

کوهستان شمال تهران

کوهستان شمال تهران، جنوبی‌ترین رشته کوه در «البرز مرکزی» است، سمت جنوب آن از دره دارآباد تا دره فرحزاد امتداد دارد. در این بین دره‌های متعدد دیگری نیز هست که اکثر آنها شمالی-جنوبی هستند. بلندترین نقطه‌ی این رشته، قله توچال (۳۹۶۴ متر) است.

کوهستان شمال تهران، پر رفت و آمدترین منطقه‌ی کوهستانی ایران و نیز یکی از پررفت و آمدترین مسیرهای کوه‌پیمایی جهان است. به همین سبب در این منطقه‌ی کوهستانی حوادث تلخ بسیاری اتفاق افتاده است.

در ابتدای مسیرهای کوهستان شمال تهران، قهوه خانه و رستوران فراوان است، و به همین دلیل بسیاری از افراد، به قصد تفریح وارد مسیرهای آن می‌شوند و با نداشتن وسایل، تجربه و شناخت از مسیرها، اقدام به یک صعود ناشیانه می‌کنند و این، به ویژه در زمستان خطرهای جدی را به دنبال دارد.

مسیر دارآباد

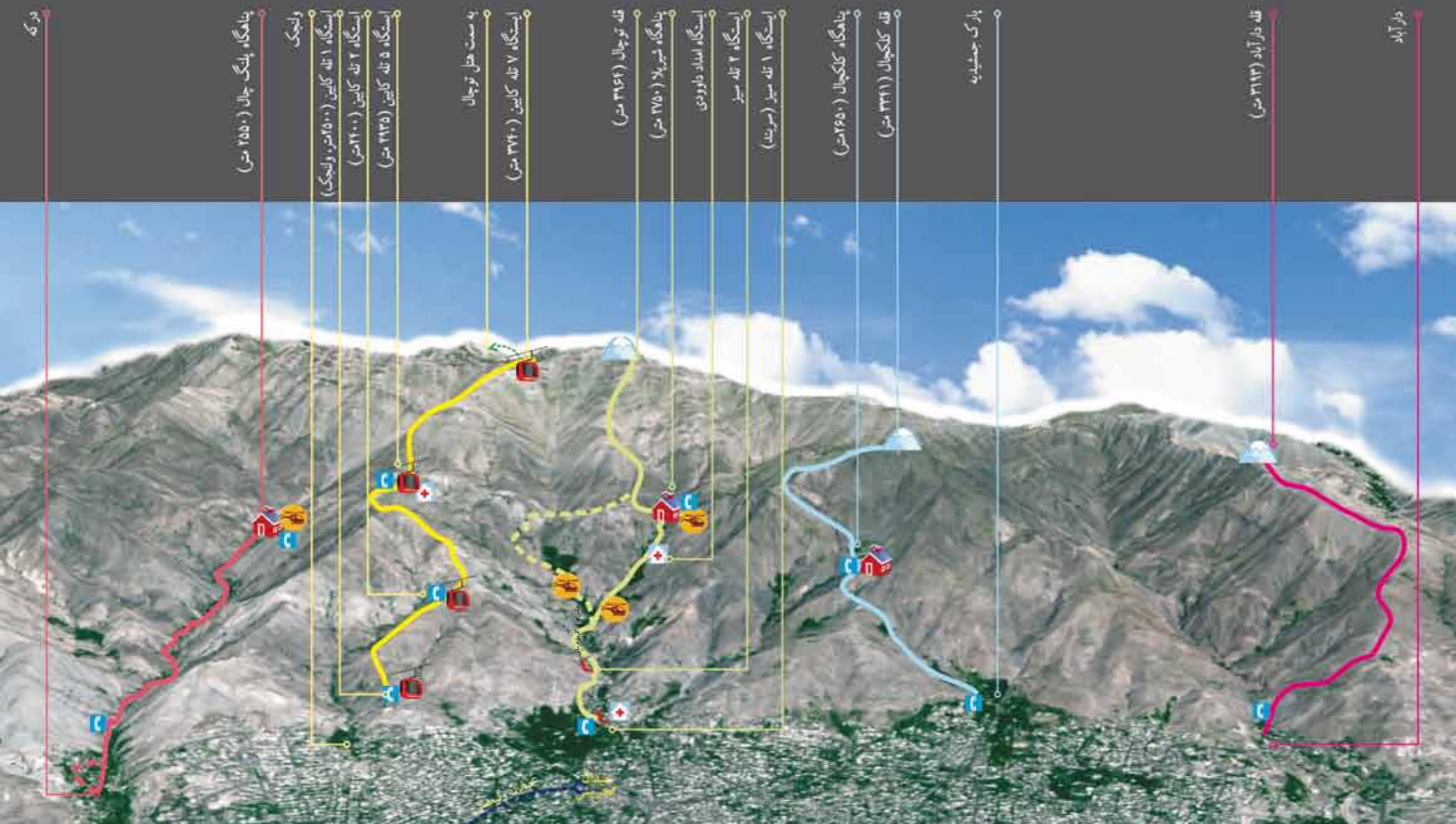
ابتدای این مسیر، محله‌ی دارآباد در شمال شرقی شمیران است. پس از لحظاتی کوه‌پیمایی به کافه‌ای کوهستانی می‌رسیم. در ادامه، مسیر مشخصی در بالادست شرقی رودخانه به سمت شمال امتداد می‌یابد. سپس، مسیر به ابتدای دره کوچکی در سمت شرق می‌رسد. در ادامه، مسیر در شیبی تند (یال شن سیاه) رو به شمال شرقی امتداد یافته و پس از حدود دو ساعت بر لبه یال جنوبی قله می‌رسد و از آنجا رو به شمال و روی یال با شیب ملایم به قله دارآباد (۳۱۹۳ متر) می‌رسد.

