

باغ‌راه‌های شهری، محل مناسبی برای گذران اوقات فراغت هستند

تفرج تابستانی در باغ‌راه‌های تهران

✓ **مهدیه تقوی‌راد** کوچه باغ‌های قدیمی حالا تغییر وضعیت داده و به نام باغ راه شناخته می‌شوند. حالا فضاهای بی‌دفاع، متروکه یا بلااستفاده شهری تبدیل به باغ‌راهایی شده‌اند که فرصتی مناسب را برای گذران

اوقات فراغت شهروندان فراهم کرده‌اند. در گرمای تابستان اگر دنبال محلی مناسب برای پیاده‌روی، گشت‌وگذار و ورزش باشید، می‌توانید راهی باغ‌راه‌های شهری شوید.

گشت‌وگذار

تابستانه در تهران

گرمای هوا، بحث داغ این روزهاست. با این حال تابستان است و فصل تعطیلی مدرسه‌ها، اوقات فراغت بچه‌ها و گشت‌وگذار خانواده‌ها. حتی گرمای هوا هم نمی‌تواند فرصت تفریح و گردش تابستانه را بسوزاند. با انتخاب مقصد مناسب برای یک گردش تابستانی می‌توانید در گرم‌ترین روزهای سال هم یک جرعه هوای خنک را سر بکشید و هوایی تازه کنید. **در روز هفتم،** این شماره راهنمای انتخاب مقاصد گردشگری تابستانی در پایتخت است.

باغ‌راه کوهسار

معرفی

این مسیر پیاده‌روی با شیبی نسبتاً ملایم در دامنه جنوبی رشته‌کوه‌های البرز و در دل پارک جنگلی کوهسار قرار دارد و به دلیل قرار گرفتن در ارتفاعات، چشم‌انداز زیبایی از نمای تهران دارد.

امکانات

نیمکت، سطل زباله، سرویس بهداشتی، بوفه، رستوران، نمازخانه

نشانی

بزرگراه آشناسان، بلوار شهران شمالی، جاده سولقان

نمای ۳۶۰ درجه تهران

مسیر آسفالت‌ده در بخش غربی بوستان جنگلی کوهسار قرار دارد و برای تردد خودرو و پیاده مناسب‌سازی شده است. در پوشش گیاهی به دلیل موقعیت کوهستانی پارک، بیشتر از درختان کاج و سرو استفاده شده است. اگر برای پیاده‌روی خانوادگی نگران کمبود امکانات گذر هستید، نگران نباشید چون به همه امکانات بوستان دسترسی دارد. از مزایای این معبر وجود جاده آسفالتی ماشین‌رو است که شما را به ارتفاعات بالای این منطقه می‌رساند تا نمای ۳۶۰ درجه از شهر تهران را ببینید.

باغ‌راه حضرت زهرا(س)



معرفی

این باغ‌راه در مناطق ۱۷ و ۱۸ واقع شده و به عنوان محور گردشگری در این منطقه شناخته می‌شود. در آینده و با تکمیل پروژه، باغ‌راه حضرت زهرا(س) به رودخانه کن متصل خواهد شد.

نشانی

بزرگراه آیت‌الله سعیدی، ۴۵ متری زیند، مسیر خط آهن سابق تهران

خط آهنی که باغ‌راه شد

طرح ساخت باغ‌راه حضرت فاطمه(س) پس از زیرزمینی شدن خط آهن تهران- تبریز، روی بام تونل قطار به مرحله اجرا درآمد. ۹۱ درصد فضای این مجموعه به فضای سبز اختصاص یافته است. ۲۳ کیلوسک در فاصله‌های ۳۰۰ متری برای اجاره دوچرخه، موزه، مراکز فرهنگی، فضای تجاری و مراکز مخصوص بانوان در این مجموعه پیش‌بینی شده که تمام آنها با نمادهای مذهبی و اسلامی در فضای سبز ساخته می‌شوند. کاربری ۲ کیلوسکی که در مقابل حرم امامزاده حسن (ع) قرار گرفته هم مطابق با فضای معنوی امامزاده است. تعداد ۱۵ کیلوسک در محدوده منطقه ۱۸ قرار دارد که جانمایی آنها در نزدیکی نهادهای خدمات‌رسان عمومی، آتش‌نشانی، اورژانس، در مانگاه، پاسگاه انتظامی و کلانتری است.

از باغچه خانوادگی تا مسیر دوچرخه‌سواری

این باغ راه دارای فضای سبز گسترده‌ای است و در آن فضاهای متعدد و متنوع تفریحی و فرهنگی ویژه بازی و سرگرمی گروه‌های مختلف سنی، از جمله بوستان، زمین‌های بازی، باغچه خانوادگی، مسیر پیاده‌روی، ایستگاه‌ها و مسیر دوچرخه‌سواری، مسیر تندرستی، ورزش صبحگاهی، مرکز درمانی، ساخته شده یا در حال ساخت است. همچنین مسیر پیاده روی برای هدایت شهروندان کم‌بینا و نابینا بخشی از باغ‌راه است.

