



ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ “ΔΡΑΠΕΤΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ”

31/05/2024

Δράσεις του Συλλόγου ΔΡΑΠΕΤΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ Ιούνιος 2024

Οι Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου υποδέχονται τον πρώτο μήνα του καλοκαιριού με υπέροχες δράσεις!!! Πεζοπορία στο δάσος του Σαραντάπηχου με προορισμό το Ρέμα Μύλων, ποταμοδιάσχιση στο Σεργουλοπόταμο καθώς και ένα φανταστικό τριήμερο στα Ζαχοροχώρια με ανάβαση στη Δρακόλιμνη Τύμφης και rafting στο Βοιδομάτη ποταμό!!

Κυριακή 2 Ιουνίου 2024 Πεζοπορία Σαραντάπηχο- Ευρωστίνη – Ρέμα Μύλων



Την Κυριακή 2 Ιουνίου δραπετεύουμε σε μια υπέροχη διαδρομή στο δάσος του Σαραντάπηχου, που είναι ξεχωριστό, και λιγότερο γνωστό στους περισσότερους. Η περιοχή είναι γνωστή από την δεκαετία του 1930 που φτιάχτηκε ένα υπέροχο και υπερσύγχρονο ξενοδοχείο. Το χωριό είναι χτισμένο σε υψόμετρο 1.260 μ. στις πλαγιές του όρους Κυλλήνη & αποτελεί τον ορεινότερο οικισμό της Πελοποννήσου.

Από το 1927 ως το 1940, η περιοχή υπήρξε διεθνές κέντρο ψυχαγωγίας και ανάπαυσης.

Το Ξενοδοχείο “Αναγέννησις” μαζί με το αεροδρόμιο είναι λέξεις στενά συνδεδεμένες με την ιστορία του Ορεινού Σαραντάπηχου της δεκαετίας του 30.

Η πορεία μας θα ξεκινήσει λίγο πριν από το χωριό, και με ελαφρά ανηφορική κλήση θα φτάσουμε στην επίπεδη κορυφογραμμή με την ιδιαίτερη θέα στον Κορινθιακό κόλπο, αλλά και προς την Μεγ.Ζήρεια, καθώς και το Μαύρο Όρος.

Περπατώντας θα φτάσουμε στο πυροφυλάκειο που έχει θέα περιμετρικά στην περιοχή και προς τα χωριά Περθόρι, Σελιάνα, Σινεβρό.

Συνεχίζοντας έχουμε κατηφορική πορεία με εξαιρετική θέα, και δυνατότητα μετά από λίγο όσα άτομα δεν θέλουν να συνεχίσουν την πορεία να μπούνε στο λεωφορείο.

Τα υπόλοιπα άτομα συνεχίζουμε για ακόμη δύο χλμ ακόμη την πορεία και στη συνέχεια μπαίνουμε κι εμείς στο λεωφορείο, για να μεταβούμε στην Ευρωστίνη (Ζάχολη) που είναι ένα πολύ όμορφο χωριό με πολλά νερά, και δέντρα οπωροφόρα, καθώς και την μοναδική εκκλησία με τους 17 τρούλους, και τρεις τράπεζες.

Κι εδώ θα ενθουσιαστείτε από αυτά που θα δείτε, και σε λίγο φτάνοντας στο μαγικό ρέμα των μύλων δεν θα θέλετε να φύγουμε από την περιοχή, η οποία ενδείκνυται και για πικ-νίκ για όσα άτομα ενδιαφέρονται, τα υπόλοιπα μπορούν να εξυπηρετηθούν από τις δύο ταβέρνες που υπάρχουν στο χωριό.

Παίρνοντας το δρόμο της αναχώρησης θα κάνουμε στάση σε ένα ακόμη αξιόλογο μνημείο που είναι η Παναγία των καταφυγίων σκαμμένη μέσα στο κοίλωμα των βράχων, Πρόκειται για ένα από τα πιο μοναδικά βυζαντινά μνημεία της περιοχής, την «Παναγία Καταφυγιώτισσα» Ζάχολης, που «κρέμεται» στα βράχια του βουνού, σε βάθος 40 μέτρων. και ξεκίνησε να χτίζεται το 1782.

