



نوع آبشار: دائمی

در یک منطقه کوهستانی و در دل دره سرسبز و خوش آب و هوای گروبار جاخوش کرده و از مقاصد گردشگری شهروندان است. بازدید از این آبشار مصداق یک تیر و چند نشان است چون در مسیر دره گروبار به سمت آبشار، آبشارهای آینه‌رود و جنگلک قرار دارند و واقع شدن این آبشارها در مسیر این دره جاذبه و شاهکار خارق العاده طبیعت را در این منطقه به نمایش گذاشته است. در فصل‌های بهار و تابستان، پوشش گیاهی این منطقه رنگی تازه و سرسبز پیدا می‌کند و تمام چشمه‌ها و آبشارهای این منطقه پرآب‌تر می‌شوند.

ارتفاع
۲۰ متر

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
جاده دماوند را در مسیر منطقه چنار شرق پیش بروید. بعد از پشت سر گذاشتن اینجا و وارد جاده منتهی به دره و آبشار گروبار شوید. در مسیرتان دره‌های فرعی زیادی وجود دارند که عموماً جهتی شمالی دارند. آبشار گروبار در سومین دره فرعی به سمت شمال قرار دارد.

کیلومتری شرق شهرستان دماوند

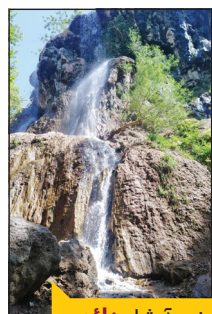
آبشار گروبار
تماشای
در دل دره

آبشار کمرد

ارتفاع
۲۰ متر

۳۵ کیلومتری شمال شرق تهران، جاجرود، روستای کمرد

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
باید در مسیر جاده دماوند در شمال شرقی تهران به سمت جاجرود بروید. ۳۰ کیلومتر پس از پل جاجرود به مسیر فرعی روستای کمرد خواهید رسید. پس از ورود به این روستا، ادامه مسیر به سمت آبشار کمرد را باید پیاده بروید. مسیر دسترسی به آبشار کمرد از جوار رودخانه کمرد می‌گذرد و کمتر از یک کیلومتر طول دارد.



نوع آبشار: دائمی

در انتهای دره‌ای سرسبز و پوشیده از درختان مشرف بر غار چهل دختر قرار دارد. غارهای کوچک و بزرگ و شکاف‌های عمیق بر دیواره آبشار یکی دیگر از جذابیت‌های این مکان دنج است که در زمان کم‌آبی نیز منظره آبشار را دیدنی می‌کنند. سایه‌سار اطراف این آبشار و پوشش درختی انبوه چنار و نارون در اطراف آبشار سایه‌های وسیعی ایجاد و مکان بسیار مناسبی را برای چادر زدن فراهم کرده است. این آبشار، به دلیل شگفت‌انگیز بودن دره‌ها و غارهای زیبای اطرافش، در تمام فصول سال دیدنی است.



منتهی الیه شرق تهران انتخاب خوبی برای یک گردش نیمروزی است

بفرمایید هوا خوری دلچسب

پریسانوری

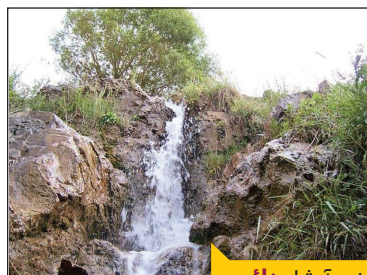
از زیباترین جاذبه‌های طبیعی آندو آبشار گردی به‌ویژه در روزهای گرم تابستان از دلچسب‌ترین و خنک‌ترین تفریحات است. خوشبختانه در اطراف تهران این جاذبه‌های طبیعی فراوانند و علاقه‌مندان به طبیعت با یکی دو ساعت رانندگی می‌توانند خود را به یکی از آنها برسانند و از تماشای شورش آب و خنکای اطراف آبشار لذت ببرند. در محدوده شرق تهران هم ۸ آبشار وجود دارد که می‌توانید نیمروز متفاوتی را در همین حوالی بگذرانید.

