



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ

75

8009
2002

Κίσαβος

13-14/9: ΦΑΡΑΓΓΙ ΑΣΩΠΟΥ (Διοργάνωση Ε.Ο.Σ. Λαμίας)

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 4 μ.μ. για το χωριό Σκαμνός, όπου διανυκτέρευση σε σκηνές. Συμμετοχή στις εκδηλώσεις του Ε.Ο.Σ. Λαμίας.

Κυριακή διάσχιση του φαραγγιού μέχρι τη γέφυρα του Ασωπού στην Π.Ε.Ο Λαμίας - Αθηνών. Ώρες πορείας περίπου 5. Απαραίτητος εξοπλισμός για τη διάσχιση μαγιά ή σορτς, εφεδρικά στεγνά ρούχα και παπούτσια.

Αρχηγοί: Ιωάννα Μιχαηλίδη - Γιώργος Κουμουνδούρος.

19-20-21/9 : Πανελλήνια αναρριχητική συνάντηση στα Μετέωρα.

Πληροφορίες στο Σύλλογο.

26-27-28/9: ΔΥΤΙΚΑ ΒΑΡΔΟΥΣΙΑ

Παρασκευή αναχώρηση από Ελευσίνα 4 μ.μ. για Αρτοτίνα, όπου διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Σάββατο ανάβαση στα Αρτοτινά Λιβάδια, ώρες πορείας 3-4, όπου θα γίνει η διανυκτέρευση σε σκηνές. Στη συνέχεια: α) Ανάβαση στο Πάνω Ψηλό (2160 μ.) και Κάτω Ψηλό (2220 μ.), (αναρριχητικά περάσματα II - III βαθμού) και κατάβαση στα Αρτοτινά Λιβάδια. Ώρες πορείας 5-6.

β) Ανάβαση στο Βουνό της Κωστίτισσας (2256 μ.), το οποίο προσφέρει πανοραμική θέα όλου του Δυτικού Συγκροτήματος των Βαρδουσιών και κατάβαση στα Αρτοτινά Λιβάδια. Ώρες πορείας 4.

Κυριακή κατάβαση στην Αρτοτίνα και επιστροφή Αθήνα.

Αρχηγός: Αλέκος Ασημακόπουλος

5/10: ΓΕΡΑΝΕΙΑ

Κυριακή αναχώρηση από Αθήνα 7 π.μ. για Πίσια (520 μ.), διάσχιση μέσω Σκάλας Γερακίνας μέχρι την παραλία στο Σχίνο. Ώρες πορείας 5.

Αρχηγοί: Βάσω Κονταξή - Νίνα Θεοδώρου.

11-12/10: ΜΟΡΑΒΑ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 10 π.μ. για Καστανιά Καθαμπάκας (800 μ.), όπου θα γίνουν οι διανυκτερεύσεις σε δωμάτια και σκηνές.

Κυριακή ανάβαση μέσα από δάσος οξιάς και μαυρόπευκου στην κορυφή της Μοράβας «Όμορφη Ράχη» (1845 μ.) και επιστροφή στην Καστανιά. Ώρες πορείας 6-7.

Αρχηγός: Ευγένιος Καμπανέας.

18-19/10: ΒΑΡΑΣΟΒΑ (ΑΝΑΡΡΙΧΗΤΙΚΗ)

Αρχηγός: Αλέκος Ασημακόπουλος. Πληροφορίες στο Σύλλογο.

25-26/10: ΧΕΛΜΟΣ - ΥΔΑΤΑ ΣΤΥΓΟΣ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 2 μ.μ. για το χωριό Περιστέρα (1060 μ.), όπου διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές.

Κυριακή ανάβαση στα Ύδατα Στυγός και στη συνέχεια στις κορυφές Νεραϊδόραχη (2341 μ.) και Ψηλή Κορφή (2355 μ.). Κατάβαση στο Χιονοδρομικό Κέντρο Καθαβρύτων (1650 μ.). Ώρες πορείας 8-9.

Αρχηγοί: Αγγελική Τσιλιέκα - Χρύσα Τσιλιέκα

8-9/11: ΠΗΛΙΟ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 10 π.μ. για Χάνια όπου διανυκτέρευση σε δωμάτια.

Κυριακή διάσχιση της διαδρομής από Χάνια μέχρι Ξουρίτσι (Τσαγκαράδα). Ώρες πορείας 6-7.

Αρχηγός: Νίνα Θεοδώρου.

