



**ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ
"ΔΡΑΠΕΤΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ"**

18/10/2026

Δράσεις του Συλλόγου ΔΡΑΠΕΤΕΣ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ
Νοεμβρίου 2026

Ο Νοέμβριος ξεκινά δυναμικά με υπέροχες δράσεις και μοναδικές εξορμήσεις! □□

Ο σύλλογός μας ετοίμασε ένα πλούσιο πρόγραμμα γεμάτο φύση, περιπέτεια, όμορφες διαδρομές και, φυσικά, την καλύτερη παρέα!

- ♦ **Πεζοπορία και πικνίκ στην Πάρνηθα**, για μικρούς και μεγάλους την Κυριακή 1 Νοεμβρίου 2026
- ♦ **Πεζοπορία στο μαγευτικό φαράγγι του Βουραϊκού**, μέσα σε ένα τοπίο απaráμιλλης ομορφιάς την Κυριακή 8 Νοεμβρίου 2026
- ♦ **Πεζοπορία στον Παρνασσό**, σε μια υπέροχη διαδρομή στα Μαντάμια, για να απολαύσουμε τον υπεροχο καταρράκτη του και τη φύση στα φθινοπωρινά της χρώματα την Κυριακή 22 Νοεμβρίου 2026
- ♦ Και ο μήνας ολοκληρώνεται με ένα **φανταστικό τριήμερο στην Ήπειρο!** Θα περιηγηθούμε στις παρακαλάμιες διαδρομές, θα επισκεφθούμε τη Μονή Παλιουρής και θα ανακαλύψουμε ξεχωριστά αξιοθέατα, όπως το πέτρινο γεφύρι της Βροσίνας, την Πινακοθήκη Χαρακτικής και το Περίπτερο Οίνου 🏰 Παρασκευή 27 -Κυριακή 29 Νοεμβρίου 2026

♥ **Σας περιμένουμε όλους!** Ελάτε να περπατήσουμε, να ανακαλύψουμε μαγευτικά μέρη, να μοιραστούμε όμορφες στιγμές και να δημιουργήσουμε νέες, αξέχαστες αναμνήσεις!

□ Γιατί κάθε διαδρομή είναι πιο όμορφη όταν την απολαμβάνουμε μαζί!

Σημαντική ενημέρωση για τους συμμετέχοντες

Η συμμετοχή στις δραστηριότητες του Συλλόγου προϋποθέτει την υποχρεωτική συμπλήρωση και υπογραφή της Δήλωσης Απαλλαγής Ευθύνης του Συλλόγου από όλους τους συμμετέχοντες, πριν από την έναρξη τους.

Πεζοπορία και πικνικ στην Πάρνηθα - Κυριακή 1 Νοεμβρίου 2026



Ο Σύλλογός μας, με μεγάλη χαρά, αποδέχτηκε την πρόσκληση του Προέδρου της **Εθελοντικής Δράσης Πάρνηθας** και θα πεζοπορήσουμε μαζί τους σε μια όμορφη διαδρομή, κατάλληλη για όλους, από το **Μπάφι μέχρι τον Άγιο Πέτρο και τη Μόλα**.

Εκεί θα απολαύσουμε το πικνίκ μας μέσα στη φύση και στη συνέχεια θα επιστρέψουμε από την ίδια διαδρομή.

Θα χαρούμε πολύ να είμαστε όλοι μαζί και να περάσουμε ακόμη μία όμορφη Κυριακή, με καλή παρέα, φύση και πεζοπορία, μαζί με τους φίλους πεζοπόρους της **Ε.Δ. Πάρνηθας!** ☐☐♥

Σας περιμένουμε!

Στοιχεία διαδρομής :

- Απόσταση 5,6χλμ μπρος – πίσω
- Βαθμός Δυσκολίας 1
- Θετική υψομετρική 186μ.
- Αρνητική υψομετρική 186μ.