آبشار جنگلک

ارتفاع
۳۵ متر

۷ کیلومتری شرق شهرستان دماوند

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
در دره اصلی به سوی دریاچه نار در دیواره شمالی دره گروبار شهرستان دماوند قرار دارد. بهترین راه برای رسیدن به این آبشار این است که از مسیر شرق بزرگراه شهید بابایی خودتان را به جاده دماوند برسانید. با گذر از کمربندی بومهن وارد جاده فیروزکوه شوید و پس از مدت کوتاهی رانندگی در سمت چپ مسیر وارد بلوار شهید بهشتی و سپس بلوار شهرداری شوید. در ادامه مسیر در سمت راست وارد کنارگذر روح‌افزار شوید. در انتهای مسیر خنکای آبشار را حس می‌کنید.



نوع آبشار: دائمی

در حوالی این آبشار گونه‌های جانوری مختلف اعم از میش، قرقسی، باز، عقاب طلایی، پلنگ و کل دیده می‌شوند و این منطقه را به یکی از زیستگاه‌های اصلی این جانوران تبدیل کرده‌اند. اما نگران نباشید، آنها آسیبی به شما نمی‌رسانند و با خیال راحت می‌توانید در آنجا به گردش و تفریح بپردازید. همچنین در نزدیکی آبشار جنگلک، انواع درختان بید، گردو، ارس دیده می‌شود که قطر آنها به چند متر می‌رسد. همچنین رودخانه‌های پرآب زیادی در آن محدوده وجود دارد که فضا را برای یک گردش تابستانی دلنشین‌تر و خنک‌تر کرده‌اند.

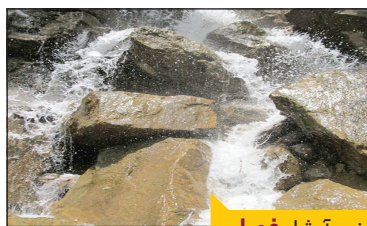


آبشار آینه‌رود

ارتفاع
۳۵ متر

۲۰ کیلومتری شمال شرق شهرستان دماوند

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
برای رسیدن به این آبشار از سمت تهران باید وارد آزادراه تهران-پردیس شوید و کمربندی بومهن را هم رد کنید. در جاده فیروزکوه وارد بلوار شهید بهشتی و سپس بلوار فرهنگ شوید. در انتهای بلوار، از سمت راست وارد جاده آینه‌رود شوید و بعد از عبور از مسیر خاکی ۲ کیلومتری خودرو را پارک کرده و به سمت شمال یک کیلومتر پیاده‌روی کنید تا در تنگه روح افزا و از کنار مسیر آب، به آبشار آینه‌رود برسید.



نوع آبشار: فصلی

در ارتفاعات البرز قرار گرفته و گردش در آن حوالی به‌ویژه در فصل تابستان بسیار لذتبخش است. به زلالی آبش شهره و چون نامش مثل آینه است، بر همین اساس نامش آینه‌رود انتخاب کرده‌اند البته برخی آن را رود روح‌افزار نیز می‌نامند. جایی که سنگ آسیاب و قیرهای متعدد و بازار در این منطقه قدیمی وجود داشته که از نظر میراث فرهنگی دارای اهمیت است زیرا در قدیم محل دادوستد اهالی بوده است. در برخی از مناطق کوهستانی اطراف آبشار و دره قیرهای بسیار قدیمی دیده می‌شود که به گفته محققان و بومیان متعلق به روستاهای قدیم دماوند بوده است.

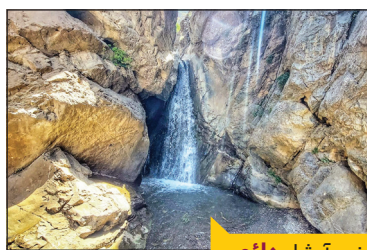


آبشار تیزاب

ارتفاع
۱۰ متر

۵۳ کیلومتری تهران و ۵ کیلومتری شمال شهر دماوند

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
از مسیر شرقی بزرگراه شهید بابایی به جاده دماوند بروید، بعد از کمربندی بومهن وارد جاده فیروزکوه شوید و در محدوده پلیس راه دماوند وارد خیابان ولیعصر جنوبی و سپس بلوار سردار سلیمانی شوید. بعد از مسافتی، از طریق بلوار شهید بهشتی وارد جاده تیزاب شوید. در انتهای جاده تیزاب باید وسیله نقلیه خود را پارک کنید و ادامه مسیر تا آبشار را پیاده بروید.



