

فراسفر

تجربه خودآگاهی در طبیعت



سفرهای چهارگانه

فروردین تا مرداد ۱۴۰۴

رهایی

تاب آوری

ناشناخته

رسالت شخصی



FaraSafar

▲ Self-discovery Travel Tour



 farasafartravel.com

 farasafar_channel

 fara.safar

سیمرغ فراسفر (سفرهای چهارگانه)

مجموعه سفرهای سیمرغ، برنامه جدیدی است که فراسفر برای سال ۱۴۰۴ در نظر دارد. این دوره شامل ۴ سفر با نام‌های رهایی، تاب‌آوری، ناشناخته و رسالت شخصی است. خط سیر و چالش‌های هرکدام از این سفرها به گونه‌ای طراحی شده که در عین هویت مستقل، دستاوردهایی به هم پیوسته و مکمل خواهند داشت. از همین رو، هر سفر، پیش نیاز سفرهای بعدی خواهد بود.

با توجه به تفاوت در میزان نیاز روحی و آمادگی جسمی میان علاقه‌مندان به سفرهای خودآگاهی، شرکت در سفرهای سیمرغ فراسفر، به سه صورت امکان‌پذیر است؛ **سیمرغ** (دوره کامل چهارگانه)، **تک‌بال سیمرغ** (سفر اول و دوم) و **تک سفر رهایی سیمرغ** (در صورت خرید تک سفر رهایی، به شرط وجود ظرفیت خالی، امکان ثبت نام در سفرهای بعدی وجود خواهد داشت؛ اما ثبت نام و خرید، خارج از زمان فروش ویژه، مشمول تخفیف نخواهد بود).

سفرهای سیمرغ برای **جوانان ۲۵ تا ۳۵ ساله‌ای** طراحی شده که حس می‌کنند شیوه فعلی زندگی کردنشان درست کار نمی‌کند و به دنبال فرصتی برای تجربه زندگی متفاوت، تامل و دور شدن از شهر هستند؛ آن‌هایی که نشخوار فکری، اضطراب از اخبار جهانی، ترس از آینده و ترس از عقب ماندن از دیگران، آن‌ها را آزار می‌دهد. این دوره فرصتی را برای مواجهه با ترس، غم و ابهام فراهم می‌کند. در نتیجه افرادی که با یکی یا همه این موارد در حال دست و پنجه نرم کردن هستند، می‌توانند در سیمرغ فرصتی برای مواجهه، بهره‌مندی از تسهیلگری و عبور آرام و موفق از درد را به دست بیاورند.

جدول زمان‌بندی سفرهای دوره سیمرغ فراسفر

سفرها	تاریخ برگزاری
سفر رهایی	۱۲ تا ۱۴ فروردین (آقایان) ۳ تا ۵ اردیبهشت (خانم‌ها) ۱۷ تا ۱۹ اردیبهشت (خانم‌ها)
سفر تاب‌آوری	۱۲ تا ۱۶ خرداد (آقایان) ۲۰ تا ۲۴ خرداد (خانم‌ها)
سفر ناشناخته	۱۶ تا ۲۱ تیر (خانم‌ها و آقایان - همزمان و در یک گروه)
سفر رسالت شخصی	۶ تا ۱۰ مرداد (خانم‌ها و آقایان - همزمان و در دو گروه)

چرا دوره سیمرغ فراسفر شکل گرفت؟

بیش از ۸ سال تجربه فراسفر در برگزاری سفرهای خودآگاهی در طبیعت، به ما نشان داد که برای افزایش اثربخشی سفرها، به چیزی بیش از یک سفر چند روزه نیاز داریم. معمولاً، در اولین سفر خودآگاهی، فرد کم‌کم حس‌رهایی را تجربه می‌کند اما با برگشت به زندگی شهری، پس از مدت کوتاهی دوباره دلتنگ و نیازمند چالش‌هایی می‌شود که در سفر خودآگاهی تجربه کرده است. اما چرا چنین اتفاقی می‌افتد؟

ما در سفرهایمان، با پناه‌بردن به آغوش طبیعت، ذهن‌آگاهی و دوری از اینترنت و ارتباطات خسته‌کننده زندگی امروز روح خود را تازه می‌کنیم. از سوی دیگر با به جان خریدن سختی‌ها و چالش‌های سفر، از مسیر پیمایش گرفته تا چالش‌های مواجهه با ترس‌ها و ناشناخته‌ها، توان ذهنی و بدنی خود را برای مواجهه با سختی‌ها و چالش‌های زندگی شهری نیز تقویت می‌کنیم.

در یک سفر چند روزه، ظرفیت ما برای اجرای این برنامه‌ها محدود است و در نتیجه روح و ذهن ما به اندازه همان چند روز تمرین مواجهه، آمادگی کسب می‌کند. اما در مجموعه سفرهای سیمرغ که به قصد تقویت تدریجی و عمیق‌تر توان ما در مواجهه با مسائل زندگی طراحی شده، تاثیری به مراتب ماندگارتر و عمیق‌تر را شاهد خواهیم بود.

دوره سیمرغ فراسفر مناسب چه کسانی است؟

- کسانی که حس می‌کنند به فرصتی احتیاج دارند تا خودشان را پیدا کنند.
- آن‌هایی که از زندگی خسته شده‌اند و دوست دارند به جایی دور از آدم‌ها، شهر و دغدغه‌هایش بروند.
- کسانی که در جست‌وجوی معنا و رسالتی برای زندگیشان هستند.
- افرادی که به تازگی از دانشگاه فارغ التحصیل شده‌اند و نسبت به آینده خود احساس سردرگمی دارند.
- مادران یا پدران که مدت‌هاست فرصت فراغت از مسئولیت خود را نداشته و نسبت به مادرانگی یا پدرانگی خود احساس خستگی دارند.

