

کوهنوردی یک روش زندگی است

(اوموند میلاری؛ اولین صعودکننده اورست)

دکتر طیبه سادات تقوی

بنیانگذار و مؤسس گروه کوهنوردی
سازمان نظام پزشکی مشهد

یا هفت تنگه، چشمه مرتضی علی، از میغان، قندیل‌های اخلمد، جزایر قشم، قشم، هرمز، هنگام، باداب سورت، کوه‌های مریخی و گل افشان، جهان‌نما، باران کوه، آثار تاریخی یزد و میبد، گنبد‌های نمکی خورموج، دریاچه پریشان، تخت جمشید، آثار تاریخی همدان، شیراز و کاشان، ابیان، چشمه سبز.

برگزاری کلاس‌های آموزشی در سه حوزه؛ نقشه‌خوانی، جی‌پی‌اس و کوهپیمایی مقدماتی از دیگر فعالیت‌های گروه است. همچنین، گروه‌های خانوادگی در اوایل پاییز، برگزاری سالروز تأسیس در اسفندماه و صعود به قله آرارات از جمله اهداف و برنامه‌های سال ۱۳۹۵ گروه کوهنوردی سازمان نظام پزشکی مشهد می‌باشد. سرکارخانم دکتر مریم برهانی از پیشکسوتان کوهنوردی، در بیان و توصیف‌گزینش و پایداری در این رشته ورزشی می‌گویند: "خداوند! سلامتی و عشق صعود را به ما عطا کن تا بتوانیم همچنان سفره‌های کوچک خود را در بیشه‌های سبز و زیبای کوهساران بگشاییم و تو را ستایش کنیم که این همه نعمت برای ما آفریدی تا در سایه طبیعت بی‌ظنیر کشورمان سادگی، صفا، صبوری و بی‌نیازی را بیاموزیم و در ارتفاعات زیبای کشورمان سرود ملی خود را همصدا بخوانیم."

در نهایت، هزاران بلندی کوچک و بزرگ وطن عزیزمان ایران، رودخانه‌ها، چشمه‌ساران، جنگل‌های انبوه شمال، آبشارهای پر از ابهت و زیبایی را می‌ستاییم که مظهر حیات و درخشش زندگی هستند.



گروه کوهنوردی سازمان نظام پزشکی مشهد به سرپرستی سرکارخانم دکتر تقوی، تنها گروه کوهنوردی فعال در سازمان نظام پزشکی کشور است. فعالیت‌های کوهنوردی در ادارات و سازمان‌های مختلف و عدم تشکیل این گروه ورزشی در سازمان نظام پزشکی به عنوان پیام‌رسان سلامتی، دغدغه ذهنی سرکارخانم دکتر تقوی در سال‌های متمادی بود. علاقه وافر، تلاش مجدانه و پیگیری مصراانه ایشان منجر به تشکیل گروه کوهنوردی در اسفند ماه ۱۳۹۱ گردید. پس از اطلاع‌رسانی به تمامی اعضا سازمان نظام پزشکی مشهد، هسته اولیه در جلسه‌ای با حضور ۴۸ نفر از اعضای محترم سازمان تشکیل شد. اکنون با گذشت سه سال از فعالیت گروه، بیش از ۱۳۵ برنامه به صورت هفتگی اجرا شده است. صعود به قله چمن، آغازگر راه و برنامه‌ها گردید و پس از آن ۸ مرتبه صعود بر بام خراسان (شیرکوه) و ۵ مرتبه صعود بر قله بینالود نشانگر همت، استواری و پایداری گروه کوهنوردی سازمان نظام پزشکی مشهد بود. همچنین، گروه‌های خانوادگی مهرماه و برگزاری سالروز تأسیس از جمله برنامه‌های سالانه گروه می‌باشند. مهمترین فعالیت‌ها و برنامه‌های اجرا شده توسط گروه کوهنوردی سازمان نظام پزشکی مشهد به شرح ذیل می‌باشد؛

صعود قله شاخص ایران: قله دماوند (بام ایران - ۵۶۷۱ متر)، قله علم کوه (دومین قله بلند ایران - ۴۸۵۰ متر)، قله سبلان (سومین قله بلند ایران - ۴۸۱۱ متر)، قله تفتان، شیرکوه یزد، الوند و کلاغ‌لان، توچال، کلونچین زردکوه بختیاری، هماگ، امام‌زاده قاسم و کرکس.

صعود قله شاخص استان‌های خراسان: چمن، زشک، کماس، یامان‌داغی، سرآخور، فلسکه، دال، قطارالنگ، قوچگرد، بردو، هزارمسجد، ملکوه، باغدشت.

غارنوردی و دره‌نوردی: شاپور، غارنمکی خورموج، مغان، کرکس (فنی)، بلور (فنی)، غار علیصدر، کتله‌خور.

تمرین سنگ‌نوردی: هفت حوض.

کویرنوردی: حلوان، مصر، نیشابور، مرنجاب.

آبشارها: لاتون (بلندترین آبشار ایران؛ ۱۰۵ متر)، اخلمد، ارتکند، چهارتکاب، آبگرم کلات، شیرآباد، کبودال، گلستان، کوه‌رنگ، شیخ علیخان، شمشال، آبگرم خلیل‌آباد، آبشار نمکی خورموج.

اسکی: پیست اسکی شیرباد

بازدید از مناظر طبیعی، آثار تاریخی و باستانی ایران زمین: قلعه بابک (تبریز)، قلعه مار، قلعه موران، قلعه رودخان، جنگل ابر، هفت‌غار

لطفاً به این مقاله از ۱ تا ۲۰ امتیاز دهید و به شماره پیامک مجله (۳۰۰۰۷۸۳۸) ارسال فرمایید.

کد مقاله: ۶۹۱۴ نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله