



majestic
IRAN
A Different Experience

www.visitiran.ir

위대한 자연

[사막에서 숲까지]





majestic
IRAN

www.visitiran.ir



탐험을 떠나서 색다른 경험을 하고자 한다면 이란 특유의 기후와 자연
속에서의 활동은 완벽한 선택이 될 것입니다. 웅장한 다마반드 산을 등산하고,
따뜻한 남쪽 바다에서 매혹적인 수중 세계를 탐험하기도 하며 건조한 사막의
아름다움에 폭 빠져서 새로운 모험 활동을 경험할 수도 있습니다.
다양한 자연의 아름다움을 보여주는 이란의 사계절은 탐방객들의 모든
취향을 만족시킬 것입니다.
이제 이란에서 가장 주목할 만한 모험 활동을 소개하고자 합니다.





1

등산



이란 전역에 흩어져 있는 아름다운 산봉우리들은 탐험할 수 있는 다양한 산악 명소를 제공하고 있으며 그 중에는 세계에서 몇 안 되는 만년설(눈 덮인 봉우리), 화산, 바위산, 모래 언덕, 소금산 등이 있습니다. 특별한 등반 체험을 할 수 있는 주요 산봉우리들 :Damavand, Sabalan, Alam-Kuh, Alvand, Taftan, Siyalan, Shahvar, Binalood, Oshtorankuh, Dena mountain range, Karkas, Azad Kooh.

2

급류 타기



이란에서는 높은 봉우리들과 함께 깊은 협곡들이 자연을 사랑하는 사람들에게 아름다운 탐험장을 제공합니다. 건강하고 모험 활동을 좋아하는 사람이라면 이란의 건습한 산행 길에서 다양한 체험을 할 수 있습니다. 호수에서 수영도 하고, 강을 내려다보면서 암벽도 탈 수 있습니다. 특히, 밤하늘 아래 깨끗한 폭포 근처에서의 캠핑은 아름다운 추억으로 남을 것입니다. 또한 이란의 협곡에서는 흐르는 강에서 급류를 타는 래프팅 같은 수상 스포츠가 가능합니다.

주요 급류타기 장소 : Shiravan Daresi (Ardabil), Kolkhersan (Khuzestan), Shemkhal (Khorasan Razavi), Raghez (Fars), Boochir (Hormozgan)



3

암벽 등반



이란은 많은 등반가들이 도전하고자 하는 인상적인 암벽들을 자랑하는 국가입니다. 비소툰 벽은 세계에서 가장 유명한 암벽 중 하나로 여러 국제 등반 대회를 개최한 바 있습니다. 주요 암벽 등반로 : Some primary rock climbing routes: Alam-Kuh wall, Yafteh Khormabad wall (Lorestan), Akhlmad wall (Khorasan Razavi).



4

동굴 탐험



이란에는 각각의 특성과 경이로움을 가진 많은 동굴들이 있어 매년 많은 관광객들이 방문합니다. 이란에서는 초보자부터 전문가까지 다양한 수준의 동굴 탐험이 가능합니다. 석회암 동굴에서는 카약을 탈 수 있습니다. 세계적으로도 동굴 안에서 카약을 탈 수 있는 곳은 거의 없습니다. 그 외에도 고대의 역사적인 동굴이나 인공동굴들도 존재하는데 이는 여러 시대에 걸친 인류 문명의 증거가 되고 있습니다. 만일 전문적인 동굴 탐험가로서 새로운 기록을 세우고 싶다면 케르만샤의 파라브 동굴 탐험을 추천합니다. 이 동굴은 세계에서 가장 어려운 동굴 탐험지 중 하나입니다. 주요 동굴 탐험 장소 : Ali Sadr (Hamadan), Kotleh Khor (Zanjan), Karfteh (Kurdistan), Abbas-Abad Cave (Mazandaran), Roodafshan (Tehran), Parau (Kermanshah).



