

# روز هفتم

همیشه برای

ویژه نامه روز هفتم • ۲۰ مهر ۱۴۰۲ • شماره ۱۶



**رود دره های  
شمال پایتخت**  
زیبایی هایی دارند که  
نباید از دیدن شان غافل ماند

**برخی رود دره های  
غرب تهران**  
امکانات رفاهی متنوعی دارند

**یک راهنمای جمع و جور برای  
یادگیری صفر تا صد مهارت سفر به  
دره ها و تنگه ها**

## کرانه مستوران