Βαθμοί δυσκολίας :
- 1 Εύκολο
- 2 Μέτριο
- 3 Απαιτητικό
- 4 Δύσκολο
- 5 Υψηλών Απαιτήσεων

Κόστος συμμετοχής : **Δωρεάν**

Σημείο συνάντησης : Parking Μπάφι

Ωρα συνάντησης : 9:30πμ

Συνοδός βουνού : Σωτήριος Μανίκας με πιστοποίηση στις πρώτες βοήθειες

Για περισσότερες πληροφορίες και κράτηση θέσεων στείλτε μήνυμα μέσω inbox ή στο mail η επικοινωνήστε στο τηλ: 6974999545 cosmote Σωτήριος Μανίκας Οι κρατήσεις των θέσεων θα γίνονται τηλεφωνικά στον διοργανωτή. Για την καλύτερη λειτουργία της ομάδας θα πρέπει οπωσδήποτε να δηλώσετε τη συμμετοχή σας. **Η μη δήλωση συμμετοχής αποκλείει τη δυνατότητα συμμετοχής στην πεζοπορία.**

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: Όρεξη για περπάτημα και περιπέτεια! Σακίδιο πλάτης , νερό, σνακ , μπουτάκια πεζοπορίας, μπατόν , αδιάβροχο ,προσωπικό φαρμακείο και ο,τι χρειάζεστε για τη πραγματοποίηση του πικνικ !

Παρακαλούμε να λάβετε υπόψη τις κατωτέρω οδηγίες:

Ο αρχηγός 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. Σε αντίθετη περίπτωση ενημερώνουμε τον αρχηγό. Επίσης πρέπει να έχουν άριστη σωματική & ψυχική υγεία και να ενημερώνουν τον αρχηγό για τυχόν αλλεργίες, ασθένειες

Πεζοπορία στο Φαράγγι του Βουραϊκού - Κυριακή 8 Νοεμβρίου 2026



Ο Σύλλογός μας διοργανώνει μια ξεχωριστή πεζοπορική εξόρμηση στο **εντυπωσιακό Φαράγγι του Βουραϊκού**, ένα από τα πιο όμορφα και χαρακτηριστικά φυσικά τοπία της Πελοποννήσου!

Μια διαδρομή όπου η **φύση, η ιστορία και η παράδοση** συναντιούνται με μοναδικό τρόπο.

Ανάμεσα στον Χελμό και τις ανατολικές απολήξεις του Παναχαϊκού, ο Βουραϊκός ποταμός έχει δημιουργήσει μέσα στους αιώνες ένα επιβλητικό φαράγγι μήκους περίπου **20 χιλιομέτρων**.

Η διαδρομή μας κινείται μέσα σε ένα μοναδικό τοπίο, με **πλούσια βλάστηση, τρεχούμενα νερά, καταρράκτες, σπήλαια και εντυπωσιακούς βραχώδεις σχηματισμούς**.

Το μονοπάτι διασχίζει την προστατευόμενη περιοχή του **Εθνικού Πάρκου Χελμού-Βουραϊκού**, που αποτελεί επίσης τμήμα του **Παγκόσμιου Γεωπάρκου UNESCO**, ενώ μέρος της διαδρομής μας εντάσσεται στο ευρωπαϊκό μονοπάτι μεγάλων αποστάσεων **E4**.

Και φυσικά, σε όλη σχεδόν την πορεία μας θα έχουμε για συντροφιά τις γραμμές του ιστορικού **Οδοντωτού Σιδηροδρόμου**, που από το 1896 συνδέει το Διακοπτό με τα Καλάβρυτα.

Ένα μοναδικό ταξίδι μέσα στον χρόνο, δίπλα στις ράγες ενός ζωντανού μνημείου, με φόντο το άγριο και πανέμορφο τοπίο του Βουραϊκού!

Μια πεζοπορία γεμάτη εικόνες, φύση, ιστορία και όμορφη παρέα!

Ετοιμαστείτε να ζήσουμε μαζί μια πραγματικά **αξέχαστη εμπειρία!**

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

□ Απόσταση: Διάσχιση 14,5χλμ.

🕒 Διάρκεια: 4,5 ώρες, μαζί με τις στάσεις

☆ Βαθμός δυσκολίας: 2/5

↓ Αρνητική υψομετρική: 670μ.

Ώρα αναχώρησης 07:00 μετρό Χαλανδρίου

07:10 μετρό Δουκίσσης Πλακεντίας

Συνοδός βουνού : Σωτήριος Μανίκας με πιστοποίηση στις πρώτες βοήθειες

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

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: Όρεξη για περπάτημα και περιπέτεια! Σακίδιο πλάτης , νερό, σνακ , μπουτάκια 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.

Παρακαλούμε να λάβετε υπόψη τις κατωτέρω οδηγίες:

Το κόστος συμμετοχής περιλαμβάνει:

-τη μεταφορά μας προς και από τον προορισμό μας με Πούλμαν

-τις διαδρομές

-έξοδα οδηγού

-έξοδα συνοδού βουνού

-διόδια.