- باید توجه داشت در زمستان، به جز مسیری که عنوان شد، احتمال ریزش برف در سایر مسیرها زیاد است و در گذشته جان چند نفر را گرفته است. همچنین احتمال ریزش برف بهمن از بالای چشمه درازلش پس از بارش برف تازه وجود دارد.

مسیر کلک‌چال

آغاز این مسیر پارک جمشیدیه است و از این نقطه پس از حدود دو ساعت کوه‌پیمایی در مسیری عریض، زیگزاگ و کم شیب به مجتمع کلک‌چال می‌رسیم. مجتمع کلک‌چال یکی از جذابیت‌های مسیر و پذیرای کوه‌پیمایان است. در محوطه مجتمع کلک‌چال، برج دیدنی کلک‌چال قرار دارد که به صورت نمادی برای این مسیر درآمده است.

- کوه‌پیمایی از پارک جمشیدیه تا مجتمع کلک‌چال خطر خاصی ندارد، اما در فصل زمستان به دلیل تردد یخ‌زده و لغزنده است.
- در سایر فصل‌ها می‌توان از مجتمع کلک‌چال به سمت شمال غربی، به طرف گردنه‌ای وسیع به نام گرزدره رفت که از آنجا یال شمالی به سمت قله کلک‌چال می‌رود و امتداد مسیر به سمت غرب به طرف پناه‌گاه شیرپلا می‌رود.
- مسیر کلک‌چال به شیرپلا در فصل سرما انباشته از برف است و تاکنون چند نفر در این مسیر بر اثر ریزش برف بهمن دچار حادثه شده اند یا جان باخته اند.





مجموعه بروشورهای

«آموزش همگانی کوه‌پیمایی ایمن در ارتفاعات شمال تهران»

پروژه «آموزش همگانی کوه‌پیمایی ایمن در ارتفاعات شمال تهران» که به اهتمام سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران و با همکاری هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان تهران اجرا می‌گردد، بخشی از طرح «امداد کوهستان» مصوبه شورای اسلامی شهر تهران است.