- کسانی که نداشتن برنامه منظم روزانه یا درگیری با عادت‌های سمی مانند وقت‌گذرانی افراطی در شبکه‌های اجتماعی، آن‌ها را کلافه کرده است.
- افرادی که مدت‌هاست، بدون داشتن هیچ تفریحی، مشغول کار بوده‌اند و حالا درگیر فرسودگی شغلی هستند.
- آدم‌هایی که احساس ناامیدی دارند و حس می‌کنند زندگیشان درست کار نکرده و درست هم نخواهد شد.
- کسانی که ترس از بودن در جمع یا تنهایی و تاریکی آن‌ها را اذیت می‌کند.
- افرادی که در حال تجربه سوگ هستند و نیاز به جمعی امن و حمایتگر برای عبور از غم و سوگ دارند.
- آن‌هایی که نشخوار فکری امانشان را بریده و به دنبال راهی برای رهایی از چنگال اضطراب‌اند.
- آدم‌هایی که نسبت به هر تغییر کوچک یا بزرگی در محیط، احساس عدم امنیت می‌کنند و دوست دارند همه چیز برایشان قابل پیش‌بینی بوده و نقطه ابهامی وجود نداشته باشد.
- آدم‌هایی که به دنبال ماجراجویی در طبیعت هستند و می‌خواهند این تجربه را با همراهی افرادی معناگرا و امن داشته باشند.
- افرادی که می‌خواهند خود را هم از نظر جسمی و هم روحی به چالش بکشند.
- آن‌هایی که به دنبال تجربه زندگی در جایی متفاوت از خانه خود هستند؛ جایی در دل جنگل و با حداقل ابزار و امکانات.

مجموع دستاوردهای دوره سیمرغ چه هستند؟

۱. خالی شدن ذهن، حس رهایی و فارغ شدن از دغدغه‌ها ۲. ارتقای توان حل مسئله و کار گروهی ۳. افزایش همدلی و برقراری ارتباط موثر ۴. آموزش کمپ کردن، تجربه بقا و آشپزی در طبیعت	سفر رهایی
۵. مواجهه با چالش، ترس، غم و عبور از آن (مقدماتی) ۶. امکان تجربه تنهایی عمیق و منحصر به فرد در طبیعت ۷. افزایش صبر، استقامت و مقاومت ۸. افزایش انعطاف روحی و تاب‌آوری ۹. تجربه کردن حس ماجراجویی و شرکت در چالش‌های انتخابی (مقدماتی) ۱۰. تجربه پیمایش بی‌نظیر در جنگل و زندگی در کلبه بکر جنگلی	سفر تاب‌آوری
۱۱. مواجهه با چالش، ترس، غم و عبور از آن (پیشرفته) ۱۲. افزایش انعطاف روحی و ریسک‌پذیری ۱۳. افزایش توانمندی مدیریت احساسات و عواطف ۱۴. افزایش توانایی تحمل ابهام ۱۵. تجربه حس کم‌نظیر بودن در خط تعادل کوهنوردی، به صورت فردی و گروهی ۱۶. افزایش صبر، استقامت و مقاومت ۱۷. افزایش استقلال و عزت نفس ۱۸. تمرین صرفه‌جویی و زندگی با حداقل‌ها ۱۹. تجربه حس ماجراجویی و شرکت در چالش‌های انتخابی (پیشرفته) ۲۰. تجربه بودن در دل طبیعت بکر ۲۱. تقویت قوای جسمی	سفر ناشناخته
۲۲. بررسی جدول رسالت شخصی و تجربه تفکر و تأمل دقیق درباره خود در حضور و با حمایت دیگران ۲۳. افزایش اعتماد به نفس حضور در جمع	سفر رسالت شخصی

مزایای همراهی با فراسفر در سفرهای سیمرغ چیست؟

- تجربه خلوت با خود در بستر امن طبیعت
- امکان پرداخت اقساطی و به صورت قرض الحسنه

(*) تمام تلاش ما این است که مسائل مالی، مانع حضور علاقه‌مندان به سفر خودآگاهی نشود.)

- همسفری با جمع امن و معناگرا
- امکان استفاده رایگان از تجهیزات فراسفر شامل چادر کوهنوردی ۲ نفره، کوله کوهنوردی، کیسه خواب و زیرانداز

کیسه خواب، برای ۱۵ نفر در هر سفر

(*) هماهنگی ظرفیت و استفاده از تجهیزات از طریق ارتباط با پشتیبانی فراسفر در واتساپ)

دوره سیمرغ فراسفر شامل چه سفرهایی است؟

۱. سفر رهایی (۳ روزه)

زمان برگزاری

سفرها	تاریخ برگزاری
سفر رهایی	۱۲ تا ۱۴ فروردین (آقایان) ۳ تا ۵ اردیبهشت (خانمها) ۱۷ تا ۱۹ اردیبهشت (خانمها)
سفر تاب‌آوری	۱۲ تا ۱۶ خرداد (آقایان) ۲۰ تا ۲۴ خرداد (خانمها)
سفر ناشناخته	۱۶ تا ۲۱ تیر (خانمها و آقایان - همزمان و در یک گروه)
سفر رسالت شخصی	۶ تا ۱۰ مرداد (خانمها و آقایان - همزمان و در دو گروه)

مقصد: جنگل‌های سواد کوه - استان مازندران

چرا به سفری برای رهایی نیاز داریم؟

وقتی زندگی درست کار نمی‌کند، ما اغلب تلاش می‌کنیم تا با نشخوارفکری منشأ مشکل را پیدا کنیم. اما این کار نتیجه‌ای جز افزایش اضطراب و فرسودگی نخواهد داشت. رفتن به جنگل، تجربه درنگ، شروع خودآگاهی و تجربه رهایی و سبک زندگی متفاوت، چیزیست که ما واقعا به آن احتیاج داریم.

