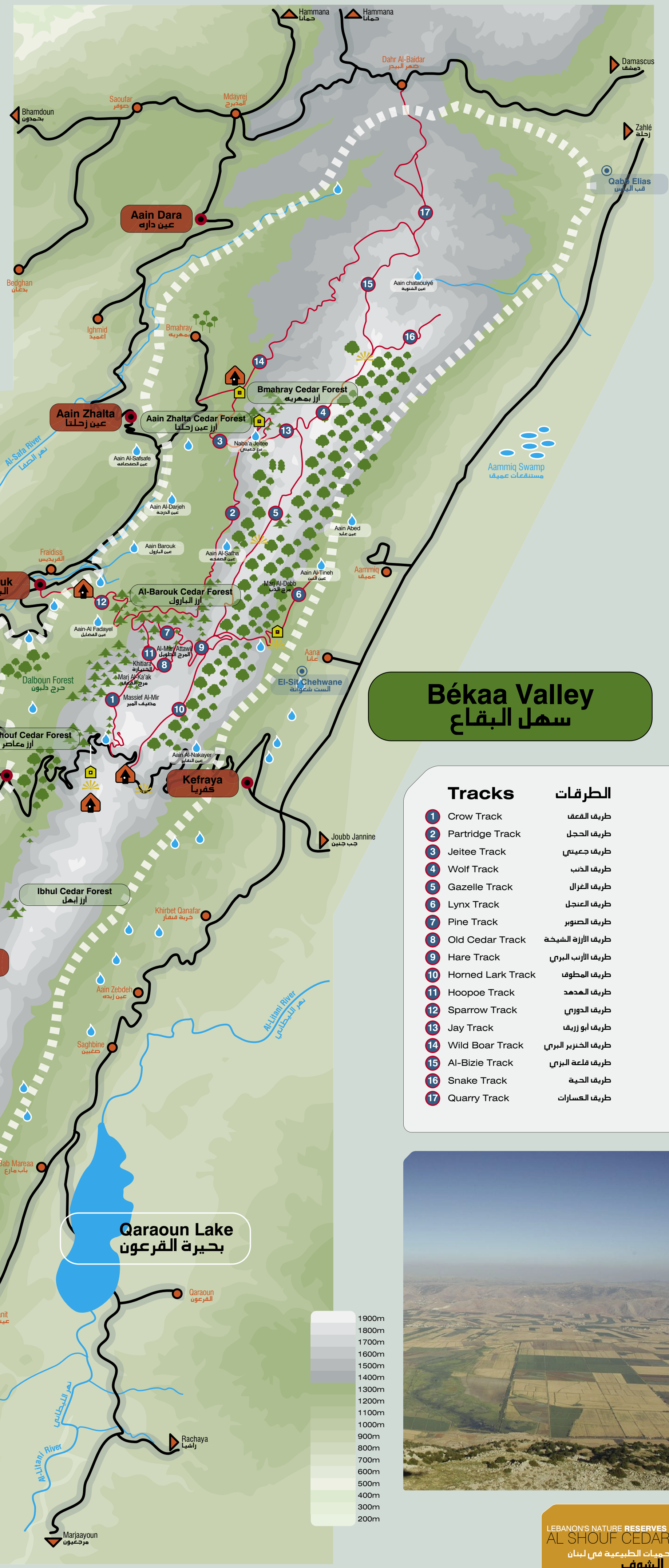
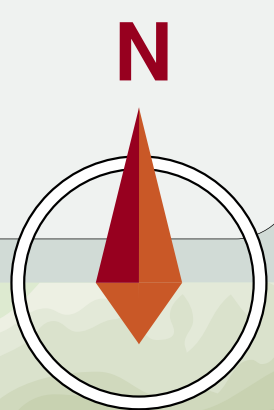


