

# Πρόγραμμα 2018



# Ιανουάριος



## 14/01 Κοπή πίτας στο καταφύγιο Καταρράκτη

Η κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίτας μας θα γίνει φέτος στον πανέμορφο Καταρράκτη όπου θα περπατήσουμε μέχρι το πετρόχτιστο καταφύγιο! Μια πανέμορφη βόλτα για μικρούς και μεγάλους!!!

**Β. Δ.: 1**

**Αρχηγός: Λεωνίδα Σπαής**



## 28/01 Τζουμέρκα: Σκοπός(2.058) & Τρία Σύνορα (1.932μ)

Τα χιονισμένα Τζουμέρκα αποτελούν έναν από τους καλύτερους προορισμούς για χειμερινές αναβάσεις στο χιόνι. Οι κορυφές Σκοπός και Τρία Σύνορα δεσπόζουν πάνω από το Αθαμάνιο.

**1. Σκοπός Β. Δ.: 5**

**2. Τρία Σύνορα Β. Δ.: 1**

**Αρχηγός: Γιώργος Χαρμπής**

# Φεβρουάριος



## 4/02 Σκι σε χιονοδρομικό

Η επιλογή του χιονοδρομικού θα γίνει ανάλογα με την ποιότητα χιονιού. Αν δεν υπάρξει καλό χιόνι θα γίνει πεζοπορία στην Καρυά Λευκάδας  
**Αρχηγός: Περικλής Πανάκης**

## 10-11/02 Μαρόσα Όρνιο (2.022μ)

Μια δυνατή χειμερινή εξόρμηση στα βουνά των Τρικάλων και ανάβαση σε μια από τις πιο εντυπωσιακές κορυφές.

**Β. Δ.: 5**

**Αρχηγός: Κίμωνας Καλιακάτσος**

## 18/02 Οχυρά Μπιζανίου - Σερβιανά - Αετοράχη - Λέζαινα

Μαζί με τον ΕΟΣ Ιωαννίνων θα πεζοπορήσουμε από το Μουσείο Βρέλλη μέχρι τα οχυρά Μπιζανίου όπου δόθηκαν οι ιστορικές μάχες για την απελευθέρωση των Ιωαννίνων.

**Β.Δ.: 1**

**Αρχηγός: Λεωνίδα Ασλανίδης**

## 24-25/02 Σμόλικας (2.627μ)

Τον όμορφο Σμόλικα με την μαγική παγωμένη του Δρακόλιμνη θα έχουμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε σε μια μοναδική χειμερινή ανάβαση από το χωριό Πάδες.

**Β.Δ.:5**

**Αρχηγός: Χρήστος Κούρτης**

# Μάρτιος



## 4/03 Πράμαντα - Άγναντα

Μία όμορφη και εύκολη διαδρομή που θα μας δώσει την ευκαιρία να θαυμάσουμε το χιονισμένο τοπίο των Τζουμέρκων.

**Β. Δ.: 1**

**Αρχηγός: Θεόδωρος Κοσσυβάκης**

## 4/03 Στρογγούλα (2.143μ)

Μια συναρπαστική χειμερινή ανάβαση σε μια από τις πιο γνωστές κορυφές των Τζουμέρκων.

**Β. Δ.: 5**

**Αρχηγός: Χρήστος Κούρτης**

## 11/04 Περιστέρι Καλόγερος(2.102μ)

Κοινή χειμερινή ανάβαση με ΕΟΣ Ηγουμενίτσας, ΕΟΣ Ιωαννίνων και ΕΟΣ Πρέβεζας σε μια από τις κορυφές του Λάκμου

**Β. Δ.: 5**

**Αρχηγός: Δ.Σ.**

## 18/03 Σκι σε χιονοδρομικό

Η επιλογή του χιονοδρομικού θα γίνει ανάλογα με την ποιότητα χιονιού. Αν δεν υπάρξει καλό χιόνι θα γίνει κατάβαση του Βουραϊκού.

**Αρχηγός: Περικλής Πανάκης**

## 18/03 Αγκάθι Τζουμέρκων

Μία χειμερινή εξόρμηση στα πανέμορφα Τζουμέρκα και την κορυφή Αγκάθι.

**Β. Δ.: 5**

**Αρχηγός: Φώτης Ζήσης**



# Απρίλιος



**14-15/04 Παρνασσός - Λιάκουρα (2.457μ)**

Ο Παρνασσός προσφέρει τοπία με εναλλαγές με έντονη αντίθεση. Η ανέγγιχτη και άγρια ομορφιά της περιοχής που θα επισκεφτούμε αποτελεί βασικό λόγο της επιλογής αυτής της εξόρμησης.