-ότι άλλο απαιτείται για την πραγματοποίηση της εκδρομής .

Ο αρχηγός 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. Σε αντίθετη περίπτωση ενημερώνουμε τον αρχηγό. Επίσης πρέπει να έχουν άριστη σωματική & ψυχική υγεία και να ενημερώνουν τον αρχηγό για τυχόν αλλεργίες, ασθένειες

Πεζοπορία στον Παρνασσό - Μαντάμια- Κυριακή 22 Νοεμβρίου 2026



Ένα **υπέροχο μονοπάτι στον Παρνασσό** μας περιμένει να το ανακαλύψουμε! ☐

Ο Σύλλογός μας, την **Κυριακή 22 Νοεμβρίου 2026**, πραγματοποιεί εξόρμηση για να περπατήσουμε μια πανέμορφη διαδρομή:

Άνω Πολύδροσο → Μαντάμια → Κάτω Πολύδροσο

Ξεκινάμε κάτω από τα πεύκα και συνεχίζουμε μέσα σε ένα καταπράσινο τοπίο, γεμάτο **έλατα, πλατάνια, τρεχούμενα νερά** και φυσικά τον εντυπωσιακό **Καταρράκτη των Μανταμιών!** ☐ ☐

Στη διαδρομή μας θα συναντήσουμε: ☐ παλιούς νερόμυλους, ☐ τον **Πύργο των Μανταμιών,**

≠ τα απομεινάρια του παλιού υδροηλεκτρικού εργοστασίου, ☐ όμορφα γεφυράκια, τρεχούμενα νερά και μοναδικές εικόνες της φύσης!

Και για τους πιο τολμηρούς... **η βάρθρα των Μανταμιών περιμένει για βουτιές!**

Οι υπόλοιποι θα απολαύσουμε το υπέροχο τοπίο και τη μαγεία της φύσης.

☐ Ελάτε να περπατήσουμε, να εξερευνήσουμε και να γνωρίσουμε το **μονοπάτι του Παρνασσού!**

♥ **Σας περιμένουμε!**

☐ **Ο Παρνασσός μας καλεί!**

Στοιχεία διαδρομής :

- Απόσταση 7,5χλμ.
- Διάρκεια διαδρομής 3,5 ώρες με τις στάσεις
- Βαθμός Δυσκολίας 1
- Θετική υψομετρική 90μ
- Αρνητική υψομετρική 400μ.

Βαθμοί δυσκολίας :
- 1 Εύκολο
- 2 Μέτριο
- 3 Απαιτητικό
- 4 Δύσκολο
- 5 Υψηλών Απαιτήσεων

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

Συνοδοί βουνού με πιστοποίηση στις πρώτες βοήθειες:

Σωτήριος Μανίκας - Άρης Αννής

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

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Όρεξη για περπάτημα και περιπέτεια! Σακίδιο πλάτης , νερό, σνακ , μπουτάκια 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. Παρακαλούμε να λάβετε υπόψη τις κατωτέρω οδηγίες:

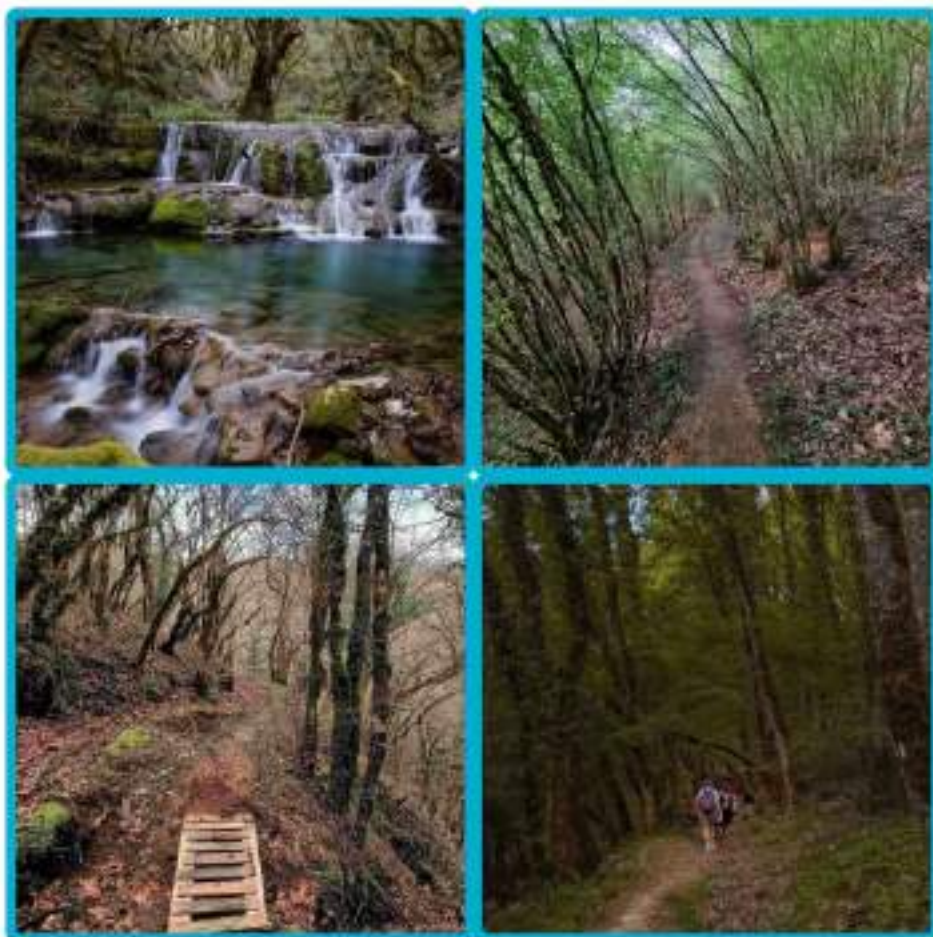
Το κόστος συμμετοχής περιλαμβάνει:

- τη μεταφορά μας προς και από τον προορισμό μας με Πούλμαν
- τις διαδρομές
- έξοδα οδηγού
- έξοδα συνοδού βουνού
- διόδια.
- ότι άλλο απαιτείται για την πραγματοποίηση της εκδρομής .

Ακυρώσεις 4 μέρες πριν την πεζοπορία δεν επιστρέφονται οι συμμετοχές αν δεν καλυφθεί η θέση. 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.

**Τριήμερη εκδρομή στην αγαπημένη μας Ήπειρο
Πεζοπορίες στις παρακαλάμιες διαδρομές
Παρασκευή 27 Νοεμβρίου – Κυριακή 29 Νοεμβρίου 2026**



Οι Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου ταξιδεύουν στην Ήπειρο!

Ετοιμάσαμε ένα ξεχωριστό τριήμερο στην αγαπημένη μας Ήπειρο! Αυτή τη φορά, αφήνουμε πίσω τα γνωστά και πολυπερπατημένα μονοπάτια της και ανακαλύπτουμε άγνωστες γωνιές, μαγευτικά τοπία και χωριά που μοιάζουν να έρχονται από μια άλλη εποχή!

Ο Βουτσαράς, η Βρυσούλα και η Βροσίνα θα γίνουν οι σταθμοί της περιπέτειάς μας. Εκεί, στις παρακαλάμιες διαδρομές, δίπλα σε ποτάμια, μέσα σε καταπράσινα τοπία και σε μονοπάτια γεμάτα ιστορίες, θα περπατήσουμε, θα εξερευνήσουμε και θα απολαύσουμε την αυθεντική ομορφιά της ηπειρώτικης φύσης.

Το ταξίδι μας θα συνδυάσει την πεζοπορία με την ιστορία και τον πολιτισμό, καθώς θα επισκεφθούμε ξεχωριστά αξιοθέατα της περιοχής, όπως την Πινακοθήκη Χαρακτικής, το Περίπτερο Οίνου, τη Μονή Παλιουρής και το ιστορικό πέτρινο γεφύρι της Βροσίνας.

Και φυσικά, δεν θα λείψουν οι γεύσεις της Ηπείρου, οι όμορφες παρέες, τα χαμόγελα και εκείνες οι μικρές στιγμές που κάνουν κάθε εκδρομή αξέχαστη!

Γιατί εμείς, οι *Δραπέτες της πόλης Χαλανδρίου*, ξέρουμε πως οι ομορφότερες διαδρομές είναι εκείνες που μας οδηγούν σε τόπους που δεν έχουμε ακόμη ανακαλύψει!

Επόμενος προορισμός: Ήπειρος! Ελάτε να τη γνωρίσουμε αλλιώς!

