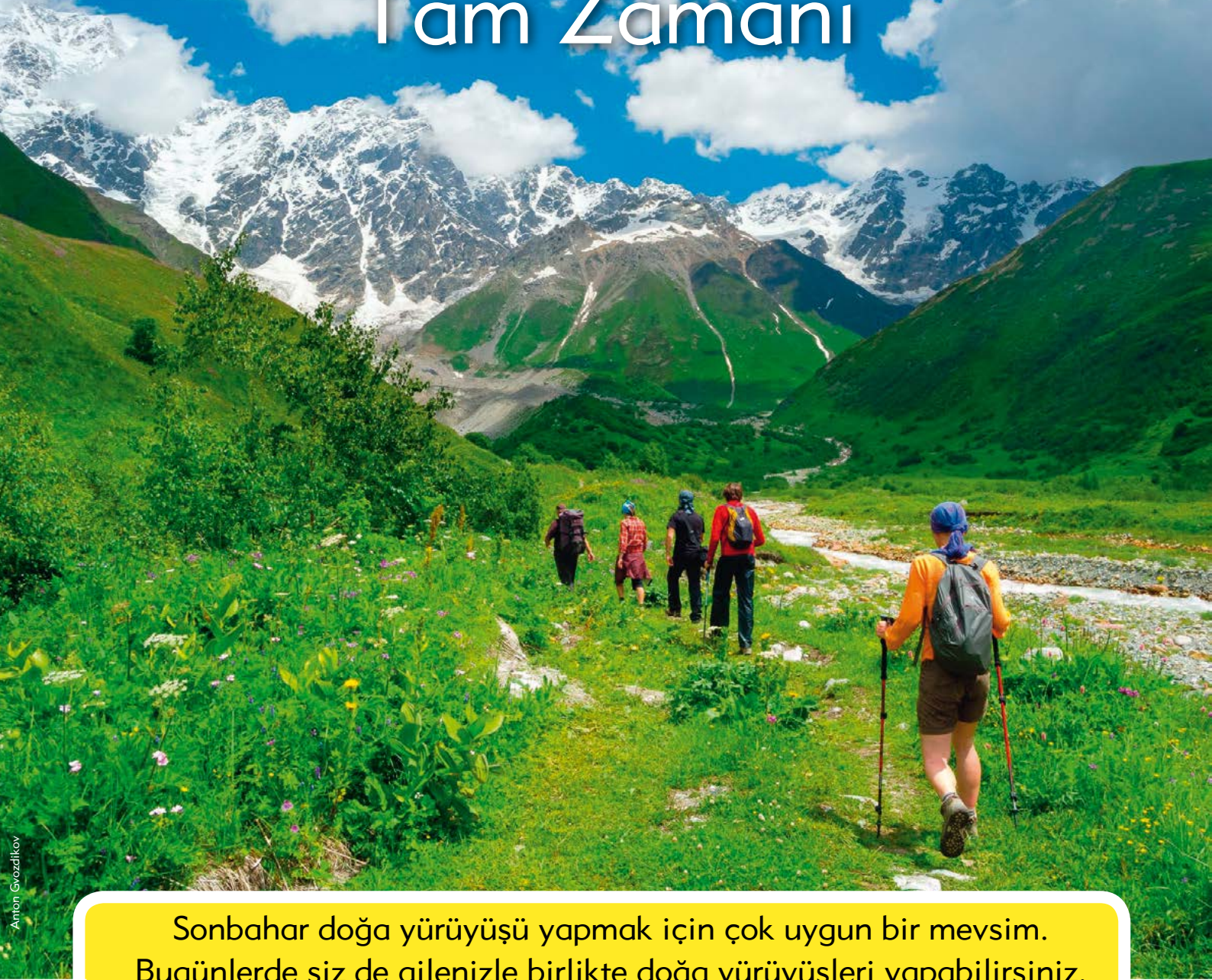


# Doğa Yürüyüşü Yapmanın Tam Zamanı



Sonbahar doğa yürüyüşü yapmak için çok uygun bir mevsim. Bugünlerde siz de ailenizle birlikte doğa yürüyüşleri yapabilirsiniz.

Doğa yürüyüşü her yaşta insanın yapabileceği bir etkinlik. Doğa yürüyüşü sırasında hem çevreyi tanırız hem spor yapmış oluruz hem de hoş zaman geçiririz. Ayrıca karşılaştığımız canlıları gözlemleme, eşsiz manzaralarla karşılaşma ve tertemiz havayı soluma olanağı buluruz.





Dijitalimaj / Alamy

Doğa yürüyüşü yaparken mevsime uygun giyinmeli ve yanımıza yedek giysiler almalıyız. Ayağımıza rahat ayakkabılar giymeliyiz. Sonbaharda yağmurluk, kışın atkı, bere, eldiven, yazınsa şapka ve güneş gözlüğü gerekebilir. Yanımıza harita, düdük, el feneri, pusula, fotoğraf makinesi, dürbün ve ayrıca gözlem yaparken yararlanabileceğimiz kılavuz kitaplar alabiliriz. Eşyalarımızı, suyumuzu ve yiyeceklerimizi bir sırt çantasında taşıyabiliriz.



Ann Dudko

Doğa yürüyüşü orman, yayla, dağ, göl kıyısı gibi değişik yerlerde yapılabilir. Ancak yürüyüş rotası olarak belirlenmiş yolları izlemek daha güvenlidir. Ülkemizde doğa yürüyüşü yapmaya uygun birçok rota bulunur.



