Πεζοπορία στην Ιαπωνία

(Tokyo, Mount Takao, Mount Mitake-Hinode, Mount Fuji, Mount Hakone)

Αναλυτικό πρόγραμμα

1η ημέρα Παρασκευή 19 Αυγούστου

Νωρίς το πρωί συνάντηση όλη η ομάδα στο αεροδρόμιο Ελευθέριος Βενιζέλος για το check-in και τακτοποιήση αποσκευών. Αναχώρηση για το Τόκιο.

2η ημέρα Σάββατο 20 Αυγούστου

Άφιξη στο αεροδρόμιο NARITA του Τόκιο. Έκδοση προπληρωμένων καρτών για τα μέσα, το φαγητό και για άλλες τυχόν αγορές. Μεταφορά με τρένο στο ξενοδοχείο για φαγητό και ξεκούραση.

3η ημέρα MountTakao Κυριακή 21 Αυγούστου

Το πρωί στις 7:30 παίρνουμε πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχωρούμε 8:00 με τρένο για το MountTakao.

Το όρος Takao (高尾山, Takaosan) είναι μία από τις πλησιέστερες φυσικές περιοχές αναψυχής στο κέντρο του Τόκιο , προσφέροντας όμορφο τοπίο, έναν ενδιαφέροντα ναό και ελκυστικές ευκαιρίες πεζοπορίας . Αν και έξω από το κέντρο της πόλης, το βουνό βρίσκεται ακόμα στο μητροπολιτικό Τόκιο και διαρκεί μόνο 50 λεπτά και 390 γιεν για να φτάσει από το Shinjuku.

Αριθμός διαδρομής πεζοπορίας 1

Ένα δίκτυο αριθμημένων **μονοπατιών πεζοπορίας** οδηγεί στις πλαγιές του Takaosan. Η πλειοψηφία των επισκεπτών χρησιμοποιεί το μονοπάτι νούμερο 1, το οποίο είναι ευρύ, συνήθως πλακόστρωτο και περνάει από όλες τις μεγάλες τοποθεσίες, καθώς ξετυλίγει το δρόμο του στην κορυφή των 599 μέτρων ύψους κορυφής. Τα υπόλοιπα μονοπάτια είναι στενότερα, μη ασφαλτοστρωμένα και βλέπουν σημαντικά λιγότερη κίνηση. Η πεζοπορία στην κορυφή του όρους Takao κατά μήκος του μονοπατιού αριθ. 1 διαρκεί περίπου 90 λεπτά από τη βάση του βουνού, αλλά αυτή η στιγμή μπορεί να μειωθεί στο μισό χρησιμοποιώντας το τελεφερίκ ή το τελεφερίκ που οδηγεί στα μισά του δρόμου μέχρι το βουνό.

Κοντά στο κορυφαίο σταθμό του τελεφερίκ, υπάρχει ένα κατάστρωμα παρατήρησης από όπου μπορείτε να κοιτάξετε έξω από το Τόκιο , ενώ η κορυφή προσφέρει θέα στο όρος Φουτζί. Ένα ακόμη μεγαλύτερο δίκτυο μονοπατιών πεζοπορίας μπορεί να βρεθεί πέρα από την κορυφή του Takaosan που συνδέεται με τις πολλές κορυφές του κοντινού Εθνικού Πάρκου Chichibu-Tama-Kai .

Θεωρείται ένα ιερό βουνό, το Takaosan είναι κέντρο ορεινής λατρείας για περισσότερα από 1000 χρόνια. **Ο Yakuoin** , ένας ελκυστικός ναός , στέκεται κατά μήκος της διαδρομής κοντά στην κορυφή του βουνού και πολλοί επισκέπτες σταματούν εκεί για να προσεύχονται στους Shinto - Buddhist mountain gods (tengu) για καλή τύχη. Τα αγάλματα των θεών, ένα με μακρυά μύτη και ένα με ράμφος, βρίσκονται στο ναό και σε άλλα σημεία γύρω από το βουνό.