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1η μέρα Παρασκευή 27-11-2026

**Αναχώρηση το απόγευμα από το μετρό Χαλανδρίου στις 16:30(4:30μμ)
από σταθμό μετρό Δουκίσσης Πλακεντίας 16:40 (4:40μμ)
από σταση Καλυφτάκη 17:15(5:15μμ)**

Όλοι θα πρέπει να παρευρίσκονται 10 λεπτά νωρίτερα ώστε να αναχωρήσουμε στην ώρα μας.

Με προορισμό τα υπέροχα Ιωάννινα και με ενδιάμεσες στάσεις στη διαδρομή μας, ξεκινάμε το ταξίδι μας προς την καρδιά της Ηπείρου! Το βράδυ θα φτάσουμε στο ξενοδοχείο μας, όπου θα γίνει η τακτοποίηση στα δωμάτια.

Στη συνέχεια, η βραδιά είναι ελεύθερη για να απολαύσουμε την όμορφη πόλη των Ιωαννίνων, να περιπλανηθούμε στα γραφικά σοκάκια, να κάνουμε τη βόλτα μας δίπλα στη λίμνη Παμβώτιδα και, φυσικά, να δοκιμάσουμε τις τοπικές γεύσεις σε κάποιο από τα όμορφα ταβερνάκια της πόλης!

Η πρώτη μας βραδιά στην Ήπειρο ξεκινά με χαλαρή διάθεση, όμορφες εικόνες και καλή παρέα, προετοιμάζοντάς μας για τις μοναδικές εμπειρίες που θα ακολουθήσουν!

2η μέρα Σάββατο 28-11-2026

Μετά το πρωινό μας στο ξενοδοχείο, αναχωρούμε για τον γραφικό Βουτσαρά, ένα χωριό που βρίσκεται μέσα σε ένα μαγευτικό φυσικό περιβάλλον, όπου κυριαρχούν ο ποταμός Καλαμάς (Θύαμις), τα καταπράσινα δάση, τα κελαρυστά ρέματα και τα υπέροχα τοπία της ευρύτερης περιοχής.

Μας περιμένει μια πανέμορφη διαδρομή, γεμάτη εικόνες, χρώματα και αρώματα της ηπειρώτικης φύσης. Η περιοχή προσφέρεται για πεζοπορία, χαλαρή περιήγηση και υπαίθριες δραστηριότητες, προσφέροντας μοναδικές ευκαιρίες για επαφή με τη φύση και στιγμές ηρεμίας μακριά από τους έντονους ρυθμούς της καθημερινότητας.

Στην ευρύτερη περιοχή βρίσκονται σημαντικά φυσικά και πολιτιστικά αξιοθέατα, όπως η Μονή Παλιουρής η Πινακοθήκη Χαρακτικής και το περίπτερο κρασιού που συμπληρώνουν με τον καλύτερο τρόπο την περιήγησή μας.

Μια ξεχωριστή εξόρμηση στην όμορφη Ήπειρο, με υπέροχα τοπία, αυθεντικές εικόνες της ελληνικής υπαίθρου και την ευκαιρία να γνωρίσουμε από κοντά έναν τόπο γεμάτο φυσική ομορφιά και παράδοση!

Στοιχεία κυκλικής διαδρομής

- Απόσταση 10χλμ.
- Διάρκεια διαδρομής: 4 ώρες με τις στάσεις

- Βαθμός Δυσκολίας: 1
- Θετική υψομετρική: +300μ.

3η μέρα Κυριακή 29-11-2026

Μετά το πρωινό μας στο ξενοδοχείο, αναχωρούμε για το χωριό Βρυσούλα έναν όμορφο προορισμό της ηπειρώτικης γης, όπου μας περιμένει η επόμενη πεζοπορική μας περιπέτεια!

Η Βρυσούλα βρίσκεται σε υψόμετρο 198 μέτρων και απέχει περίπου 42 χιλιόμετρα από τα Ιωάννινα. Ένας τόπος με ενδιαφέρουσα ιστορική διαδρομή και κρυμμένα ίχνη του παρελθόντος, που συνδυάζει τη φυσική ομορφιά με την πολιτιστική κληρονομιά της περιοχής.

Μέχρι το 1925, η κοινότητα ήταν γνωστή ως Κοινότητα Κουτσίου (Κούτσι) και υπαγόταν διοικητικά στους Φιλιάτες. Σύμφωνα με παλαιότερες μαρτυρίες, η αρχική ονομασία συνδέεται πιθανότατα με ομώνυμο χωριό της σημερινής Αλβανίας, από όπου φέρεται να μετανάστευσαν οι πρώτοι κάτοικοι στις αρχές του 19ου αιώνα.