در این سفر چطور رهایی را تجربه می‌کنیم؟

برای شروع مسیر خودآگاهی، ابتدا باید فضایی امن و آرام برای این خودکلافه از شهر و دغدغه‌ها فراهم کنیم. هدف اصلی در اولین سفر سیم‌رغ، خالی کردن ذهن و رسیدن به حس رهایی است. در سیر این سفر، علاوه بر تجربه خلوت و رهایی، چالش‌هایی برای برقراری ارتباط موثر و همدلی، بقا در کمپ* و همچنین ارتقای توان حل مسئله و کار گروهی طراحی شده است. وجود همراهان معناگرا و هم‌جنس نیز، به ساختن تجربه‌ای امن از شروع مسیر خودآگاهی، کمک خواهد کرد.

* کمپ: محل اقامت که توسط چادر تجهیز گردیده و به صورت ثابت و متحرک خواهد بود.

***این سفر به صورت مستقل در دو گروه برای خانم‌ها و یک گروه برای آقایان برگزار می‌شود.**

دستاوردهای سفر رهایی

- خالی شدن ذهن، حس رهایی و فارغ شدن از دغدغه‌ها
- ارتقای توان حل مسئله و کار گروهی
- افزایش همدلی و برقراری ارتباط موثر
- آموزش کمپ کردن و تجربه بقا و آشپزی در طبیعت

مدت پیمایش: **۲ ساعت** با کوله استاندارد ۱۲ کیلویی

درجه سختی: ۴ از ۱۰

وضعیت دستشویی: صحرایی

امکان استحمام: ندارد

زمان حرکت از تهران: ۷ صبح

زمان رسیدن به تهران در برگشت: ۱۰ شب

۲. سفر تاب‌آوری (۵ روزه)

زمان برگزاری

سفرها	تاریخ برگزاری
سفر رهایی	۱۲ تا ۱۴ فروردین (آقایان) ۳ تا ۵ اردیبهشت (خانم‌ها) ۱۷ تا ۱۹ اردیبهشت (خانم‌ها)
سفر تاب‌آوری	۱۲ تا ۱۶ خرداد (آقایان) ۲۰ تا ۲۴ خرداد (خانم‌ها)
سفر ناشناخته	۱۶ تا ۲۱ تیر (خانم‌ها و آقایان - همزمان و در یک گروه)
سفر رسالت شخصی	۶ تا ۱۰ مرداد (خانم‌ها و آقایان - همزمان و در دو گروه)

مقصد: روستای لواچال - استان گیلان

چرا تاب‌آوردن نیاز ماست؟

تاب‌آوری یکی از توانمندی‌هایی است که تمرین و کسب مهارت در آن، به ما کمک می‌کند تا در مواجهه با واقعیت‌های دردناک زندگی، به جای آن که وجودمان مثل شیشه درهم بشکند، با سازگاری مناسب تاب بیاوریم. این مهارت به ما کمک می‌کند تا بتوانیم پس از عبور سازگاران از مشکل، مجدداً احیا شویم و در نهایت، زندگی معناداری برای خود خلق کنیم.

در این سفر چطور تاب‌آور می‌شویم؟

در سفر اول سیمرغ، طعم شیرین رهایی در طبیعت را چشیدیم. تلاش کردیم ضمن ساخت ارتباطی موثر و همدلانه با دیگر همراهان سیمرغ، مهارت حل مسئله و کار گروهی خود را از طریق تمرین بقا در کمپ، ارتقا دهیم. حالا در دومین سفر از دوره سیمرغ نوبت به آن رسیده که با ترس‌ها، غم‌ها و به‌صورت کلی احساسات آزاردهنده‌ای که در وجود ماست، مواجه شویم. میزان مواجهه درونی، به میزان کشش روحی و تمایل خود فرد بستگی داشته و به‌صورت کاملاً انتخابی است. چالش‌های درونی و بیرونی این سفر نظیر مسیر پیمایش و امکانات، به نحوی طراحی شده تا ما را با مسائل جدیدی روبرو کرده و تاب‌آورمان کند. این مهارت کمک می‌کند تا بتوانیم برای متفاوت‌ترین سفر سیمرغ، یعنی سفر سوم (ناشناخته) آماده شویم.

***این سفر به صورت مستقل در یک گروه برای خانم‌ها و یک گروه برای آقایان برگزار می‌شود.**

دستاوردهای سفر تاب‌آوری

- مواجهه با چالش، ترس، غم و عبور از آن (مقدماتی)
- امکان تجربه تنهایی عمیق و منحصر به فرد در طبیعت
- افزایش صبر، استقامت و مقاومت
- افزایش انعطاف روحی و تاب‌آوری
- تجربه کردن حس ماجراجویی و شرکت در چالش‌های انتخابی (مقدماتی)
- تجربه پیمایش بی‌نظیر در جنگل و زندگی در کلبه* بکر جنگلی

* کلبه: اقامتگاهی که در آن هیچگونه امکانات گردشگری و رفاهی وجود نداشته و سرویس بهداشتی به صورت صحرایی و یا با امکانات اولیه خواهد بود.

