

# سر خوردن روی پیچ در پیچ های برفی

پیست های تهران با شروع بارش های زمستانی در ارتفاعات آماده اسکی هستند

اسکی نیز آشنایی ندارند و برای چند ساعت تفریح و خوشگذرانی به این محل ها می روند. حالا که کوه های تهران سپید پوش شده و زمستان سرد از راه رسیده، بد نیست رفتن به پیست های اسکی و امتحان کردن این تفریح هیجانی را به تجربه های گشت و گذار در پایتخت اضافه کنید.

✓ **مهدیه تقوی راد** در تهران ۶ پیست اسکی وجود دارد که با بارش نخستین برف های زمستانی شلوغ و پررفت و آمد می شوند؛ اما الزاما همه افرادی که به این پیست ها می روند قصد اسکی کردن ندارند. تعداد زیادی از مراجعان به پیست ها را افرادی تشکیل می دهند که حتی با اصول اولیه



## پیست اسکی دربندسر

**معرفی** این پیست از سال ۱۳۶۰ راه اندازی شده و در ارتفاع بالاتری نسبت به پیست شمشک قرار دارد. در این پیست امکان اسکی شبانه وجود دارد.

|                    |                                    |
|--------------------|------------------------------------|
| <b>نشانی</b>       | جاده لشکرک، جاده اوشان-فشم دربندسر |
| <b>ساعت فعالیت</b> | ۲۰ تا ۸                            |
| <b>هزینه ورودی</b> | رایگان                             |

## اسکی برای همه

پیست دربندسر امکانات متعددی همچون تله سیژهای چهار نفره به طول ۱۲۰۰ و ۸۰۰ متر، تله سیژ دوفره به طول ۱۱۱۰ متر، تله کابین ۱۲ نفره به طول ۱۸۳۰ متر با ۵۷ کابین، تله اسکی بشقابی به طول ۷۰۰ متر و ۲ دستگاه تله اسکی چکشی برای اسکی بازان مبتدی دارد. در مجموعه دربندسر دستگاه های پیست کوب و برف ساز نیز وجود دارد. به کمک این امکانات می توان در صورتی که بارش برف کافی نباشد، پیست را برای اسکی آماده کرد.

برای تفریح زمستانی نیازی به پرداخت هزینه و طی کردن راه های دور نیست

## گردشگاه های زمستانی

از همان نخستین سوز سرمای زمستان، پیدا کردن گردشگاهی که بتوان با تفریح و گردش در آن، به روزهای سرد این فصل رنگ گرم بخشید، به دغدغه آخر هفته های شهروندان تبدیل شده است. از کوه ها و قله ها گرفته تا باتوق های برف بازی و پیست های اسکی، برای گشت و گذار زمستانی گزینه های مختلف و مناسب پیش روی شما هستند. البته ما در «روز هفتم» این شماره برای تفریح در گردشگاه های سرپوشیده هم راهنمایان هستیم. پس شال و کلاه کنید و زمستان امسال هیجان گشت و گذاری متفاوت را تجربه کنید.

## پیست شمشک

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>نشانی</b>       | بزرگراه بابایی، جاده لشکرک جاده اوشان-فشم، شمشک |
| <b>ساعت فعالیت</b> | ۸ تا ۱۵، شب های دوشنبه تا چهارشنبه ۱۸ تا ۲۲     |
| <b>هزینه ورودی</b> | رایگان  |

**معرفی** از قدیمی ترین پیست های اسکی تهران است که در سال ۱۳۲۷ توسط مهندسان آلمانی ساخته شد و ۱۰ سال بعد با افتتاح تله اسکی به صورت حرفه ای آغاز به فعالیت کرد.



## مجموعه های از پیست های متنوع

در سال ۱۳۳۲ فدراسیون اسکی با ۳۰ دست وسیله توانست یک بانک اسکی در نزدیکی تهران احداث کند. در سال ۱۳۴۱ نخستین تله سیژ در پیست نصب شد و از سال ۱۳۷۹ مسابقات مختلف بین المللی در این پیست اسکی برگزار شد. در همین سال مسابقات قهرمانی اسکی نوجوانان آسیا با حضور ۱۰ کشور آسیایی برگزار شد. مجموعه پیست اسکی شمشک دارای ۴ پیست مجزا به نام های مهتاب، آفتاب، پیست شب و پیست آموزش مبتدیان است که پیست مهتاب با ۹۵۰ متر، طولانی ترین پیست این مجتمع است. پیست اسکی آفتاب در ضلع شرقی مجموعه قرار دارد و طول آن از مدرسه اسکی در جنوب پیست تا قله ۱۸۵۰ متر است. پیست اسکی شب با طول ۹۵۰ متر مخصوص اسکی در شب و از ساعت ۱۸ تا ۲۲ فعال است. نورپردازی زیبایی این پیست و سکوت کوهستان برفی در شب باعث شده که تجربه اسکی در این پیست تجربه ای منحصر به فرد و متفاوت برای اسکی بازان باشد.

