

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΝΑΒΑΣΕΩΝ Α ΕΞΑΜΗΝΟΥ 2011
ΜΑΡΤΙΟΣ 2011

ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΦΟΛΩΗΣ – ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ (Γούμερο Ηλείας)

Σ/Κ/Καθαρή Δευτέρα 05-06-07/03/2011

Σάββατο: Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για οροπέδιο Φολόης. Πεζοπορία στο επιβλητικό μονοπάτι της Φολόης. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α.
Διαμονή σε δωμάτια, ή σκηνές στο χωριό Γούμερο.
Κυριακή: Πεζοπορία στο ορεινό μονοπάτι του Ερύμανθου μέσα σε ελατοδάσος στην Κρύα Βρύση Τσιπιανά. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α.
Καθαρή Δευτέρα: Πεζοπορία στο μονοπάτι στον πυρήνα του δρυοδάσους της Φολόης. Ω.Π.: 3 Β.Δ.: Α
Φαγητό κ **Επιστροφή** Αθήνα.
Αρχηγός: Παναγιώτης Αχιλλεόπουλος.
Πληροφορίες στη γραμματεία του συλλόγου.

ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ

Κυριακή – Καθαρή Δευτέρα 06-07/03/2011

Αναχώρηση ώρα 06:30 από Σύνταγμα για Καλέτζα. Διάσχιση του Ερύμανθου κορυφογραμμή κατάβαση Μογκίλες.
Ω.Π.: 1^η μέρα 9-10 κ 2^η μέρα 8 Β.Δ.: Β ή Γ.
Διανυκτέρευση στην πορεία σε σκηνές ή μπιβουάκ . Εξοπλισμός χειμερινού Βουνού που έχουμε μαζί μας στην πορεία.
Συεννόηση με τον Αρχηγό απαραίτητη.
Αρχηγός : Μιχάλης Κόταρης 2108824331.

ΥΜΗΤΤΟΣ

Κυριακή 06/03/2011

Διάσχιση της κορυφογραμμής του Υμηττού.
Αναχώρηση ώρα 07:00 από το Σύνταγμα για τη μονή Αγ.Ιωάννου Κυνηγού. (Αγ.Παρασκευή) Κορακοβούνι-ΟΤΕ- Κορυφή Εύζωνος(1026μ.)- Κατάβαση στο οροπέδιο Σέσι-Διάσελο Σταυρός-Ανάβαση της Μαυροβούννας(770μ.) κ κατάβαση από ρέμα Βαρελά στην Τερψιθέα. Ω.Π.: 9 Β.Δ.: Β
Εναλλακτικά κατάβαση στην Καισαριανή από ΟΤΕ. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α
Απαιτείται καλή φυσική κατάσταση.
Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Γιώργος Δελήμπασης

ΠΑΡΝΗΘΑ

Δευτέρα 07/03/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα.
Διαδρομή: Χούνι-Μπάφι-Καραμπόλα-Μόλα-Σφενδάλι. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α
Αρχηγοί: Γιώργος Δελήμπασης - Στέφανος Γιάννου

Τρίτη 08/03/2011 Προβολές:

ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Σ. Νικολακάκη-Σ. Ζαχαριάς-Μ. Κανελίδου: Η σπηλαιολογική δράση του ΣΕΛΑΣ

ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙ Κορινθίας

Σάββατο 12/03/2011

Αναχώρηση ώρα 7:00 από Σύνταγμα για διάσελο Καστανιάς. Πορεία στην κορυφή 1694μ. κατάβαση στο Μάτι κ' φαγητό στην Λαύκα. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Δ.Σ.

ΟΡΟΣ ΑΚΟΝΤΙΟΝ ΒΟΙΩΤΙΑΣ

Κυριακή 13/03/2011

**Αναχώρηση ώρα 7:00 από Σύνταγμα για τον Αρχαιολογικό χώρο του Ορχομενού (Θολωτός Τάφος Μινύου κ Πηγή των Χαρίτων).
Ανάβαση στο Αρχαίο Φρούριο, διάνυση της κορυφογραμμής του όρους κ κατάβαση στο χωριό Ακόντιο. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Νίκος Ασκερίδης**

**Τρίτη 15/03/2011 Προβολές:
ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Κηρύκος Παπαϊωάννου-Ζέτα Κωστοπούλου-Αντώνης Βόμβας:
Αναρρίχηση στο Δόντι του Γίγαντα (4013μ.) στο συγκρότημα του Mont Blanc κ' την κοιλάδα της Αόστα.**

ΓΕΡΑΝΕΙΑ Κορυφή ΜΑΚΡΥΠΛΑΓΙ 1369μ.

Σάββατο 19/3/2011

**Αναχώρηση ώρα 7:00 από Σύνταγμα για Αγ. Θεοδώρους. Πορεία Ντάρτιζα-Ρέμα Παπα-Τρείς πόρτες. Προαιρετικά ανάβαση στην κορυφή (οι υπόλοιποι περιμένουν στην πηγή Γκούρα 2 ώρες με φαγητό και ρούχα)-Αλεποχώρι. Φαγητό στο Αλεποχώρι. Ω.Π.: 7 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Δ.Σ.**

ΜΑΙΝΑΛΟ

Κυριακή 20/03/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα
Διάσχιση Μαιναλου από Αλωνίσταινα στο Οροπέδιο. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου - Νίκος Συγκελάκης - Βάγιας Νικολαϊδης**

**Τρίτη 22/03/2011 Προβολές:
ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου: ΑΓΡΑΦΑ**

ΟΛΥΜΠΟΣ

Π/Σ/Κ 25-26-27/03/2011

**Αναχώρηση Παρασκευή ώρα 07:00 από Σύνταγμα για Λιτόχωρο.
Παρασκευή: Ανάβαση από τη Γκορτσά-Πετρόστρουγγα-Σκούρτα.
Διανυκτέρευση στο καταφύγιο. Ω.Π.: 7-8
Σάββατο: Αναβάσεις στις γύρω κορυφές του Ολύμπου. Ω.Π.: 7
Κυριακή: Κατάβαση από Γκορτσά κ' επιστροφή στην Αθήνα. Ω.Π.: 6
Βαθμός Δυσκολίας: Δ
Απαιτείται πλήρης χειμερινός εξοπλισμός.
Αρχηγοί: Γιώργος Τζεφεράκος - Άγγελος Χωραφάς - Βαγγέλης Σταυρουλάκης.**

ΠΑΡΝΗΘΑ Ασπρόπυργος-Φυλή

Παρασκευή 25/03/2011

**Αναχώρηση ώρα 08:00 από Σύνταγμα. Πορεία Ασπρόπυργος – Νερογραμμή-Μ. Κλειστών- Άρμα –Π.Κελαιδών-Φυλή. Ω.Π.: 8 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Δ.Σ.**

ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ ΔΙΑΣΧΙΣΗ

Σάββατο 26/03/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Πλαταιές. Πορεία Μ. Αγ Νεκταρίου – Καραμπέτσι – τρεις γυναίκες (1407-1358)-καταφύγιο Βαγγέλης Τσάκος –Βίλια. Και φαγητό . Ω.Π.: 7 Β.Δ.: Α.
Αρχηγοί: Δ.Σ.**

ΛΟΥΣΙΟΣ

Κυριακή 27/03/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα.

