی بیشتر از یک ساعت زمان نیاز دارد و ما زمان مناسب برای صعود را از دست خواهیم داد. طول بعدی درجه سختی ۶C را دارد و البته همه شکاف‌های مسیر پر از یخ شده است و واقعاً درجه صعود آن را بسیار بالاتر برده است. فرند نمره ۴ ما در این قسمت وسیله‌ای برای شکستن یخ‌های مسیر و شکاف‌ها است. دست‌ان‌مان به دلیل شدت سرما با کوچک‌ترین اصطکاک پاره شده و خون سرازیر می‌شود که البته آن هم به دلیل سرمای شدید بلافاصله لخته می‌شود. طول بعدی با درجه ۷b+ جایی است که واقعاً انرژی ما را به تحلیل می‌برد. تا به حال ۷b+ را بر روی شکاف‌های یخی و پر از برف یخ‌زده تجربه نکرده بودیم.

حسن فوق‌العاده عمل می‌کند و علی‌رغم دو پاندولی بلند پس از تلاش فراوان به کارگاه می‌رسد. دوش پودر برف یکی از پذیرایی‌هایی است که جبهه شمالی گراند کاپوسین دائماً در دستور کار خود دارد. در عین خستگی دیگر به شرایط جدید عادت کرده‌ایم.

هلی کوپتر امداد از بالای دیواره به ما نزدیک می‌شود و از ما شرایطمان را می‌پرسد. با شست دست نشان می‌دهیم که وضعیتمان خوب است و البته این دلگرمی بزرگی برای ما است، اما ناپدید شدن هلی کوپتر در افق گراند ژوراسس بار دیگر احساس تنهایی را به ما القا می‌کند. یک ۶b یخ‌زده دیگر را می‌پیماییم تا در ساعت ۸ شب بر فراز قله گراند کاپوسین قرار بگیریم. این اولین صعود این مسیر در فصل جاری از مسیر بوناتی است. قله بسیار کوتاه و با حالت چاقویی است که با حمایت کامل بر روی آن قرار می‌گیریم.

در این‌جا بزرگ‌ترین دغدغه ما پیدا کردن کارگاه فرود مسیر گالیور است که ظاهراً بسیار مطمئن و فرودی مستقیم را به همراه دارد که البته نگرانی ما بی‌مورد بود چون به دلیل کوچک بودن و سوزنی بودن قله بلافاصله آن را پیدا کردیم. این قله در ارتفاع ۳۸۳۸ متری قرار دارد، ولی با توجه به عرض جغرافیایی ۴۵ درجه، منطقه فوق‌العاده سرد و دشوار است. از دور دانیل و هم طناب او را می‌بینیم. فکر می‌کنیم آنها صعود کرده و فرود رفته‌اند و از سرعت کم خود کمی ناراحتیم که البته بعداً متوجه می‌شویم آنها با توجه به سردی هوا اقدام به فرود کرده‌اند. کارگاه‌های فرود به صورت زنجیری است و با فرودهای

وزیدن کرده است که البته زیاد آزاردهنده نیست. نفر دوم در هر طول کوله و وسایل سنگین‌تر را حمل می‌کند و تا جایی که توانستیم نفر سرطناب را سبک می‌کردیم. طول‌های اکثراً ابزار گذاری است با این‌حال در کراکس‌های سخت هر طول لطف گشایش کنندگان شامل حال ما شده و میخ‌هایی نیز مشاهده می‌شود. طول بعدی با درجه ۶b+ از زیر یک کلاهدک زیبا تراورس می‌کند که در این قسمت نمای زیبایی از قله پتیت کاپوسین در پشت سر فرد صعودکننده قابل مشاهده می‌باشد. در ادامه مسیر طولی دیگر نیز با درجه ۶b پیمایش می‌شود. این طول نیز با شکاف عرضی شروع شده و سپس در ادامه در یک فیس زیبا به سمت بالا حرکت می‌کند تا در کنار یک کلاهدک زیبا به کارگاه برسد. کارگاه‌های مسیر عموماً بولت بوده و کاملاً قابل اعتماد می‌باشد.

ساعت ۲ بعد از ظهر است و دیگر از آفتاب دلچسب خبری نیست. در فاصله زمانی چند دقیقه دیواره تبدیل به جهنمی یخی می‌شود. حتی بزرگ‌ترین گیره‌های دیواره نیز قابل گرفتن نیست و شرایط صعود بسیار سخت شده است. سنگ بسیار سرد شده و با گرفتن هر چند گیره باید حتماً دست‌ان خود را سریعاً گرم کنیم تا بتوانیم گیره‌های بیشتری بگیریم. یک طول دیگر را با درجه ۵b به سمت بالا و راست صعود می‌کنیم. طول بعدی نیز با درجه سختی ۶b است که البته با فاصله منطقی میخ‌کوبی شده است. حال می‌توانیم کلاهدک بزرگ قله را بالای سر خود ببینیم. به تصور آنکه در چند طول آینده فقط یک طول ۷a+ یا ۵,۱۲ داریم و بقیه طول‌ها درجه ۵,۱۰ دارند و می‌توانیم سریع‌تر به صعود خود ادامه دهیم خوشحال هستیم غافل از آنکه اشتباه بزرگی را مرتکب می‌شویم.

به دلیل گم بودن مسیر در این قسمت و با توجه به کروکی مسیر کمی به چپ تراورس کرده و سپس در شکاف بالایی خود اقدام به صعود می‌کنیم غافل از اینکه وارد مسیر سرسخت و کم صعود Direct شده‌ایم. این مسیر که تنها مسیر روی دیواره است که طولی با درجه ۸a یا ۱۳b دارد بعد از مدت‌ها میزبان ما است. با صعود این طول از مسیر و فشار فراوانی که به هر دوی ما وارد می‌شود متوجه اشتباهمان می‌شویم، ولی دیگر دیر شده است. کارگاه این مسیر در قسمت شمالی

مسیرهایی از ۵۰ تا ۲۰۰ متر و به صورت اسپرت را در جنوب فرانسه صعود می‌نماییم. با توجه به بلیط بازگشت متفاوت نیز حسن ۹ شهریور و من هم در تاریخ ۱۲ شهریور به ایران باز می‌گردیم.



چند مسأله در مورد منطقه شامونی :

■ شرایط هوایی در این منطقه کاملاً با شرایط هوایی در ایران متفاوت است. بنابراین اقدام به صعود نیازمند چک کردن وضعیت آب و هوایی و آگاهی کامل نسبت به وضعیت آب و هوای این منطقه است. ■ شکاف‌های یخی و دیواره‌های آلپ با آن چیزی که ما تا به حال در ایران با آن مواجه بودیم بسیار متفاوت است. عموماً رسیدن به پای دیواره‌ها نیازمند استفاده از تکنیک‌های هم طنابی و پرش از شکاف‌های یخی است و نفرات باید کاملاً نسبت به این مسأله آموزش دیده باشند. ■ پیمایش در آلپ به ما ثابت کرد که در دنیای دیواره‌نوردی در ایران، هنوز راه بسیار زیادی برای پیمایش داریم. آلپ‌ها کاملاً شرایط جدیدی را برای صعود به ما تحمیل کردند و واقعاً مسیرهای زیادی در این منطقه وجود دارد که می‌تواند صعودهای تکنیکال و فنی را برای ایرانی‌ها به ارمغان بیاورد.