Στη συνέχεια η θέα που συνεχίζει να είναι συναρπαστική προς τον Κορινθιακό κόλπο, και τα παράλια της Ρούμελης, μέχρι χαμηλά στο Δερβέني που θα μπούμε στον αυτοκινητόδρομο για Αθήνα.

Ενδείκνυται και για αρχάριους.

Στοιχεία διαδρομής :

- Απόσταση 7 – 9 χλμ
- Διάρκεια διαδρομής 4 ώρες με στάσεις
- Βαθμός Δυσκολίας 1
- Θετική υψομετρική 100
- Αρνητική υψομετρική 400

**Ώρα αναχώρησης 07:00 από μετρό Χαλανδρίου,
07:10 από μετρό Δουκίσσης Πλακεντίας
08:00 από Ισθμό Κορίνθου**

Για περισσότερες πληροφορίες και κράτηση θέσεων στείλτε μήνυμα μέσω inbox ή στο mail η επικοινωνήστε στο τηλ: 6974999545 cosmote Σωτήριος Μανικας Οι κρατήσεις των θέσεων θα γίνονται τηλεφωνικά στον διοργανωτή.

Κυριακή 16 Ιουνίου 2024 Ποταμοδιάσχιση στο Σεργουλοπόταμο



Οι Δραπέτες Χαλανδρίου την Κυριακή 16 Ιουνίου σας προσκαλούν σε μια υπέροχη δροσερή εξόρμηση με πρωταγωνιστή το υγρό στοιχείο.

Θα αφήσουμε στην ντουλάπα τα ορειβατικά μας και με απαραίτητο εξοπλισμό μαγιό & πετσέτα θα πραγματοποιήσουμε την πρώτη ποταμοδιάσχιση του καλοκαιριού στον Σεργουλοπόταμο!!

Ετοιμαστείτε για πλατσούρισμα στα καθαρά γαργάρα νερά του, στους καταρράκτες του και βουτιές στις φυσικές πισίνες του!

Τα τεράστια πλατάνια, η ποικιλία της βλάστησης και τα στενά σημεία του ποταμού δημιουργούν ένα τοπίο απaráμιλλης φυσικής ομορφιάς που θα ικανοποιήσει και τους πιο απαιτητικούς φυσιολάτρες!

Στο river trekking συνήθως χρησιμοποιούμε παπούτσια ποταμοδιασχίσης ή αθλητικά διότι όταν τα μπotaκια βραχούν γίνονται βαριά και μας δυσκολεύουν στο κολύμπι!

Στοιχεία διαδρομής :

- Απόσταση 4,5χλμ.
- Βαθμός Δυσκολίας 1
- Θετική υψομετρική 100
- Αρνητική υψομετρική 100

**Ώρα αναχώρησης 07:00 από μετρό Χαλανδρίου,
07:10 από μετρό Δουκίσσης Πλακεντίας**

Για περισσότερες πληροφορίες και κράτηση θέσεων στείλτε μήνυμα μέσω inbox ή στο mail η επικοινωνήστε στο τηλ: 6974999545 cosmote Σωτήριος Μανικας Οι κρατήσεις των θέσεων θα γίνονται **τηλεφωνικά** στον διοργανωτή.

**Τριήμερο Αγίου Πνεύματος στα Ζαγοροχώρια
Δρακόλιμνη Τύμφης – Rafting στον Βοιδομάτη ποταμό
22-23-24 Ιουνίου 2024**



Οι Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου θα μας ταξιδέψουν στα όμορφα και γραφικά Ζαγοροχώρια! Αυτή τη φορά θα ανέβουμε ως τη Δρακόλιμνη της Τυμφης!!

Ο μύθος λέει οτι στη δρακόλιμνη της Τύμφης και στη δρακόλιμνη του Σμόλικα κατοικούσαν δύο δράκοι, οι οποίοι είχαν έχθρα μεταξύ τους και κάθε φορά που αγρίευαν εκτόξευαν πέτρες ο ένας στον άλλο. Σύμφωνα με τους ντόπιους, ο μύθος αυτός εξηγεί το γεγονός πώς οι όχθες της Δρακόλιμνης του Σμόλικα έχουν άσπρο χρώμα με διάσπαρτες μαύρες πέτρες, ενώ οι όχθες της λίμνης της Τύμφης μαύρο χρώμα με διάσπαρτες άσπρες πέτρες!