مدت پیمایش: **۳ ساعت** با کوله استاندارد ۱۲ کیلویی

درجه سختی: ۶ از ۱۰

وضعیت دستشویی: دستشویی با امکان آفتابه

امکان استحمام: صحرایی

زمان حرکت از تهران: ۱۱ شب

زمان رسیدن به تهران در برگشت: ۶ صبح

۳. سفر ناشناخته (۶ روزه)

زمان برگزاری

سفرها	تاریخ برگزاری
سفر رهایی	۱۲ تا ۱۴ فروردین (آقایان) ۳ تا ۵ اردیبهشت (خانمها) ۱۷ تا ۱۹ اردیبهشت (خانمها)
سفر تاب‌آوری	۱۲ تا ۱۶ خرداد (آقایان) ۲۰ تا ۲۴ خرداد (خانمها)
سفر ناشناخته	۱۶ تا ۲۱ تیر (خانمها و آقایان - همزمان و در یک گروه)
سفر رسالت شخصی	۶ تا ۱۰ مرداد (خانمها و آقایان - همزمان و در دو گروه)

مقصد: ناشناخته

چرا نیازمند مواجهه با ناشناخته‌ها هستیم؟

ما هر قدر دانش و اطلاعاتمان را افزایش دهیم، همچنان ناشناخته‌های بسیاری در زندگی داریم که ناچاریم با آنها مواجه شویم. باید یاد بگیریم که نمی‌توان همیشه در فضایی کاملاً شفاف تصمیم گرفت و ضروریست که یادگیریم با وجود ابهام نیز، یک جا نمانیم و حرکت کنیم. متفاوت‌ترین سفر دوره سیمرغ، یعنی سفر ناشناخته، به همین منظور طراحی شده است.

در این سفر چطور مواجهه با ابهام و ناشناخته‌ها را می‌آموزیم؟

با پایان سفر دوم، تک‌بال سیمرغ به اتمام می‌رسد؛ چراکه ادامه این راه به علاقه و آمادگی روحی و جسمی بیشتر نیازمند است. از اینجا به بعد سیمرغ، برای جان‌هایی است که تشنه ماجراجویی بیشتر و مواجهه عمیق‌تر هستند؛ آن‌هایی که می‌خواهند با ادامه دادن سیر خودآگاهی در سفرهای سوم و چهارم، خود را به بال دوم سیمرغ نیز مجهز کرده تا بتوانند در عرصه واقعی زندگی، پرواز در ارتفاعی بالاتر را تجربه کنند.

مسیر، مقصد و موانع راه این سفر همگی در هاله‌ای از ابهام طراحی شده‌اند تا بتوانند ما را ملزم به مواجهه با ندانسته‌ها، تحلیل شرایط با کمک دانسته‌ها و در نهایت، تصمیم‌گیری کنند. این سفر مقیاس کوچکی از زندگی‌ست که توانمندی‌های فردی ما را به‌طور جدی ارتقا خواهد داد.

در این سفر، مسیر پرچالشی را در دل کوهستان و جنگل طی می‌کنیم که جزئیات آن، بسته به شرایط آب و هوایی، توان جسمی گروه و اتفاقات درون سفر تعیین می‌شود. تجربه‌های مختلف درونی و عبور از چالش‌های این سفر، ما را برای آخرین مرحله سیم‌رغ، یعنی سفر رسالت شخصی، آماده می‌کند.

نکته مهم: بسته به اتفاقات درون سفر، ممکن است تاریخ پایان این سفر، در حد یک روز جابجا شود که خود بخشی از ابهام ناشناخته سیم‌رغ است. تنها چیزهایی که شما از این سفر می‌دانید، تاریخ شروع سفر و تجهیزاتی است که باید کوله‌تان را با آن پر کنید تا بتوانید به دل ناشناخته‌ها بزنید.

***این سفر تنها در قالب یک گروه و بدون تفکیک جنسیت برگزار می‌شود.**

دستاوردهای سفر ناشناخته

- مواجهه با چالش، ترس، غم و عبور از آن (پیشرفته)
- افزایش انعطاف روحی و ریسک‌پذیری
- افزایش توانمندی مدیریت احساسات و عواطف
- افزایش توانایی تحمل ابهام
- تجربه حس کم‌نظیر بودن در خط تعادل کوهنوردی، به صورت فردی و گروهی
- افزایش صبر، استقامت و مقاومت
- افزایش استقلال و عزت نفس
- تمرین صرفه‌جویی و زندگی با حداقل‌ها
- تجربه حس ماجراجویی و شرکت در چالش‌های انتخابی (پیشرفته)
- تجربه بودن در دل طبیعت بکر
- تقویت قوای جسمی

مدت پیمایش: روزی ۱ تا ۸ ساعت با کوله استاندارد ۱۲ کیلویی

درجه سختی: ۹ از ۱۰

وضعیت دستشویی: صحرایی

امکان استحمام: نامشخص

زمان حرکت از تهران: نامشخص

زمان رسیدن به تهران در برگشت: نامشخص

۴. سفر رسالت شخصی (۵ روزه)

زمان برگزاری

سفرها	تاریخ برگزاری
سفر رهایی	۱۲ تا ۱۴ فروردین (آقایان) ۳ تا ۵ اردیبهشت (خانمها) ۱۷ تا ۱۹ اردیبهشت (خانمها)
سفر تاب‌آوری	۱۲ تا ۱۶ خرداد (آقایان) ۲۰ تا ۲۴ خرداد (خانمها)
سفر ناشناخته	۱۶ تا ۲۱ تیر (خانمها و آقایان - همزمان و در یک گروه)
سفر رسالت شخصی	۶ تا ۱۰ مرداد (خانمها و آقایان - همزمان و در دو گروه)

مقصد: روستای سنگده - استان مازندران

چرا پیدا کردن رسالت شخصی مهم است؟

با سفرهای قبلی، ما مرحله به مرحله، مسیر حس رهایی، تجربه مواجهه و عبور از مسائل را برای رسیدن به خودآگاهی پشت سر گذاشتیم. حالا که انوعی از ماجراجویی‌ها را تجربه کردیم و عبور موفقیت‌آمیز از چالش‌های بیرونی و درونی، ما را به فردی قوی‌تر تبدیل کرده، نوبت آن است که، در فضایی آرام و بدون مسئله، از خودمان بپرسیم:

- آیا زندگی من جای درستی است؟
- معنای من برای زندگی کردن چیست؟
- با توجه به این معنا، مسئولیت من چیست و باید چه کار کنم؟

پاسخ به این سوالات پل ارتباطی میان دستاوردهای سفرهای قبلی سیمرغ با زندگی روزمره و واقعی ماست.