■ پشتیبانی فنی و روان شناسانه ابراهیم نوناش، تبلیغ و اطلاع رسانی فدراسیون کوه‌نوردی، پشتیبانی هیأت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی سیستان و بلوچستان کمک زیادی به ما در اجرای این برنامه کرد.

■ کمک و پشتیبانی دکتر شکروی، عباس ثابتیان و انجمن کوهنوردان، آقایان نصیرزاده، سرایی، ذوالفقاری، امجدیان و بابازاده نیز باعث کلید خوردن و کاستن از دغدغه‌های ما در این برنامه گردید. ■

تا از خطر ریزش قالب‌های یخ از سمت تیم‌های بالاتر جلوگیری کنیم. در ادامه با صعود از روی یالی سنگی و با ابزار گذاری پس از ۳ ساعت خود را به انتهای یال دو تکول می‌رسانیم. ۲۰ متر بالاتر قله دو تکول قرار دارد که به دلیل باد بسیار شدید از رفتن بر روی آن صرف‌نظر کرده و با حرکت به سمت مون‌بلان بزرگ و از طریق یک دهلیز یخ زده مجدداً خود را به کمپ کازمیک می‌رسانیم. نیروی‌مان به شدت تحلیل رفته و حتی بالا رفتن از یال تیز دومیدی برای رسیدن به تله فریک برای مان خسته‌کننده شده است.

وسایل مان را جمع می‌کنیم و این مسیر را نیز می‌پیماییم تا قبل از ساعت ۶ و آخرین سرویس تله فریک خود را به شهر شامونی برسانیم. فلوران و مری به سمت پناهگاه دیگری می‌روند. آنها قصد صعود خط‌الرأس گراند ژوراس را در روز بعد دارند.



یکشنبه دو شهریور در شهر شامونی در حال خرید مواد غذایی هستیم. فلوران تماس گرفته و می‌گوید که به دلیل شرایط بد هوایی در حال بازگشت هستند. با آنها قرار نهار گذاشته و برای جبران محبت‌های آنها برای آنها غذا درست می‌کنیم.

فلوران نیز با سخاوت فراوان ماشین خود را در اختیار ما می‌گذارد. گواهینامه رانندگی بین‌المللی که همراه آورده ام به کارمان می‌آید و می‌توانیم گشت خوبی در مناطقی اطراف بز نیم. هوا بارانی و ارتفاعات کاملاً پر برف است. با چک کردن هوا متوجه می‌شویم که هوا در روزهای آتی خراب بوده و منتظر ماندن ما در منطقه شامونی فایده‌ای ندارد. قصد حرکت به سمت دولومیت‌های ایتالیا را داریم که متأسفانه هوای آن‌جا نیز در آن هفته همراه با رعد و برق است.

به ناچار حرکت خود را به سمت شهر انسی آغاز کرده و در طی چند روز بعد نیز

از ظهر و سایه شدن قسمت‌های شرقی دیواره، تیم‌های حاضر بر روی مسیرهای بوناتی و گالیور اقدام به فرود می‌کنند. ۲ تیم از مسیر آفتاب‌گیر و ساده‌تر سوییس خود را به قله می‌رسانند و بقیه تیم‌ها نیز در حال فرود هستند. عصر کم‌کم چادر خود را جمع کرده و حرکت خود را به سمت یخچال کازمیک جهت صعود مسیر فنی و میکس مون‌بلان دو تکول آغاز می‌کنیم. با پیمایش سربالایی‌های یخچال دون دو ژوان متوجه می‌شویم که انرژی زیادی را از دست داده‌ایم و عدم ریکاوری کافی بعد از مون‌بلان و پس از آن گراند کاپوسین تحلیل زیادی در بدن ما ایجاد کرده است. به سختی خود را به زیر پناهگاه کازمیک می‌رسانیم. در این‌جا چادر زده و شروع به برف آب کردن می‌شویم. روز بعد، روزی پر باد و سرد است.



شنبه یک شهریور با صدای دوست خوبمان فلوران و مری از خواب بیدار می‌شویم. آنها از پایین سوار تله فریک شده و به دشت کازمیک آمده‌اند تا به همراه هم‌دیگر اقدام به صعودی میکس بر روی مون‌بلان دو تکول داشته باشیم. فیس این کوه شبیه مثلث است و به همین دلیل به آن Triangle لقب داده شده است. این مسیر، میکس و با درگیری سنگ و یخ و ابزار گذاری و استفاده از پیچ یخ همراه است.

یک خوشمزه‌ای که مری درست کرده و حاوی عسل و بادام است انرژی جدیدی در بدن ما ایجاد می‌کند. حرکت خود را به سمت مون‌بلان کوچک آغاز می‌کنیم. سه یا چهار تیم دیگر نیز در منطقه در حال فعالیت هستند. برای جلوگیری از تداخل با آنها مسیری سخت انتخاب کرده و در دو کرده اقدام به صعود میکس می‌کنیم.

در ادامه و با صعود از شیبی به مانند شیب یخچال سبلان اما در شرایط باد شدید و همراه با پرتاب تکه‌های برف به صورت کمی به راست تراورس کرده

اخبار فدراسیون msfi.ir



فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی
جمهوری اسلامی ایران

گفتنی است؛ فدراسیون با همکاری اداره کل ورزش و جوانان استان تهران و سایر نهادهای ذی‌ربط، به منظور رشد و توسعه کوهپیمایی همگانی و گرامیداشت دهه مبارک فجر؛ همایش «کوهپیمایی خانوادگی» را برگزار کرد. شایان ذکر است؛ این همایش با آموزش‌های لازم از سوی مربیان کوهنوردی در ایستگاه‌های مختلف مسیر و اهدای هدایا و بسته‌های آموزشی به شرکت‌کنندگان همراه بود.

برگزاری صعود زمستانی بین‌المللی فجر ۹۳ با صعود به قله کرمان

در جریان برگزاری صعود زمستانی بین‌المللی فجر که به قله مرتفع استان «کرمان» برگزار شد، کوهنوردانی از ۲۱ استان و ۳ نهاد حضور داشتند. در نهایت ۵۲ نفر از شرکت‌کنندگان موفق به صعود قله‌ی ۴۱۳۵ متری «جوبار» شدند، ۵۲ نفر دیگر نیز به قله ۴۲۳۳ متری «پلوار» صعود کردند. و ۹۰ نفر از آقایان و ۷۴ نفر از بانوان کوهنورد موفق به صعود قله ۴۵۰۱ متری «هزار» شدند. گفتنی‌ست؛ از کشور ارمنستان ۷ کوهنورد، ترکیه ۳ و آذربایجان ۸ نفر در این صعودها حضور یافتند. شایان ذکر است؛ در هر منطقه ۸ نفر به عنوان امدادگر حضور داشتند.