5 스키 및 겨울 스포츠



겨울 동계 스포츠를 좋아한다면 테헤란, 아르데빌, 쿠르드스탄, 동부 아제르바이잔, 서부 아제르바이잔, 찰마할바흐티아리, 케길루예, 부이라흐마드, 파르스와 사막 도시인 야즈드 근처에서 스키를 즐길 수 있습니다.

스키를 타지 않더라도 아름답게 눈 덮인 색다른 풍경을 보며 즐거운 시간을 보낼 수 있습니다. 고도가 높은 자그로스 산맥에서는 눈이 녹지 않고 오랫동안 지속되기 때문에 전문 가이드와 함께 더욱 흥미진진한 스키를 경험할 수 있습니다.

유명한 스키 리조트 : Dizin, Tochal, and Shemshak (Tehran), Pooladkaf (Shiraz), Alvares (Ardabil), Koohrang (Chaharmahal and Bakhtiari), Sakhevid (Yazd), and Khoshaku (Urmia)



6

사막 탐험



이란의 중앙 및 동남부 사막 지역에서는 다양한 매력적인 풍경과 상상할 수 없는 아름다운 풍경을 감상할 수 있습니다.

사막에서 텐트를 치고, 캠핑을 하면서 끝없이 펼쳐지는 밤의 별세계를 관찰하면 도시 생활의 시골벽적함을 잠시나마 잊을 수 있습니다.

또한, 사막 사파리, 낙타 타기, 4륜 구동 레저 차량으로 오르락내리락하는 드라이브와 모래 위에서 타는 스키 등 다양한 액티비티를 경험할 수 있습니다.

한편, 사막의 끝자락이 바다와 만나는 지점도 자연의 아름다움을 경험하고자 하는 여행객들에게 인기를 끌고 있습니다.

주요 사막 관광지: Maranjab Desert (Isfahan), Mesr Desert (Isfahan), Shahdad Kalouts (Kerman), Gandom Beryan Desert (Kerman), Karakal Desert (Yazd), Haj Ali Gholi Desert (Semnan), and Darek Desert (Sistan and Baluchestan)



7

오프로드



정글, 사막, 산악 지역에서 트레킹을 즐기고 싶다면, 현지 가이드의 도움을 받아 특수 오프로딩 차량을 타고 자연 그대로의 포장되지 않은 길을 경험할 수 있습니다.

사막을 가로지르는 것은 이란에서 가장 흥미진진한 사파리 활동 중 하나이지만 산악 및 정글 오프로드는 또 다른 독특한 느낌을 줍니다. 차량의 경로가 바뀔 때마다 자연은 그에 맞는 장관을 선사합니다.

사막의 희귀한 야생 동식물들을 만나보고, 호의적인 호스트들의 환대를 받아 현지에 숙박하면서 비경을 탐험하는 경험은 결코 잊지 못할 것입니다.

주요 오프로드 탐험지 : Kavir National Park (Semnan and Isfahan) Rig-e Yilan (Kerman), Upert (Semnan) Neor Lake to Subatan Highlands (Ardabil - Gilan), Palangan to Uraman Takht (Kurdistan)

8

정글 트레킹



이란에서 가장 좋은 정글 트레킹 시즌은 봄과 여름으로 잘 준비된 배낭족들만이 숲 속에서 새들의 속삭임과 나뭇잎 사이를 스치는 바람 소리와 함께 자연에 몸을 맡기는 좋은 경험을 할 수 있습니다.

정글 트레킹에서는 강, 폭포, 고대 성, 야생 동물, 아름다운 식물군 등을 포함한 아름다운 풍경을 만날 수 있고, 히르카니 숲에서는 더욱 특별한 풍경을 만날 수 있습니다. 이란에서 정글 트레킹을 하려면 반드시 전문적인 자연 가이드와 함께 하는 것을 추천합니다.