باغ‌راه پارک پردیسان

معرفی

پارک پردیسان به‌خاطر دسترسی آسانی که به بزرگراه‌های مختلف دارد محل خوبی برای گذراندن اوقات فراغت تابستانی است.

امکانات

زمین والیبال، بدمینتون، اسکیت، سالن همایش و سالن اجتماعات، بوفه

نشانی

ضلع شمالی بزرگراه حکیم، بین بزرگراه‌های شیخ فضل‌الله و یادگار امام



جاده تندرستی

در مسیر پیاده‌روی و باغ‌راه پارک پردیسان وسایل ورزشی نیز تعبیه شده است، در این مسیر راهی نیز برای دوچرخه‌سواری، بدمینتون، اسکیت و والیبال ساخته شده است. در باغ راه پارک پردیسان در تمام طول سال می‌توانید ورزش کنید و حین پیاده‌روی از مناظر زیبا و طبیعت اطراف لذت ببرید. باغ‌راه پارک

پردیسان به عنوان مسیری سبز برای مراجعه‌کنندگان معرفی شده، به این معنی که کاملاً امن و بی‌خطر برای پیاده‌روی و دویدن است.

باغ‌راه آسمان

معرفی

باغ راه آسمان در دور دریاچه خلیج فارس قرار گرفته و با قدم زدن در اطراف دریاچه می‌توانید از هوای خنک لذت ببرید.

امکانات

بوفه، نیمکت، سرویس بهداشتی، رستوران، آلاچیق

نشانی

حاشیه جنوبی دریاچه خلیج فارس



دوچرخه‌سواری از خلیج فارس تا چیتگر

با قدم زدن در این باغ‌راه علاوه بر تماشای چشم‌انداز زیبای دریاچه می‌توانید از تاج سد دریاچه که به گذرگاه موج شهرت دارد هم دیدن کنید. این سازه با الهام از موج‌های آب ساخته شده و در شب هنگام نورپردازی جلوه زیبایی به این فضا می‌بخشد. پیست دوچرخه‌سواری که در این باغ‌راه قرار دارد به پیست دوچرخه‌سواری بوستان جنگلی چیتگر متصل شده و می‌توانید مسیر ۷ کیلومتری این باغ‌راه را تا جنگل چیتگر رکاب بزنید. در مسیر باغ‌راه آسمان ۱۲۰۰ متر مربع فضای سبز تعبیه شده که در ختان چنار و زیتون، غالب گونه گیاهی این محدوده را تشکیل می‌دهند.

باغ‌راه فدک

معرفی

وسعت زیاد، فضای مناسب پیک‌نیک، وجود منقل‌های متعدد برای کباب و امکانات رفاهی عالی، این فضا را به گزینه مناسب برای گردش تابستانی تبدیل کرده است.

امکانات

آلاچیق، سرویس بهداشتی، بوفه، کافه، رستوران، باربیکیو، پیست دوچرخه

نشانی

تهران، شهرک غرب، بلوار خوردین، خیابان ایران زمین



نمای زیبا برای عکاسی

وجود آب‌نماها با نورپردازی در شب به خنکی هوا کمک می‌کند. دیوارهای رنگی نقاشی شده توسط هنرمندان، کاشی‌کاری‌های نقش‌برجسته و تندیس‌های زیبایی باغ‌راه فدک، چشم هر گردشگری را خیره می‌کند. پیست دوچرخه ۳۴۰۰ متری پارک امکان کرایه دوچرخه را برای مراجعه‌کنندگان فراهم کرده و زمین‌های بازی مخصوص با تجهیزات و وسایل بازی گوناگون این امکان را برای کودکان فراهم آورده است تا علاوه بر بازی و سرگرمی، با بازی‌های گروهی با دیگر کودکان لحظات شاد و خوشی را برای خود رقم بزنند.

- نشانی: خیابان سیمون بولیوار، خیابان آبشار، بین خیابان‌های یاس و فدک، دره فرحزاد
- معرفی: روددره فرحزاد فضای مناسبی برای بازی و تفریح بچه‌هاست. در سراسر محوطه روددره آلاچیق‌های چوبی نصب شده و مکان مناسبی برای نشستن در سایه درختان است. از دیگر ویژگی‌های این مکان گردشگری، عبور رودخانه از میان آن است. عمق این رودخانه زیاد نیست و بچه‌ها به راحتی می‌توانند در آن آب‌بازی کنند. پل‌های چوبی با فاصله از هم روی رودخانه قرار گرفته و منظره جذابی را ایجاد کرده‌اند. بد نیست بدانید روددره فرحزاد دارای مسیر مخصوص پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری است که در کنار رودخانه قرار دارند.

روددره فرحزاد