بازدید وزیر ورزش از غرفه فدراسیون در جشنواره دانشگاه تهران

نخستین «جشنواره ملی اقتصاد و فرهنگ با عزم ملی و مدیریت جهادی در ورزش» به همت دانشگاه تهران و با همکاری وزارت ورزش و جوانان در روزهای ۹ تا ۱۲ بهمن ماه سال جاری برگزار شد. فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی نیز با محوریت «غارنوردی» و با همکاری کارگروه «غارنوردی و غارشناسی» و کارگروه «روابط عمومی» در این جشنواره اقدام به برپایی غرفه نمود که با بازدید «دکتر گودرزی» وزیر ورزش و جوانان نیز همراه گردید.

اعزام تیم ۶ نفره مربیان «اسکی کوهستان» به «چین»

تعداد ۶ نفر از مربیان اسکی کوهستان کشورمان به دعوت اتحادیه اسکی کوهستان آسیا سه‌شنبه ۳۰ دی ماه جهت حضور در دوره‌ای یک هفته‌ای اعزام چین شدند. اعضای این تیم عبارتند از: حسین صالحی (سرپرست)، سیروس جعفری (مستول فنی)، بیت اله سیرایی، محمد حاج ابوالفتح، سیامک شمس الدین و حیدر عباسی.

برگزاری دومین دوره مسابقات اسکی کوهستان در پیست دیزین

دومین دوره مسابقات قهرمانی کشور جهت کسب مجوز رقابت‌های آسیایی و جهانی در روز ۲۵ دی ماه ۹۳ در پیست دیزین برگزار شد. این مسابقه در سطح کشوری، در ماده انفرادی و با حضور شرکت‌کنندگانی از تیم‌های ملی کوهنوردی و اسکی صحرانوردی در پیست اسکی دیزین تحت نظارت فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی برگزار گردید. مسیر مربوط به بخش آقایان به مسافت ۱۳ کیلومتر، مقام اول ابوالفضل ساوهای مقام دوم حسین کلهر و مقام سوم سیدعبدالحسین صالحی. در بخش بانوان نیز مسیر طراحی

برگزاری اولین دوره مسابقات «دوی کوهستان» جام فجر

نخستین دوره مسابقات دوی کوهستان (اسکای رانینگ) جام فجر، گرامیداشت سی و ششمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی و همچنین انتخابی صعود سریع دماوند در سال ۹۴، در دو بخش مردان و زنان ۲۴ بهمن ماه در سمنان برگزار شد و نتایج نهائی به این شرح اعلام شد: بخش بانوان: مقام اول: ماهزاده نجار از تهران / مقام دوم: فاطمه نصری نصر آبادی از اصفهان / مقام سوم: آزاده معزی از تهران / چهارم: مریم عبدلی / مرکزی - پنجم: یگانه بولاقی / سمنان - ششم: نسترن کیان بخت البرز / بخش آقایان: مقام اول: حسین حبیب زاده ویرانی از خراسان رضوی / مقام دوم: یاسر خورشیدی میانی از سمنان / مقام سوم: مهدی هژبر خواه از آذربایجان شرقی / چهارم: سعید اسکندری / خراسان رضوی - پنجم: ولی الله صاحبی / فارس - ششم: محمد صادق تجلی اردکانی / فارس - هفتم: وحید مهربانی / مرکزی - هشتم: مجتبی محیط دلال / خراسان رضوی - نهم: زاهد طاهری / فارس - دهم: میثم حسین پور / فارس.

برگزاری اولین دوره مسابقات سنگ‌نوردی نونهالان جام فجر

اولین دوره مسابقات سنگ‌نوردی رده سنی نونهالان جام فجر گرامیداشت سی و ششمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی و نکوداشت زنده یادان «سید محمد علی هاشمی» و «جلیل پناهنده» با حضور بیش از ۱۸۰ نفر ورزشکار دختر و پسر و سرپرست ۲۲ و ۲۳ بهمن ۹۳ در سالن سنگ‌نوردی «سمنان» برگزار شد. نتایج این مسابقات را به این شرح ملاحظه نمایید: - نونهالان رده سنی A پسران: مقام اول: مهدی کلابی از خراسان شمالی / مقام دوم: محمد رضا نوری از زنجان / مقام سوم: سید رضا تقی پور از خراسان رضوی - نونهالان رده سنی B پسران: مقام اول: آریاب دوستی قلاتی از بوشهر / مقام دوم: امین سعادت‌مند طهرانی از خراسان رضوی / مقام سوم: نیما جمیری از بوشهر - نونهالان رده سنی A دختران: مقام اول: مریم آب بخش از بوشهر / مقام دوم: ملیکا راحمی حقیقی از خوزستان / مقام سوم: زینب علیپور از خوزستان - نونهالان رده سنی B دختران: مقام اول: پاریدا شعبانی زاد از گیلان / مقام دوم: ریحانه سادات موسوی از تهران / مقام سوم: صبا شمخانی از همدان.

برگزاری همایش کوهپیمایی خانوادگی ۱۶ بهمن در بام تهران

همایش کوهپیمایی خانوادگی ۱۶ بهمن در ارتفاعات شمال تهران از پارکینگ تله کابین تا ایستگاه یک با مشارکت خیل علاقه‌مندان به ویژه خانواده‌ها در فضایی با نشاط برگزار شد.

تودیع و معارفه کارکنان قرارگاه «رودبارک» و «وندارین»

یکشنبه ۵ بهمن ۹۳ در محل قرارگاه فدراسیون کوهنوردی در «رودبارک» و با حضور «زارعی» رئیس فدراسیون، «ساریخانی» رئیس کارگروه پناهگاه‌ها و «گودرزی» امین اموال فدراسیون؛ ضمن قدردانی از ۳۶ سال تلاش کارکنان خدم این قرارگاه‌ها، معارفه عوامل جدید نیز صورت گرفت. بدین ترتیب؛ «علیدوست فرضی»، «هاشم بیگلریان» و «سمیع‌اله بیگلریان» بازنشسته و از این پس آقایان «مهرزاد فرضی» (مسئول جدید قرارگاه)، «مهدی بیگلریان»، «عباس ازوجی»، «افشین صفاری» و «محمد جوادی» به‌عنوان کارکنان جدید کارگروه پناهگاه‌ها در قرارگاه‌های مذکور مشغول خواهند شد. فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ضمن قدردانی از خدمات ارزشمند و تلاش‌های بی‌دریغ سه همکار ارزشمند فدراسیون که به افتخار بازنشستگی نائل آمدند برای این عزیزان از درگاه خداوند متعال آرزوی صحت و سلامت می‌نماید. لازم به ذکر است تا زمان آشنایی کامل کارکنان جدید با شرح وظایف خود در قرارگاه‌ها، «علیدوست فرضی» به عنوان مشاور در کنار ایشان به فعالیت خود ادامه خواهد داد.