در این پروژه، ایستگاه‌هایی به منظور اطلاع‌رسانی در مسیرهای اصلی کوه‌پیمایی ارتفاعات شمال تهران برپا می‌شود. در این ایستگاه‌ها کوه‌نوردان آموزش دیده، زیر نظر مربیان مجرب کوه‌نوردی با مدیریت هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان تهران، اقدام به راهنمایی شهروندان عزیز و ترویج کوه‌نوردی ایمن می‌نمایند. شما می‌توانید در این ایستگاه‌ها ضمن دریافت بروشورهای آموزش همگانی از راهنمایی این نیروها برخوردار شوید. همکاری شما با نیروهای یاد شده، تضمین‌کننده اجرای برنامه‌های سالم، ایمن و مفرح در کوهستان شمال تهران است.

هرگونه پیشنهاد و نظر ارزشمند خود را با ما در میان بگذارید.

سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران
تلفن: ۴۴۲۴۴۰۴۰
www.tdmmo.ir

هیئت کوه‌نوردی و صعودهای ورزشی استان تهران
تلفن: ۳-۷۷۸۴۵۵۵۲
www.tehranclimb.ir

برای دریافت نسخه الکترونیکی مجموعه بروشورهای «آموزش همگانی کوه‌پیمایی ایمن» به وب سایت‌های بالا مراجعه کنید.



مسیرهای ایمن کوهستان شمال تهران



کوهستان پاک و ایمن

مسیر دریند

شروع این مسیر، میدان سربند (مجسمه کوه‌نورد) است، و برای رسیدن به قله توچال در ادامه از آبادی پس قلعه، پناهگاه شیرپلا، و جان‌پناه امیری عبور می‌کند. مسیر سربند- شیرپلا- توچال، با وجود برخی خطرات، کوتاه‌ترین مسیر صعود به قله توچال است و بیشترین تردد در این مسیر صورت می‌گیرد. این مسیر به‌ویژه در زمستان دشوار است، زیرا یال منتهی به قله بسیار بادگیر است و در دره‌ها برف زیادی می‌نشیند. همچنین مسیرهای راه‌پیمایی و کوه‌پیمایی پایین دست به دلیل تردد روزانه کاملاً یخ می‌زند.

- در مسیر میدان سربند تا قله توچال دوراهی‌های فراوانی است که به سوی بندیکچال، دره‌ی اوسون، مجتمع کلک‌چال، قله اسپیلت، ایستگاه پنج تله کابین و سایر مسیرهای فرعی امتداد دارند، در فصل زمستان تجربه مسیرهای فرعی خطرناک است و می‌تواند بسیار تلخ باشد، در سایر فصل‌ها نیز بدون تجربه، آمادگی و راهنمایی در این مسیرها گام نگذارید.
- برخی از کوه‌پیمایان، به قصد رسیدن به قله‌ی توچال و پایین آمدن سریع با تله کابین، بدون توجه به شرایط اقدام می‌کنند که در این مورد باید توجه داشت تله کابین تا حدود ساعت ۱۴ کار می‌کند و اولویت سرویس‌دهی به اسکی‌بازان را دارد و همچنین در شرایط باد شدید و طوفان کار نمی‌کند.
- جان‌پناه روی قله بسیار سرد و احتمالاً انباشته از برف است و نباید به آن امید زیادی بست.

- **جبهه شمالی توچال بسیار وسیع و در زمستان با خطرهای بهمن، گم شدن، تحلیل انرژی و ... همراه است. زمانی که به خط‌الراس نزدیک هستید، به ویژه در هوای نامناسب از منحرف شدن به آن‌سو اجتناب کنید!**

مسیر ولنجک

میدان ولنجک است و پس از پارکینگ، تا ایستگاه یک تله کابین مسیر آسفالت است. در ادامه، مسیر مناسب راه‌پیمایی به صورت مارپیچ و با شیب کم تا ایستگاه دوم تله کابین حدود یک ساعت طول می‌کشد.