Η Δρακόλιμνη βρίσκεται σε αλπικό λιβάδι σε υψόμετρο 2.050 μ., στον ορεινό όγκο της Τύμφης, μεταξύ του ποταμού Αώου και του παραπόταμου του Βοϊδομάτη, στην προστατευόμενη περιοχή της Βόρειας Πίνδου, ΒΔ της ψηλότερης κορυφής Γκαμήλα (2.497 μ.). Έχει ελλειψοειδές σχήμα, έκταση περίπου 5 στρέμματα και βρίσκεται δίπλα στον γκρεμό, πάνω από τον Αώο ποταμό. Το τοπίο γύρω από την λίμνη, γυμνό, αλλά ταυτόχρονα εντυπωσιακό, σπάνιας ομορφιάς, με καταπληκτική πανοραμική θέα των κορφών του βουνού.

Η διαδρομή είναι συναρπαστική αλλά και επίπονη για κάποιον που δεν έχει προηγούμενη εμπειρία, ωστόσο αν είσαι σε καλή φυσική κατάσταση αξίζει να το δοκιμάσεις. Η ομορφιά του τοπίου που σου αποκαλύπτεται όταν φτάσεις, σε ανταμείβει.

Το μονοπάτι ξεκινά από το Μικρό Πάπιγκο με σήμανση O3 και αρχικά είναι μέσα σε δάσος, ενώ συνεχίζει σε ένα “γυμνό” τοπίο. Είναι καλά σημαδεμένο, με κόκκινη μπογιά πάνω στους βράχους. Η διαδρομή είναι απλή και προσβάσιμη, αλλά επειδή διαρκεί πολλές ώρες είναι εξαντλητική. Για να φτάσουμε από το Μικρό Πάπιγκο στην Δρακόλιμνη χρειάζεται 5+ώρες.

1η ημέρα 22/06/2024

Αναχώρηση από μετρό Χαλανδρίου στις 6:30πμ και από μετρό Δουκίσσης Πλακεντίας στις 6:45πμ με προορισμό την υπέροχη πόλη των Ιωαννίνων.

Άφιξη περίπου στις 13:00 όπου θα έχουμε ελεύθερο χρόνο να απολαύσουμε τη λίμνη Ιωαννίνων, το περίφημο κάστρο, το νησάκι της κυρα Φροσύνης και ο,τι επιθυμεί ο καθένας μας. (φαγητό, καφέ κτλ)

Στις 16:30 αναχωρούμε για το γραφικό χωριό Αρίστη, στο ξενοδοχείο μας **“Ταξίαρχες”**, για τακτοποίηση στα δωμάτια. Ελεύθερος χρόνος και ξεκούραση στο όμορφο Ζαχοροχώρι!!

2η μέρα 23/06/2024

Πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχώρηση για το μικρό Πάπιγκο(960μ).

Ακολουθεί η ανάβαση σε 3,5 – 4 ώρες περίπου στο καταφύγιο της Αστράκας στα 1950μ, ξεκινώντας μέσα από το χωριό, σε πλατύ και όμορφο μονοπάτι δασωμένο στην αρχή, αλπικό στην συνέχεια περνώντας από τις τέσσερις πηγές της διαδρομής την Αβραγωνία κοντά στο χωριό, την Αντάλη στα 1.200μ, την Τράφο στα 1520μ και την Κρούνα. Από εδώ πλέον διακρίνεται καθαρά το καταφύγιο πάνω στον αυχένα της κορυφογραμμής αλλά δεν πρέπει να μας ξεγελάει η φαινομενικά μικρή απόσταση γιατί μέχρι εκεί απαιτούνται άλλα 45 λεπτά ανηφορικής πορείας.

Στοιχεία διαδρομής

Ώρες πεζοπορίας :3,5 -4 ώρες (μέχρι το καταφύγιο της Αστράκας)

Χιλιομετρική απόσταση : 8,5χλμ

Βαθμός δυσκολίας 1+

Υψομετρική ανάβαση 990μ

Μετά την άφιξη μας στο καταφύγιο και αφού πάρουμε τις ανάσες μας θα χαλαρώσουμε και ύστερα από 40 λεπτά ξεκούρασης, θα ξεκινήσουμε την διαδρομή μας για τη διάσημη Δρακόλιμνη της Τύμφης που έχοντας πολύ χρόνο μπροστά μας για να απολαύσουμε την ομορφιά του τοπίου, με φόντο μπροστά μας το “τσεκούρι” της Γκαμήλας (2497μ), η ψηλότερη κορυφή του βουνού.. Επιστροφή στο καταφύγιο.