-  Entrance محفل
-  Ranger Station محطة الجوالين
-  Viewpoint نقطة مشرفة
-  Grotto مغارة
-  Place of interest مكان ذو أهمية
-  Cedar Forest غابة أرز
-  Oak Forest غابة سندبان
-  Pine Forest غابة صنوبر
-  Juniper Forest غابة لراب
-  Mixed Forest غابة متنوعة
-  Main Roads طريق عام
-  Track طريق داخلي
-  Village قرية
-  Reserve Border Village قرية تحد المحمية
-  Office & Information مقر عام ومعلومات
-  Spring بئع
-  River نهر
-  Natural Reserve Borders حدود المحمية



Békaa Valley سهل البقاع

Tracks	الطرقات
1 Crow Track	طريق القفص
2 Partridge Track	طريق الحجل
3 Jeitee Track	طريق جعيتي
4 Wolf Track	طريق الذئب
5 Gazelle Track	طريق الغزال
6 Lynx Track	طريق العنجل
7 Pine Track	طريق الصنوبر
8 Old Cedar Track	طريق الأرز الشيخة
9 Hare Track	طريق الأرنب البري
10 Horned Lark Track	طريق المحطوف
11 Hoopoe Track	طريق المحمد
12 Sparrow Track	طريق الدورني
13 Jay Track	طريق أبو زريق
14 Wild Boar Track	طريق الخنزير البري
15 Al-Bizie Track	طريق قلعة البري
16 Snake Track	طريق الحية
17 Quarry Track	طريق العسارات





Niha Fortress قلعة نيجا

4 The fourth is Niha Fortress Trail Map. From the entrance, visitors can visit and see the Fortress of Niha/Shqiff Tyron. The only, but exciting, trail in this site is:

الخريطة الفرعية الرابعة هي خريطة معمرات قلعة نيجا. من مدخل الموقع يمكن زيارة ومشاهدة قلعة نيجا/شقيف تيرون. الممر الوحيد والثير في الوقت نفسه هو:

TRAIL #1
Length: 200m
Average time: 30 min
Hard
(for adults and sportemen with appropriate hiking shoes)

الممر ١
المسافة: ٢٠٠ م
معدل الوقت: ٣٠ د
وعر
للبالغين والرياضيين مع استخدام أحذية خاصة



Niha Fortress قلعة نيجا

Rest Area اسراحة

Time 30 min / 200m

1 The first is the Ain Zhalta-Bmahray Forest Trails Map. Visitors can use these trails to reach Hilly Pond (good for bird watching and animal observation) and Jeitee Spring (Trail #1), as well as Ain Elligé (Trail #4). Trail #1 begins at the Ain Zhalta-Bmahray Forest entrance. From this trail, many options are available:

الخريطة الفرعية الأولى هي خريطة معمرات غابة عين زحلنا/بمهرية. ويمكن للزوار سلوك هذه الممرات للوصول إلى البركة الجبلية (موقع ملائم لمراقبة الطيور والحيوانات)، ونبع جيتي (الممر رقم ١)، وعين اللجة (الممر رقم ٤). يبدأ الممر رقم ١ من مدخل غابة عين زحلنا/بمهرية ومنه تتعدد الخيارات:

- TRAIL #1**
Length: 5km
Average time: 2.5-3 hours
Hard
- TRAIL #2**
Length: 2km
Average time: 50-60 min
Hard (For adults)
- TRAIL #3** Leads to Barouk Forest
Length: 7km
Average time: 3-4 hours
Hard
- TRAIL #4**
Length: 8.6km
Average time: 4-5 hours
Medium
- TRAIL #5**
Length: 1.5km
Average time: 40-50 min
Easy (12-18 years old)
- TRAIL #6**
Length: 1km
Average time: 30-40 min
Easy (6-8 years old)