برگزاری صعود بانوان کوهنورد سراسر کشور به قله «کان صیفی»

صعود بانوان کوهنورد سراسر کشور به قله «کان صیفی» از ارتفاعات «کبیر کوه» در شهرستان «بدره» ایلام انجام شد. شایان ذکر است؛ از ۱۱۳ نفر شرکت‌کننده ۱۰۶ نفر صعود کردند، جوانترین فرد ۲۲ سال و مسن‌ترین نفر ۶۶ سال سن داشت.

برگزاری گردهمایی فصلی کارگروه جستجو و نجات فدراسیون

گردهمایی فصلی مسئولین کارگروه جستجو و نجات هیئت‌های کوهنوردی و صعودهای ورزشی استان‌ها ۱۲۰۱۱ دی‌ماه در همدان برگزار شد. این گردهمایی با حضور ۵۲ نفر از مربیان، مدرسان و مسئولین کارگروه‌های جستجو و نجات هیئت‌های کوهنوردی استان‌های سراسر کشور و مسئولین بخش‌های مختلف بخش جستجو و نجات فدراسیون در سالن سنگنوردی زنده یاد فرهاد میرزاجانی همدان برگزار گردید.

اردوی آماده سازی تیم های سنگنوردی نوجوانان و جوانان

دومین مرحله اردوی تیم ملی سنگ نوردی جوانان و نوجوانان (خانم‌ها و آقایان) از روز سه‌شنبه ۲۱ بهمن با حضور ۱۶ خانم در رشته‌های سر طناب و سرعت از ۱۰ استان و ۲۱ آقا در رشته‌های بولدر، سرطناب و سرعت از ۸ استان، ۳ مربی و ۴ طراح در سالن سنگنوردی فرهاد همدان آغاز شد و تا روز ۲۴ بهمن ادامه یافت. نفرات دعوت شده به این اردو پس از رقابت‌های تابستان گذشته زنجان و تست ورودی پلور به این اردو دعوت شده بودند.

برپایی ستاد اطلاع رسانی و پیشگیری از حوادث در قله دماوند

کارگروه پزشکی، جستجو و نجات فدراسیون اعلام نمود؛ «دومین طرح ستاد اطلاع‌رسانی و پیشگیری از حوادث کوهستان قله دماوند» در زمستان ۹۳ با همکاری استان‌های تهران و به ویژه مازندران از تاریخ ۲۰ الی ۲۵ بهمن ۱۳۹۳ در مسیر جنوبی قله دماوند در ۳ ایستگاه پلور، گوسفند سرا، و بارگاه سوم با حضور ۲۰ تن از کوهنوردان و امدادگران استان‌های مذکور برگزار گردید.

شده را به مسافت شش و نیم کیلومتر پیموند، نتایج به صورت زیر بود: مقام اول مهناز حیدری و مقام دوم عادلہ رضانی .

فراخوان عکس یخچال‌های کوهستانی؛ سدهای بی دیوار

فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی قصد دارد در راستای "حفاظت از یخچال‌های کوهستانی ایران" و آگاهی بخشی در باب اهمیت یخچال‌های کوهستانی در منابع آبی کشور و وضعیت گذشته و حال آنها، و همچنین بررسی تاثیرات پدیده‌ی گرمایش جهانی بر منابع یخچالی ایران نمایشگاه عکسی با عنوان "یخچال‌های کوهستانی؛ سدهای بی‌دیوار" برگزار نماید. لذا در این راستا از کلیه علاقه‌مندان، عکاسان، طبیعت دوستان و هم‌نوردانی که تصاویری از گذشته و حال یخچال‌های کوهستانی ایران دارند تقاضا می‌شود تصاویر خود را به یکی از طرق زیر به دبیرخانه نمایشگاه ارسال فرمایند:

۱. ارسال تصاویر دیجیتال به پست الکترونیکی: iranglaciers@gmail.com
۲. تصاویر چاپی (که فایل دیجیتالی آن موجود نیست) را به آدرس دبیرخانه نمایشگاه ارسال فرمایند.
۳. یا از عکس مربوطه اسکن گرفته و فایل آن را از طریق پست الکترونیکی مذکور ارسال نمایند. شرایط عکس‌های ارسالی: • تصاویر ارسالی با هر کیفیتی قابل ارسال می‌باشد. • نام هر عکس شامل: نام یخچال، زاویه عکس و تاریخ ثبت عکس (مثال: یخچال شمالی سبلان، از گرده شرقی، ۱۳۶۰/۰۷/۲۵) بوده و همراه عکس ارسال گردد. • نام عکاس و شماره تماس در فایل ارسالی ذکر گردد. • مهلت ارسال آثار: ۳۱ شهریور ۱۳۹۴ / آدرس دبیرخانه نمایشگاه: تهران، خیابان پاسداران، نرسیده به میدان نوبنیاد، بهارستان هشتم، شماره ۱۹، کد پستی: ۱۹۵۸۸۳۳۵۷۳ کارگروه محیط زیست، بخش حفاظت از یخچال‌های طبیعی ایران. قابل ذکر است که عکس‌های منتخب ارسالی در قالب نمایشگاه عکس "یخچال‌های کوهستانی؛ سدهای بی‌دیوار" به نمایش گذاشته شده و از عکاسان این حوزه تقدیر به‌عمل خواهد آمد.

تیم ملی کوهنوردی «امید» موفق به صعود قله «آارات» شد

تیم امید کشورمان که از تابستان سال جاری اردوهای تدارکاتی را سپری کرد جهت آمادگی و تجربه برون مرزی دوشنبه هفته جاری عازم شهر دوبایزید ترکیه جهت صعود به قله آارات گردید. این تیم متشکل از ۱۴ پسر و ۴ دختر به همراه کادر ۶ نفره در این برنامه شرکت کرد ولی متأسفانه ۴ عضو پسر این گروه بدلیل مشکل خروج از کشور از همراهی این تیم بازماندند. در نهایت تیم اعزامی پس از یک روز فعالیت صبح امروز جمعه ۲۴ بهمن موفق به صعود قله آارات در ترکیه گردید. این موفقیت را به یکایک عزیزانی که از ابتدای اردوها به عنوان ورزشکار یا مربی تیم را همراهی نمودند و همچنین هیئت‌های کوهنوردی استان‌ها که دلسوزانه از اعضای تیم پشتیبانی کردند تبریک می‌گوئیم. لازم به ذکر است کلیه نفرات تیم پس از صعود، جمعه شب را در کمپ دوم به سربرده روز شنبه به شهر دوبایزید بازخواهند گشت. اسامی نفرات تیم عبارت بودند از؛ آقایان: صابر رحیمی، عطا سید حقیقی، سهند جمشیدی، محمد سجادی، احد درویش زاده، جواداله یارنژاد، کیوان قادرپور، رضا فتاح قاضی، مرتضی نادی، هادی محرمی، مهدی بیگدلی، مهیارکفاش، منصور عزیزی و علی گلیج. بانوان: نرگس گودرزی، سمانه نادری، نسترن گودرزی مهری یغمایی. سرپرست تیم: اقبال افلاکی، مسئول فنی: جلال چشمه قصابانی، مربیان: محمد نصیری، حسین مقدم و نادیا اسمی خانی و پزشک تیم: دکتر طالویی.