در این سفر چطور به رسالت شخصیمان می‌رسیم؟

ما سختی سفرهای قبل را به جان خریدیم تا به درک بهتری از خودمان و جایگاهمان در دنیای پیرامون برسیم. حالا نوبت آن است که در این سفر، در خانه محلی تجهیز شده*، چند روزی را فقط صرف شناخت خود، پیدا کردن مسیر و پاسخ به سوالات فوق کنیم. آن هم در جمعی امن و همدل که سختی سفرهای قبلی را در کنار آن‌ها و همراهی یکدیگر، پشت سر گذاشته‌ایم.

هدف اصلی این سفر بررسی جدول رسالت شخصی هرکدام از ماست. جدولی شامل استعدادها و توانمندی‌های من، رویاهای من، کارهای که دوست ندارم انجام دهم، بررسی نیازهای روحی و جسمی امروز من، کارهایی که انجام می‌دهم ولی دوست ندارم.

*خانه محلی تجهیز شده: اقامتگاهی است که جهت ارائه خدمات گردشگری کاملاً تجهیز شده و دارای سرویس بهداشتی، حمام و رخت خواب می‌باشد.

نکته مهم: پس از پایان این سفر، طی یک ماه دو جلسه (هر دو هفته یکبار) خواهیم داشت برای بررسی عمیق‌تر جدول‌های رسالت شخصی. می‌دانیم که مسیر خودآگاهی پیچیدگی‌های خودش را دارد و این جلسات، به‌عنوان هدیه فراسفر شکل گرفت تا در ادامه مسیر خودآگاهی همچنان، همراه شما باشیم.

***این سفر در قالب یک گروه برگزار می‌شود؛ اما گروه خانم‌ها و گروه آقایان، هرکدام در خانه روستایی مجزا و مستقلی استقرار خواهند داشت تا در فضایی راحت‌تر، بتوانند از حمایت جمعی همدل، هم‌دغدغه و هم‌جنس بهره‌مند شوند.**

دستاوردهای سفر رسالت شخصی

- بررسی جدول رسالت شخصی
- تجربه تفکر و تأمل دقیق درباره خود در حضور و با حمایت دیگران
- افزایش اعتماد به نفس حضور در جمع

مدت پیمایش: پیمایش ندارد

درجه سختی: ۳ از ۱۰

وضعیت دستشویی: مجهز به توالت ایرانی و فرنگی

امکان استحمام: دارد (با آب گرم)

زمان حرکت از تهران: ۷ صبح

زمان رسیدن به تهران در برگشت: ۱۰ شب

چه تجهیزاتی برای شرکت در سفرهای سیمرغ لازم است؟

هدایت	تمام سفرهای سیمرغ
کوله کوهنوردی*	سفرهای رهایی، تاب‌آوری و ناشناخته
کیسه خواب*	
زیرانداز کیسه خواب*	
کفش کوهنوردی	
پانچو	
بشقاب، لیوان و قاشق	
چادر کمپینگ*	سفرهای رهایی و ناشناخته

*تجهیزاتی که با رنگ سبز مشخص شده‌اند، تجهیزاتی هستند که فراسفر می‌تواند تا حداکثر برای ۱۵ نفر، فراهم کند. برای هماهنگی و اطلاع از ظرفیت دریافت تجهیزات به پشتیبانی فراسفر در واتساپ پیام دهید.

پیش نیازهای شرکت در دوره سیمرغ چیست؟

۱. با توجه به چالش‌های سفر و نیز تنوع در مدت زمان پیمایش با کوله، لازم است که برای همراهی در دوره سیمرغ، از آمادگی بدنی در سطحی حداقلی برخوردار باشیم. به همین خاطر پرکردن فرم اطلاعات فردی و تایید از سوی مجریان، پیش از شروع سفرها ضروریست؛ این کار کمک می‌کند که تا حد امکان از آسیب‌دیدگی‌های احتمالی پیشگیری شود.

* **نکته مهم:** به جهت رعایت ضرورت تایید فرم اطلاعات فردی، پرداخت هزینه سفر، به منزله نهایی‌شدن حضور شما در سفر نیست و در صورت عدم تایید اطلاعات فرم از سوی فراسفر، تمام مبلغ ثبت نام به حساب شما عودت داده خواهد شد.

۲. داشتن نگرانی در خصوص سفر، کاملاً طبیعی است. فکرکردن به «اگر نتونم از پشش بر پیام چی؟» هم کاملاً طبیعی است. **مهم این است که دوست داشته باشید این چالش‌ها را تجربه کنید.** احساس نیاز روحی به اهداف، دستاوردهای سیمرغ و همچنین علاقه و تمایل به تجربه شیوه اجرایی سفرهای فراسفر، تمام آن چیزی است که برای شرکت در دوره سیمرغ به آن نیاز دارید.