14-15-16/11: ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ

Το Καταφύγιό μας θα είναι ανοιχτό από Παρασκευή βράδυ για τα μέλη αλλά και τους φίλους του Σύλλογου, για να το οργανώσουμε και να το συντηρήσουμε για το χειμώνα που έρχεται, αλλά και να περπατήσουμε και να απολαύσουμε το όμορφο τοπίο και το εξαιρετικό ελατόδασος, μια και δυστυχώς είναι από τα ελάχιστα εναπομείναντα γύρω από την Αττική.

22-23/11: ΟΛΙΓΥΡΤΟΣ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 2 μ.μ. για Κεφαλάρι Κορινθίας, όπου θα γίνει η διανυκτέρευση στον Ξενώνα της Ε.Ο.Φ.

Κυριακή μετάβαση στη Λαύκα (680 μ.), ανάβαση στην κορυφή Σκίπιζα (1935 μ.) και επιστροφή.

Ώρες πορείας 6-7.

Αρχηγός: Μενέλαος Κομιανός.

6-7/12: ΤΑΪΓΕΤΟΣ - ΣΠΑΝΑΚΑΚΙ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 2 μ.μ. για Αναβρυτή (800 μ.), όπου διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Σπανακάκι (2024 μ.) και κατάβαση στην Αναβρυτή. Ώρες πορείας 6-7.

Αρχηγός: Αγγελική Τσιλιέκα.

21/12: ΕΛΙΚΩΝΑΣ

Κυριακή αναχώρηση από Αθήνα 7:30 π.μ. για Αγία Άννα (700 μ.). Ανάβαση στην κορυφή Παλιοβούνα (1748 μ.) και επιστροφή. Ώρες πορείας 6.

Αρχηγός: Σάββας Ζαχαριουδάκης.

11/1: ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ

Κόψιμο πρωτοχρονιάτικης πίτας στο Καταφύγιο. Πληροφορίες στο Σύλλογο.

17-18/1: ΜΕΓΑΛΗ ΖΗΡΕΙΑ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 10 π.μ. για Άνω Τρίκαλα Κορινθίας (1060 μ.). Ανάβαση στο καταφύγιο του Ε.Ο.Σ. Κορίνθου (1750 μ.), όπου και η διανυκτέρευση. Ώρες πορείας 3.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Σημείο (2376 μ.), κατάβαση στο καταφύγιο και μέσω του οροπεδίου και της λίμνης του Δάσιου στα Άνω Τρίκαλα. Ώρες πορείας 7-8.

Αρχηγός: Σάββας Ζαχαριουδάκης.

31/1-1/2: ΚΑΛΛΙΦΩΝΙ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 3 μ.μ. για Τσαπουρνιά, όπου διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές.

Κυριακή ανάβαση από Άνω Βήλασία (950 μ.) στην κορυφή (1998 μ.) και επιστροφή. Ώρες πορείας 7.

Αρχηγοί: Αργύρης Παπαδόπουλος - Γιώργος Κουμουνδούρος.

8/2: ΜΑΙΝΑΛΟ - ΑΪΔΙΝΗΣ

Αναχώρηση από Αθήνα 7 π.μ. για Κάψια (700 μ.). Ανάβαση στην κορυφή Αϊδίνης (1849μ.) και κατάβαση στο Ροεινό. Ώρες πορείας 6.

Αρχηγοί: Νίνα Θεοδώρου - Βάσω Κονταξή.

14-15/2: ΒΑΡΔΟΥΣΙΑ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 7 π.μ. για Αθανάσιο Διάκο (1050 μ.). Ανάβαση στο καταφύγιο (1950 μ.), όπου θα γίνει η διανυκτέρευση. Ώρες πορείας 4-5.

Κυριακή α) Ανάβαση στο Μέγα Κάμπο μέσω αναρριχητικών διαδρομών (βούκια) με μέτρια δυσκολία.

β) Κλασική ανάβαση στην κορυφή Κόρακας (2495 μ.), ώρες πορείας 6-7.
Επιστροφή στο καταφύγιο και από εκεί κατάβαση στον Αθανάσιο Διάκο και επιστροφή Αθήνα.
Αρχηγοί: Αλέκος Ασημακόπουλος - Αργύρης Παπαδόπουλος.

18/2: ΤΑΚΤΙΚΗ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ

Τετάρτη ώρα 7 μ.μ. στα Γραφεία του Συλλόγου.

28/2, 1-2/3 (Καθαρά Δευτέρα): ΤΖΟΥΜΕΡΚΑ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 8 π.μ. για Καταρράκτη Άρτας (800 μ.), όπου και οι διανυκτερεύσεις σε δωμάτια και σκηνές.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Καταφίδι (2393 μ.) και επιστροφή. Ώρες πορείας 7-8.