Διάσχιση του φαραγγιού του Λούσιου από Αρχαία Γόρτυνα πρὸς Δημητσάνα, με ενδιάμεσες στάσεις στις μονές Προδρόμου κ Φιλοσόφου, καθώς κ Κρυφό Σχολειό. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
 Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου - Παναγιώτης Μπουραντάνης

Τρίτη 29/03/2011 Προβολές:
 ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
 ώρα 20:30 Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου: ΒΑΡΔΟΥΣΙΑ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2011

ΟΡΘΟΛΙΘΙ ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ

Σάββατο 02/04/2011

Αναχώρηση ώρα 06:30 από Σύνταγμα. Ανάβαση από τον οικισμό χώρα Αργολίδος στην Κορυφή κ επιστροφή. Φαγητό στην Τραχιά. Ω.Π.: 5.30 Β.Δ.: Β
 Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Γιώργος Δελημπασης

ΖΑΡΟΥΧΛΑ – ΣΟΛΟ

Κυριακή 03/04/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα
 Διάσχιση Ζαρούχλα-Σόλο. Από κοινού με τον Ε.Ο.Σ. Κορινθου. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α
 Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου

Τρίτη 05/04/2011 Προβολές:
 ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
 ώρα 20:30 Γιώργος Σιδηράς: Κάιρο – Αλεξάνδρεια – Ερυθρά Θάλασσα

ΒΟΥΡΑΙΚΟΣ

Σάββατο 09/04/2011

Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Διακοφτό. Πορεία έως Καλάβρυτα , φαγητό και επιστροφή. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.
 Αρχηγοί: Δ.Σ.

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΠΑΡΝΗΘΑ

Κυριακή 10/04/2011

Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα. Φρούριο Αρχαίας Δεκελείας-Ρέμα Χάραδρος-Μόλα-Καταφύγιο Μπάφι. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α
 Αρχηγοί: Νίκος Ασκερίδης - Στέφανος Γιάννου

Τρίτη 12/04/2011 Προβολές:
 ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
 ώρα 20:30 Γιώργος Πρίντεζης συντονιστής , Γιώργος Κυπραίος αν. καθηγητής ακραίων σπόρ ΤΟΔΑ, Μάριος Παπαλουκάς επ. καθηγητής Αθλ. Δικαίου ΤΟΔΑ : Η προβληματική επί των Ορειβατικών Σωματείων στο νέο Εθνικό Αθλητικό Σχεδιασμό (κατηγοριοποίηση των ομοσπονδιών εσωτ. Εγκύκλιος 1-2010 Γ.Γ.Α.).

ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ

Σάββατο 16/04/2011

Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Καλλίδρομο. Ανωπαία Ατραπός – Μονοπάτι Εφιάλτη. Σημείο εκκίνησης Ι.Μονή Δαμάστας και σημείο τερματισμού Θερμοπύλες. Ω.Π.: 6 Β.Δ.:Α
 Αρχηγοί: Νίκος Διονυσόπουλος

ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΣΚΙ. ΧΑΡΑΔΡΑ ΒΕΛΙΤΣΑΣ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/04/2011

Αναχώρηση ώρα 06:00 από Σύνταγμα για Κελλάρια Παρνασσού. Θα γίνουν

δεκτοί μόνο όσοι έχουν ορειβατικά σκί. Διαδρομή από κορυφή πίστας <ΒΑΚΧΟΣ> του χιονοδρομικού κέντρου για κορυφή ΤΣΑΡΚΟ και κατάβαση χαράδρας Βελίτσας – Μοναστήρι .
ΑΡΧΗΓΟΣ : ΘΕΜ. ΜΥΣΤΡΙΩΤΗΣ

ΜΑΙΝΑΛΟ

Κυριακή 17/04/2011

**Αναχώρηση ώρα 7:00 από Σύνταγμα για καταφύγιο Μαινάλου.
 Ανάβαση από το καταφύγιο του Μαινάλου στην κορυφή Οστρακίνα κ
 κατάβαση στο Λεβίδι. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α
 Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου – Γιώργος Τζεφεράκος**

Τρίτη 19/04/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ &
 ΠΑΣΧΑ: ΠΥΡΗΝΑΙΑ-ΤΟΣΚΑΝΗ-ΝΕΣΤΟΣ**

ΔΕΛΦΟΙ-ΔΕΣΦΙΝΑ

Κυριακή 24/04/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για τους Δελφούς.
 Κατάβαση στο Βαθύρεμα κ διασταύρωση του ποταμού Πλείστου.
 Ανάβαση του υψώματος Πατησιά (800μ.) - κατάβαση στον Αγ.Στέφανο κ
 ανάβαση στη Δεσφίνα. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
 Αρχηγός: Αθανάσιος Ποντίκας - Στέφανος Γιάννου**

ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ΠΑΣΧΑ 2011 ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΙΤΑΛΙΑ Απεννίνα

22-4-2011 έως 1-5-2011 ΤΟΣΚΑΝΗ--ΟΥΜΠΡΙΑ

Ο ΕΟΣ Αθηνών διοργανώνει για φέτος το Πάσχα ένα ταξίδι 10 ημερών στη Κεντρική Ιταλία στις περιοχές της Τοσκάνης και Ούμπρια με πρόγραμμα πεζοπορικό και ορειβατικό. Διαδρομές:

- 1^η ημέρα Αναχώρηση ώρα 09:00 για Πάτρα και πλοίο.**
- 2^η ημέρα Άφιξη στην Ανκόνα και συνέχεια στο Κιούζικαι Σαν Κηρύκο.**
- 3^η ημέρα ΠΑΣΧΑ στα χαρακτηριστικά τοπία της Τοσκάνης.**
- 4^η ημέρα Ανάβαση της κορυφής του Σβησμένου ηφαιστείου Μόντε Αμιάτα.**
- 5^η ημέρα στην περιοχή Κρέτε Σιένα.**
- 6^η ημέρα στο Σαν Τζιμιναάνο και Λούκα.**
- 7^η ημέρα στην Λούκα .**
- 8^η ημέρα στην Ασίζη.**
- 9^η ημέρα στην Ανκόνα και στο πλοίο 10^η ημέρα επιστροφή Αθήνα.**

Κόστος ταξιδιού: 750-800 ευρώ

Μετακινήσεις: Με φέρρου-μποτ Πάτρα-Ανκόνα-Πάτρα και με ελληνικό πούλμαν όλες οι οδικές μεταφορές.

ΠΟΤΕ: Από Μ. Παρασκευή 22 Απριλίου έως Κυριακή 1 Μαΐου

ΔΙΑΡΚΕΙΑ : 10 ημέρες (4 εργάσιμες)

ΠΩΣ: Με άνετο σύγχρονο πούλμαν από Ελλάδα όλες οι οδικές διαδρομές

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ: Όλες τις οδικές, μεταφορές, τα εισιτήρια του φέρρου σε τετράκλινη εσωτερική καμπίνα, όλες τις διανυκτερεύσεις σε ξενοδοχεία 3 * με πρωινό, τοπικούς ξεναγούς, τις εισόδους σε εθνικά πάρκα ,τοπικούς οδηγούς βουνού όπου χρειαστεί , ταξιδιωτική ασφάλιση φιλοδωρήματα, αρχηγό-συνοδό του ΕΟΣ Αθηνών , έντυπα και χάρτες.**

ΔΕΝ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ: Γεύματα και δείπνα, εισόδους σε μουσεία και αρχαιολογικούς χώρους, διάφορα μονόκλινο δωμάτιο, προσωπικά έξοδα.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ: Το ταξιδιωτικό γραφείο ΣΠΥΡΟΣ ΛΕΩΝΙΔΑΚΟΣ (Αχαρνών 56)

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Από τις 26 Ιαν. στη γραμματεία του ΕΟΣ Αθηνών. Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας που εξασφαλίζεται με τη πληρωμή προκαταβολής 300 ευρώ ως τις 4 Μάρτιου. Είναι απαραίτητο όλοι οι συμμετέχοντες να είναι μέλη του ΕΟΣ Αθηνών. Όσοι δεν είναι ,μπορούν να συμμετάσχουν αφού γραφτούν μέλη .