نوع آبشار: دائمی

ویژگی: در ۵۰۰ متری چشمه‌ای به همین نام قرار گرفته که از دل کوه می‌جوشد و همانطور که از نامش پیداست آن طعم تند و تیزی دارد. آب جاری از چشمه و آبشار تیزاب به دلیل خواص معدنی آن کدر و گل‌آلود به‌نظر می‌رسد. محلی‌ها می‌گویند این آب خواص درمانی دارد و علاج بیماری‌های پوستی و گوارشی است. آبشار تیزاب در هر فصلی از سال، مناظر بکر و خیره‌کننده‌ای برای ارائه دارد. با این حال، یخچال‌های طبیعی که در زمستان تشکیل می‌شود، جاذبه‌های خاص و نایابی هستند که ارزش دیدن دارند.



تماشای قندیل‌های یخی در وسط تابستان

آبشار یخی نوا

در روستای نوا از توابع لاریجان قرار دارد. این آبشار که جزو منطقه بیلاقی آمل است حدوداً ۸۰ کیلومتر با آمل فاصله دارد و برای رسیدن به آن از تهران حدود ۲ ساعت و نیم زمان لازم است.

ارتفاع
۱۲ متر

راه‌های دسترسی با خودروی شخصی:
در مسیر جاده هزار قرار دارد. اگر از تهران به سمت نوا حرکت کنید حدود ۲ ساعت و نیم زمان لازم دارید. شما باید بعد از پلور و خروجی روستای لاریجان و رینه به مسیر خود ادامه دهید تا بعد از حدود ۲۰۰ کیلومتر خروجی نوا را ببینید. سپس باید مسیر نوا را ادامه بدهید تا به جاده فرعی برسید که به آبشار یخی منتهی می‌شود. چون این آبشار نیازمند پیاده‌روی و کمی کوهنوردی است باید تجهیزات مناسب مانند لباس گرم و کفش کوهنوردی داشته باشید تا از قندیل‌های زیبای این آبشار لذت ببرید.



نوع آبشار: دائمی

عنوان مرتفع‌ترین آبشار یخی خاورمیانه را از آن خود کرده، یکی دیگر از مناطق بکر و تماشایی اطراف تهران است. این آبشار ۷ تا ۱۲ متری که هر سال گردشگران بسیاری را به کوه‌های دماوند می‌کشاند، در همه فصول سال یخ زده است. یعنی شما برای تماشای قندیل‌های یخی لازم نیست تا پاییز و زمستان صبر کنید، چون این آبشار حتی در مردادماه و گرم‌ترین روزهای سال یخ زده است. البته در اوج گرمای ظهر آب باریکه‌هایی از آن جریان پیدا می‌کند ولی هنگام عصر که دمای هوا به زیر صفر درجه می‌رسد، دوباره یخ می‌بندد و آبشار به حالت همیشگی‌اش برمی‌گردد.

چه زمانی برویم؟

چون آبشار یخی نوا در ارتفاع بسیار بالایی از سطح دریا قرار دارد سفر به آن در فصل‌های سرد سال توصیه نمی‌شود، مگر اینکه کوهنورد حرفه‌ای باشید و با برنامه‌ریزی و تجهیزات کامل به آنجا بروید. اما حتی اگر در تابستان به دیدن این آبشار می‌روید، با توجه به بیلاقی بودن منطقه و آب‌وهوای خاص ارتفاعات حتماً تجهیزات مناسب مثل کفش کوهنوردی، لباس گرم، بادگیر و کیسه خواب در صورت برنامه برای شب‌ماندن و ... به همراه داشته باشید.