- از ایستگاه دوم تا ایستگاه پنج، هیچ ایستگاه یا رستورانی وجود ندارد. در این بخش از مسیر که حدود سه ساعت طول می‌کشد، خطرهای بهمن، سقوط، گم شدن و تحلیل انرژی وجود دارد.
- کوه‌پیمایی در بالاتر از ایستگاه پنج (که در نهایت با حدود ۴ ساعت صعود و گذشتن از ایستگاه هفت به قله توچال منتهی می‌شود) در فصل زمستان بسیار خطرناک است و علاوه بر بهمن، خطر سقوط، گم شدن و تحلیل انرژی به سبب حجم زیاد برف و نامشخص بودن مسیر وجود دارد.

مسیر درکه

سراسر این مسیر تا پناهگاه پلنگ‌چال (۲۵۵۰ متر)، از داخل دره‌ی زیبای پلنگ‌چال و از کنار رودخانه می‌گذرد که یکی از زیباترین مسیرها در ارتفاعات شمال تهران است.

- دره‌ی درکه برای کوه‌پیمایی زمستانی خوب است، اما فقط تا اذغال‌چال، زیرا بالاتر از آن احتمال ریزش بهمن وجود دارد. در این مسیر افرادی بر اثر ریزش بهمن مصدوم یا کشته شده‌اند.
- در نیمه راه درکه به پلنگ‌چال، در ضلع غربی ارتفاعات مشرف به رودخانه، دره‌ای پر درخت وجود دارد که به جنگل کارا موسوم است. این جنگل حدود نیم ساعت از مسیر اصلی درکه- پلنگ‌چال فاصله دارد و کوه‌پیمایی زمستانی به آنجا خطر خاصی ندارد.
- امتداد مسیرهای پاکوب جنگل کارا برای دسترسی به قله‌های دوشاخ و چین کلاغ است. بدون راهنما و آمادگی کافی از ادامه دادن مسیر اجتناب کنید.
- **کوه‌پیمایی از پناهگاه پلنگ‌چال تا ایستگاه پنج تله کابین توچال یا قله پلنگ‌چال در فصل زمستان بسیار خطرناک است!**

توصیه‌های ویژه

- حضور در کوهستان، با احتمال خطر و حوادث همراه است و ممکن است امکان کمک فراهم نباشد، با در نظر گرفتن این واقعیت، به این فعالیت بپردازید و خود را مسئول سلامت و حفظ جانتان بدانید. فعالیت‌های شما نباید اطرافیان یا محیط پیرامون را به خطر اندازد.
- نقشه‌خوانی و مسیرپیمایی، از مهارت‌های پایه‌ای است که کوه‌نوردان باید آن را بیاموزند. نقشه و ابزار بهره‌گیری از آن مانند قطب نما و GPS برای کوهستان شمال تهران نیز کاربرد دارند، زیرا با اینکه در نقاطی از مسیرهای اصلی، تابلو یا میله‌هایی برای راهنمایی شما نصب شده است و مسیرها حتی در زمستان به علت تردد زیاد، کاملاً مشخص است، اما در شرایط خاص (تاریکی، طوفان، مه، بارش تازه، روزهای وسط هفته و ...)، نامشخص و خطرناک می‌شود.
- **هرگز از مسیرهای اصلی خارج نشوید و زمان لازم را برای مسیر بازگشت در نظر بگیرید. مسیر کوه‌پیمایی نباید پر شیب، سنگی و در کنار پرتگاه باشد.**
- **به کوهستان نرفتن یا ادامه ندادن صعود در شرایط نامناسب ارزشمند است.**

در صورت نیاز به امداد و نجات با شماره ۱۲۵ تماس بگیرید.

تالیف: محمود بهادری