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ: Θα γίνουν 3 ενημερωτικές συναντήσεις στα γραφεία του συλλόγου. Η πρώτη θα γίνει την Πέμπτη 17/02 ώρα: 20:00
Αρχηγός ΕΟΣ Αθηνών : Γιάννης Κορνάρος - Βαγγέλης Σταυρουλάκης

**ΠΑΣΧΑ 2011 ΚΑΠΠΑΔΟΚΙΑ-ΟΡΟΣ ΝΕΜΡΟΥΤ-
ΤΑΦΟΙ ΜΙΔΑ**

20/4/2011-1/5/2011

20/4 Μεγ. Τετάρτη: Αναχώρηση από Πειραιά το απόγευμα για Χίο
 21/4 Μεγ. Πέμπτη: Άφιξη ξημερώματα στη Χίο και στις 8.00 αναχώρηση για Τσέσμε- Παμούκαλε- Ιεράπολη .
 22/4 Μεγ. Παρασκευή: πεζοπορία στην Σαγαλασσού, από τις πολύ καλά διατηρημένες η οποία άνοιξε πρόσφατα στους επισκέπτες. Στη συνέχεια αναχώρηση για την λίμνη όπου και διανυκτέρευση.
 23/4 Μεγ. Σάββατο: Trekking (καιρού επιτρέποντος) στην περιοχή Εγυρντίρ.
 24/4Κυριακή Πάσχα: Trekking στην λίμνη άλατος και στο Περίστρεμμα (3 ώρες περίπου).
 25/4 Δευτέρα: Καππαδοκία.
 26/4 Τρίτη: Αναχώρηση για Καισάρεια και το όρος Νέμρουτ. Διανυκτέρευση Αντίγιμαν.
 27/4 Τετάρτη: Ανάβαση ξημερώματα στο Νέμρουτ
 28/4 Πέμπτη: Περιήγηση Σεβάστειας με τα περίφημα Σελτσουκικά μνημεία και τις ιαματικές πηγές και αναχώρηση για Άγκυρα όπου και διανυκτέρευση.
 29/5 Παρασκευή: Περιήγηση Άγκυρας και του μουσείου Ανατολικών πολιτισμών και αναχώρηση για Εσκίσεχιρ όπου και διανυκτέρευση.
 30/4 Σάββατο: Εσκίσεχιρ.
 1/5 Κυριακή: Κιουτάχια Χίο και αναχώρηση για Πειραιά.
 Τα χιλιόμετρα είναι αρκετά. Όπως φαίνεται διασχίζουμε την μισή Τουρκία. Αλλά οι εντυπώσεις είναι ποικίλες.
ΤΙΜΗ:1250 ΕΥΡΩ κατ' άτομο σε δίκλινο Διαφορά σε μονόκλινο 250 ΕΥΡΩ
Περιλαμβάνονται:
 Εισιτήριο Πειραιά-Χίο. Τσέσμε με επιστροφή με πλοίο σε οικονομική θέση.
 Μεταφορές
 Ξενοδοχεία με ημιδιατροφή
 Ξεναγός
 Ο αρχηγός για το trekking
 Ασφάλεια
 Αρχηγός-συνοδός
 Δεν περιλαμβάνονται :
 1)οι εισοδοί σε μουσεία και αρχαιολογικούς χώρους
 2)φιλοδωρήματα
ΠΡΟΚΑΤΑΒΟΛΗ: 700 ΕΥΡΩ 15 ΜΑΡΤΙΟΥ
ΕΞΟΦΛΗΣΗ: 12 ΑΠΡΙΛΙΟΥ
ΟΡΓΑΝΩΣΗ: Το ταξιδιωτικό γραφείο ΣΠΥΡΟΣ ΛΕΩΝΙΔΑΚΟΣ.

Μ. Παρασκευή-Μ. Σάββατο-Κυριακή Πάσχα-Δευτέρα 22-23-24-25/04/2011

ΕΛΛΑΔΑ ΠΑΣΧΑ 2011 ΝΕΣΤΟΣ Λειβαδίτης- Αγγίτης- Παρθένο δάσος

Αναχώρηση ώρα 08:00 από Σύνταγμα Μ. Παρασκευή για διαδρομές:

1^η ημέρα Σπήλαιο Αλιστράτη ποτάμι Αγγίτη παλαιολιθικά σχήματα

2^η ημέρα Δασικό Χωριό Ερυμάνθου -Καταρράκτης Λειβαδίτη

3^η ημέρα Στενά Νέστου

4^η ημέρα Αισθητικό δάσος Νέστου , Παρθένο δάσος , Επιστροφή.

Διαμονή σε Δωμάτια. Ω.Π.:5 Β.Δ.:Α

Αρχηγοί : Μανώλης Μανιός - Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου

ΜΑΙΟΣ 2011

Στα Μονοπάτια του Αχιλλέα

Σ/Κ 30/4- 1/5/2011

(Δυτική Φθιώτιδα) & Στη Βουλγάρα των Αγράφων

Σάββατο: Αναχώρηση με πούλμαν ώρα 07.30 από Κάτω Πατήσια - 07.50 από Πολυδένδρι (το σημείο θα προσδιοριστεί αργότερα). Άφιξη στη Μεγάλη Κάψη

του Δήμου Αγίου Γεωργίου Τυμφρηστού (800μ.). Ανάβαση από δασικούς δρόμους και μονοπάτια προς Αγίους Αποστόλους (1350μ., στους πρόποδες του Τυμφρηστού) και κατάβαση στο ιστορικό Μαυρίλο (880μ.), το άντρο της Φιλικής Εταιρείας. Ω.Π.: 4-5, Β.Δ.: Α. Αναχώρηση για το Δασικό Χωριό Λιβαδάκι, όπου θα γίνει δείπνο και διανυκτέρευση.

Κυριακή: Μετά το πρωινό, αναχώρηση με το πούλμαν ώρα 08.00 προς Μαυρίλο – Νεοχώρι, σύνορα Φθιώτιδος-Ευρυτανίας-Καρδίτσας στη θέση Ζαχαράκι-Ταρζάν (1275μ.). Ανάβαση στην κατάφυτη Βουλγάρα (1650μ.) των Αγράφων και επιστροφή. Μετάβαση με το πούλμαν στην Πτελέα, επίσκεψη στον ακόμα εν ζωή νερόμυλο, φαγητό σε ταβέρνα κι επιστροφή. Ω.Π.:6 Β.Δ.: Α.
Αρχηγοί: Νικόλαος Καρράς.

ΝΤΟΥΡΝΤΟΥΒΑΝΑ (2109)

Κυριακή 01/05/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για λίμνη Δόξας-διάσελο κυνηγού-κορυφή ντουρτουβάνα και επιστροφή. Ω.Π.: 7 Β.Δ.: Β ή Α
Αρχηγοί: Σταύρος Τσερίκης – Παναγιώτης Κωνσταντάκος- Κώστας Μανωλόπουλος.

Τρίτη 03/05/2011 Προβολές:

ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ & ΠΑΣΧΑ: ΠΥΡΗΝΑΙΑ-ΤΟΣΚΑΝΗ-ΝΕΣΤΟΣ

ΜΑΝΗ (ΠΕΡΙΦΑΝΗ ΓΗ)

Σ/Κ 07-08/05/2011

Αναχώρηση από Σύνταγμα για Γερολιμένα (διανυκτέρευση) διαδρομή Πόρτο Στέρνες –Ιερό Ταινάρου Ποσειδώνα(Ψυχοπομπού)-Ιστορικό Φάρο Ταινάρου και επιστροφή από το Νοτιότερο άκρο της Ευρώπης.Ω.Π.:3 Β.Δ.:Α
Κυριακή: πορεία Κίττα (Πολυπυργού)-Αγ. Πελαγία (733μ.)-Ασσωμάτων (Ιστορικό -Τρούλος από ξερολιθιά) –Κίττα. Ω.Π.:5 Β.Δ.:Α.
Μετάβαση στο Πόρτο κάγιο (λιμάνι ορτυκιών) για φαγητό και επιστροφή.
Αρχηγοί: Βάγιας Νικολαΐδης - Νίκος Διονυσόπουλος.

ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ – Διάσχιση

Σάββατο 07/05/2011

Αναχώρηση ώρα 06:30 από Σύνταγμα για Ελευθεροχώρι.
Διαδρομή Ελευθεροχώρι-Λίμνη-κορυφή Γκιορά (1372) –Μεδενίτσα (560).
Ω.Π.:7 Β.Δ.:Β (επιστροφή αργά στην Αθήνα)
Αρχηγοί : Παναγιώτης Μπουραντάνης – Χριστίνα Μαριδάκη.

ΔΙΡΦΥΣ

Κυριακή 08/05/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα
Α' ομάδα από Άνω Στενή θέση του «Γιατρού ή βρύση » ανηφορίζουμε σε δασικό μονοπάτι μέχρι το καταφύγιο του ΕΟΣ Χαλκίδας (1.100) και επιστρέφουμε στην Άνω Στενή
Β' ομάδα από καταφύγιο στην κορυφή Δέλφη και επιστροφή
Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α και για τις δύο ομάδες.
Αρχηγοί: Σταύρος Τσερίκης - Κώστας Μανωλόπουλος

Τρίτη 10/05/2011 Προβολές:

ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Γιάννης Καντούνας για Προτάσεις Αναβάσεων Οκτωβρίου-Φεβρουαρίου , συζήτηση αναβάσεων , Μάθημα για G.P.S.

ΤΑΥΓΕΤΟΣ (Βασιλική ,Βυρός)

Σ/Κ 14-15/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για ΑΡΝΑ Λακωνίας.
Σάββατο: Άρνα -Αι Γιαννάκης-Αγ. Παντελεήμονας (Δάσος Βασιλικής)
διανυκτέρευση σε καλύβες ή σκηνές στο Ε4 Ω.Π.:4 Β.Δ.: Α
Κυριακή: διάσχιση φαραγγιού του Βυρού από το Δάσος Βασιλικής έως το
Εξωχώρι. Ω.Π.: 6 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Σωτήρης Φαληρέας - Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου**

ΚΕΑ (ΤΖΙΑ)

Σάββατο 14/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα και από Λαύριο με πλοίο ώρα 08:00
Διαδρομή: Κορησία-Ιουλιδα- περνάμε από το Μουσείο Ιουλιδας ή Λέων της
Κέας-Ελληνικά – Αρχαία Καρθαία (παραλία) – Κάτω Μεριά ή Σταυρουδάκι.
Ω.Π.:7 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Νίκος Διονυσόπουλος**

ΠΑΡΝΩΝΑΣ

Κυριακή 15/05/2011

**Αναχώρηση από Σύνταγμα ώρα 07:00 για καταρράκτες Λεπίδα. Ω.Π.: 5 Β.Δ.:Α
Αρχηγοί: Γιώργος Στάμου - Α. Μαθιουδάκης- Γιάννης Καντούνας**

Τρίτη 17/05/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Στέφανος Γιάννου: Αμοργός – Παραλίες, Κορυφές κ Ρεματιές της
Αμοργού: 2000-2010**

ΒΑΡΔΟΥΣΙΑ

Π/Σ/Κ 20-21-22/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 17:00 από σταθμό Λαρίσης. Την Παρασκευή το βράδυ
διανυκτέρευση στη Άνω Μουσουνίτσα, το Σάββατο ανάβαση και κατασκήνωση
στη Σκασμένη Στρούγκα, ανάβαση στο Κάτω Ψηλό ή στο Γιδοβούνι. Κυριακή
αναρρίχηση στη κόψη της Πλάκας, κατάβαση στη Μουσουνίτσα και επιστροφή
στη Αθήνα. 24.3.2011 συνάντηση στα γραφεία του ΕΟΣ για τον προσδιορισμό
του προγράμματος της ανάβασης
Β.Δ.: Δ+ (εξαρτάται από τον καιρό) Ω.Π.: 8 (διανυκτέρευση στην ύπαιθρο
2000μ.)
Αρχηγοί: Γιώργος Πρίντεζης**

ΜΥΛΑΟΝΤΑΣ ΠΟΤΑΜΟΣ

Σάββατο 21/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Φαράγγι ποταμού Μυλάοντα –πηγή
Επτακαρβελού. Ω.Π.:5 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Βάγιας Νικολαΐδης.**

ΜΥΚΗΝΕΣ

Κυριακή 22/05/2011

**Αναχώρηση 07:00 από Σύνταγμα για τον Αρχαιολογικό χώρο Μουσείο των
Μυκηνών.
Ανάβαση στον Προφ.Ηλίας (702μ.),αρχαίο δρόμο των Μυκηναίων κατάληξη
στην Πρόσημνα. Ω.Π.: 6-6.30 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Αλέξανδρος Ασωνίτης - Δημήτρης Κλώπας**

Τρίτη 24/05/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου: ΛΟΥΣΙΟΣ**

ΕΑΡΙΝΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ: ΛΟΥΜΠΑΤΑ -ΜΠΑΡΟΣΑ -ΑΥΓΟ.

Π/Σ/Κ 27-28-29/05/2011

Πληροφορίες στη Γραμματεία.

ΜΑΙΝΑΛΟ

Σάββατο 28/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Αλωνίσταινα- καταφύγιο- Λεβίδι .
Φαγητό. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α**

Αρχηγοί : Μανώλης Μανιός - Δημήτρης Στεργίου

Μονοπάτι ΣΙΔΗΡΟΔΡΟΜΙΚΩΝ

Κυριακή 29/05/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Οίτη . Πορεία μονοπάτι
Σιδηροδρομικών παράλληλη του τραίνου. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.**

Αρχηγοί: Γιώργος Μουζακίτης - Άλκης Κεχουδάκης

Τρίτη 31/05/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου: ΒΟΥΡΑΙΚΟΣ**

ΙΟΥΝΙΟΣ 2011

ΑΘΩΣ 2033μ (Άγιο Όρος)

Τ/Π/Π/Σ/Κ/Δ 01-02-03-04-05-06/06/2011

**Αναχώρηση από Σταθμό Λαρίσης την Τετάρτη βράδυ για Ουρανούπολη
ανάβαση στην κορυφή και διασχίσεις .**

**Το πρόγραμμα είναι: 1^η μέρα άφιξη με πλοιάριο στην Αγ. Άννα 14:00 αρχή
ανάβασης για Σταυρό 750μ. και μετά εκκλησάκι Παναγιάς 1550μ. όπου και
διανυκτέρευση . Ω.Π.: 6**

2^η μέρα . Αναχώρηση για Σταυρό –Κερασιά – Καυσοκαλύβια Ω.Π.: 3+2 .

Επίσκεψη στον Αγ. Νείλο Ω.Π.: 1.διανυκτερευση σε σκήτες.

**3^η μέρα Αναχώρηση για μονή Μεγίστης Λαύρας όπου και θα διανυκτερεύσουμε
. Ω.Π.: 4**

**4^η μέρα Μετά την Τράπεζα μεταφορά στις Καρυές και Δάφνη και επιστροφή
Ουρανούπολη- Θεσσαλονίκη-Αθήνα.**

Υλικά: υπνόσακος –μπιουάκ –φαγητό –νερό

Β.Δ.: Β

**Δηλώσεις συμμετοχής στην γραμματεία τρεις μήνες πριν (01-04-2011) με
προκαταβολή και πλήρη στοιχεία , λόγω έκδοσης διαμονητηρίου.**

Αρχηγοί: Σωτήρης Φαληρέας - Κηρύκος Παπαιωάννου - Νίκος Διονυσόπουλος

ΠΑΡΝΩΝΑΣ

Σ/Κ 04-05/06/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα. Διαδρομή: Μονή Μαλεβής –Κρόναιο
Όρος. Διανυκτέρευση σε σκηνές στο οροπέδιο. Ω.Π.: 6 Β.Δ.: Α**

Κυριακή πορεία προς Βαμβακού. Ω.Π.: 4 Β.Δ.: Α

Φαγητό και μπάνιο στον Αργολικό κόλπο.

Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου - Γιώργος Τζεφεράκος

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ

Σάββατο 04/06/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα. Διαδρομή Αγία Ιερουσαλήμ (Δαύλεια) -
Ζεμενό. Ω.Π.: 6 Β.Δ.:Α**

Αρχηγός: Μάρθα Βασιλειάδη.

ΛΥΡΚΕΙΟ

Κυριακή 05/06/2011

Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Φρουσούνα Αργολίδος.

Πορεία κορυφή Λεσοβίτις (1755) ή Καστέλι(1490) και κατάβαση , φαγητό στην Αλέα .
 Ω.Π.: Α' ομάδα (Καστέλι)5 ώρες και Β' ομάδα (Λεσοβίτις) 8 ώρες Β.Δ.: Α ή Β
 Αρχηγοί: Γιάννης Καντούνας – Σταύρος Τσερίκης

ΤΥΜΦΗ

Π/Σ/Κ/Δ 10-11-12-13/06/2011 (Αγ. Πνεύματος)
 Παρασκευή αναχώρηση ώρα 17.00 από το σταθμό Λαρίσης για το χωριό Μικρό Πάπιγκο (980 μ) στα Ζαγόρια. Όσοι επιθυμούν να ανέβουν στο βουνό το πρωί, θα κατασκηνώσουν γύρω από την εκκλησία. Η υπόλοιπη ομάδα θα κάνει νυχτερινή ανάβαση στην Αστράκα (2436 μ). Ξημέρωμα στην κορυφή και κατάβαση στη λούτσα Ρομπόζη (1980 μ) για κατασκήνωση και ξεκούραση. Όσοι διανυκτερεύσουν στο Μικρό Πάπιγκο θα έρθουν το πρωί μέσω του καταφυγίου (χωρίς ανάβαση στην Αστράκα) στη λούτσα Ρομπόζη για κατασκήνωση. Το μεσημέρι προαιρετική ανάβαση στη Γκαμήλα Ι (2497 μ) ψηλότερη κορυφή της Τύμφης, διάσχιση της κορυφογραμμής του βόρειου τείχους προς τη Γκαμήλα ΙΙ (2490 μ) έως το πέρασμα του Καρτερού (2306 μ) και επιστροφή στη λούτσα Ρομπόζη για διανυκτέρευση. Την Κυριακή ανάβαση έως το πέρασμα του Καρτερού και από εκεί κατάβαση στις Κοπάνες και το Σάδι της Μύγας (1460 μ) με παράλληλο καθαρισμό του μονοπατιού. Ανάβαση στη στάνη του Κάτσανου (1684 μ). (Ενδεχομένως στις Κοπάνες να δημιουργηθεί μια δεύτερη ομάδα που να κατέβει στη στάνη του Κάτσανου από το απ' ευθείας μονοπάτι παρακάμπτοντας το Σάδι της Μύγας). Ανάβαση όλης της ομάδας στο διάσελο (2282 μ) μεταξύ Τσούκα Ρόσας και Μεγάλα Λιθάρια και κατάβαση στην πηγή της Γκούρας για κατασκήνωση (1995 μ). Τη Δευτέρα κατάβαση όλης της ομάδας στο χωριό Σκαμνέλι (1100 μ) και επιστροφή στην Αθήνα.
 Απαραίτητα: μπατόν, φακός, αλουμινοκουβέρτα, εξοπλισμός κατασκήνωσης, φαγητό για το Σάββατο και τη Κυριακή, καλή φυσική κατάσταση. Οι συμμετέχοντες θα μεταφέρουν τον εξοπλισμό τους σε όλη τη διαδρομή. Πηγές υπάρχουν στις κατασκηνώσεις. Το πρόγραμμα ενδέχεται να τροποποιηθεί εάν μέχρι τότε έχει καθαριστεί το παλιό μονοπάτι του Αμάραντου ή το πέρασμα του Καρτερού είναι τελείως κλειστό από χιόνια. Β.Δ.: Β+. Ώρες "αρκετές".
 Αρχηγοί: Γιώργος Σιδηράς - Δημήτρης Σακουφάκης.

Βόρειο Δυτικό ΞΕΡΟΒΟΥΝΙ ΕΥΒΟΙΑΣ

Κυριακή 12/06/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα. Διαδρομή: διάσελο Δίρφυος Ξεροβουνίου- πηγή Τέμπλα- Κόνισμα και μετάβαση οδικώς στην Χιλιαδού για φαγητό (μπάνιο). Ω.Π.:5 Β.Δ.:Α
 Αρχηγοί: Γιώργος Δελημπασης - Στέφανος Γιάννου

ΠΑΤΕΡΑΣ ΨΑΘΑ

Δευτέρα 13/06/2011

Αναχώρηση ώρα 09:00 από Σύνταγμα για Βίλια πορεία Βίλια –Καλιακούδα (956μ.)-Πύργοι-Μ. βαθυχώρι –Ψάθα , φαγητό. Ω.Π.:7 Β.Δ.:Α.
 Αρχηγοί: Δ.Σ.

ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ-ΙΘΑΚΗ

Σάββατο 18/06/2011 –εως- Σάββατο 25/06/2011

Αναχώρηση από Σύνταγμα ώρα 08:00 για Κεφαλονιά , άφιξη και τακτοποίηση σε καταλήματα ή σκηνές (μπάνιο).

Κυριακή: οροπέδιο Νιπολά-Κερασιές Ω.Π.:3 Β.Δ.:Α

Δευτέρα: Σέλα-Κουτσουπιά –Αντίσαμο Ω.Π.:3 Β.Δ.:Α

Τρίτη: Λέυκα Ω.Π.:3. Β.Δ.:Α.

Τετάρτη: Ζερβάτα –Αυγό-Αντίσαμος. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.

Πέμπτη: Αίνος διάσχιση Ω.Π.:6. Β.Δ.:Α
Παρασκευή: Κυκλώπια –Κάστρο-Μυκηναϊκή Τάφος –Πλατιά Άμος Ω.Π.:6
Β.Δ.:Α
Σάββατο αναχώρηση για Ιθάκι πορεία νότια Ιθάκη Ω.Π.:3. επιστροφή Αθήνα
Αρχηγοί: Νίκος Βαλλιανάτος

ΚΑΝΔΥΛΗ ΔΑΦΝΗ
Κυριακή 19/06/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για Δάφνη. Πορεία από μονοπάτι έως
την Μελούνα και επιστροφή . Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Γιάννης Καντούνας - Γιώργος Παπαμάρκος

ΤΑΥΓΕΤΟΣ
Σ/Κ 25-26/06/2011

Διάνυση του Ευρωπαϊκού Μονοπατιού Ε4 του Ταυγέτου (Αναβρυτή- Άρνα)
Σάββατο αναχώρηση ώρα 07:00 από το Σύνταγμα
Αναβρυτή- Πλατανίτσα-Λακκώματα- Κανελλάκια- Αγ.Παρασκευή-Πηγή
Βαρβάρα-Καταφύγιο (1502μ.)
Διανυκτέρευση Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
Κυριακή αναχώρηση ώρα 06:30 από Καταφύγιο. Σωτηρίτσα-Πενταυλοι- Δάσος
Βασιλικής-Σπαρτιά-Άρνα.
Φαγητό στο χωριό. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
Όσοι δεν επιθυμούν να συνεχίσουν την δεύτερη ημέρα κατεβαίνουν από το
καταφύγιο στη Πηγή Μαγγανιάρη από άνετο μονοπάτι με καλή σηματοδότηση
σε μια ώρα κ επιβιβάζονται στο πούλμαν.
Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Περικλής Βέργαδος

ΜΕΘΥΔΡΙΟ (Δ. ΜΑΙΝΑΛΟ)
Κυριακή 26/06/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για Βυτίνα –Μεθύδριο (μέσον
υδροφόρου οριζοντος)–Στεμνίτσα, και επιστροφή ,πορεία με εναλλαγές σε
χαράδρες ελατοδάση και οροπέδια. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Γιάννης Καντούνας - Αριστέα Δημητροπούλου-Βάγιας Νικολαϊδης.

ΙΟΥΛΙΟΣ 2011
ΓΥΡΟΣ ΜΟΝΤ ΒΛΑΝΚ (ΝΟΤΙΟΣ)

Παρασκευή 08/07/2011 αναχώρηση ώρα 18:30 από σταθμό Λαρίσης. Γύρος
του Mont Blank 9 ημέρες εκεί 11 ημέρες με το ταξίδι απο Ελλάδα και
επιστροφή. Θα κάνουμε πεζοπορία και ορειβασία στα 4000μ. και στις περιοχές
Λεχούς (Γαλλία)-Σαμονή-Κουρμαγιέρ (Ιταλία). Θα μείνουμε τις έξη ημέρες σε
καταφύγια.
Τουριστικό πούλμαν θα μας πάρει από Βενετία .
Αθήνα - Πάτρα - Αθήνα με ΚΤΕΛ.
Αρχηγός : Βαγγέλης Σταυρουλάκης

ΠΟΤΑΜΟΣ ΛΟΥΣΙΟΣ
Κυριακή 03/07/2011

Διαδρομή: Δημητσάνα-Καρύταινα
Αναχώρηση ώρα 07:00 από το Σύνταγμα.
Κατάβαση από την Δημητσάνα στο Λούσιο-Μονή Φιλοσόφου-Ιερόν
Ασκληπιού-Αρχαία Γόρτυνα-Βεργίτσα-Αχριανοβούνι-Καρύταινα.
Ω.Π.: 7 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου - Γιώργος
Δελήμπασης

ΗΦΑΙΣΤΕΙΟ ΜΕΘΑΝΩΝ

Κυριακή 10/07/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα.

Διαδρομή: Αγ. Χαράλαμπος-Ηφαίστειο – Μεγαλοχώρι.

Φαγητό στο Βαθύ. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α

Αρχηγοί: Γιώργος Δελημπασης - Στέφανος Γιάννου

Η ΑΙΓΙΝΑ Περιμετρικά

Σ/Κ 16-17/07/2011

Περιμετρική Πορεία του Νησιού κ ανάβαση στο Ελλάνιον Όρος, επίσκεψη στο ναό του Ελλανίου Διός, στο ναό της Αφαιίας Αθηνάς, στην Παλαιοχώρα με τις Βυζαντινές εκκλησίες, στα Δρακόσπιτα στο Σφεντούρι κ στις γραφικές παραλίες κ τους όρμους.

Διανυκτέρευση με σκηνή ή υπνόσακο. Τα πράγματα μεταφέρονται με αυτοκίνητο.

Αρχηγοί: Στέφανος Γιάννου - Αλέξανδρος Ασωνίτης

ΣΕΛΙΝΟΥΝΤΑΣ (ΑΙΓΙΟ)

Σάββατο 16/07/2011

Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Αίγιο διαδρομή από Μοναστήρι ταξιάρχων μέσα στο ποτάμι με δεύτερα παπούτσια που θα βραχούν και σορτς ή μαγιό . Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α περάσματα σε υδάτινο περιβάλλον , γνώση κολύμβησης όχι απαραίτητη αλλά χρήσιμη κ' ένα μπατόν είναι χρήσιμο .

Αρχηγοί : Γιάννης Καντούνας.

ΧΕΛΜΟΣ (ΑΡΠΩΝΑ)

Κυριακή 17/07/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα για χωριό Άρπωνα. Πορεία έως τις πηγές Αροαρίου (Ε4). Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.

Αρχηγοί: Γιώργος Μουζακίτης - Βάγιας Νικολαΐδης.

ΒΑΡΑΣΟΒΑ --Κλείσιμο περιόδου--

Π/Σ/Κ 22-23-24/07/2011

Αναχώρηση ώρα 17:00 από Σταθμό Λαρίσης για Βαράσσοβα Μεσολογίου . (Το πούλμαν θα επιστρέψει Αθήνα .)

Ορειβατικές διαδρομές στην Περιοχή , Αναρρίχηση , μπάνιο , Ιππασία .

Μάθημα διάσωσης αναρριχητή από τον Δ. Τιτόπουλο.

Διαμονή στο κάμπινγκ του ΕΟΣ Αθηνών ή σε δωμάτια. Επιστροφή στην Αθήνα Κυριακή ώρα αναχώρησης 17:00

Αρχηγοί: Δ.Σ.

ΟΧΗ

Σ/Κ 30-31/07/2011

Αναχώρηση ώρα 10:00 από Σύνταγμα για Καλιανοί –Ποταμός Δημοσάρης – κορυφή Ιούδας (Οχη1399μ.) –Δρακόσπιτο. Διανυκτέρευση με σκηνές στους Καλιανούς. Ω.Π.: 6 & 4 Β.Δ.:Α

Αρχηγοί : Στέφανος Γιάννου

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2011**ΠΥΡΗΝΑΙΑ ΒΟΡΕΙΑ ΙΣΠΑΝΙΑ 6-8-2011 έως 15-8-2011**

1^η ημέρα: Πτήση για Βαρκελώνη.Συνέχεια για Κάλδες και το εθνικό πάρκο Αηγουες Τόρτες

2^η ημέρα: Πολύωρη πεζοπορία στο εθνικό πάρκο και τις άλπικες λίμνες

3^η ημέρα: Ανάβαση της κορυφής Κομαλοφόρνο 3033μ και επιστροφή

4^η ημέρα: Πολύωρη διάσχιση στο εθνικό πάρκο

5^η ημέρα: Οδική διαδρομή,Ποντ,Μπενασκές

6^η ημέρα: Εθνικό πάρκο Πόσετς-Μαλαδέτα. Πολύωρη πεζοπορία

- 7^η ημέρα: Ανάβαση της ψηλότερης κορυφής των Πυρηναίων του Ανέτο 3408μ
 8^η ημέρα: Μικρή πεζοπορία στο εθνικό πάρκο και οδική διαδρομή για Βαρκελώνη
 9^η ημέρα: Επίσκεψη Βαρκελώνης και πτήση για Αθήνα
 Γενικές Πληροφορίες

ΠΤΗΣΗ: Αθήνα-Βαρκελώνη-Αθήνα

ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ: Με πούλμαν

ΔΥΣΚΟΛΙΑ: Αναβάσεις και πεζοπορίες από Α ως Γ βαθμού δυσκολίας

ΔΙΑΝΥΚΤΕΡΕΥΣΕΙΣ: Σε ξενοδοχεία και καταφύγια

ΚΟΣΤΟΣ: Από 700 έως 850 ανάλογα του αριθμού των συμμετεχόντων. Θα οριστικοποιηθεί στις αρχές Μαΐου

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Στη γραμματεία του ΕΟΣ από 1 Απριλίου
 Αναλυτικό πρόγραμμα από μέσα Μάρτιου

ΑΡΧΗΓΟΣ: Βαγγέλης Σταυρουλάκης

ΒΡΑΖΙΛΙΑ—ΑΜΑΖΟΝΙΟΣ

1^η ημέρα: Πτήση για Σαο Πάολο. Συνέχεια για καταρράκτες Ιγκουασού. Επίσκεψη.

2^η ημέρα: Πεζοπορία στους καταρράκτες και φράγματος Ιταΐπου.

3^η ημέρα: Πτήση για Αμαζόνιο και Μανάους.

4^η, 5^η, και 6^η ημέρα: Πεζοπορίες, διασχίσεις με βάρκες και κανό στη ζούγκλα του Αμαζονίου. Διαμονή σε lodge μέσα στη ζούγκλα.

7^η και 8^η ημέρα: Διάσχιση του Αμαζονίου με ποταμόπλοιο από το Μανάους ως το Σανταρέμ.

9^η ημέρα: Πτήση για τη πρωτεύουσα Μπραζιλία.

10^η ημέρα: Πτήση για Μπέλο Οριζόντε.

11^η ημέρα: Πεζοπορίες των Ούρο Πρέτο και Τιραδέντες.

12^η και 13^η ημέρα: Ανάβαση της Πίκο ντα Μπαντέϊρα(2863μ), στο εθνικό πάρκο Καπαράο .

14^η ημέρα: Στο Σιέρα ντε Οργκάος, ανάβαση κορυφής Πίκο ντο Σίνο (2268μ).

15^η ημέρα: Ρίο ντε Τζανέιρο.

16^η ημέρα: Πτήση επιστροφής στην Αθήνα

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΠΟΤΕ: Από Σάββατο 13 ως Κυριακή 29 Αυγούστου 2011

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 16 ημέρες

ΜΕΣΑ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ: Πτήση Αθήνα-Σαο Πάολο-Αθήνα

Εσωτερικές πτήσεις για Ιγκουασού, για Μανάους, για Μπραζιλία, για Μπέλο Οριζόντε . Με πούλμαν οι οδικές διαδρομές . Στον Αμαζόνιο με ποταμόπλοιο

ΚΟΣΤΟΣ: 2600-2800 ευρώ Θα είναι ανάλογο του αριθμού των συμμετεχόντων και θα οριστικοποιηθεί αρχές Μαΐου. Προκαταβολή 900 ευρώ.

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ: Όλα τα αεροπορικά εισιτήρια ,φόρους αεροδρομίων, ξενοδοχεία 3 *** με πρωινό, το τριήμερο στη ζούγκλα με πλήρη διατροφή, τη διάσχιση με το ποταμόπλοιο, τις ξεναγήσεις, τις αναβάσεις με οδηγούς βουνού, τις εισόδους σε εθνικά πάρκα ,όλες τις οδικές διαδρομές με πούλμαν, ταξιδιωτική ασφάλιση, χάρτες και έντυπα και ένα αρχηγό συνοδό του ΕΟΣ Αθηνών.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ: Το ταξιδιωτικό γραφείο ΣΠΥΡΟΣ ΛΕΩΝΙΔΑΚΟΣ.

ΕΓΓΡΑΦΕΣ: Στη γραμματεία του ΕΟΣ από 20 Φεβρουαρίου. Αναλυτικό φυλλάδιο από αρχές Μάρτιου.

ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ Πρώτη ενημερωτική στις αρχές Μαΐου.
Αρχηγός ΕΟΣ Αθηνών: Μίλτος Μεσηνέζος

ΣΕΜΠΤΕΒΡΙΟΣ 2011

ΑΜΟΡΓΟΣ

Σάββατο 27/08/2011 έως Σάββατο 03/09/2011

Αναχώρηση από Πειραιά με πλοίο στις 17:00 διανυκτερεύσεις στην Αιγιάλη

Όλες οι διαδρομές είναι Β.Δ.: Α.

1^η μέρα: αναχώρηση

2^η μέρα: ελεύθερη-γνωριμία με το χωριό

3^η μέρα: Αιγιάλη –Θολάρια-Μικρή Βλυχάδα- Λαγκαδά

4^η μέρα: Αιγιάλη-Ποταμός-Ι. Μ. Χοζοβιώτισας -Αγία Άννα

5^η μέρα: Αιγιάλη –Λαγκαδά-Σταυρος-Κρίκελος

6^η μέρα: Χώρα Αμοργού- Κατάπολα- Αρχαία Μινώα- Αρχαία
Αρκεσίνη

7^η μέρα: ελεύθερη

8^η μέρα: επιστροφή

Αρχηγοί: Νίκος Διονυσόπουλος - Ευάγγελος Μισιακός

ΖΗΡΙΑ Φλαμπουρίτσα

Κυριακή 04/09/2011

Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα

Από οροπέδιο Ζήρειας ανάβαση προς σπήλαιο Ερμή, κορυφογραμμή,
κατάβαση στη χαράδρα της Φλαμπουρίτσας κ επιστροφή μέσα από την
χαράδρα στο Κιόσκι. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α

Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου

ΤΗΝΟΣ

Π/Σ/Κ 09-10-11/09/2011

Αναχώρηση την Παρασκευή το απόγευμα με πλοίο από τη Ραφήνα.Διανυκτέρευση στη Χώρα της Τήνου σε camping ή δωμάτια.Το Σάββατο και την Κυριακή πεζοπορία σε μονοπάτια της κεντρικής και βορειοανατολικής Τήνου, μέσα από παραδοσιακούς οικισμούς του νησιού. Διανυκτέρευση σε παραλία. Οι σκηνές θα μεταφερθούν στον τόπο διανυκτέρευσης με αυτοκίνητο. Ω.Π. : 7 το Σάββατο και 7 την Κυριακή. Β.Δ.:Α. Αναχώρηση από το λιμάνι της Τήνου αργά το απόγευμα της Κυριακής.

Αρχηγοί : Ηλίας Νόκας-Ζωγράφος, Δημήτρης Σακουφάκης

ΒΟΥΡΑΙΚΟΣ (ανάβαση)

Κυριακή 11/09/2011

Αναχώρηση 07:00 από Σύνταγμα για Διακοφτό

Άνοδος του φαραγγιού του Βουραϊκού ποταμού από το Διακοφτό έως τα Καλάβρυτα με ενδιάμεση στάση στη Ζαχλωρού. Ω.Π.: 6-7 Β.Δ.: Α

Αρχηγοί: Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου

Τρίτη 13/09/2011 Προβολές:

ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ

ώρα 20:30 Σεμινάριο Αρχηγών Αναβάσεων με θέμα οργάνωση κ ασφάλεια.

ΑΓΡΑΦΑ

Π/Σ/Κ/Δ 16-17-18-19/09/ 2011

Αναχώρηση: Παρασκευή ώρα 18:00 από σταθμό Λαρίσης για το χωριό Άγραφα όπου και διανυκτέρευση. Το Σάββατο ανάβαση στα Καμάρια όπου και κατασκήνωση. Ω.Π.:5 Β.Δ.: Β

Ανάβαση στη Σβόνη το Πουλί και τις Νιάλες. Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Β

Απαραίτητος εξοπλισμός κατασκήνωσης. Την Δευτέρα επιστροφή στην Αθήνα.

Αρχηγοί : Γιώργος Πρίντεζης

ΚΕΑ (ΤΖΙΑ)

Σ/Κ 17-18/09/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:00 από Σύνταγμα. Νερόμυλο –Φλέο- Κωνσταντίνος-Κόμι
Ιουλίδα Ω.Π.: 4-5 κ' Ελληνικά –Καρφέας-παραλία Ω.Π.: 3 Β.Δ.:Α
Διανυκτέρευση σε δωμάτια ,σκηνές.
Αρχηγός: Παναγώτης Αχιλλεόπουλος - Γιώργος Στάμου.**

ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ Π.ΓΕΡΜΕΝΟ.

Σάββατο 17/09/2011

**Αναχώρηση ώρα 08:00 από Σύνταγμα για Βίλια. Πορεία Π. Γερμενό από την
Χαράδρα Χόνι. Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α.
Αρχηγοί: Δ.Σ.**

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ(Αγόριανη,Πολύδροσο)

Κυριακή 18/09/2011

**Αναχώρηση 07:00 από Σύνταγμα.
Διάσχιση Αγόριανη (Επτάλοφος)-Πολύδροσο (Σουβάλα). Ω.Π.: 5 Β.Δ.: Α
Αρχηγοί: Σταύρος Τσερίκης - Σοφία Δρόσου**

Τρίτη 20/09/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Γιάννης Κοφινάς: ΧΛΩΡΙΔΑ**

ΟΛΥΜΠΟΣ 2917μ. (Στεφάνι-Μύτικας-Σκολιό)

Π/Σ/Κ 23-24-25/09/2011

**Αναχώρηση ώρα 22:50 με κλινάμαξα για Λιτόχωρο ή Κατερίνη
Διαδρομές Σάββατο: Γκόρτζια – Πετρόστρουγκα-Σκούρτα –Λαιμός –Οροπέδιο
Μουσών – Λούκι Μύτικα –Μύτικας .
Διανυκτέρευση Καταφύγιο Γιόσος Αποστολίδης – Οροπέδιο μουσών Ω.Π.: 8
Β.Δ.: Β
Κυριακή: Θρόνος ΔΙΑ (Στεφάνι) – Μύτικας – Κακόσκαλα- Σκολιό –Πριόνια
Ω.Π.: 7 Β.Δ.: Β.
Επιστροφή Αθήνα με τα ίδια μέσα.
Αρχηγοί: Νίκος Διονυσόπουλος.**

ΑΡΤΕΜΗΣΙΟ (1772μ.)

Κυριακή 25/09/2011

**Αναχώρηση ώρα 07:30 από Σύνταγμα για Καρυά Αργολίδος, πορεία για
κορυφή και επιστροφή. Ω.Π.:7 Β.Δ.: Α ή Β .
Αρχηγοί: Σταύρος Τσερίκης - Σοφία Δρόσου-Παναγιώτης Κωνσταντάκος.**

Τρίτη 27/09/2011 Προβολές:

**ώρα 20:00 προβολή κ ανταλλαγή φωτογραφιών από δραστηριότητα Σ/Κ
ώρα 20:30 Γιάννης Καντούνας: Αιολική Ενέργεια κ' Φωτοβολταϊκά-Παράνομες
εξορύξεις (Γκιώνα, Αετοφωλιά, Χανιά, φαράγγια Καντόνου).**

ΟΛΥΜΠΟΣ – ΕΝΙΠΕΑΣ

Σ/Κ 01-02/10/2011

**Σάββατο αναχώρηση ώρα 09:00 από Σύνταγμα για Λιτόχωρο. Στάση στα
Αμπελάκια (Τέμπη) επίσκεψη σε όσους θέλουν στο Μουσείο Γ. Μαύρου
φαγητό σε ταβέρνα και συνέχιση για Λιτόχωρο. Κατάληξη σε ξενοδοχείο ή
Σκηνές.
Κυριακή πρωί ώρα 7:00 αναχώρηση για Πριόνια κατάβαση στο Λιτόχωρο από
το Φαράγγι του Ενιπέα με μπάνιο φαγητό σε ταβέρνα και επιστροφή Αθήνα.
Ω.Π.:6 Β.Δ.:Α
Αρχηγοί : Μανώλης Λαμπριδής – Βάγιας Νικολαϊδής**

ΤΡΑΧΥ

Κυριακή 02/10/2011

Αναχώρηση 07:30 από Σύνταγμα για Κανδήλα Αργολίδος.

Πορεία κορυφή Καρούμπαλο και κατάβαση Αλέα , φαγητό στην Αλέα .

Ω.Π.: Α' ομάδα 5 και Β' ομάδα 8 Β.Δ.: Α ή Β

Αρχηγοί: Γιάννης Καντούνας – Σταύρος Τσερίκης

Ο ΕΟΣ ΑΘΗΝΩΝ δίδει αναμνηστική βεβαίωση των ετήσιων αναβάσεων που πραγματοποιήσατε μαζί του . Οι αναβάσεις πρέπει να έχουν μείζονα ορειβατικό χαρακτήρα ,να είναι ως επί το πλείστον διήμερες ,να έχουν την έγκριση του αρχηγού ότι επετεύχθησαν οι στόχοι από τον ενδιαφερόμενο και για να γίνουν αυτά πρέπει να προηγηθεί της ανάβασης απλή αίτηση στην γραμματεία.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ 2011

Σάββατο 18-12-2011 έως Κυριακή 02-01-2012

ΜΙΚΡΟΣ ΓΥΡΟΣ ΑΝΑΠΟΥΡΝΑΣ

Μικρός γύρος της Αναπούρνας με μεγαλύτερο υψόμετρο το διάσελο Thogula la pass 5.416μ . Κόστος περίπου 1600 ευρώ με την πτήση από Αθήνα και επιστροφή.

Σύνολο 16 ημέρες ,11 Ημέρες εκεί. 9 Ημέρες πορεία , για 10 άτομα ελάχιστο όριο συμμετοχής .

Αρχηγός : Βαγγέλης Σταυρουλάκης

ΘΕΟΦΑΝΕΙΑ 2012: ΛΟΥΤΡΑΚΙ ΑΡΙΔΑΙΑΣ 05-06-07-08/01/2012

Αναχώρηση: Πέμπτη. Παρασκευή & Σάββατο διαδρομές στο ΠΟΖΑΡ. Ρωμαϊκό μονοπάτι ΠΑΙΚΟ. Κυριακή ΤΖΕΝΑ-ΣΚΡΑ και επιστροφή. Διανυκτέρευση σε δωμάτια ή σκηνές στο Λουτράκι.

Αρχηγοί: Γιάννης Καντούνας – Ιφιγένεια Ευγενία Κόντου .