Στοιχεία διαδρομής

Ώρες πεζοπορίας :3 ώρες

Χιλιομετρική απόσταση : 6χλμ μπρος πίσω

Βαθμός δυσκολίας 1+

Υψομετρική ανάβαση 300μ

Μόλις φτάσεις στα 2.050 μ υψόμετρο συναντάς την Δρακόλιμνη με τους τρίτωνες, τους οποίους οι ντόπιοι ονομάζουν “δρακάκια” και από αυτό πήρε το όνομά της η λίμνη.

Επιστροφή στο Πάπιγκο για φαγητό και αναχώρηση στο ξενοδοχείο μας στην Αρίστη για ξεκούραση!

3η ημέρα 24/06/2024

Πρωινό στο ξενοδοχείο μας και αναχώρηση για το rafting στο Βοϊδομάτη ποταμό!!

Η πανέμορφη αυτή υδάτινη διαδρομή περνά μέσα από την καρδιά του **Εθνικού Δρυμού Βίκου-Αώου**. Ο ποταμός **Βοϊδομάτης** πηγάζει κοντά στο χωριό Βίκος του κεντρικού Ζαγορίου και αφού διασχίζει το καταπράσινο Φαράγγι του Βίκου συναντιέται με τον Αώο στην κοιλάδα της Κόνιτσας. Περιστοιχισμένος από ένα σπάνιο φυσικό περιβάλλον, τεράστιας οικολογικής αξίας, ο Βοϊδομάτης μας χαρίζει αξέχαστες εμπειρίες. Κατά τη διάρκεια της κατάβασης μας περνούμε μέσα από αιωνόβια πλατάνια, σπηλιές και τοξωτά γεφύρια. Οι πιο τολμηροί μπορούν να κάνουν και βουτιές στα κρυστάλλινα και παγωμένα νερά του ποταμού.

Η κατάβαση μας ξεκινά από το **Γεφύρι της Αρίστης** και τελειώνει μετά το πέτρινο μονότοξο Γεφύρι της **Κλειδωνιάς**, ακριβώς κάτω από τη βάση μας. Τα 6 χλμ. της διαδρομής κυλούν χωρίς ιδιαίτερες τεχνικές απαιτήσεις και δυσκολίες. Λίγο πριν το τέλος της διαδρομής υπάρχει και το εξαιρετικά διασκεδαστικό πέρασμα ενός μικρού τεχνητού καταρράκτη, ως επιστέγασμα μιας συναρπαστικής ημέρας! Η διαδρομή είναι ιδανική για αρχάριους που θέλουν να γνωρίσουν τη δραστηριότητα του rafting, χωρίς να έχουν προηγούμενη εμπειρία.

Μετά το τέλος του rafting , και για όποιον επιθυμεί , θα κάνουμε μια μικρή πεζοπορία 5 χλμ από το Γεφύρι της Αρίστης μέχρι τη Κλειδωνιά. (Ανάλογα τον χρόνο που θα έχουμε στη διάθεση μας). Μια εύκολη διαδρομή για όλους!!

Μετάβαση για το κέντρο των Ιωαννίνων για φαγητό (μια ώρα περίπου) και μετά επιστροφή για το Χαλάνδρι γύρω στις 22:00.

ΠΡΟΣΟΧΗ

Η συγκεκριμένη εξόρμηση απευθύνεται σε άτομα με πολύ καλή φυσική κατάσταση

Για περισσότερες πληροφορίες και κράτηση θέσεων στο mail η επικοινωνήστε στο τηλ: 6974999545 cosmote Σωτήριος Μανίκας Οι κρατήσεις των θέσεων θα γίνονται τηλεφωνικά στον διοργανωτή και μόνο με προκαταβολή 80ευρω για έγκυρη κράτηση.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ! Όρεξη για περπάτημα και περιπέτεια! Σακίδιο πλάτης , νερό,σνακ , μποτάκια πεζοπορίας, μπατόν , αδιάβροχο ,προσωπικό φαρμακείο **-επιπλέον ρουχισμός και παπούτσια για την επιστροφή** (καλό θα είναι να τα αφήσουμε στο πούλμαν). - Το όχημα μεταφοράς θα μας περιμένει στο τέλος της διαδρομής όπου και θα ολοκληρώσουμε τη δραστηριότητά μας, οπότε αφήνουμε στο όχημα ότι δεν μας είναι απαραίτητο για την πεζοπορία.