Η κύρια αίθουσα του ναού Yakuoin

Ένα άλλο αξιοθέατο κατά μήκος του μονοπατιού νούμερο 1 είναι ένα **πάρκο πιθήκων**. Το περίβλημα από γυάλινο τοίχο του πάρκου φιλοξενεί περίπου 40 ιαπωνικούς μακάκους που παρουσιάζονται σε διάφορες ώρες καθ 'όλη τη διάρκεια της ημέρας. Ένας άγριος κήπος με 500 διαφορετικούς τύπους φυτών

είναι επίσης μέρος του πάρκου πιθήκων και μπορεί να προβληθεί με το ίδιο εισιτήριο εισόδου.

Γύρω από τη βάση του βουνού πίσω από το σιδηροδρομικό σταθμό, οι επισκέπτες θα βρουν το **Keio Takaosan Onsen Gokurakuyu** , θερμά ιαματικά λουτρά. Υπάρχει επίσης το **μουσείο Takao 599** , ένα μουσείο φύσης για την οικολογία γύρω από το όρος Takao (ελεύθερη είσοδος). Ο σταθμός Takaosanguchi ανακαινίστηκε το 2015 και διαθέτει μια πανέμορφη ξύλινη στέγη με ξύλινο περβάζι, σχεδιασμένο από τον διάσημο αρχιτέκτονα Kuma Kengo.

Μουσείο Takao 599

Το όρος Takao είναι επίσης ένα καλό μέρος για να δείτε άνθη κερασιού. Υπάρχουν μερικά δέντρα γύρω από τη βάση, τα μονοπάτια και την κορυφή του βουνού, αλλά το καλύτερο σημείο για άνθη κερασιού είναι η περιοχή Itchodaira, η οποία βρίσκεται σε επιπλέον 30 λεπτά πεζοπορία πέρα από τη σύνοδο κορυφής. Επίσης γνωστή ως Takaosan Senbonzakura, η περιοχή είναι γεμάτη με διάφορες ποικιλίες δέντρων που συνήθως εμφανίζονται καλύτερα από τα μέσα μέχρι τα τέλη Απριλίου.

Κερασιά ανθίζει στην κορυφή του όρους Takao

Οι σιδηροδρομικοί σταθμοί Keio προσφέρουν τις φθηνότερες και ταχύτερες συνδέσεις με την Takaosan. Απευθείας ημι-περιορισμένα express τρένα, τα οποία διαρκούν περίπου 50 λεπτά και 390 γιεν, αφήνουν τον υπόγειο σταθμό Keio Shinjuku κάθε 20 λεπτά. Ο σταθμός Takaosanguchi, ο τερματικός σταθμός του τρένου, βρίσκεται στους πρόποδες του βουνού.

Εναλλακτικά, η JR Chuo Line συνδέει το Shinjuku με το σταθμό Takao (570 γιεν, περίπου 40 λεπτά), όπου πρέπει να μεταφερθείτε στη γραμμή Keio και να πάτε με έναν ακόμη σταθμό στον σταθμό Takaosanguchi (130 γιεν, 3 λεπτά).

Μετά την ανάβαση επιστροφή με τρένο στο Τόκιο για φαγητό και ξεκούραση.