주요 정글 트레킹 장소 : Arasbaran (East Azerbaijan), Hazarjirib (Mazandaran), Golestan Forest (Golestan), Sefaroud (Ramsar), Farim (Mazandaran), and the oak forests of Zagros

승마

9

이란에서는 다양한 장소에서 승마를 즐길 수 있습니다. 승마를 통해 산기슭의 아름다운 풍경, 숲 지역, 여름 고원지대, 그리고 이란 북부와 남부의 아름다운 해변을 둘러볼 수 있습니다. 히르카니 숲의 꽃밭, 초원과 북부 평야에서 투르크멜 말을 타보는 것은 말로 표현할 수 없을 즐거움을 드릴 것입니다. 이란의 순수 혈통을 지닌 고귀하고 강인한 말들을 타보면 그 말들이 이 지역 사람들과 깊은 연관을 맺고 있다는 점에서 더욱 특별한 경험을 할 수 있습니다. 주요 승마 장소 : Dasht-e Shad to Tang-e Rah and Loeh Waterfalls (Semnan and Golestan), Dasht-e Turkmen (Golestan), Talish Highlands (Gilan), Howramanat (Kurdistan), Haft Barom and Kahkaran (Fars), and Damneh-ye Damavand (Mazandaran).



10

래프팅과 카약



산의 고도와 다양한 기후 및 자연 환경 덕분에 생긴 여러 지역의 급류가 흐르는 강에서 래프팅과 카약을 즐길 수 있습니다.

강에서 카약을 타고 노를 젓는 동안 그 여정에서 펼쳐지는 아름다운 풍경을 즐기면서 농장과 마을들을 지나갈 수 있습니다. 래프팅 코스는 보통 긴거리로, 매우 흥미롭고 재미있는 경험을 제공하며 전문가들을 위한 높은 난이도의 코스도 있습니다.

주요 래프팅 코스 : Sivand to Pol Zaman Khan (Chaharmahal and Bakhtiari), Sirvan River (Kurdistan), Haraz River (Mazan - daran), Karaj River (Alborz)

11

트레킹과 캠핑



이란의 고원지대에서의 야영과 트레킹을 경험해보세요.

푸르고 자연 그대로인 고원지대, 시원하고 상쾌한 날씨, 나무 오두막과 청정한 샘물 등은 도시의 소음과 오염에서 벗어나기에 최적의 환경을 제공합니다.

이러한 트레킹은 사계절 내내 즐길 수 있으며 대부분의 지역에서 캠핑을 하거나 현지에서 숙박하면서 자연 경관 속에서 살아가는 현지 주민들과의 문화적 교류도 가능합니다.

봄에는 자전거 트레킹으로 자연 보호 구역, 초원, 산악 지역, 고원지대 및 마을 여행을 즐길 수 있습니다.

주요 트레킹과 캠핑 장소 : Garmabdar to Baladeh (Tehran and Mazandaran), Tarem to Masuleh (Zanjan and Gilan), Zarin Dasht to Simin Dasht (Tehran), Ahar to Shahrastank (Alborz), Tar and Havir Lakes (Tehran), Abbasabad to Qaleh Bala (Semnan)

호수와 폭포



호수와 폭포는 신선한 물을 중심으로 형성된 동식물의 생명력 넘치는 세상으로 이 속으로 들어가는 일은 독특한 생태계의 중심으로 여행을 떠나는 것과 같습니다.

이들은 대부분 인간의 손길로부터 벗어나 접근하기 어려운 지역에 위치하여 방문객들이 자연 그대로의 평화로운 환경에서 휴식을 취하고 자연의 평온함을 즐기기에 이상적인 여행지입니다.

이란의 일부 호수와 습지는 오랜 시간동안 먼 곳에서 찾아 온 철새들의 피난처로 겨울철에 이란에서 지내는 곳입니다.

또한, 이 지역은 특수한 기후에서만 자라는 희귀한 토착 식물들이 자생하는 곳이기도 합니다.

주요 호수 : Gahar (Lorestan), Ovan (Qazvin), Kooh Gol (Kohgiluyeh and Boyer-Ahmad), Dalamper (West Azerbaijan), Siah Gav (Ilam), Urmia (Urmia), Zarrivar (Kurdistan), Shurmast (Mazandaran), Maharlou (Fars).