- الممر ١**
المسافة: ٥ كيلومتر (كم)
معدل الوقت: ٢-٣ ساعات (س)
وعر
- الممر ٢**
المسافة: ٢ كم
معدل الوقت: ٥٠-٦٠ دقيقة (د)
وعر للبالغين
- الممر ٣** يقود إلى غابة الباروك
المسافة: ٧ كم
معدل الوقت: ٣-٤ ساعات (س)
وعر
- الممر ٤**
المسافة: ٨.٦ كم
معدل الوقت: ٤-٥ ساعات (س)
متوسط العورة
- الممر ٥**
المسافة: ١.٥ كم
معدل الوقت: ٤٠-٥٠ د
سهل (١٢-١٨ سنة من العمر)
- الممر ٦**
المسافة: ١ كم
معدل الوقت: ٣٠-٤٠ د
سهل (٦-٨ سنوات من العمر)

2 The second is the Barouk Forest Trail Map. Following the trails in this forest, visitors can reach Ain Elligé (Trail #3), Khitiara Tree (Trail #1), Marj Al Ka'ak (Trail #6), Massief Al-Mir and Maasser Ech-Chouf Forest (Trail #4). Trail #1 begins at the Barouk Forest entrance. From there, many options are available:

الخريطة الفرعية الثانية هي خريطة معمرات غابة الباروك. يمكن للزوار عند سلوك معمرات هذه الغابة الوصول إلى عين اللجة (الممر رقم ٣)، وشجرة الخيتارة (الممر رقم ١)، ومرج القفق (الممر رقم ٦)، ومصيف المير وغابة معاصر الشوف (الممر رقم ٤). يبدأ الممر رقم ١ من مدخل الغابة ومنه تتعدد الخيارات:

- TRAIL #1**
Length: 5.5km
Average time: 2.5-3 hours
Hard
- TRAIL #2** Leads to Ain Zhalta-Bmahray Forest
Length: 7km
Average time: 3-4 hours
Easy
- TRAIL #3**
Length: 4.2km
Average time: 1.5-2 hours
Easy
- TRAIL #4** Leads to Maasser Ech-Chouf Forest
Length: 4km
Average time: 2-2.5 hours
Medium-hard
- TRAIL #5**
Length: 2.9km
Average time: 1-1.5 hours
Medium
- TRAIL #6**
Length: 2km
Average time: 50-60 min
Easy
- TRAIL #7**
Length: 1.5km
Average time: 50-60 min
Easy
- TRAIL #8**
Length: 1km
Average time: 30-40 min
Easy

- الممر ١**
المسافة: ٥.٥ كم
معدل الوقت: ٢.٥-٣ ساعات (س)
وعر
- الممر ٢** يقود إلى غابة عين زحلنا/بمهرية
المسافة: ٧ كم
معدل الوقت: ٣-٤ ساعات (س)
سهل
- الممر ٣**
المسافة: ٤.٢ كم
معدل الوقت: ١.٥-٢ ساعات (س)
سهل
- الممر ٤** يقود إلى غابة معاصر الشوف
المسافة: ٤ كم
معدل الوقت: ٢-٢.٥ ساعات (س)
متوسط العورة
- الممر ٥**
المسافة: ٢.٩ كم
معدل الوقت: ١-١.٥ ساعات (س)
متوسط العورة
- الممر ٦**
المسافة: ٢ كم
معدل الوقت: ٥٠-٦٠ د
سهل
- الممر ٧**
المسافة: ١.٥ كم
معدل الوقت: ٥٠-٦٠ د
سهل
- الممر ٨**
المسافة: ١ كم
معدل الوقت: ٣٠-٤٠ د
سهل



Aain Zhalta-Bmahray Forest Trail Map ممرات غابة عين زحلنا-بمهرية



- 1 Time 2.5-3 hours / 5km
- 2 Time 50-60 min / 2km
- 3 Time 3-4 hours / 7km
- 4 Time 4-5 hours / 8.6km
- 5 Time 40-50 min [8-12 years old] / 1.5km
- 6 Time 30-40 min [6-8 years old] / 1km