**Β.Δ.: 3 ή 5**

**Αρχηγός: Λεωνίδα Ασλανίδης**



**28-29/04 Διάσχιση Γράμμου: Πληκάτι - Ασημοχώρι**

Ελάτε να ανακαλύψουμε μαζί μια άγνωστη πλευρά του Γράμμου περπατώντας σε δάση οξιάς και σε αλπικά λιβάδια που αρχίζουν να ξυπνούν από τον βαρύ χειμώνα.

**Β.Δ.: 2 ή 5 ανάλογα με την ύπαρξη ή όχι χιονιού**

**Αρχηγός: Περικλής Πανάκης**

# Μάιος



## 12-13/05 Άγραφα: Ντεληδήμι (2.163μ)

Στα μακρινά και δυσπρόσιτα Άγραφα βρίσκεται μια από τις πιο εντυπωσιακές κορυφές, το Ντεληδήμι

**Β. Δ.: 2 ή 5**

**Αρχηγός: Χρήστος Κούρτης**



## 20/05 Δρακόλιμνη Τύμφης

Μια από τις πιο γνωστές αλπικές λίμνες στην Ελλάδα που βρίσκεται λίγο πάνω από το Μ. Πάπιγκο.

**Βαθμός Δυσκολίας: 2**

**Αρχηγός: Γεώργιος Χαρμπής**

## 25-26-27-28/05 Σαμοθράκη

Κοινή εξόρμηση με ΕΟΣ Ηγουμενίτσας, ΕΟΣ Ιωαννίνων και ΕΟΣ Πρέβεζας σε ένα από τα πιο "ορειβατικά" νησιά.

## 27/05 Κριάκουρας (2.170μ)

Ο Κριάκουρας στέκεται αγέρωχος μεταξύ των Τζουμέρκων και της Κακαρδίτσας και είναι μια από τις πιο απαιτητικές αναβάσεις.

**Β.Δ.: 3**

**Αρχηγός: Γιώργος Λάμπρος**

# Ιούνιος



## 2-3/06 Χελμός - Ψηλή Κορυφή (2.350μ.)

Κατά την αρχαιότητα γνωστά ως Αροάνια όρη βρίσκονται κυρίως στο Νομό Αχαΐας και από εκεί πηγάζει η Στύγα. Ο Χελμός ξεχωρίζει για την πλούσια χλωρίδα και πανίδα του.

**1. Χιονοδρομικό - Ψηλή Κορυφή - Ύδατα Στυγός - Περιστέρα**

**B.Δ.: 3**

**2. Περιστέρα - Ύδατα Στυγός**

**B.Δ.: 1**

**Αρχηγός: Λεωνίδας Ασλανίδης**

## 10/06 Βαράσοβα (917μ.)

Μία εύκολη πεζοπορική διαδρομή η οποία συνδυάζεται με μια βουτιά στη θάλασσα και αναρρίχηση.

**B.Δ.: 1**

**Αρχηγός: Λεωνίδας Σπαής**

## 16-17/06 Κόνιτσα - Νταβάλιστα - Καταφύγιο Αστράκας - Σκάλα Φαρμάκη

Ο μεγάλος αριθμός μονοπατιών αλλά και οι φυσικές ομορφίες έχουν αναδείξει την Τύμφη σε έναν από τους πιο δημοφιλείς ορειβατικούς προορισμούς.

**B.Δ.: 3**

**Αρχηγός: Κίμωνας Καλιακάτσος**

## 29-30/06 - 1/07 Όλυμπος (2.917μ)

Κάποιοι ορειβατικοί προορισμοί όσο συχνά και να τους επαναλάβεις έχουν να σου χαρίσουν καινούριες συγκινήσεις και εμπειρίες, ο Όλυμπος ανήκει σε αυτές! Ο Όλυμπος είναι μια περιοχή που η μια φορά δεν είναι αρκετή, γιατί οι διαδρομές στο βουνό αυτό είναι τόσες πολλές που είναι δύσκολο να τις εξαντλήσεις

**B.Δ.: 2 & 3 (για όποιον ανέβει στο Μύτικα)**

**Αρχηγός: Λεωνίδας Σπαής**





**22/07 Πανελλήνια Ορειβατική Συνάντηση**

Η τοποθεσία θα οριστεί από τον διοργανωτή.