اخبار انجمن کوهنوردان ایران



انجمن کوه نوردان ایران Alpine Club of Iran

دیواندره) به ایراد سخن‌رانی‌های کوتاه و بیان نظر پرداختند. بیانیه هیات داوران جشنواره را نیز رضا خوشدل، کوهنورد و پژوهشگر کوه‌نوشته‌ها خواند.

به برگزیدگان بخش کتاب (رحیم دانایی، مصطفی سلاخی، پرویز مشهدی، افشین یوسفی، جعفر سپهری، محمد و جواد حمیدی) تندیس و لوح و جایزه نقدی (ده میلیون ریال)؛ به برگزیدگان بخش مقاله (سلام اسماعیل‌سرخ، غزال حشمت‌منش، لیلا صالحی، افسر فراخی شاندیز، و حسن انداچه) لوح و جایزه نقدی (چهار میلیون ریال) داده شد.

حدود یک ساعت از مراسم هم به پذیرایی و گفتگوی آزاد شرکت‌کنندگان در همایش اختصاص داشت.

مراسم و برنامه‌های دیگری نیز به مناسبت روز جهانی کوهستان، از سوی دفترهای کندگی انجمن یا با حضور کندگان از انجمن، در روزهای نزدیک به بیستم آذر برگزار شد.

نشست‌های همگانی؛ موضوع اصلی نشست اول بهمن که در سرای محله باغ فیض برگزار شد، ارائه گزارش دیواره‌نوردی ارزنده حسن گرمایی و حمید شفق در آلپها (تابستان ۹۳) بود.

حمایت از صعودهای فنی؛ در دی و بهمن گذشته، انجمن از برنامه‌های با ارزش و نوآورانه نخستین صعود زمستانی دره یخار، و نخستین تلاش زمستانه برای گشایش مسیر روی دیواره شمالی آزادکوه حمایت کرده است. در هر دوی این برنامه‌ها، اعضای دفتر کندگی زنجان نقش فعال داشته‌اند. خوشبختانه به نظر می‌رسد که رویکرد دوباره‌ای به صعودهای دیواره‌ای و کارهای فنی داخلی در حال شکل‌گیری در کشور است.

شرکت در نشست سالانه آمریکن آلپاین کلاب؛ در این نشست که در روزهای ۱۰ و ۱۱ بهمن در شهر نیویورک برگزار شد، کوهنوردان برجسته‌ای مانند راینهولد مسنر، کریس بانینگتون و اولی استک سخنرانی داشتند. عباس ثابتیان، رییس هیات مدیره انجمن، به این نشست دعوت شده بود که توانست در آن حضور یابد و پس از این برنامه هم در یک برنامه چند روزه کوه‌نوردی و یخ‌نوردی شرکت کرد.

نمایشگاه عکس اسماعیل کشتکار؛ نمایشگاهی از عکس‌های که مانند اسماعیل کشتکار از کوه و طبیعت، در روزهای

جشنواره کوه‌نوشته‌ها و روز جهانی کوهستان؛

همان‌گونه که پیش‌تر گفته بودیم (فصلنامه کوه ۷۶، تارنمای انجمن، ...). آقای داود محمدی‌فر، مولف و نویسنده چندین جلد کتاب و فرهنگ‌نامه کوه‌نوردی، در تیر ماه ۱۳۹۱ به انجمن کوهنوردان ایران پیشنهاد دادند که برای تشویق و معرفی نویسندگان و مترجمان و ناشران کتاب‌ها، مجله‌ها، و مقاله‌هایی که در زمینه کوه‌نوردی یا موضوع‌های مرتبط با حفاظت محیط کوهستان منتشر می‌شود، هر دو سال یک‌بار، یک برنامه اهدای جایزه برگزار گردد. اداره امور اجرایی بنیاد، مطابق "تفاهم‌نامه‌ی" اولیه‌ای که میان آقای محمدی‌فر و هیات مدیره انجمن نوشته شد، تا آخر پاییز ۱۳۹۵ به یک هیات امنای سه نفره شامل: خانم افسر شاندیز، و آقایان عباس ثابتیان و عباس محمدی سپرده شده است. در نشست‌های بعدی، هیات امنای نام این تشکیلات را "بنیاد محمدی‌فر" گذاشت.

جشنواره، در روز بیستم آذر ۱۳۹۳ (همزمان با روز جهانی کوهستان) در تهران، سالن اسوه (خیابان انقلاب، نبش خیابان بهار) برگزار شد. از سال ۲۰۰۲ سازمان ملل متحد، ۱۱ دسامبر (بیستم یا بیست و یکم آذر) را به‌عنوان روز جهانی کوهستان (International Mountain Day) نام‌گذاری کرده و انجمن کوهنوردان ایران از سال ۱۳۸۴ همه ساله با همکاری باشگاه‌های ورزشی و فرهنگی مختلف، همایش‌ها و صعودها و برنامه‌های پاک‌سازی کوهستان، و همچنین کارهای رسانه‌ای چندی به این مناسبت به انجام رسانده است. انجمن، این روز را «روز تجدید پیمان کوهنوردان برای حفاظت از کوهستان‌ها» می‌داند. در عین حال، این روز، همیشه فرصتی بوده است برای دیدارهای دوستانه و تلاش برای تعمیق سرمایه اجتماعی از این رهگذر.

در همایش امسال، داود محمدی‌فر (پایه‌گذار بنیاد محمدی‌فر)، محمد درویش (کنشگر محیط زیست، مدیر کل دفتر آموزش و مشارکت‌های مردمی سازمان حفاظت محیط زیست)، عبدالله اشتیری (مدیر عامل انجمن حفظ محیط کوهستان و مشاور محیط زیستی هیات کوه‌نوردی استان تهران)، سرج ناکوزی (کننده سازمان خواربار و کشاورزی ملل متحد در ایران)، عباس ثابتیان (رییس هیات مدیره انجمن کوهنوردان ایران)، عباس محمدی (مدیر گروه دیده‌بان کوهستان انجمن کوهنوردان)، حسین رضایی (مسؤل روابط عمومی فدراسیون کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی)، و سلام اسماعیل‌سرخ (کوه‌نویس و رییس هیات کوه‌نوردی

کوهنوردی اسپیلت، برگزار شد.