4η ημέρα MountMitake **Δευτέρα 22 Αυγούστου**

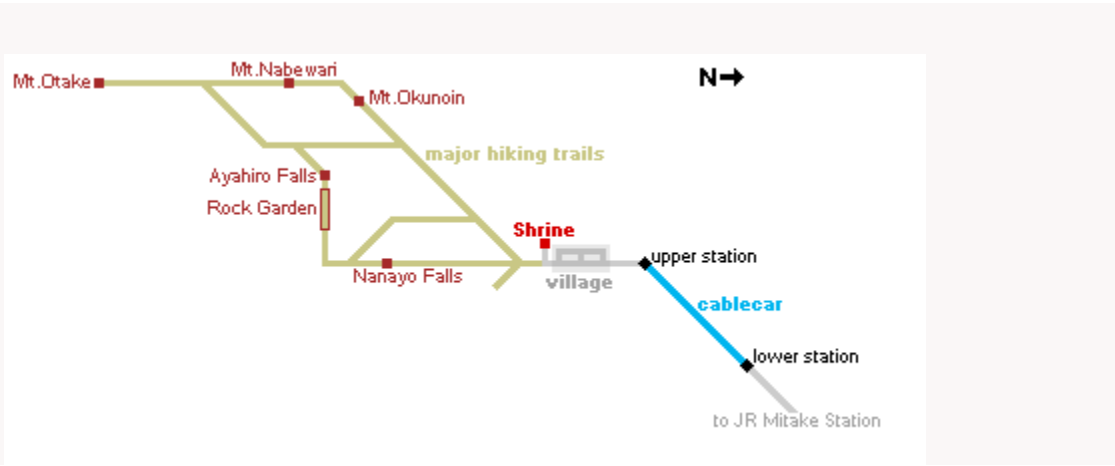
Το πρωί 7:30 παίρνουμε πρωινό στο ξενοδοχείο. Αναχώρηση 8:00 για MountMitake.

Το όρος Mitake είναι ένα από τα πολλά αξιοθέατα του Εθνικού Πάρκου Chichibu-Tama-Kai, το οποίο καλύπτει πάνω από 1250 τετραγωνικά χιλιόμετρα δασωμένα βουνά, λόφους, φαράγγια και μερικές αγροτικές πόλεις στους νομούς Yamanashi, Saitama, Nagano και το Τόκιο.

Το Mount Mitake προσφέρει
διάφορες ευκαιρίες πεζοπορίας παρθένα φύση . Στην περιοχή Okutama, το δυτικότερο μέρος του Τόκιο , το βουνό απέχει λιγότερο από δύο ώρες από το κέντρο του Τόκιο.

Μουσείο Μιτάϊκ

Από τον επάνω σταθμό του Mitake Cablecar είναι 20-30 λεπτά με τα πόδια στο ιερό Musashi-Mitake στη κορυφή του βουνού (929 μέτρα). Στο δρόμο μας, θα περάσουμε ένα μικρό χωριό με πολλά πανδοχεία ιαπωνικού ύφους και καταστήματα με σουβενίρ, τα οποία τροφοδοτούν επισκέπτες και προσκυνητές στο Όρος Μιτάκει εδώ και αιώνες. Πιστεύεται ότι το μουσουλμανικό ιερό Musashi-Mitake λειτουργεί ως κέντρο ορεινής λατρείας για σχεδόν 2000 χρόνια.



Από το ιερό, έχουμε **επιλογές πεζοπορίας** σε γειτονικές κορυφές και κοιλάδες. Μεταξύ των πιο όμορφων προορισμών είναι ο αποκαλούμενος "Rock Garden", ο οποίος στην πραγματικότητα είναι μια στενή δασική κοιλάδα με ένα γραφικό ρεύμα, πολλές βρύσες που καλύπτονται με βρύα και δύο κοντινούς καταρράκτες. Χρειάζεται λιγότερο από μία ώρα για να φτάσουμε στην κοιλάδα από το ιερό.

Εάν προλαβαίνουμε να περπατήσετε λίγο περισσότερο, είναι ακόμα 40-60 λεπτά από τον Rock Garden μέχρι την κορυφή του Mount Otake (1267 μέτρα), από όπου μπορούμε να απολαύσουμε ωραία θέα στα γύρω βουνά που καλύπτονται από το δάσος. Μερικά περάσματα είναι αρκετά απότομα αλλά δεν απαιτούν ειδικό εξοπλισμό ορειβασίας. Ωστόσο, συνιστώνται σκληρά παπούτσια.