Δευτέρα επιστροφή Αθήνα.

Αρχηγός: Σάββας Ζαχαριουδάκης.

14-15/3: ΔΙΡΦΗ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 8 π.μ. για Στενή Ευβοίας. Ανάβαση από μονοπάτι στο καταφύγιο (1150 μ.), όπου και διανυκτέρευση. Ώρες πορείας 3.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Δέλφι (1743 μ.) και επιστροφή στο καταφύγιο. Ώρες πορείας 5-6.

Αρχηγός: Σάββας Ζαχαριουδάκης.

21-22/3: ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 8 π.μ. για Ψάθα, πορεία μέχρι τους αρχαίους πύργους και επιστροφή Ψάθα. Ώρες πορείας 4. Από εδώ μετάβαση στο καταφύγιο του Κιθαιρώνα όπου διανυκτέρευση.

Κυριακή μετάβαση στον οικισμό Αγίου Νεκταρίου και από εκεί από το αρχαίο μονοπάτι κατάβαση στο Πόρτο Γερμενό. Ώρες πορείας 4.

Αρχηγοί: Ιωάννης Καντούνας - Νίνα Θεοδώρου.

28-29/3: ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 2 μ.μ. για το καταφύγιο Παρνασσού (1940 μ.), όπου διανυκτέρευση.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Λιάκουρα (2455 μ.) και επιστροφή. Ώρες πορείας 6.

Αρχηγός: Μενέλαος Κομιανός.

4-5/4: ΜΕΤΕΩΡΑ (ΑΝΑΡΡΙΧΗΤΙΚΗ)

Αρχηγός: Αλέκος Ασημακόπουλος. Πληροφορίες στο Σύλλογο.

12/4: ΦΑΡΑΓΓΙ ΒΟΥΡΑΪΚΟΥ

Κυριακή αναχώρηση από Αθήνα 7:30 π.μ. για Μέγα Σπήλαιο - Ζαχλωρού. Διάσχιση του φαραγγιού παράλληλα με τις γραμμές του οδοντωτού μέχρι το Διακοφτό. Ώρες πορείας 4-5.

Αρχηγός: Χρύσα Τσιλιέα.

1-2-3/5: ΒΑΡΝΟΥΝΤΑΣ

Παρασκευή αναχώρηση από Ελευσίνα 8 π.μ. για Πισοδέρι, όπου θα γίνουν οι διανυκτερεύσεις.

Σάββατο ανάβαση από το χιονοδρομικό κέντρο Πισοδερίου (1420 μ.) στην κορυφή του Βαρνούντα (2334 μ.) και κατάβαση στον Άγιο Γερμανό (1040 μ.). Ώρες πορείας 10-12.

Κυριακή επιστροφή Αθήνα.

Αρχηγοί: Νίνα Θεοδώρου - Ευγένης Καμπανέας.

15-16-17/5: ΑΓΡΑΦΑ

Παρασκευή αναχώρηση από Ελευσίνα 4 μ.μ. για Μουζάκι Καρδίτσας - Διάσελο Αγ. Νικολάου (1585 μ.),

όπου και διανυκτέρευση σε σκηνές.

Σάββατο μετάβαση με το λεωφορείο στο διάσελο Τρία Σύνορα, από εκεί ανάβαση στην κορυφή Ντελιδίμι (2162 μ.) και κατάβαση του Ασπρορέματος. Διανυκτέρευση με σκηνές δίπλα στο ποτάμι. Ώρες πορείας 8.

Κυριακή συνέχεια της διάσχησης του Ασπρορέματος μέχρι τα Επινιανά (950 μ.). Ώρες πορείας 6. Αρχηγοί: Δημήτρης Σακουφάκης - Αγγελική Τσιλίκα.

23-24/5: ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ

Σάββατο αναχώρηση από Ελευσίνα 12 π.μ. για Ελευθεροχώρι και καταφύγιο (1000 μ.), όπου και διανυκτέρευση. Πιθανές ώρες πορείας 2.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Γκιόζα (1399 μ.) και επιστροφή. Ώρες πορείας 4-5. Αρχηγός: Λάμπρος Τσέκας

6-7-8/6 (Αγίου Πνεύματος): ΣΜΟΛΙΚΑΣ

Σάββατο αναχώρηση από Αθήνα 6 π.μ. για Πάδες Κόνιτσας. Ανάβαση στο καταφύγιο του Σμόλικα (1750 μ.), όπου θα γίνουν όλες οι διανυκτερεύσεις. Ώρες πορείας 2-3.

Κυριακή ανάβαση από Δρακόλιμνη στην κορυφή του Σμόλικα (2637 μ.) και επιστροφή στο καταφύγιο. Ώρες πορείας 9-10.