Barouk Forest Trail Map ممرات غابة الباروك

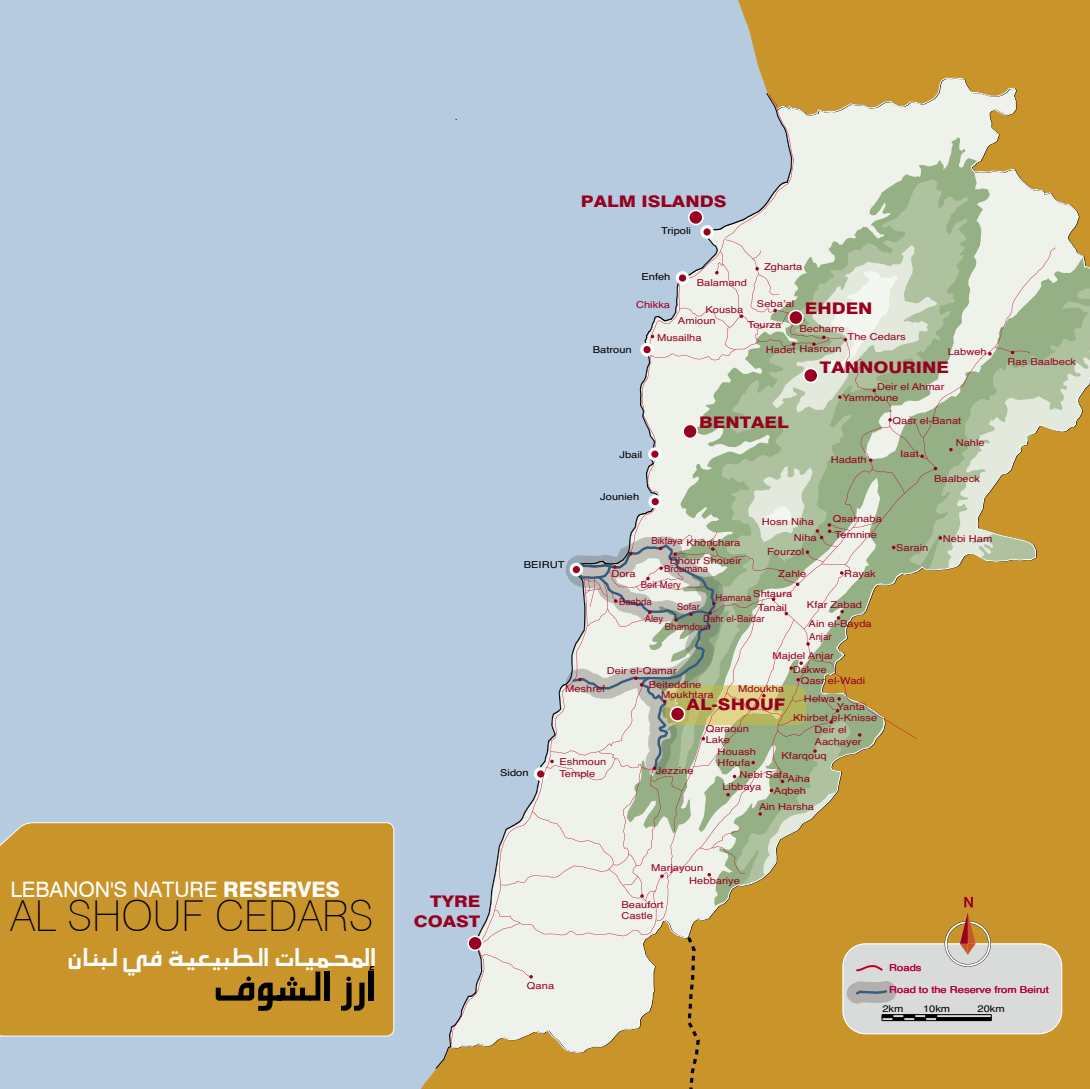


- 1 Time 2.5-3 hours / 5.5km
- 2 Time 3-4 hours / 7km
- 3 Time 1.5-2 hours / 4.2km
- 4 Time 2-2.5 hours / 4km
- 5 Time 1-1.5 hours / 2.9km
- 6 Time 50-60 min / 2km
- 7 Time 50-60 min / 1.5km
- 8 Time 30-40 min / 1km