همایش کوهپایه‌نشینی، محیط زیست، و گروه‌های کوهنوردی؛ گروه کوهنوردی لواسان با همکاری انجمن کوهنوردان ایران، شورای شهر لواسان، شهرداری لواسان، شرکت آب منطقه‌ای تهران، و هیات کوهنوردی لواسانات، همایشی با این عنوان در روز پنج‌شنبه ۲۵ دی ماه برگزار کرد.

هدف از برگزاری این همایش، بررسی مشکلات محیط زیستی منطقه لواسان و رودبار قصران، ارائه پیشنهاد برای رفع این مشکلات، و مطرح ساختن ایده‌های جایگزین پدیده "تخریب فضاهای سبز و کوهپایه با هدف ساختمان‌سازی" بود. همچنین در نظر بوده است از این رهگذر رابطه گروه‌های کوهنوردی با دستگاه‌های دولتی مسؤول حفاظت از طبیعت و منابع طبیعی و آب، تقویت گردد.

مشارکت در طرح جنگل‌یاری؛ دکا، یکی از مشارکت‌کنندگان در طرحی بود که با عنوان "جنگلانه" و با ابتکار و پی‌گیری خانه فرهنگ بوم‌گردان پارس برنامه‌ریزی شده بود. این طرح خودجوش به مناسبت دهه تنوع زیستی با همکاری تشکل‌ها و سازمان‌های غیردولتی و با هدف تازه‌داشتن عرصه‌های جنگلی و تنوع زیستی کشور، شناخت و حمایت از گونه‌های گیاهی بومی در معرض خطر، و آشنایی با روش کاشت آنها برگزار شد. فعالیت اصلی در این برنامه، در روز ۵ دی ماه در چندین استان، با کاشت بذر درختان بومی (زیر نظر کارشناسان اداره‌های منابع طبیعی) صورت گرفت. دفتر کنندگی انجمن کوهنوردان در ایلام، مشارکت بسیار فعالی در طرح داشت ■

۲۴ تا ۲۹ آبان در نگارخانه نگاه نو (وابسته به شهرداری همدان) برگزار شد. این نمایشگاه با همکاری معاونت اجتماعی، فرهنگی و گردشگری شهرداری همدان و اعضای همدانی انجمن برگزار گردید که مورد استقبال خوب کوهنوردان و دیگر گروه‌های مردم قرار گرفت.

همکاری با شبکه‌های مردمی و سازمان‌های دولتی؛

در ماه‌های گذشته، مطابق شیوه معمول انجمن و با هدف تقویت و تعمیق "سرمایه اجتماعی"، دفتر مرکزی، دیده‌بان کوهستان، دفترهای کنندگی، و بسیاری از اعضای در نشست‌های پرشمار با سمن‌ها (سازمان‌های مردم‌نهاد) و همچنین اداره‌های دولتی گوناگون شرکت داشته‌اند. از جمله، می‌توان به نشست‌های دفتر کنندگی آمل با فرمانداری و میراث فرهنگی لاریجان و مازندران در خصوص حفاظت دماوند؛ نشست کنندگی بروجرد با سمن‌ها و کنندگان فرمانداری و شورای شهر (۴ بهمن)؛ نشست‌ها و نامه‌نگاری‌های متعدد کنندگی دزفول با اداره محیط زیست شهر و با سمن‌ها (برای تشکیل شبکه)؛ مشارکت کنندگی ساوجبلاغ، طالقان، نظرآباد در برنامه‌های مربوط به روز هوای پاک (۲۹ دی)؛ نشست‌های پرشمار دفتر تهران و دیده‌بان کوهستان برای تشکیل شبکه سمن‌ها، جلسه‌های متعدد با گروه‌ها و باشگاه‌های کوهنوردی، حضور در جلسه‌های کمیته محیط زیست شورای شهر تهران، شرکت آب منطقه‌ای تهران و... اشاره کرد.

دیده‌بان کوهستان (دکا)

دفاع از جزیره آشوراده؛ کوهنوردان، امروزه در خط مقدم دفاع از محیط‌های طبیعی کشور هستند. این محیط‌ها، چه کوهستانی باشند یا جلگه‌ای و تالابی و جز آن، از سوی کوهنوردان دیده‌بانی می‌شوند و اگر تخریب و تجاوزی نسبت به آنها صورت گیرد، حتما کوهنوردانی در حمایت از آنها دست به کار می‌شوند. در اوایل آذر ماه اعلام شد که سازمان‌های حفاظت محیط زیست و میراث فرهنگی یک تفاهم‌نامه برای تبدیل جزیره آشوراده (تنها جزیره ایرانی دریای خزر) به منطقه گردشگری امضا کرده‌اند. این تفاهم‌نامه مورد انتقاد شدید سمن‌ها و دیگر فعالان محیط زیست قرار گرفت. گروه دیده‌بان کوهستان همراه با بیش از صد و سی سمن دیگر به شکل‌گیری "ستاد مردمی نجات آشوراده" کمک کرده و فعالانه در برنامه‌های آن مشارکت داشته است.

یکی از کارها در دفاع از آشوراده، حمایت از برنامه دوچرخه‌سواری خانم رویا لقمانیان (دوچرخه‌سوار برجسته و ایرانگردی و جهانگردی به مناسبت‌هتی مختلف از محیط زیست) از کرج تا آشوراده بود که ظرف روزهای ۳ تا ۱۰ بهمن بود. این برنامه، با همکاری گروه کوهنوردان فلز کار مکانیک کرج، ستاد سمن‌های محیط زیستی مازندران، و دفترهای کنندگی انجمن در مازندران برگزار شد و بازتاب خوبی در رسانه‌ها و در میان مردم داشت.

دومین جشنواره حراج لوازم دست‌دوم کوهنوردی و

طبیعت‌پیمایی؛ نخستین دوره این جشنواره، با هدف ترویج فرهنگ صرفه‌جویی در منابع (به منظور حفظ محیط زیست) در ۲۲ خرداد ۹۳ برگزار شد. با استقبال خوبی که از این رویداد شد، دومین حراج در روز ۲۵ دی با حمایت و همیاری کارگروه محیط‌زیست فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی، و همکاری باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند، گروه کوهنوردی دانش تهران، خانه کوهنوردان تهران و باشگاه

انجمن کوهنوردان ایران تلاش دارد با

به کارگیری ظرفیت‌های بخش مردمی، به ارتقای ورزش کوهنوردی و به حفظ محیط‌های کوهستانی کمک کند.

با عضویت در انجمن، و با تشکیل دفترهای نمایندگی در شهرهای گوناگون، به ارتقای فعالیت سازمان مردم‌نهاد کوهنوردان و طبیعت‌دوستان کشور کمک کنید.

