

پس از رسیدن به شاه بیل اکثر دوستان به آبدرمانی شاه بیل رفته تا خستگی را از تن بزدانید. ساعت ۵ بعد از ظهر سوار مینی بوس شده و همگی پس از یک صعود موفق و لذت بخش به سلامت در ساعت ۱/۳۰ بامداد ۸۵/۵/۱۹ به بندرانزلی رسیدیم. در خاتمه از جهات مختلف میتوان دستاوردهای این صعود را بررسی نمود. موفقیت این صعود مرهون:

- ۱- همدلی و صمیمت بین اعضای گروه،
 - ۲- انتخاب مکان و فضای آرام و مناسب جهت استراحت در پناهگاه و هم هوایی مناسب،
 - ۳- خواب و رژیم غذایی مناسب،
 - ۴- گامهای مناسب و سنجیده جلوداران در صعود به قله،
 - ۵- نظم گروهی و همکاری با سرپرست برنامه و هم چنین آمادگی جسمانی مناسب افراد جملگی ضامن موفقیت صعود گروه کوهنوردی دامون انزلی به قله سبلان بودند.
- همنوردان گرامی ما در این صعود عبارت بودند از:
- خانم ها: سمیرا حسین زاده، سوره خرسندی، شکر باغانی.
- آقایان: نیما سپاسخواه، همایون وثوق، بهداد جفرودی، میثم نورایی، سبحان شیردل، حمید خرسندی، بهرام جلیل پور، یزدانی، ساحلی، کریم بخش و حسین زاده.



تمامی زباله ها را در کیسه پلاستیکی ریخته، به هر شکل ممکن آنها را از کوه پائین آوریم و از آلودن کوهستان جلوگیری کنیم.