Ο αρχηγός της εκδρομής έχει το δικαίωμα, να τροποποιήσει ή να ματαιώσει ένα πρόγραμμα που είναι σε εξέλιξη ή πριν την έναρξη αυτού, για λόγους ασφάλειας ή ανωτέρας βίας (φυσικές καταστροφές, ακατάλληλες καιρικές συνθήκες, κλπ). Όποιος συμμετέχει, γνωρίζει τις απαιτήσεις και την επικινδυνότητα της δραστηριότητας στην οποία συμμετέχει και αναλαμβάνει ατομικά την ευθύνη της συμμετοχής του στην δραστηριότητα, όπως άλλωστε προβλέπεται από την διακήρυξη του Τυρόλου 8η Σεπτεμβρίου 2003 Παράρτημα 1 – Άρθρο 1 - Περί Ατομικής Ευθύνης,

αποδεχόμενος τους κινδύνους που ενέχει καθώς και την ευθύνη για την ασφάλειά του. Επίσης όσοι συμμετέχουν στις εκδρομές και βγάζουμε φωτογραφίες, αποδέχονται και την ανάρτηση στο διαδίκτυο (εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης).). Επίσης πρέπει να έχουν άριστη σωματική & ψυχική υγεία και να ενημερώνουν τον αρχηγό για τυχόν αλλεργίες, ασθένειες.

Κανόνες Συμμετοχής στις δράσεις:

-Σκοπός της εκδρομής οι δραστηριότητες στην Ελληνική φύση, πεζοπορία, αναψυχή, ωραίες στιγμές με την παρέα μας, δυνατές φιλίες, ακολουθώντας τους κανόνες συμμετοχής για ασφαλή και ευχάριστη εμπειρία.

-Κάθε συμμετέχων στις δραστηριότητες της Ομάδας αποδέχεται ανεπιφύλακτα ότι φέρει όλη την ευθύνη σε περίπτωση ατυχήματος που οφείλεται σε υπαιτιότητά του. Ν' αναφέρεται πιθανόν τραυματισμός. Ακολουθούμε πιστά τις οδηγίες του αρχηγού - οδηγού βουνού και οι συμμετέχοντες οφείλουν να τον υπακούουν για την ομαλή ολοκλήρωση της εκδήλωσης μας.

Όπως:

Προβλεπόμενη ένδυση για πεζοπορία

- **Τηρούμε το ρυθμό βαδίσματος.**
- **Οπτική επαφή με τον μπροστινό μας.**
- **Αναμονή για τον Υπαρχηγό που είναι τελευταίος στην ομάδα αν χαθεί κάποιος.**
- **Δεν προσπερνά κανείς τον αρχηγό ή μένει πίσω από το Υπαρχηγό.**
- **Τηρούμε τους χρόνους που ορίζει ο αρχηγός.**
- **Προσέχουμε να μην μολύνουμε και καταστρέφουμε το περιβάλλον.**
- **Με την συμμετοχή σας αποδέχεστε και τους κανόνες συμμετοχής.**

Καλή διάθεση..... και.....χαμόγελα απαραίτητα για την επιτυχία της εκδρομής

Για περισσότερες πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής :

- στο email : drapetesthspolis@gmail.com
- στο τηλ. :6974999545 - Σωτήρης Μανίκας
- στο facebook : Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου

Οι ΔΡΑΠΕΤΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ ευχαριστούν ιδιαίτερα όλα τα τοπικά μέσα ενημέρωσης για την στήριξη τους με την ανάδειξη και προβολή των δράσεων του συλλόγου.

Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου

Αρ.Μητρώου Σωμ.34008

Έδρα Χαλάνδρι Αττικής