**Β.Δ.: 1**

**Αρχηγός: το Δ.Σ.**



# Αύγουστος



**25/09 Νυκτερινή ανάβαση στο Καταφίδι**

Μία απολαυστική ανάβαση στην ψηλότερη κορυφή των Τζουμέρκων στο Καταφίδι και μάλιστα υπό το φως του ολόγιουμου φεγγαριού! Σας περιμένουμε όλους να απολαύσουμε την αυγουσιτιάτικη πανσέληνο από όσο πιο κοντά γίνεται!

**Β. Δ.: 2**

**Αρχηγός: Λεωνίδας Σπαής**

# Σεπτέμβριος



## 2/09 Διάσχιση κορυφογραμμής Κοκκινόλακου

Ελάτε να ανακαλύψουμε μαζί μια από τις πιο όμορφες κορυφογραμμές με ανεπανάληπτη θέα προς την κοιλάδα του Αχελώου.

**Β.Δ.: 3**

**Αρχηγός: Βασίλης Ζολώτας**

## 15-16/09 30η Συνάντηση Ορειβατικών Συλλόγων

Ο διοργανωτής θα ορίσει την τοποθεσία

**Β.Δ.: 1**

**Αρχηγός: Λεωνίδα Σπαής**

## 21-22-23/09 Διάσχιση ορέων Βάλτου

Ελάτε να γνωρίσετε από κοντά τα άγνωστα σε πολλούς όρη Βάλτου. Παρά το ταπεινό τους ύψος, μόλις στα 1.852μ η ψηλότερη κορυφή Αετοί, παρουσιάζουν έντονο ορειβατικό ενδιαφέρον. Υποαλπικά λιβάδια και πετρώδεις κορυφές στο βορειότερο τμήμα έρχονται σε αντίθεση με τα σκιερά δάση που θα συναντήσουμε στο νότιο τμήμα της οροσειράς.

**Β.Δ.: 3**

**Αρχηγός: Λάμπρος Τζουβάρας**

## 30/09 Φαράγγι Βίκου & ρέμα Κλήμα

Η διάσχιση του Βίκου ξεκινάει από το χωριό Μονοδένδρι και καταλήγει στο χωριό Βίκος. Όσοι θέλουν μπορούν να συνεχίσουν την πεζοπορία τους στο άγνωστο για πολλούς ρέμα Κλήμα το οποίο οδηγεί στο Βραδέτο.

**1. Μονοδένδρι - Φαράγγι Βίκου - Βίκος**

**Β.Δ.: 1 / Αρχηγός: Λεωνίδα Σπαής**

**2. Μονοδένδρι - Φαράγγι Βίκου - Ρέμα Κλήμα - Βραδέτο**

**Β.Δ.: 3 / Αρχηγός: Βασίλης Ζολώτας**



# Οκτώβριος



## 13-14/10 Πίνοβο - Βίσογκραντ (2.150μ)

Το βασίλειο της οξιάς προσφέρει απλόχερα την ομορφιά του. Πυκνά δάση οξιάς με ελάχιστη πεύκη, δάση βελανιδιάς καλύπτουν τους πρόποδες, ενώ ψηλότερα κυριαρχούν τα αλπικά λιβάδια.

**Β.Δ.: 3**

**Αρχηγός: Βασίλης Παπαδημητρίου**



## 21/10 Σαμαρίνα - Δίστρατο

Ένα από τα πιο όμορφα και άγρια δάση απλώνεται δίπλα στη Σαμαρίνα, η Βάλια Κίρνα. Μαύρη πεύκη, χρυσόχρωμες οξιές, ρόμπολα και κέδρους θα συναντήσουμε στο μονοπάτι μας, ενώ ρέματα και πηγές τροφοδοτούν το Σαμαρινιώτικο ρέμα.

**Βαθμός Δυσκολίας: 2**

**Αρχηγός: Λεωνίδα Σπαής**



# Νοέμβριος



## 4/11 Καλαρρύτες - Συρράκο

Ξεκινάμε από τους Καλαρρύτες και μέσα από παλιό μονοπάτι κατεβαίνουμε στο ρέμα του Χρούσια και ανεβαίνουμε στο Συρράκο. Όσοι θέλουν μπορούν να ακολουθήσουν μεγαλύτερη διαδρομή που περνάει από το γεφύρι της Κουιάσας.