Δευτέρα κατάβαση στο Παλιοσέλι, ώρες πορείας 3 και επιστροφή Αθήνα.

Αρχηγοί: Ιωάννα Μιχαηλίδη - Γιώργος Κουμουνδούρος.

19-20-21/6: ΛΙΜΝΗ ΚΡΕΜΑΣΤΩΝ

Παρασκευή αναχώρηση από Αθήνα 4 μ.μ. για Τρίκλινο Αιτωλοακαρνανίας (πριν τη γέφυρα Τατάρνας) όπου και διανυκτέρευση. Στο χωριό υπάρχει ταβερνάκι.

Σάββατο αναχώρηση με canoe για διάσχηση της λίμνης των Κρεμαστών μέχρι την περιοχή της Σιβίστας όπου και η διανυκτέρευση σε σκηνές. Μεταφορά των πραγμάτων με αυτοκίνητο και δυνατότητα μπάρμπεκιου. Καθαρές ώρες canoe 5.

Κυριακή αναχώρηση με τα canoe για τα στενά του Αχειλώου ποταμού, επίσκεψη στο νησάκι του Άη Νικόλα όπου βρίσκεται το κάστρο του Κάρολου Τώκα και επιστροφή στη Σιβίστα όπου θα περιμένει το λεωφορείο για αναχώρηση. Καθαρές ώρες canoe 4.

Οργάνωση από το γραφείο Mountain Action (Βασίλης Μήτσιος), το οποίο διαθέτει και τον εξοπλισμό. Αρχηγοί: Αγγελική Τσιλίκα - Βάσω Κονταξή.

3-4-5-6/7: ΟΛΥΜΠΟΣ

Παρασκευή αναχώρηση από Ελευσίνα 4 μ.μ. για Πλαταμώνα, όπου διανυκτέρευση σε καταφύγιο.

Σάββατο μετάβαση στο Λιτόχωρο, ανάβαση από διασταύρωση (950 μ.) στο Οροπέδιο των Μουσών (2760 μ.) και διανυκτέρευση στο καταφύγιο. Ώρες πορείας 6-7.

Κυριακή ανάβαση στην κορυφή Μύτικας (2919 μ.) και σε άλλες κορυφές και επιστροφή στο Οροπέδιο. Ώρες πορείας 3 έως 6 ανάλογα με τη διαδρομή.

Δευτέρα κατάβαση στη θέση Πριόνια (1000 μ.), ώρες πορείας 4-5 και επιστροφή Αθήνα.

Αρχηγός: Τιμοθέων Χατζηβασιλείου.

18-19/7: 69η Πανελλήνια Ορειβατική Συνάντηση (Π.Ο.Σ.)

Πληροφορίες στο Σύλλογο.

ΣΧΟΛΗ ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗΣ ΒΡΑΧΟΥ



Πραγματοποιήθηκε με επιτυχία, στο διάστημα από αρχές Μαΐου ως τα μέσα Ιουνίου, η Σχολή Αναρρίχησης Βράχου, που διοργάνωσε ο ΕΟΣ Ελευσίνας. Όσοι είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν τη διεξαγωγή της Σχολής, δοκίμασαν τα πρώτα κάθετα βήματά τους με ασφάλεια και διδάχτηκαν τις μοντέρνες τεχνικές αναρρίχησης, ενώ είχαν την ευκαιρία να σκαρφαλώσουν σε σημαντικά και ιστορικά πεδία της Αττικής, αλλά και της υπόλοιπης Ελλάδας, όπως η Πέτρα Βαρυμύμης, η Λαγκάδα του Ταύγετου, η Βοράσοβα και βέβαια τα ονομαστά Μετέωρα. Η Σχολή πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία με τον Εκπαιδευτή Ορειβασίας της

ΕΟΟΑ Παναγιώτη Κοτρωνάρο, ενώ στο έργο του τον πλαισίωσε ο βοηθός Εκπαιδευτής Ορειβασίας της ΕΟΟΑ και μέλος του Συλλόγου Αλέκος Ασημακόπουλος.

