

لذت کوهنوردی با راهنمای

تعطیلات نزدیک است و فصل بهار بهترین زمان برای دل سپردن به کوه و دشت همیگی خنک بهاری، سبزه های تازه گویاره ها، گلهای حشی کنار گویاره ها، گلهای نمناک و چمن های روزی کوهنوردان را به خود می خوانند. در این میان موقعیت طبیعی ایران، بهترین شرایط را برای ورزش کوهنوردی در اختیار علاقمندان به این رشته قرار داده و چه فرصتی بهتر از نوروز برای بستن اسباب کوهنوردی و زدن به دل دشت و دمن، باین وجود کوهنوردی همیشه ورزشی پر محاطه بوده به ویژه در مسیرهای ناشناخته و کوه راه های نرفته؛ خصوصاً اگر بخواهید به تنهایی صعود کنید. در آن صورت بدون راهنمایی و اطلاع از سایل ضروری و نحوه زندگی در گوهستان، این ورزش لذتی خش می تواند به خاطرهای در دنده و تلخ بدل شود.

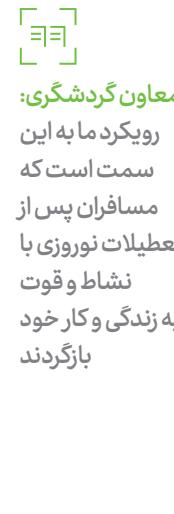
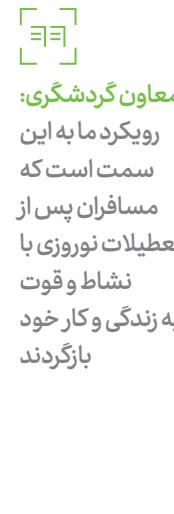
اما نگران نباشید؛ تکاب کوهنوردی ایران که با همکاری کمیته پنهانگاه های فدراسیون کوهنوردی (میر غنی آقانی فعال / میدی اسپینی) تالیف شده، همان راهنمایی است که تمامی کوهنوردان از امکانات سعدود شان خواهد داشتند. تکاب در ۲۶۵ صفحه ضمن معنی مسیرهای کوهنوردی در تمامی ارتفاعات مهم داخلی، به معرفی جان بناهای و پناهگاه های کوهنوردانی پرداخته است. در پادشاهی ایران که در مدت ۵۶ سال در ساختن شرایط جوی و با تمامی کمیوده ها و کاستی ها دست از کارکشیدند،



بچه نوروزی خراسان جنوبی

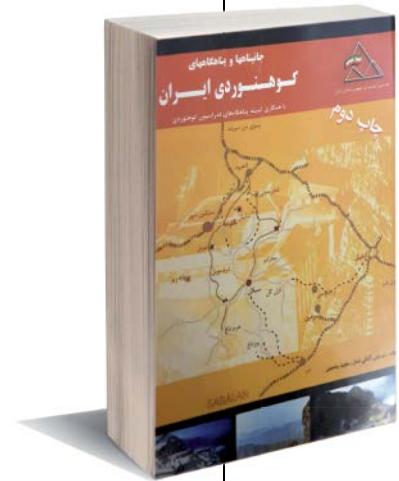
در میان مقاصد نوروزی، استان خراسان جنوبی به راستی یکی از بهترین هاست؛ استانی که در سال های اخیر تتمام تلاش خود را برای تبدیل شدن به یک منصد گردشگری به کار بسته و در این زمینه موفق هم بوده است. در همین راستا نوروز امسال هم با مجموعه ای از رویدادهای جذاب به انتظار مسافران نوروزی شدند.

غرفه های صنایع دستی و آئین های محلی از مسافران بذیرایی خواهند کرد. علاوه بر اینها امکانات اقامتی در تمام شهرها و سیاری از رسته های این استان مهیا شده که در این میان، اقامات های بوم گردی با فراهم کردن امکان تجربه زندگی جامعه محلی، بهترین انتخاب خواهد بود. /میراث آریا



بسیج همه دستگاه ها در ایام نوروز برای ارائه خدمات به مسافران

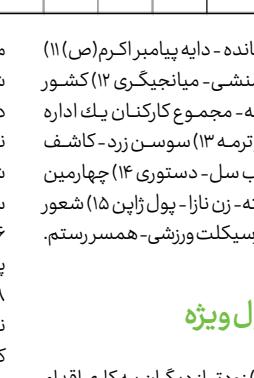
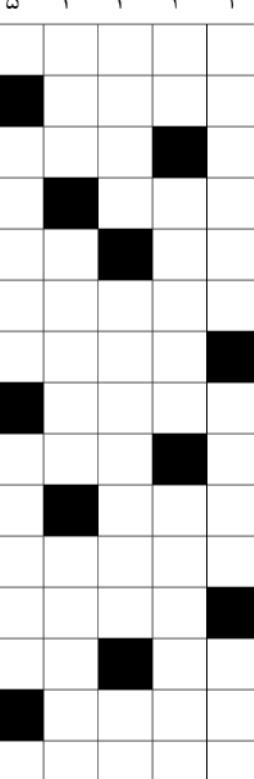
سرعت و سبقت خط قرمز پلیس



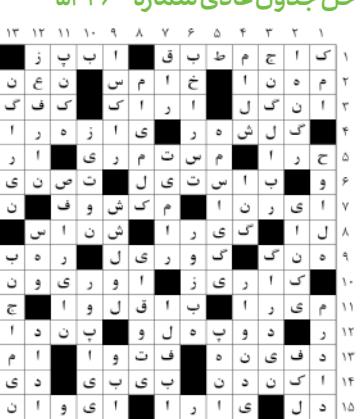
طرح: بیژن گواری

جدول شماره ۵۳۴۷

جدول عادی



حل جدول عادی شماره ۵۳۴۶



شنبه ۲۶ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۲۷ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۲۸ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۲۹ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۳۰ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۳۱ اسفند ۱۳۹۷

شنبه ۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۲ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۳ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۴ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۵ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۶ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۷ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۸ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۸

شنبه ۱۲ اردیبهشت ۱۳۹۸