주요 폭포 : Shevy (Khuzestan), Zardlimeh (Chaharmahal and Bakhtiari), Kamardugh (Kohgiluyeh and Boyer-Ahmad), Reijab (Kermanshah), Bisheh (Lorestan), Laton (Gilan), Margoön (Fars), Shal - mash (West Azerbaijan), Vorovar (Kerman)



13 수상 스포츠 및 다이빙



이란의 해안선과 섬에서 만나는 무지개 빛 모래 및 토사는 방문객들에게 잊을 수 없는 추억이 될 것입니다. 또한, 다이빙을 하면서 다채로운 물고기, 독특한 산호종, 거북이 및 기타 수생 동물을 만나 볼 수 있습니다. 이외에도 보트 타기, 제트 스키, 서틀 및 스노클 잠수, 수중 스쿠터, 패러세일링, 플라이 보드 및 워터 스쿼시와 같은 다양한 수상 스포츠 활동도 가능합니다.
주요 수상 스포츠 및 다이빙 장소 : Persian Gulf Islands, Qeshm, Larak, Kish, and Chabahar.





14

야생 생물



이란의 생물들은 그 어떤 지역과도 다른 독특한 점을 가지고 있습니다. 이란은 북쪽에서 남쪽, 동쪽에서 서쪽까지 다양한 식물군과 동물군이 분포하는 나라입니다.

히르카니 숲의 푸른 숲부터 건조한 사막 평원에 이르기까지 다양한 자연 환경 속에서 크고 작은 동물들, 고양이과, 파충류, 조류들이 살아가고 있으며 이는 생물학자나 동물 애호가들에게 큰 관심을 끌 수 있는 요소입니다.

이란의 주요 야생동물 종으로는 이란 표범, 이란 들소, 황새, 검은곰, 노루, 카라칼, 이란 산호랑이, 갈색곰 등이 있습니다.



