

# درستایش توچال

توچال دارای چند قله مختلف است که بلندترین و در دسترس ترین آنها که مسلط به تهران است به همین نام معروف شده و حدود ۳۹۳۳ متر ارتفاع دارد. مسیرهای مختلفی برای فتح قله وجود دارد که بهترین آن‌ها مسیر دربند و ولنجک است. به نظر آنوبانیی مسیر دربند مشکل تر و در عین حال دیدنی تر بوده و بالعکس مسیر ولنجک راحت تر و با مناظر دیدنی کمتر. علاقه مندان به اسکی نیز از این کوهستان بی بهره نمانده و می توانند از پیست اسکی توچال که نزدیک به ایستگاه شماره ۵ و ۷ تله کابین است استفاده نمایند. صخره نوردان نیز یکی دیگر از قشرهای ورزشی کشور هستند

ای باد در شکنج سر زلف او میبچ

هر چند بوی مشک به توچال می بری  
(شهریار)

دامنه جنوبی البرز که به کوهستان توچال شهرت دارد، میعادگاه اصلی کوهنوردان و ورزشکاران تهرانی است. کوهستانی که به رغم مرتفع و صعب العبور بودن؛ یکی از شلوغ ترین مکان‌های تفریحی ایران به حساب می آید. کوهستانی که روزهای تعطیل، از مسیرهای مختلف، پذیرای هزاران کوهنورد، صخره نورد و دوست‌دار طبیعت است.



## درباره توچال

قله توچال و کوهستان پیرامون آن به صورت یک خط الراس شرقی- غربی در جناح جنوبی رشته کوه‌های البرز مرکزی و در شمال شهر تهران قرار دارد. این کوهستان از شمال به دره رودخانه‌های جاجرود و شهرستانک و از غرب توسط خط الراس کم ارتفاع‌تری به قله شمالی کوه‌های کرج متصل است. توچال را باید بلندترین ارتفاع شمال تهران از طریق شانه غربی خود موسوم به هومند به ارتفاع ۳۹۰۰ متر دانست که به گردونه ۳۷۰۰ متری شهرستانک و سپس به قله شاه نشین بزرگ به ارتفاع ۳۸۵۰ متر متصل می‌شود و از سمت شرق توسط خط الراس قوسی شکلی پس از تشکیل قله پیازچال و لزون از طریق گردنه کوتاه لویپنه به قله دارآباد ارتباط می‌یابد.

قله از طریق جناح شمالی هومند به قله قزقونچال و یال‌های فرعی منطقه آهاربشم و شهرستانک منتهی می‌گردد این خط الراس شمال توچال را از طریق قله قلعه دختر و سی چال به گردنه دیزین و سپس به سایر بلندی‌های البرز مرکزی متصل می‌سازد.

نویسنده

که از وجود این کوهستان بهره‌ها برده‌اند. وجود صخره‌های طبیعی و بسیار عالی برای صخره‌نوردی در منطقه "بند یخچال" این مکان را در میان دوست داران این ورزش مشهور ساخته است. صخره‌های آلبرت، کلاهدک، قارچ، چکمه، مریم و... که هر کدام متخصصان خود را برای صعود و فرود می‌طلبند. مسیر دربند که مسیر دیدنی تری است از میدان دربند (به طور دقیق تر میدان مجسمه) شروع می‌شود.

جوار دره ی دربند و دامن کهسار

فضای شمران اندک ز قرب مغرب تار

(میرزاده عشقی)

مسیر از همان ابتدا به سه قسمت تبدیل شده که پس از طی مسافت کوتاهی هر سه مسیر به هم می‌پیوندند. مسیر اول که که ساده ترین انتخاب است؛ تله سیژ دربند است که ارتفاع چند ده متری را می‌توان با آن طی نمود. مسیر دوم که راه آسفالته در دست احداث است؛ مسیری راحت و تقریباً بدون منظره است. مسیر آخر که همان راه قدیم توچال است از میان مغازه‌ها و از کنار رودخانه کوچکی می‌گذرد که دیدنی بوده و ارزش تحمل کمی سختی را دارد. دربند و به طور کلی راه سوم در ایام تعطیلات و به خصوص شبهای جمعه بسیار شلوغ و دیدنی است.