هزینه و نحوه خرید دوره سیمرغ فراسفر چگونه است؟

	قیمت اصلی	تخفیف فروش ویژه	قیمت نهایی فروش ویژه	شیوه ثبت نام	شیوه پرداخت
۱ دوره کامل سیمرغ (۴ سفر)	۵۱ میلیون تومان	۲۵٪ تخفیف	۳۸/۲۵۰ م ت	ارتباط با پشتیبانی	کامل یا اقساط*
۲ تک‌بال سیمرغ (سفر ۱ و ۲)	۲۲ م ت	۲۰٪ تخفیف	۱۷/۶۰۰ م ت	ارتباط با پشتیبانی	کامل یا اقساط*
۳ سفر رهایی سیمرغ (سفر ۱)	۸/۵۰۰ م ت	۱۰٪ تخفیف	۷/۶۵۰ م ت	ثبت نام در سایت	درگاه پرداخت اینترنتی

* تمام تلاش ما این است که مسائل مالی یا نداشتن تجهیزات، مانع حضور علاقه‌مندان به سفر خودآگاهی نشود. برای

هماهنگی در خصوص پرداخت اقساطی و قرض الحسنه برای ثبت نام در سفرها و همچنین هماهنگی و ظرفیت استفاده از

تجهیزات فراسفر، به پشتیبانی فراسفر در واتساپ، پیام دهید.

خدمات سفرهای دوره سیمرغ چه هستند؟

- حمل و نقل (بسته به تعداد نفرات، اتوبوس، مینی‌بوس یا ون)
- مواد اولیه برای پخت غذا (فرایند آماده‌سازی توسط شرکت‌کنندگان انجام می‌شود و فرایند پخت، جزئی از چالش‌ها

و برنامه‌های سفر است- به استثنای سفر رسالت شخصی)

- اقامت در کلبه جنگلی بدون تسهیلات و امکانات برای سفر تاب‌آوری
- اقامت در خانه روستایی مجهز با امکانات کامل برای سفر رسالت شخصی
- بیمه و مجوز
- سرپرست رسمی
- کمک سرپرست (۲ نفر)

قوانین فراسفر

- استفاده از تلفن همراه در کل دوره تنها در زمان معین شده توسط مربیان فراسفر امکانپذیر خواهد بود.
- استفاده از انواع دخانیات، مشروبات الکلی و مواد روان گردان، در تمام برنامه‌های گروه فراسفر ممنوع است.
- احترام به باورها و ارزش‌های شخصی افراد حاضر در سفر، فارغ از درست یا غلط بودن آن‌ها، برای گروه فراسفر ارزش و مسئله‌ای مهم تلقی می‌شود. بنابراین، در سفر، هرگونه بحث که منجر به متقاعدکردن دیگران شود و ایجاد جر و بحث کند، بالاخص در مسائل اعتقادی و سیاسی ممنوع است.
- ضمن احترام به انتخاب شخصی، توجه به پوشش مناسب طبق عرف محلی و منطقه‌ای در سفرهای موسسه بسیار ضروری است. (در صورت عدم تطابق پوشش افراد با شرایط محلی، مربی و مسئول سفر موظف به یادآوری است)
- تبعیت از سرپرست و کمک‌سرپرست‌ها در نبود سرپرست، الزامی است.
- احترام به قوانین اخلاقی اکوتوریسم ضروری است.
- همراه داشتن تنقلات کارخانه‌ای ممنوع است.
- استفاده از قهوه ممنوع است.
- استفاده از مواد شوینده غیرطبیعی امکان‌پذیر نیست و صابون طبیعی در کمپ موجود است.
- به دلیل لزوم پیمایش با کوله و پیمایش جنگلی-کوهستانی و ملاحظات فنی، استفاده از حجاب چادر برای بانوانی که همراه فراسفر هستند امکانپذیر نیست. پیشنهاد جایگزین ما، استفاده از مانتوهای گشادی است که بلندی آن‌ها تا زیر زانوست و حین پیمایش مشکلی به وجود نمی‌آورد.

شرایط کنسلی

* تا یک هفته پس از ثبت نام، تمام مبلغ استرداد می‌شود.

* از یک هفته پس از ثبت نام تا ۵ روز قبل از برگزاری سفر اول، ۵۰ درصد مبلغ استرداد می‌شود.

* از ۵ روز تا ۳ روز قبل از برگزاری سفر اول، ۳۰ درصد مبلغ استرداد می‌شود.

* از ۳ روز قبل از سفر اول تا پس از برگزاری سفر اول، هیچ مبلغی قابل استرداد نخواهد بود.

* **تبصره مهم:** در هر کدام از حالت‌های فوق، در صورت پیداشدن مسافر جایگزین، مبلغ تمام سفرهای شرکت نشده، عودت داده می‌شود.

قرارداد دوره سیم‌رغ

این قرارداد بین برگزارکننده دوره سیم‌رغ (گروه فراسفر و شرکت خدمات مسافرتی مسافران صبح آرمان) که از این پس کارگزار نامیده می‌شود و شخص متقاضی شرکت در دوره که از این پس مسافر نامیده می‌شود، منعقد می‌گردد.

شرایط عمومی

ماده ۱- چنانچه سفر به حد نصاب مورد نظر متناسب با ظرفیت آن نرسد، کارگزار مجاز به ابطال آن و استرداد وجوه دریافتی به مسافر می‌باشد. کارگزار موظف است در این خصوص ۴۸ ساعت قبل از حرکت موضوع را به اطلاع مسافر برساند.

ماده ۲- در طول سفر، امکان دیر یا زود شدن ساعات صرف غذا، خواب و استراحت، کم و زیاد شدن طول راه‌ها در روز و شب (با وسیله نقلیه و یا در راه پیمایی‌ها) در شرایط نامساعد آب و هوایی، محیطی، محلی و یا حوادث غیر مترقبه وجود دارد.

ماده ۳- در صورتی که مقامات انتظامی به هر دلیلی از ورود مسافر به مقصد ممانعت کنند، مسافر ملزم به تبعیت از دستورات بوده و هیچ گونه مسئولیتی بر عهده کارگزار نخواهد بود.