Maasser Ech-Chouf Forest Trail Map ممرات غابة معاصر الشوف



- 1 Time 2-2.5 hours / 4km
- 2 Time 50-60 min / 2km
- 3 Time 30-40 min / 1.5km



LEBANON'S NATURE RESERVES
AL SHOUF CEDARS
المحميات الطبيعية في لبنان
ارز الشوف

DRIVING DIRECTIONS

From Beirut, take the highway south to Damour, which is approximately 20km from Beirut and 20km north of Saïda. Upon reaching Damour, take the road to Beiteddine. You will pass the village of Kfar Hith, and can then take the southern route past Baaqline or the northern route past Deir El-Qamar. Either way you will reach Beiteddine. Continue past Maasser Beiteddine to the Barouk and Ain Zhalta-Bmahray entrances. To reach the Niha Fortress/Shqiff Tyron or Maasser Ech-Chouf entrances, proceed from Baaqline to Moukhtara. It takes approximately 30-45 minutes to reach Al-Shouf Cedar Nature Reserve from Damour. The following are the distances between Beiteddine and the Al-Shouf Cedar Nature Reserve entrances:

- Barouk Cedar entrance (15km from Beiteddine)
- Environmental Awareness Center in Ain Zhalta (17km from Beiteddine)
- Aain Zhalta-Bmahray Cedar entrance (20km from Beiteddine)
- Ma'aser Al Shouf Cedar entrance (24km from Beiteddine)
- Niha Fortress/Shqiff Tyron entrance (25km from Beiteddine)

From Beirut, take the Damascus highway east to Aley, which is approximately 20km from Beirut. Upon reaching Aley, take the road to Mdayrej. You will pass the villages of Bhamdoun and Saoufar. At Mdayrej, take the road south to the Environmental Awareness Center located in Ain Zhalta (14km from Mdayrej). It takes approximately 30-35 minutes to reach the Al-Shouf Cedar Nature Reserve from Aley. The following are the distances between Mdayrej and the Al-Shouf Cedar Nature Reserve entrances:

- Aain Zhalta-Bmahray Cedar entrance (17km from Mdayrej)
- Barouk Cedar entrance (22km from Mdayrej)
- Maasser Ech-Chouf Cedar entrance (35km from Mdayrej)
- Niha Fortress/Shqiff Tyron entrance (50km from Mdayrej)

From Kefraya in the Beqa'a Valley, take the road west to the Maasser Ech-Chouf Cedar entrance (approximately 14km from Kefraya). Upon reaching the village of Maasser Ech-Chouf, take the road to Moukhtara to reach the Niha Fortress/Shqiff Tyron entrance (15km from Moukhtara) or the road of Dalboun-Barouk north to the Barouk Cedar entrance. The following are the distances between the village of Maasser Ech-Chouf and the Al-Shouf Cedar Nature Reserve entrances:

- Barouk Cedar entrance (8km from Maasser Ech-Chouf)
- Environmental Awareness Center in Ain Zhalta (12km from Maasser Ech-Chouf)
- Aain Zhalta-Bmahray Cedar entrance (15km from Maasser Ech-Chouf)

كيف تصل إلى المحمية

انطلاقاً من بيروت، أسلك الأوتستراد جنوباً نحو الدامور التي تبعد حوالي ٢٠ كلم عن بيروت و٢٠ كلم شمال صيدا. عند بلوغ الدامور، أسلك الطريق المؤدية إلى بيت الدين. بعدما تجتاز قرية كفرحيم، يمكنك سلوك الطريق الجنوبية بعد بعقلين أو الطريق الشمالية بعد دير القمر، وتصل في الحاليتين إلى بيت الدين.