دفتر مرکزی: تهران، خیابان انقلاب، جنب لاله‌زار،

شماره ۵۹۰، واحد ۱۲

کد پستی: ۱۱۴۵۷۷۴۴۵۴

تلفن: ۶۶۷۱۲۲۴۳

نمابر: ۶۶۷۱۲۴۲۱

www.alpineclub.ir

www.mountainwatch.persianblog.ir

اخبار

سیستم روشنایی داخل چاهپناه به صورت خودکار در شب فعال می‌گردد و فیوز کار گذاشته شده در کنار تابلو برای روشن و خاموش کردن در شب است.



شارژر هرگونه تجهیزات الکترونیکی (موبایل - بیسیم - دوربین و...) با شارژر فنذکی (خودرویی) امکان پذیر است . جهت شارژ تجهیزات از شارژر های مرغوب استفاده گردد . خواهشمندیم از دستکاری تابلو . پانل . و چراغها جدا خوداری فرمایید . در صورت بروز مشکل و یا نیاز به راهنمایی با شماره ۰۹۱۲۳۴۱۷۷۰۹ صنعتی تماس حاصل نمایید .

کلام آخر

همنوردان عزیز سیستم خورشیدی بالا با هزینه شخصی در چاهپناه نصب گردیده که شاید در سرما و گرما و سختی های طبیعت کمکی باشد برای شما در نگهداری آن کوشا باشیم .
گروه کوهنوردی طلوع زنگان با همکاری هیات کوهنوردی استان زنجان این سیستم را با هزینه ۳۸,۰۰۰,۰۰۰ ریال نصب و راه اندازی کرده است و آمادگی خود را برای تجهیز چاهپناه های دیگر اعلام می کند .

امداد غار بورنیک

هیأت کوهنوردی استان تهران با حصول مسؤل بخش غار فدراسیون کوهنوردی و ۲۵ نفر از غارنوردان و مربیان غارنوردی تهران، اصفهان، کرج و شیراز در تاریخ ۲۳ آبان ماه برگزار کرد . این مانور برای افزایش توان و تجربه غارنوردان برگزار گشت که



تجهیز چاهپناه سرچال علم کوه به سیستم خورشیدی فتوولتائیک

به خاطر تردد زیاد کوهنوردان و سنگنوردان در فصل های مختلف در منطقه علم کوه و توقف آنها در سرچال جهت تامین آب استراحت و ... مدت ها پیش به فکر راه اندازی سیستم روشنایی و شارژر برای این چاهپناه بودیم .

شهریور ۹۳ این امر تحقق یافت و با برنامه ریزی که انجام شد قرار بر اجرای برنامه و نصب سیستم فتوولتائیک برای چاهپناه سرچال گفته شد .



تماس تلفنی که با آقای زارع رییس فدراسیون کوه نوردی گرفته شده موافقت ایشان نیز کسب و قرار بر کمک رسانی برای انتقال تجهیزات که حدودان ۲۰۰ کیلو گرم بودند را از وندارین به سرچال گذاشته شد. انتقال تجهیزات از زنگان تا کلاردشت هم با مساعدت آقای بیات منش رییس هیات کوهنوردی زنگان انجام گردید که باید از هر دو بزرگوار کمال تشکر و قدر دانی را انجام داد . پس از انتقال تجهیزات با سه قاطر که با دقت و زحمت فراوان به خاطر شکنندگی و بد باری انجام پذیرفت سیستم در اولین و بزرگترین اتاق چاهپناه نصب و راه اندازی گشت .

مواردی برای استفاده از سیستم شارژ و روشنایی



وسيله طناب، تجهيزات تخصصی، نفرات باتجربه و طی مسافتی به طول ۴۰۰ متر با صرف ۳ ساعت زمان به دهانه غار منتقل گردید. ■

زمان بروز احتمالی حوادث در غار نفراتی برای امداد رسانی آماده باشند. در این مانور مصدوم از انتهای چاه ۲۰ متری غار بسکت شده و به

بهار کوهسار

جعفر سپهری

عشق به والاترین، سوی خداوندگار
هر ورقش دفتری است، معرفت کردگار»
نوش کن و نوش باد، آب زلال و گوار
باز کشد بال و پر، تیز به سوی شکار
رشک برد آسمان، گریه کند آشکار
ره به خرامان برد، ناز گل مرغزار
آتش افروخته، یار بدن در کنار
رقص دل آویز گل، رنگ به روی نگار
با همه ایستادگی، در هدفت پایدار
هیچ توان یافتن، جز به دل کوهسار

سوی طبیعت شدن، گام زدن در بهار
« برگ درختان سبز، نزد خداوند هوش
بوی خوش از هر طرف، زنده کند جسم و جان
باز نگر بر فلک، شهپر شه باز و پس
گلشن فردوس را نیک بین بر زمین
نیک به خنیاگری، غمزه آهو چنین
مه چو فراز آیدش، پرده کشد پرنیان
چهچه بلبل شنو، نو شدن سبزه بین
همدلی و هم‌رهی، یاری یک دل شدن
حال کجا بایدش، خواستن و جست‌وجو

One Day Matriarchy in IRAN

J. Sepehri

Islamic Azad University and University of Applied science and Technology

One day Matriarchy is an old annually custom from ancient Iran and now it is still held in some Iranian mountain villages. One of them that nowadays is more famous than the others is held in April, in a village named "Ask" near "Larijan" in the central Alborz mountain chain (as shown in the following map). In this special event, all males, should go out of the village and women stay in and hold "One Day Matriarchy" customs.

April is the most beautiful month in the Alborz mountain chain. Everywhere it is green and all covered with flowers; special lovely scarlet copses. Whereas the mountain peaks are covered by white glaciers, with shiny sun light in a blue sky which includes some scattered fractocumulus clouds. They create one of the most fantastic fantasy views that you can imagine. At the same time, friendly birds sing on tree blossoms while noisy lambs scamper in the hayfields. The magic of the nature is completed by the voice of roaring moving water heard everywhere.

In this special event, matriarchy, which normally has a weekend, of all men, except suckers and the old petrifies which should go out of the village to a grassland far from the area named "Aske-Vash". There is a huge basaltic hole in that area and men should collect snow in this hole. In the hot summer days they use the water of melted snow to water their thirsty sheep herds. This event is named "Barf-e-Chall" combining the two words, Barf means snow and Chall means hole and place. It means the place or the hole that you gather snow. The males in the village should be prisoned at home and can't go even to windowpane.

On the same day the men rule and are control by women. On the previous day, they elect the queen in a general referendum between candidates. The candidates should be young, tall, beautiful, strong, brave, mellifluous, sociable, managerial, and have good etiquette. The queen shouldn't have a baby nor be pregnant at that time. She should not be last year's queen, as well. The referees select the best woman and offer her a purple robe and diadem. They call the queen "Shah_zan".