ماده ۴- هرگاه مقامات انتظامی یا مسئولین محلی مناطق، به هر دلیل از ورود گروه به منطقه جلوگیری به عمل آورد، نماینده کارگزار (راهنما) در صورت داشتن زمان لازم، مجاز به جابجایی سفر بوده و مسافر ملزم به تبعیت از راهنما خواهد بود.

ماده ۵- در صورت بروز هرگونه اخلاف، مزاحمت، اعمال خلاف شئون اسلامی و ارزش‌های فرهنگی و بومی در طول سفر توسط مسافر، راهنما می‌تواند ضمن گزارش مراتب به کارگزار، بر حسب مورد، تصمیم لازم را در خصوص ادامه یا عدم ادامه حضور این مسافر در بقیه سفر اتخاذ نماید.

ماده ۶- در صورت بروز هرگونه اختلاف بین طرفین قرارداد، وزارت میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری و نماینده کمیته طبیعت‌گردی، مرجع رسیدگی حکم بوده و آراء صادره مورد توافق طرفین خواهد بود.

ماده ۷- در اقامتگاه‌های محلی یا محیط‌های طبیعی (کمپ، کلبه یا خانه محلی تجهیز شده) امکان استفاده از چادر یا اتاق اختصاصی برای مسافر وجود ندارد و زمان لازم برای برپایی کمپ و جمع‌آوری آن مورد قبول مسافر می‌باشد.

ماده ۸- پرکردن فرم اطلاعات فردی توسط مسافر و تایید از سوی مجریان فراسفر، در هنگام ثبت نام ضروریست. در صورتیکه به هر دلیل، پس از بررسی فرم توسط مجریان فراسفر، فرم ثبت نام تایید نشود، کل مبلغ پرداخت شده، به حساب شما عودت داده خواهد شد.

تعهدات مسافر

ماده ۹- مسافر موظف است در هنگام ثبت نام، مشخصات فردی خود و همراهان را بطور صحیح و کامل ذکر نماید و بدیهی است. درج هرگونه مغایرتی که در مشخصات مسافر صورت گرفته متوجه نماینده و مسافر بوده و کارگزار در این خصوص هیچ گونه مسئولیت در ارتباط با آن مسافر نخواهد داشت.

ماده ۱۰- در صورت وارد شدن هرگونه آسیب به تجهیزاتی که مسافر از کارگزار (گروه فراسفر) دریافت کرده است، پرداخت خسارت آن برعهده مسافر است.

ماده ۱۱- رعایت شئون اسلامی در طول سفر از سوی مسافر الزامی است.

ماده ۱۲- همراه داشتن شناسنامه عکس‌دار و کارت ملی برای تمامی سفرها الزامی است. مسئولیت عدم تطابق اطلاعات اظهار شده با مدارک مثبت به‌عهده مسافر است.

ماده ۱۳- مسافر موظف است در ساعات اعلام شده در برنامه‌های گشت شرکت نموده و در صورت عدم حضور به موقع هنگام

حرکت گشت، شخصاً متعهد قبول مشکلات احتمالی و پرداخت هزینه‌های مربوطه جهت پیوستن به گروه و ادامه برنامه گشت خواهد بود و کارگزار هیچگونه مسئولیتی در این خصوص نخواهد داشت.

ماده ۱۴- هرگونه هزینه و خسارت در طول سفر که به دلایل تبعیت نکردن از دستورات راهنما، گشت‌های خارج از خدمات کارگزار و یا عدم استفاده از لوازم ضروری شخصی هر سفر، تماماً متوجه مسافر خواهد بود و مسافر می‌تواند بر اساس ماده ۳۰ از خدمات شرکت بیمه استفاده نماید.

ماده ۱۵- مسافر می‌بایست در طول گشت کلیه ضوابط حاکم بر سفر را پذیرفته و در صورت وارد نمودن هرگونه خسارت به محل‌های اقامت، وسایل حمل و نقل و مکان‌های مورد بازدید شخصاً مسئول پرداخت خسارت وارده خواهد بود.

ماده ۱۶- در صورت افزایش و یا تغییر نرخ حاصله در قیمت سفر اعم از افزایش نرخ خدمات، با ارائه مدرک مستند از سوی کارگزار، مسافر موظف به پرداخت مابه‌التفاوت اعلام شده به کارگزار می‌باشد. چنانچه مسافر شرایط مندرج در ماده فوق را نپذیرد موظف به پرداخت جریمه (مطابق با شرایط کنسلی) خواهد شد.

ماده ۱۷- چنانچه کارگزار مجبور شود در اثر شرایط طبیعی و محیطی و یا حوادث غیر مترقبه از جمله ترافیک جاده‌ای، بخشی از گشت را ابطال کرده و خارج از چهارچوب اعلام شده در برنامه سفر نسبت به کرایه وسایل نقلیه یا هرگونه عمل لازم دیگر اقدام کند، مسافر موظف به پرداخت مابه‌التفاوت اعلام شده به کارگزار است.

ماده ۱۸- پرداخت هزینه سفر از طرف مسافر به کارگزار به منزله مطالعه دقیق مشخصات سفر، آگاهی کامل از مفاد قرارداد، شرایط ابطال سفر و اطلاع از کلیه لوازم ضروری و شخصی مورد نیاز سفر بوده و کلیه مسئولیت‌های ناشی از عدم توجه به مفاد این قرارداد متوجه مسافر خواهد بود.

ماده ۱۹- مسافر پس از واریز وجه نقد به حساب کارگزار ملزم به اطلاع کتبی در واتساپ به کارگزار و دریافت تأییدیه ثبت‌نام می‌باشد، در غیر اینصورت ثبت‌نام آن مورد تأیید نمی‌باشد.