تجاوز معاصر بيت الدين لتصل إلى مداخل الباروك وعين زحلنا/بمهرية وللوصول إلى مداخل قلعة نيجا/شقيف / تيرون أو معاصر الشوف، توجه من بعقلين إلى المختارة. يستغرق الوصول إلى محمية أرز الشوف الطبيعية انطلاقاً من الدامور حوالي ٣٠-٤٥ دقيقة. في ما يلي المسافات بين بيت الدين ومداخل محمية أرز الشوف الطبيعية:

- مدخل أرز الباروك (١٥ كلم من بيت الدين)
- مركز التوعية البيئية في عين زحلنا (١٧ كلم من بيت الدين)
- مدخل أرز عين زحلنا/بمهرية (٢٠ كلم من بيت الدين)
- مدخل أرز معاصر الشوف (٢٤ كلم من بيت الدين)
- مدخل قلعة نيجا / شقيف تيرون (٢٥ كلم من بيت الدين).

٢- انطلاقاً من بيروت، أسلك طريق الشام شرقاً نحو عاليه التي تبعد حوالي ٢٠ كلم عن بيروت، عند بلوغ عاليه، أسلك الطريق المؤدية إلى المديرج. اجتاز قرية بحدون وصوفر. في المديرج، أسلك الطريق جنوباً مروراً بعين داره نحو مركز التوعية البيئية الواقع في عين زحلنا (١٤ كلم من المديرج). يستغرق الوصول إلى محمية أرز الشوف الطبيعية انطلاقاً من عاليه حوالي ٣٠-٣٥ دقيقة. في ما يلي المسافات بين المديرج ومداخل محمية أرز الشوف الطبيعية:

- مدخل أرز عين زحلنا/بمهرية (١٧ كلم من المديرج)
- مدخل أرز الباروك (٢٢ كلم من المديرج)
- مدخل أرز معاصر الشوف (٣٥ كلم من المديرج)
- مدخل قلعة نيجا / شقيف تيرون (٥٠ كلم من المديرج).

٣- انطلاقاً من كفرية في وادي البقاع، توجه غرباً نحو مدخل أرز معاصر الشوف (حوالي ١٤ كلم من كفرية). عند بلوغ قرية معاصر الشوف، أسلك الطريق المؤدية إلى المختارة للوصول إلى مداخل قلعة نيجا/شقيف تيرون (١٥ كلم من المختارة) أو طريق دابون-الباروك شمالاً نحو مدخل أرز الباروك. في ما يلي المسافات بين قرية معاصر الشوف ومداخل محمية أرز الشوف الطبيعية:

- مدخل أرز الباروك (٨ كلم من معاصر الشوف)
- مركز التوعية البيئية في عين زحلنا (١٢ كلم من معاصر الشوف)
- مدخل أرز عين زحلنا / بمهرية (١٥ كلم من معاصر الشوف).

Aerial view of the Aain Zhalta-Bmahray Cedars with part of the Beqa'a Valley
صورة جوية لأرز عين زحلنا-بمهرية مع سهل البقاع



3 The third is the Maasser Ech-Chouf Forest Trail Map. In this forest, visitors can see the oldest cedar tree, and the Lamartine (or Sawmaa'a) Tree (Trail #2). From the Maasser Ech-Chouf Forest entrance, there are three trail options:

الخريطة الفرعية الثالثة هي خريطة معمرات غابة معاصر الشوف. يمكن للزوار هذه الغابة مشاهدة أقدم شجرة أرز وشجرة لامارتين أو الصومعة. يبدأ الممر رقم ١ من مدخل الغابة وهناك ثلاثة خيارات:

- TRAIL #1**
Length: 4km
Average time: 2-2.5 hours
Medium-Hard
- TRAIL #2**
Length: 2km
Average time: 50-60 min
Medium
- TRAIL #3**
Length: 1.5km
Average time: 30-40 min
Easy

- الممر ١**
المسافة: ٤ كم
معدل الوقت: ٢-٢.٥ ساعات (س)
متوسط العورة
- الممر ٢**
المسافة: ٢ كم
معدل الوقت: ٥٠-٦٠ د
متوسط العورة
- الممر ٣**
المسافة: ١.٥ كم
معدل الوقت: ٣٠-٤٠ د
سهل