Ο βράχος στον κήπο το φθινόπωρο

Επειδή το όρος Mitake υπήρξε και εξακολουθεί να είναι ένας δημοφιλής προορισμός για προσκυνητές, υπάρχουν πολλά **καταλύματα** στο χωριό, ιδίως το minshuku , που εξυπηρετούν προσκυνητές καθώς και τακτικούς τουρίστες. Τα γεύματα είναι απλά και παραδοσιακά, αποτελούνται

κυρίως από λαχανικά τοπικής προέλευσης, αν και τα περισσότερα προσφέρουν επίσης ψάρια και κρέας σήμερα.

Ένα minshuku που προσφέρει παραδοσιακό κατάλυμα προσκυνητών

Πρόσβαση

Από το κέντρο του Τόκιο , π.χ. Shinjuku ή το σταθμό του Τόκιο, πάρτε την συχνή αναχώρηση, πορτοκαλί JR Chuo Line στο σταθμό Ome (75 λεπτά από το Shinjuku). Λίγα τρένα πάνε μέχρι το Ome. Διαφορετικά, απαιτείται μεταφορά σε τρένα στο Tachikawa (40 λεπτά από το Shinjuku).

Στον σταθμό Ome, μεταβείτε σε ένα άλλο πορτοκαλί τρένο στη γραμμή JR Ome (συνήθως περιμένετε στην απέναντι πλατφόρμα του τρένου που φθάνει) και περπάτημα μέχρι το σταθμό Mitake (20 λεπτά). Το όλο ταξίδι από το Shinjuku προς το σταθμό JR Mitake κοστίζει 940 γιεν σε ένα δρόμο και καλύπτεται πλήρως από το Ιαπωνικό Σιδηρόδρομο και το Τείχη του Τόκιο .

Στο σταθμό Mitake, πάρτε το λεωφορείο στον κατώτερο σταθμό του τελεφερίκ Mitake (10 λεπτά, 290 γιεν σε ένα δρόμο, περίπου 2 λεωφορεία / ώρα). Για το τελεφερίκ κοντά στην κορυφή του Mount Mitake (1130 yen roundtrip, περίπου 3 αναχωρήσεις / ώρα).

Στις 13:00-13:30 αναχώρηση για MountHinode καθώς χρειάζεται 40 περπάτημα απο το Mitake.19:00-20:00 επιστροφή πίσω στο ξενοδοχείο.

5η ημέρα Τρίτη 23 Αυγούστου

Στις 7:00 παίρνουμε πρωινό στο ξενοδοχείο.Αναχώρηση 7:30 για MountFuji. Το όρος Fuji βρίσκεται σε ύψος 3776μ. Δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι το σχεδόν τέλεια διαμορφωμένο ηφαίστειο λατρεύτηκε ως ιερό βουνό και γνώρισε μεγάλη δημοτικότητα μεταξύ των καλλιτεχνών και των κοινών ανθρώπων καθόλη τη διάρκεια των αιώνων.

Το Όρος Φουτζί είναι ένα ενεργό ηφαίστειο, το οποίο πρόσφατα ξέσπασε το 1707. Βρίσκεται στα σύνορα μεταξύ
των νομαρχιακών περιοχών Yamanashi και Shizuoka και μπορεί να δει από το Τόκιο και το Γιοκοχάμα .

Κατευθυνόμαστε προς το σταθμό Shinjuku και κατεβαίνουμε στην 5η στάση εκεί όπου ξεκινάει και το μονοπάτι. Πεζοπορούμε για 3 ώρες μέχρι το καταφύγιο.

6η ημέρα Τετάρτη 24 Αυγούστου

Το πρωί στις 7:00 παίρνουμε πρωινό και στις 7:30 αναχωρούμε για τη κορυφή του Fuji. Στις 17:00 επιστροφή με τρένο για Τόκιο στο ξενοδοχείο που μείναμε τις προηγούμενες ημέρες.