ماده ۲۰- مسئولیت حفظ اموال و مدارک شخصی در تمام طول سفر به عهده مسافر بوده و در این خصوص هیچ مسئولیتی متوجه راهنما و کارگزار نخواهد بود.

ماده ۲۱- مسافر موظف است بر اساس سطح توانایی جسمی خود در تور ثبت نام نماید و همچنین در صورت مصرف هرگونه داروی تجویز شده از سوی پزشک و یا استفاده از تجهیزات پزشکی خاص، آن ها را در طول سفر همراه داشته باشد و می بایست راهنمای سفر خود را از این موضوع مطلع سازد.

ماده ۲۲- هرگونه مشکلات و هزینه ناشی از عدم آمادگی جسمانی یا عدم آگاهی مسافر از وضعیت جسمانی خود و یا امراض احتمالی مسافر در طول سفر بعهد مسافر خواهد بود.

ماده ۲۳- مواجهه با چالش های فیزیکی نظیر پیمایش و نداشتن تسهیلات زندگی شهری، و همچنین مواجهه با خود، احساسات مختلف و ناشناخته ها، جزء جدایی ناپذیری از دوره سیمرغ است. در صورت تبعیت نکردن از مسئول و سرپرست سفر، عواقب هرگونه مواجهه به عهده خود مسافر می باشد.

ماده ۲۴- مواد اولیه غذا توسط برگزارکننده فراهم می شود و فرایند پخت غذا به عنوان یکی از چالش های گروهی سفرها در نظر گرفته شده که با راهنمایی سرپرست و اجرای مسافران صورت می گیرد. تمامی وعده های غذایی ساده، مقوی و محدود هستند که بسته به شرایط سفر و میزان پیمایش، توسط مسئول سفر تعیین می شود.

تعهدات کارگزار

ماده ۲۵- کارگزار موظف است نرخ و خدمات سفر را بصورت بروشور یا کتباً و یا از طریق وب سایت به مسافر اعلام نماید.

ماده ۲۶- کارگزار متعهد است که خدمات سفر مورد توافق را بطور کامل انجام دهد و در صورت وقوع هرگونه پیشامد غیر منتظره از قبیل شرایط فوق العاده جوی، جنگ، شورش و مشکلاتی که از کنترل کارگزار خارج بوده و سبب ابطال و یا تغییر برنامه گشت و یا سفر شود، هیچگونه مسئولیتی متوجه کارگزار نخواهد بود.

ماده ۲۷- در سفرهای زمینی، اگر وسیله نقلیه به هر دلیل از حرکت باز ایستد، جایگزینی و هزینه وسیله نقلیه جدید بر عهده کارگزار بوده و زمان لازم جهت تأمین وسیله نقلیه جدید و تأخیر در اجرای سفر مورد قبول مسافر است.

ماده ۲۸- کارگزار موظف است در سفرهای زمینی از وسیله نقلیه متناسب با تعداد مسافران و مسیر گشت (اعم از آسفالت یا خاکی) استفاده نماید.

ماده ۲۹- کارگزار موظف است بیمه سفر را در مورد مسافر اعمال نموده و در صورت بروز هرگونه حادثه ای در محدوده مکانی و

زمانی سفر، مسافر می‌تواند بر اساس شرایط بیمه تحت پوشش اقدام نماید و در این خصوص کارگزار همکاری و مساعدت لازم را به عمل خواهد آورد.

ماده ۳۰- در صورت بروز هرگونه حادثه که منجر به خسارت جسمانی در طول سفر گردد، مسافر می‌تواند پس از طی مراحل قانونی و پزشکی با دریافت گزارش از کارگزار به شرکت بیمه مراجعه و طبق تعرفه‌های بیمه اقدام به دریافت خسارت نماید. در خصوص هزینه‌های درمانی مازاد بر بیمه مسئولیت کارگزار و طول درمان، هیچگونه مسئولیتی متوجه کارگزار نخواهد بود.

ماده ۳۱- در صورتیکه مسافر به هر دلیل جدا از برنامه سفر کارگزار به گروه ملحق و یا قبل از پایان سفر از گروه جدا شود، بیمه مسافر فقط از ابتدای الحاق وی به سفر و یا تا زمان انفصال وی از سفر معتبر بوده و فقط در مدت زمان حضور وی در سفر اعمال خواهد شد و در خارج از این زمان شرکت مسئولیتی در قبال بیمه مسافر نخواهد داشت.

واژه‌شناسی

خانه محلی تجهیز شده: اقامتگاهی است که جهت ارائه خدمات گردشگری کاملاً تجهیز شده و دارای سرویس بهداشتی، حمام و رخت خواب می‌باشد.

کلبه: اقامتگاهی که در آن هیچگونه امکانات گردشگری و رفاهی وجود نداشته و سرویس بهداشتی به صورت صحرایی و یا با امکانات اولیه خواهد بود.

کمپ (چادر): محل اقامت که توسط چادر تجهیز گردیده و به صورت ثابت و متحرک خواهد بود.

اینجانب فرزند..... متولد با کد ملی..... به نشانی
..... با تلفن همراه

کلیه موارد مطرح شده در این قرارداد که به منظور شرح سفرهای تک سفر رهایی/ تک‌بال سیمرغ/ سیمرغ کامل که توسط مجموعه فراسفر تدوین شده و با همکاری شرکت خدمات مسافرتی و گردشگری مسافران صبح آرمان با شماره مجوز ۱۴۰۲/۲۱/۲۶۳۰ به‌عنوان کارگزار برگزار می‌شود را مطالعه کرده و تمام آن‌ها را می‌پذیرم.

تاریخ و امضا