Dijitalimaj / Alamy

Bu fotoğraf ülkemizin en uzun yürüyüş rotalarından birinde çekilmiş. Likya Yolu olarak bilinen bu rota Fethiye'yle Antalya arasında yer alır. Uzunluğu yaklaşık 500 kilometre olan Likya Yolu'nda yürüyüş yapanlar dağlar, nehirler aşar, vadiler geçer ve bazı yerlerde kıyı boyunca yol alır.

Doğa yürüyüşü yapılan bazı yollarda ağaçlar, kayalar ya da levhalar üzerinde birtakım işaretler bulunur. Genellikle beyaz, kırmızı, sarı ya da mavi renkli boyalarla yapılan bu işaretler yürüyüşçülere yol gösterir.



Dijitalimaj / Alamy

Kayaç üzerine yağlı boyayla yapılmış bir yürüyüş yolu işareti. Yürüyüş sırasında bu işareti gören yürüyüşçüler doğru yolda olduklarını anlarlar.



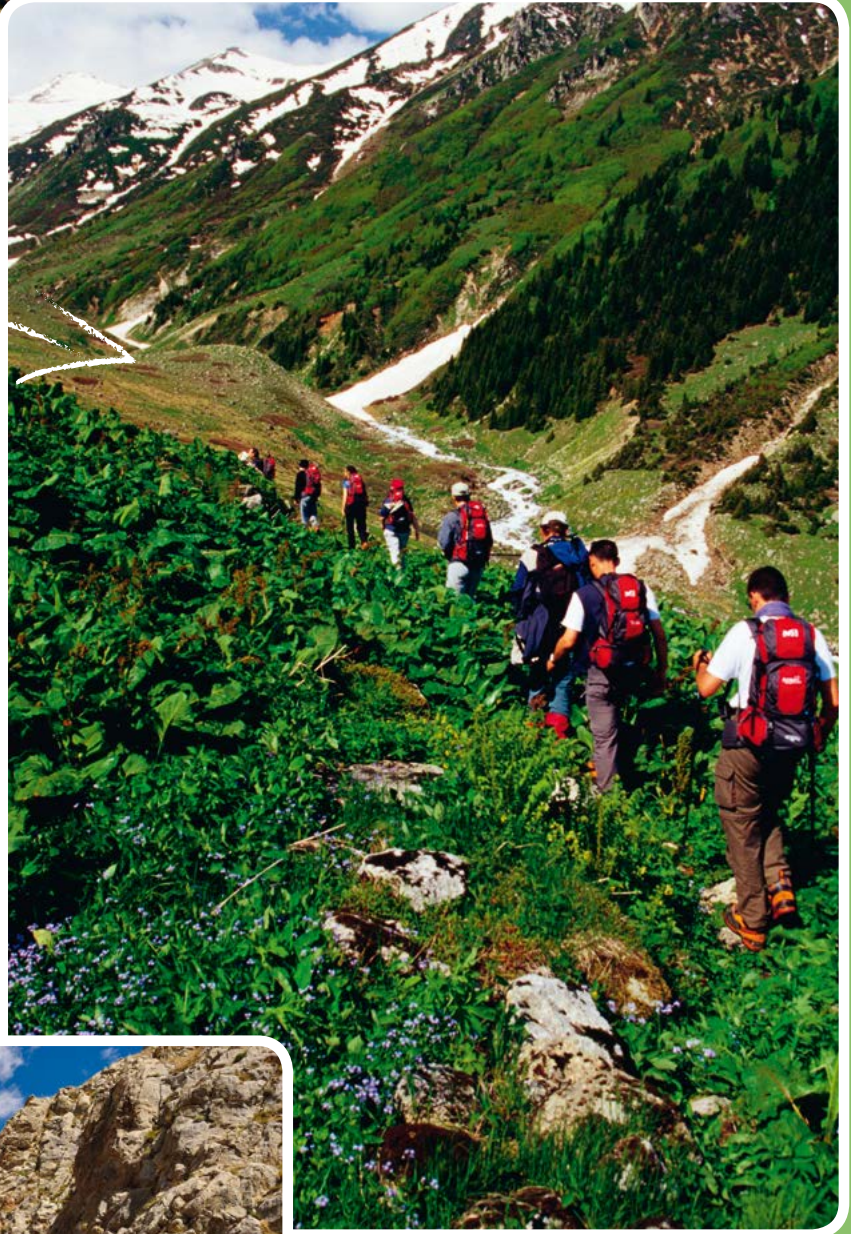
Ülkemizde Kapadokya'da peribacaları adı verilen kayaç oluşumları bulunur. Burada derin vadiler, geniş düzlükler, kayalara oyulmuş evler ve yeraltı şehirleri de vardır. Tüm bu özellikleriyle Kapadokya doğa yürüyüşü yapmak için çok uygundur.

Dijitalimaj / Alamy



Ege Bölgesi'nin en büyük gölü olan Bafa Gölü'nün çevresi doğa yürüyüşü için çok uygundur. Bafa Gölü, Aydın ve Muğla il sınırlarının kesiştiği bölgede yer alır.

Burada da Kaçkar Dağları'nda doğa yürüyüşü yapanları görüyorsunuz. Yemyeşil ormanları, çayırları ve buzul gölleriyle tanınan Kaçkar Dağları, Rize, Erzurum ve Artvin il sınırlarının kesiştiği bölgede yer alır. Burada birçok yürüyüş rotası bulunur.



Burada Toros Dağları'nın bir uzantısı olan Aladağlar'da bulunan Cimbar Kanyonu'nun bir bölümünü görüyorsunuz. Aladağlar Niğde'de yer alır.