1. Καλαρρύτες - Συρράκο - Καλαρρύτες Β.Δ.: 1
2. Καλαρρύτες - Πηγές Χρούσια- Συρράκο - Καλαρρύτες Β.Δ.: 2

Αρχηγός: Θεόδωρος Κοσσυβάκης

## 11/11 Κουκούλι - Δίλοφο - Βίτσα

Μια εύκολη διαδρομή με έντονο πολιτιστικό ενδιαφέρον, σε μονοπάτια παλιά και χαμένα στο χρόνο... ενώ θα περάσουμε δύο από τα πιο όμορφα πέτρινα γεφύρια του Ζαγορίου, του Κόκορη και του Μίσιου.

Β.Δ.: 1

Αρχηγός: Θεόδωρος Κοσσυβάκης

## 17-18/11 Σταυρός - Σκάλα Τσίγα - Αυτί Τζουμέρκων

Μία πανέμορφη και απαιτητική εξόρμηση ιδανική για όποιον θέλει να δοκιμάσει τις δυνάμεις του στα προκλητικά Αθαμανικά όρη.

Β.Δ.: 3

Αρχηγός: Χρήστος Νούτσος



# Δεκέμβριος

## 2/12 Καπέσοβο - Σκάλα Βραδέτου - Τσεπέλοβο

Περπατάμε στην παλιά λιθόχτιστη σκάλα Βραδέτου η οποία οδηγεί από το Καπέσοβο στο Βραδέτο. Από εκεί συνεχίζουμε μέχρι τη θέση Μπελόη που προσφέρει πανοραμική θέα στο Βίκο. Όσοι θέλουν να περπατήσουν λίγο περισσότερο συνεχίζουν μέχρι το Τσεπέλοβο.

1. Καπέσοβο - Σκάλα Βραδέτου - Βραδέτο - Μπελόη Β.Δ.: 1
2. Καπέσοβο - Σκάλα Βραδέτου - Βραδέτο - Τσεπέλοβο Β.Δ.: 2

Αρχηγός: Γιώργος Λάμπρος



## 8-9/12 Ματσούκι - Κακαρδίτσα (2.429μ.)

Μια όμορφη και απαιτητική ανάβαση η οποία προσφέρει συγκινήσεις και ανεπανάληπτες εικόνες στους ορειβάτες.

Β.Δ.: 3 ή 5

Αρχηγός: Βασίλης Παπαδημητρίου



# Βαθμοί δυσκολίας (Β.Δ.)

**1** Εύκολη πεζοπορία διάρκειας μέχρι 6 περίπου ώρες, με μικρή υψομετρική διαφορά. Κατάλληλη για αρχάριους.

**2** Πεζοπορία διάρκειας μέχρι 8 περίπου ώρες, με υψομετρική έως 1.000 περίπου μέτρων. Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα που χρειάζονται προσοχή (τεχνικά περάσματα), τμήματα εκτός μονοπατιού και διασχίσεις.

**3** Αναβάσεις διάρκειας πάνω από 8 ώρες, με υψομετρική διαφορά μεγαλύτερη των 1000 μέτρων ή πολυήμερες αναβάσεις. Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα με τοπική δυσκολία (αναρριχητικά περάσματα II & III βαθμού UIAA), και χρήση ασφαλειών.

**4** Αναβάσεις με υψομετρική διαφορά μεγαλύτερη των 1000 μέτρων και διάρκειας άνω των 8 ωρών. Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα που χρειάζονται προσοχή (τεχνικά περάσματα) και διασχίσεις καθώς και μεταφορά κατασκηνωτικού εξοπλισμού.

**5** Μέτριας δυσκολίας ορειβασία με υψομετρική διαφορά μέχρι 1000 μέτρων και διάρκειας έως 8 ώρες. Απαραίτητος εξοπλισμός χειμερινού βουνού (πιολέ, κραμπόν, κ.λ.π.). Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα που χρειάζονται προσοχή (τεχνικά περάσματα) και διασχίσεις.

**6** Μεγάλου βαθμού δυσκολίας ορειβασία με υψομετρική διαφορά άνω των 1000 μέτρων και διάρκειας πάνω από 8 ώρες. Απαραίτητος εξοπλισμός χειμερινού βουνού (πιολέ, κραμπόν, κ.λ.π.). Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα που χρειάζονται προσοχή (τεχνικά περάσματα) και διασχίσεις.

**7** Μεγάλου βαθμού δυσκολίας ορειβασία με υψομετρική διαφορά άνω των 1000 μέτρων και διάρκειας πάνω από 8 ώρες. Απαραίτητος εξοπλισμός χειμερινού βουνού (πιολέ, κραμπόν, κ.λ.π.). Μπορεί να περιλαμβάνει τμήματα που χρειάζονται προσοχή (τεχνικά περάσματα), διασχίσεις καθώς και μεταφορά κατασκηνωτικού εξοπλισμού.