Ιδιαίτερο αρχαιολογικό ενδιαφέρον παρουσιάζει η θέση «Βρύση Παναγίας», όπου έχουν εντοπιστεί κεραμικά αντικείμενα και ίχνη κατοίκησης που παραπέμπουν στους ελληνιστικούς χρόνους. Στην κορυφή του λόφου διακρίνονται, επίσης, θεμέλια αρχαίων κτισμάτων, μαρτυρώντας τη μακραίωνη ιστορία του τόπου.

Μέσα σε ένα όμορφο φυσικό περιβάλλον, θα απολαύσουμε την πεζοπορική μας διαδρομή, ανακαλύπτοντας τις ομορφιές της περιοχής και γεμίζοντας τις αποσκευές μας με εικόνες, εμπειρίες και στιγμές συντροφικότητας!

Στοιχεία κυκλικής διαδρομής

- Απόσταση 7 χλμ.
- Διάρκεια διαδρομής: 3.5 ώρες με τις στάσεις
- Βαθμός Δυσκολίας: 1
- Θετική υψομετρική: +300μ.

Επόμενη στάση: Το πέτρινο γεφύρι της Βροσίνας

Μετά την πεζοπορία μας, θα επισκεφθούμε το ιστορικό γεφύρι της Βροσίνας, ένα ξεχωριστό δείγμα της παραδοσιακής ηπειρώτικης αρχιτεκτονικής, στην περιοχή της Ζίτσας.

Πρόκειται για ένα μονότοξο πέτρινο γεφύρι, μήκους περίπου 25 μέτρων, με άνοιγμα τόξου 10,30 μέτρα, ύψος 5,30 μέτρα και πλάτος 2 μέτρα. Κατασκευάστηκε με χρήματα της Μονής Μακραλέξης και γεφυρώνει τον ποταμό Ζαλογγίτικο, παραπόταμο του Καλαμά.

Το γεφύρι αποτελεί ένα εντυπωσιακό δείγμα της λαϊκής αρχιτεκτονικής και της τέχνης των παλιών μαστόρων, θυμίζοντάς μας την εποχή που τέτοιες κατασκευές συνέδεαν χωριά, ανθρώπους και εμπορικούς δρόμους.

Μια όμορφη ημέρα στην Ήπειρο, γεμάτη πεζοπορία, ιστορία, πέτρινα γεφύρια και αυθεντικές εικόνες της ελληνικής υπαίθρου! Η εκδρομή μας θα ολοκληρωθεί με ένα απολαυστικό γεύμα, όπου θα έχουμε την ευκαιρία να γευτούμε τις παραδοσιακές γεύσεις της ηπειρώτικης κουζίνας. Με όμορφες αναμνήσεις, μοναδικές εικόνες και τις γεύσεις της Ηπείρου στις αποσκευές μας, παίρνουμε τον δρόμο της επιστροφής για την Αθήνα!

Συνοδός βουνού : Σωτήριος Μανίκας με πιστοποίηση στις πρώτες βοήθειες

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 70 ευρώ για έγκυρη κράτηση.

ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ : IBAN GR3801106920000069276971046 (Σωτήριος Μανίκας)

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ : IBAN GR08 0171 4290 0064 2912 8647 056 (Σωτήριος Μανίκας)

Το κόστος συμμετοχής περιλαμβάνει:

- διαμονή με πρωινό (2 βράδια)
- τη μεταφορά μας προς και από τον προορισμό μας με Πούλμαν .
- τις διαδρομές
- έξοδα οδηγού πουλμαν.
- έξοδα συνοδου βουνου.
- διόδια.
- ότι άλλο απαιτείται για την πραγματοποίηση της εκδρομής .

Ακυρώσεις 12 μέρες πριν την εκδρομή δεν επιστρέφονται οι συμμετοχές αν δεν καλυφθεί η θέση. 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.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: Όρεξη για περπάτημα και περιπέτεια! Σακίδιο πλάτης , νερό, σνακ , μποτάκια πεζοπορίας ,μπατόν , αδιάβροχο ,προσωπικό φαρμακείο -επιπλέον ρουχισμός και παπούτσια για την επιστροφή και ο,τι χρειάζεται ο καθένας για το τριήμερο!

Κανόνες Συμμετοχής στις δράσεις:

-Σκοπός των δράσεων 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 υπακούν 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