15

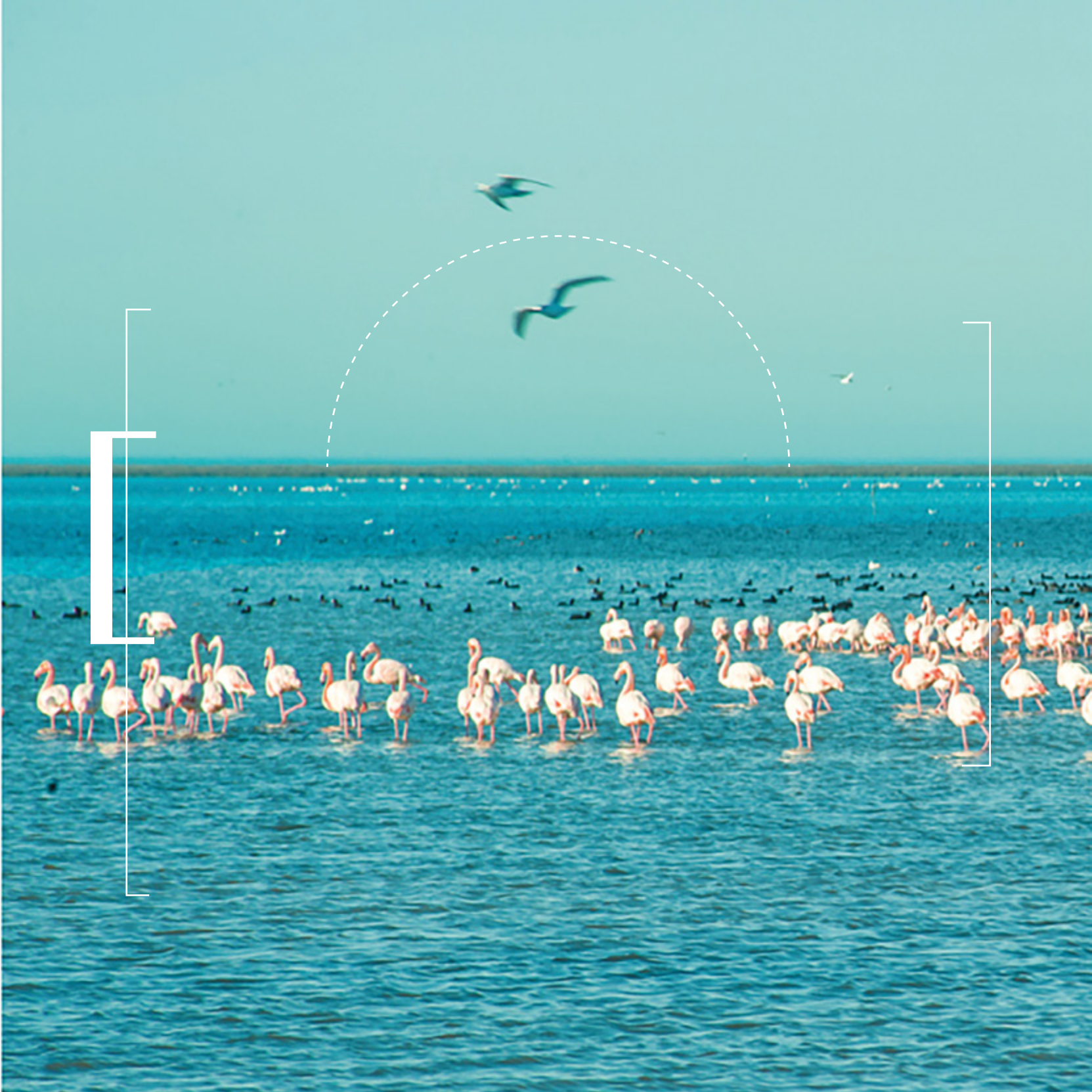
탐조 활동



전문적인 탐조 활동에 관심이 있다면 이란은 완벽한 장소를 제공할 것입니다. 가을 중반부터 겨울 말까지 아프리카와 시베리아에서 날아오는 새들 중 일부의 이동 경로가 이란의 습지와 호수를 지나가기 때문에 이 새들이 다른 위도 방향으로 이동하는 모습을 관찰할 수 있습니다.

이란의 습지는 이러한 새들에게 휴식과 먹이를 제공하는 이상적인 장소입니다. 겨울철에는 플라밍고와 다양한 종류의 오리과 거위들을 이란의 안전한 습지에서 볼 수 있습니다.

주요 탐조 활동 장소 : Qeshm Island, Miqan Wetland (Central), Bou - jagh National Park (Gilan), Gori-Gol Interna - tional Wetland (East Azerbaijan), Kani Borazan Wetland (West Azerbaijan), Shadegan Wet - land (Khuzestan), Hormuz Island (Hormozgan), Khoojir National Park (Tehran), Miyankaleh (Mazandaran), Gomishan Wetland (Golestan), Choghakhor Wetland (Chaharmahal and Bakh - tiari), Parvar Protected Area (Semnan), Alborz Falconry Bird Site (Qom)





16

유목 생활



이란은 다양한 기후 속에서 역사적으로 여러 민족들이 서로의 문화를 공유하며 함께 살아온 땅입니다. 다양한 기후 속에서 이 땅의 사람들은 더 나은 삶을 추구하면서 각지로 이동해갔습니다. 그 중 일부는 정착을 선택했고, 또 다른 일부는 유목민이 되어 전통적인 이동 생활을 유지해 왔습니다.

이란의 유목민들과 함께 지내게 된다면 그들의 독특한 생활 및 전통을 경험할 수 있습니다. 자연과 밀접하게 연결된 그들의 생활 방식은 음식부터 의복에 이르기까지 모두 직접 만든 것들로 이루어져 있어 그들의 특별한 풍습과 신념의 뿌리를 발견할 수 있습니다.

유목민들과 함께 이동하는 중에는 가축들과 함께 전통적인 천막에서 생활할 수 있습니다. 자연에서 온 신선한 음식과 음료를 맛볼 수도 있으며, 그들의



전통의식과 예술적 수공예도 체험할 수 있습니다.
유목민들의 간소하고, 소박한 삶의 방식은 자연과의 조화와 화합을 중시하는 그들의 철학을 엿볼 수 있게 해줍니다.

이란의 주요 유목민족 : Bakhtiari, Qashqai, Shahsevan