## پیست توچال

**معرفی** ایستگاه هفتم تله کابین توچال همان پیست اسکی ای است که به این نام مشهور شده است.

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>نشانی</b>       | بزرگراه شهید چمران، خیابان یمن انتهای خیابان ونجک |
| <b>ساعت فعالیت</b> | شنبه تا سه شنبه ۵ تا ۲۳ چهارشنبه تا جمعه ۴ تا ۲۳  |
| <b>هزینه ورودی</b> | رایگان  |



## یکی از طولانی ترین تله کابین های دنیا

پیست اسکی دامنه غربی ۹۰۰ متر طول دارد و در قسمت غربی کوه توچال قرار گرفته است. پیست اسکی ایستگاه هفتم به پنجم طولانی ترین پیست اسکی توچال است که حدود ۵ کیلومتر طول دارد. تله کابین توچال یکی از طولانی ترین تله کابین های جهان است که حدود ۷ کیلومتر طول دارد و در هر ساعت ۶۰۰ نفر را جابه جا می کند. لذت تماشای قله زیبا و سفید پوش توچال کمتر از لذت اسکی کردن در این مجموعه نیست.



## پیست آبعلی

**معرفی** این پیست در ۳ کیلومتری آبعلی و در جاده هراز قرار دارد. دسترسی راحت به این پیست باعث شده که یکی از شلوغ ترین پیست های تهران باشد.

|                    |                             |
|--------------------|-----------------------------|
| <b>نشانی</b>       | جاده هراز، ۳ کیلومتری آبعلی |
| <b>ساعت فعالیت</b> | ۱۶ تا ۸                     |
| <b>هزینه ورودی</b> | رایگان                      |



## برای مبتدی ها و حرفه ای ها

پیست آبعلی مجهز به پیست اسکی (مبتدی، حرفه ای)، پیست سورتمه سواری، رستوران، هتل، سرویس بهداشتی، نمازخانه، زمین های تنیس (برای تابستان)، سوار کاری (برای تابستان) و پرش و کایت است. تیوب سواری و سورتمه سواری از ورزش های مهمی در این پیست است. حتی اگر اهل تیوب سواری نباشید هم می توانید در این پیست با همراهان تان برف بازی کنید و هر وقت از برف بازی و اسکی کردن خسته شدید، در یکی از رستوران های مجموعه استراحت کنید.



## پیست دیزین

**معرفی** دیزین نخستین پیست ایران است که عنوان بین المللی و استانداردهای لازم را برای برگزاری مسابقات رسمی دارد.

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>نشانی</b>       | بزرگراه شهید بابایی، جاده لشکرک پیست اسکی دیزین |
| <b>ساعت فعالیت</b> | ۸ تا ۱۵   |
| <b>هزینه ورودی</b> | رایگان  |



## اسکی با جاشنی تیوب سواری

پیست دیزین در دهه ۴۰ تأسیس شد و ۴ تله کابین، ۲ تله سیژ، ۷ تله اسکی و ۳ پیست اسکی دارد که ارتفاع و شیب هر کدام با دیگری متفاوت است. پیست اسنو پارک یا پیست چمن تنها پیست اسکی است که در فصل تابستان هم باز است و از آن برای مسابقات بین المللی اسکی روی چمن، دوچرخه سواری کوهستان، تیراندازی با کمان و کایت سواری استفاده می شود. تیوب سواری هم یکی از تفریحات رایج در دیزین است. تنها با همراه داشتن یک تیوب می توانید از بالای تپه های برفی دیزین سُر بخورید و پایین بیایید.



● **موقعیت:** بخش مرکزی شهرستان سرعین، ۱۰ کیلومتری شمال غربی روستای آلوارس  
پیست آلوارس از بزرگ ترین پیست های ایران به شمار می رود و در دامنه های کوه سبلان در نزدیکی سرعین و روستایی به همین نام واقع شده است. میزان بارش برف در پیست آلوارس که در ارتفاع ۳۲۰۰ متری از سطح دریا قرار دارد، بسیار زیاد است. این پیست مجهز به تله سیژ است که با استفاده از آن به راحتی می توانید به بالای مسیر بروید. مناظر کوهستانی پیست آلوارس در تابستان نیز جذابیت های خاص خود را دارد و انتخابی عالی برای گردشگری است اما زمستان ها به تفرجگاهی پر شور و هیجان تبدیل می شود.

## پیست آلوارس اردیبل