First the queen chooses the village guardians. She select about 30 tall, strong, bash less, brave girls among

the volunteers. The best of them become their commander. They wear ancient soldiers' uniforms and carry wooden, club weapons. If they see any strange man, they hit and beat him awfully. Even police are not allowed to enter the event that day.

The queen's command is obligatory and if a woman trespasses, guards ride her reverse the without a pack-saddle donkey and the other women make fun of her. The minor penalty is cooking cookies for the others.

The queen selects two ministers for that day. One of them sit on her right hand and is called "Sun Donna". The other sits on her left hand and is called "Moon Donna". They wear scarlet dresses but they shouldn't have a diadem.

At sunrise, when all the men go out the village, the women come out with their best colorful dresses and start to sing, play, and dance to the queen's house. They demand her by singing and for herto come with them to her fantasy palace. They repeat their request three times and then the queen comes out and goes with them between her guards in a parade.

The place of the palace is based on the weather. On a sunny, breezy day, they choose a high place in the village and put the queen's throne and minister chairs under a canopy which is decorated by colorful cloth. Four guards stand around her. On a rainy day, they design one of the public houses. Today, they asked the meteorology organization about the fair weather day.

At first, the queen sends guards to hunt any man that may be hiding in the village. If they find any man, they punish him violently. The guard commander delivers her report every half minute. A group of women make a detailed elegant lunch for this festival. The others sing songs, dance, and play music, read poems and lyrics, the act at a theater till lunch. About two in the afternoon, they eat their lunch. After lunch they start to collect and clean everything. They dance and eat nuts and fruit until sunset. They go back to their homes at sunset.

After sunset, the village men are allowed to come back their homes. No one says welcome to them. No dinner is prepared and the men have to go to sleep immediately.

Toronto
Feb 16, 2015

www.shirpala.com

<https://facebook.com/shirpala.shopping>

فروشگاه کوهنوردی شیرپالا

تجهیزات تخصصی کوه نوردی، سنگ نوردی، کمپینگ



دوبلر



تلفن : ۰۲۱-۸۰۰۰۰۰۰۰
مساحت ۱۲۷۰ مترمربع - ۱۲۷۰ مترمربع

تهران، خیابان ولیعصر، بالاتر از میدان منیریه، روبروی پاساژ حکمت ایرانیان، پلاک ۹۸۸

با بیش از ربع قرن سابقه

Bonadak

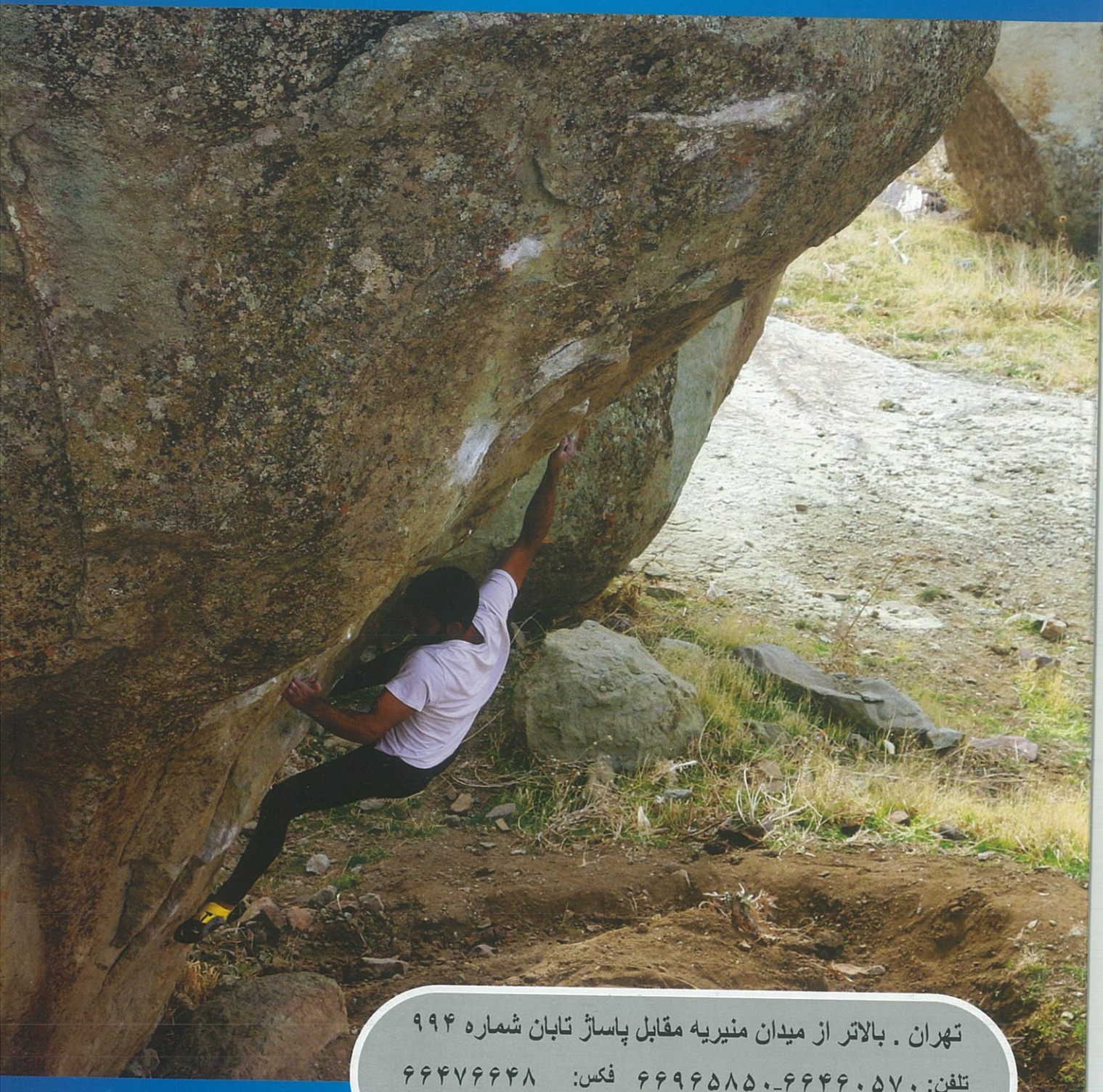
نماینده ی محصولات کفش بنادک

Trekking, Climbing, Mountaineering, Camping & Sking Equipment

فروشگاه تخصصی ورزش های کوهستانی

عرضه کننده برترین برند های روز دنیا

آماده ی عقد قرارداد با شرکت ها، سازمانها، و کلیه نهاد های دولتی و خصوصی



تهران . بالاتر از میدان منیریه مقابل پاساژ تابان شماره ۹۹۴

تلفن: ۰۵۷۰-۶۶۴۶۰۵۷۰-۶۶۹۶۵۸۵۰ فکس: ۶۶۴۷۶۶۴۸

همراه: ۰۹۱۲۲۰۴۶۹۳۸