7η ημέρα Πέμπτη 25 Αυγούστου

Παίρνουμε πρωινό στις 6:30 και 7:00 αναχωρούμε για το Mount Hakone.Το Hakone είναι μέρος του εθνικού πάρκου FUJI-HAKONE-IZU στο νομό KANAGAWA.Λιγότερο από 2 ώρες με το τρένο από το Τόκιο.

Δυτική όχθη της λίμνης Άσι (Ashinoko)

Ένα μονοπάτι πάνω από δέκα χιλιόμετρα σας επιτρέπει να περπατήσετε. Η λίμνη Ashi στο δάσος, μακριά από το δρόμο. Αφού διασχίσετε την κλειδαριά Kojiri, μπορείτε να περπατήσετε κατά μήκος της δυτικής όχθης του Ashiniko, που περιλαμβάνει δύο όμορφες φυσικές αμμώδεις παραλίες. Χρειάζονται περίπου 4 ώρες περπάτημα.

Owakudani

Owakudani σημαίνει "μεγάλη κοιλάδα bubbling". Είναι μια ηφαιστειακή κοιλάδα με θειικές εκρήξεις. Προειδοποίηση: η συχνή εκροή τοξικών αερίων οδηγεί σε συχνό κλείσιμο του χώρου και μονοπάτια πεζοπορίας που παρέχουν πρόσβαση. Θα ελέγξουμε την τρέχουσα κατάσταση πριν φύγουμε.
Το δρομολόγιο των 7,2 χλμ. Ξεκινάει από το σταθμό του τελεφερίκ Togendai, περνά το κέντρο επισκεπτών Hakone (όπου μπορούμε να βρούμε πληροφορίες για μονοπάτια πεζοπορίας και άλλα) και συνεχίζει στο Owakudani. Είναι μια αρκετά εύκολη βόλτα που μπορεί να γίνει σε περίπου 2,5 ώρες.

Mount Kintoki

Το όρος Kintoki (1.212 μέτρα πάνω από την επιφάνεια της θάλασσας) συνδέεται με τον θρύλο του Κιντάρο, έναν ήρωα ιαπωνικής λαογραφίας, και η άνοδός του είναι μία από τις πιο δημοφιλείς διαδρομές πεζοπορίας στη Χάκονε. Μόλις φτάσετε στην κορυφή, θα έχετε υπέροχη θέα στη λίμνη Ashi, την κοιλάδα Hakone, το Owakudani και το όρος Fuji.
Διάφορα μονοπάτια οδηγούν στη σύνοδο κορυφής. Το πιο δημοφιλές είναι το ιερό Kintoki, ενώ η κάθοδος γίνεται μέσω του Otome Pass ή του Pass Yagurasawa.
Στην κορυφή, εκτός από την απίστευτη θέα, δύο σπίτια τσαγιού επιβραβεύουν τους περιπατητές για τις προσπάθειές τους. Η ανάβαση μπορεί να γίνει σε περίπου 2,5 ώρες (4,6 χλμ.). Είναι σκόπιμο να φέρετε νερό και να έχετε εξοπλισμό πεζοπορίας.
Στις 16:00 παίρνουμε το τρένο για Τόκιο και επιστρέφουμε στο ξενοδοχείο.

8η ημέρα – 9η ημέρα Παρασκευή 26 Αυγούστου – Σάββατο 27 Αυγούστου

Παίρνουμε πρωινό στις 8:00 και 9:30 αρχίζει η περιπλάνηση στο Τόκιο.

Επίσκεψη στα: Πάρκο UENO, SHINJUKU, HARAJUKU, SKYTREE, Digital Museum, TSUKIJI, SHIBUYA, ZOJOJI Temple, Imperial Palace, Ginza κλπ

10η ημέρα Κυριακή 28 Αυγούστου

Επιστροφή στην Αθήνα. (Άφιξη στην Αθήνα τη Δευτέρα 29 Αυγούστου)