Ο φτερινός χειμώνας, αν και άνυδρος και με λιγοστά, για μια ακόμη φορά, χιόνια στα βουνά, δημιούργησε για κάποια μεγάλα χρονικά διαστήματα, καλές συνθήκες στις ορθοπλαγιές των βουνών μας. Οι Αναρριχητές του Συλλόγου, σκαρφάλωσαν κάποιες διαδρομές, στο Γεροντόβραχο του Παρνασσού, στα Σκόρδα Πιτιμάλικου (Βαρδούσια) και αλλού, με σπουδαιότερη ίσως στιγμή την επανάληψη της διαδρομής "Άνομη Έλξη" στα Καζάνια του Ολύμπου και συγκεκριμένα στη Βορειοανατολική ορθοπλαγιά του Σκολιού, στα τέλη Μάρτη. Η διαδρομή πραγματοποιήθηκε από τη σχοινοσυντροφιά Γ. Κωνσταντάκη, Μ. Στύλλα και Α. Ασημακόπουλου, κάτω από ιδανικές συνθήκες.

Τέλος μέλη του Συλλόγου, παρακολούθησαν μια σειρά άτυπων βασικών μαθημάτων ορειβασίας, στον Παρνασσό και στα Βαρδούσια, το Μάρτιο. Με πολύ καλές καιρικές συνθήκες αλλά και πολύ καλό και σφιχτό χιόνι, πραγματοποίησαν κάποιες όμορφες χειμερινές διαδρομές (Λούκια χιονιού-πάγου) όπως τη διαδρομή "Ψυγείο" στη βορεινή ορθοπλαγιά του Γεροντόβραχου και το κεντρικό Λούκι των Σκόρδων Πιτιμάλικου. Την ώραία παρέα αποτελούσαν οι Αργύρης Παπαδόπουλος, Κική Τσιλικά, Ράνια Κακανή, Γιώργος Γερόλυμος, Χάρης Καραύτσος, Τάκης Λάζος, Τάσος Κυριακού, Γιώργος Κουμουνδούρος, Σάββας Ζαχαριουδάκης, Γιώργος Στάθης, Ηλίας Μίλτος και Αλέκος Ασημακόπουλος. Πέρα από τις ωραίες διαδρομές όλα τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να διδαχθούν χειρισμούς σχοινιών, ρελέ στο χιόνι και την κίνηση σχοινοσυντροφιάς στο χειμερινό εκτεθειμένο πεδίο.



Βασικός Ορειβατικός Εξοπλισμός Αναβάσεων

1 Απαραίτητος εξοπλισμός για Χειμερινή Ανάβαση

- Άκαμπτα άρβυλα ορειβασίας
- Κραμπόν - Πιολέ
- Τζάκετ (αδιάβροχο - αντιανεμικό)
- Παντελόνι ορειβασίας (μεμβράνη-αδιάβροχο)
- Γκέτες - Σκούφος
- Θερμοεσώρουχα πάνω - κάτω
- Fleece
- Κάλτσες για χειμερινή ορειβασία και εφεδρικό ζευγάρι
- Γάντια ορειβασίας και εφεδρικό ζευγάρι
- Βίνουας sac ή αλουμινοκουβέρτα

2 Απαραίτητος εξοπλισμός για Καλοκαιρινή Ορεινή Πεζοπορία

- Ημιάκαμπτα άρβυλα ορειβασίας
- Μπλουζάκι με μακρύ μανίκι κατά προτίμηση
- Μακρύ ελαφρύ παντελόνι ορειβασίας
- Αδιάβροχο - Αντιανεμικό - Καπέλο
- Μπατόν
- Κάλτσες και εφεδρικό ζευγάρι

3 Απαραίτητος γενικός εξοπλισμός για Χειμώνα - Καλοκαίρι

- Ορειβατικό σακίδιο
- Φακός κεφαλής με εφεδρικές μπαταρίες
- Ατομικό φαρμακείο
- Παγούρι θερμός
- Γυαλιά ηλίου
- Αντηλιακό

- 1 22/10/08 Διάλεξη: Ιστορία της Ορειβασίας Αλέκος Ασημακόπουλος
- 2 19/11/08 Προβολή: Νεπάλ - Trekking στην Αναπούρνα Δημήτρης Σακουφάκης
- 3 17/12/08 Προβολή: Αναρριχήσεις στα Βουνά του Κόσμου Γιάννης Κωνσταντάκης
- 4 21/1/09 Προβολή: Ισπανία (Ανδαλουσία - Καστίλη) Βάσω Κονταξή
- 5 18/3/09 Προβολή: Ιορδανία - Πέτρα Αγγελική Τσιλικά
- 6 8/4/09 Διάλεξη: Κίνδυνοι στο Βουνό Αλέκος Ασημακόπουλος
- 7 20/5/09 Προβολή: Αναρριχτικές διαδρομές στην Ελλάδα και στις Άλπεις Αλέκος Ασημακόπουλος
- 8 17/6/09 Προβολή: Επιλογές από εκδηλώσεις του Συλλόγου Αγγελική Τσιλικά - Βάσω Κονταξή

