



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ

2000β

1-2.7.2000 - ΦΑΡΑΓΓΙ «Πάντα Βρέχει» Ευρυτανίας

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 8:00 π.μ.

Αρχηγός: Ρούμπη Δάβου

15-30.7.2000 - ΑΛΠΕΙΣ (Αναρριχητικές Διαδρομές)

Αρχηγός: Δημήτρης Πάνου

21-22-23.7.2000 - Π.Ο.Σ. ΟΛΥΜΠΟΣ

Διανυκτέρευση σε σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 16:00 μ.μ.

Αρχηγός: Δημήτρης Γεωργούλης

ΔΙΑΚΟΠΕΣ!!!

8-9-10.9.2000 - ΟΧΗ (1398 μ.) - ΦΑΡΑΓΓΙ ΚΑΛΛΙΑΝΩΝ

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Άλλες πληροφορίες στο Σύλλογο.

Αρχηγός: Σοφία Μπερλή

24.9.2000 - ΓΕΡΑΝΕΙΑ (1.369 μ.)

Ανάβαση από διάσελο Αέρα-Μακρυπλάγι-Κατάβαση Αγία Τριάδα

Αρχηγός: Γιώργος Κουμουνδούρος

29-30.9-1.10.2000 - ΤΑΥΓΕΤΟΣ (2.407 μ.) - ΦΑΡΑΓΓΙ ΒΥΡΟΥ

Διανυκτέρευση σε καταφύγιο, δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 16:00 μ.μ.

Αρχηγοί: Γιώτα Σουρτζή, Σοφία Μπερλή

8.10.2000 ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ (1.409 μ.)

Διάσχιση από Ερυθρές-καταφύγιο-κορυφή-Πόρτο Γερμενό

Διανυκτέρευση στο καταφύγιο.

Αρχηγός: Μενέλαος Κομιανός

13-14-15.10.2000 - ΓΚΑΜΗΛΑ (Διάσχιση Τσεπέλοβο-Βρυσохώρι)

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 16:00 μ.μ.

Αρχηγός: Δημήτρης Σακουφάκης

18.10.2000 Προβολή Διαφανειών

Στα Γραφεία του Συλλόγου, ώρα 7:30 μ.μ.

28-29.10.2000 - ΖΗΡΕΙΑ (Διάσχιση Μάνα-Φλαμπουρίτσα-Ντούσιας (2.086 μ.)-Κεφαλάρι)

Διανυκτέρευση σε σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 8:00 π.μ.

Αρχηγοί: Γιώργος Κουμουνδούρος, Βαγγέλης Αθαλασσινός

4-5.11.2000 - ΜΑΙΝΑΛΟ (Διάσχιση Καταφύγιο-Μουρτζιά (1794 μ.)-Ροϊνό)

Διανυκτέρευση σε καταφύγιο. Αναχώρηση από Αθήνα 12:00 μ.μ.

Αρχηγός: Κική Τσιλικά

11-12.11.2000 - Φαράγγι Κάκαβου, Τσακαλάκι (1.713 μ.), Ορεινή Ναυπακτία

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 8:00 π.μ.

Αρχηγός: Βάσω Κονταξή

15.11.2000 - Προβολή Διαφανειών

Στα Γραφεία του Συλλόγου, ώρα 7:30 μ.μ.

19.11.2000 - ΠΑΡΝΗΘΑ (Διάσχιση Χούνη-Χασιά)

Αναχώρηση από Αθήνα 8:00 π.μ.

Αρχηγός: Γιώτα Σουρτζή

25-26.11.2000 - ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ (Ε4: Αγόριανη-Δελφοί)

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 14:00 μ.μ.

Αρχηγός: Αλέκος Ασημακόπουλος

2-3.12.2000 - ΝΤΟΥΡΝΤΟΥΒΑΝΑ (2.109 μ.)

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές. Αναχώρηση από Αθήνα 12:00 μ.μ.

Αρχηγός: Αλέκος Ασημακόπουλος

9-10.12.2000 - ΚΙΘΑΙΡΩΝΑΣ (1.409 μ.) Διάσχιση Βρύση-Κορυφή-Πόρτο Γερμενό

Διανυκτέρευση στο καταφύγιο

Αρχηγός: Βάσω Κονταξή

13.12.2000 Προβολή Διαφανειών
Στα Γραφεία του Συλλόγου, ώρα 7:30 μ.μ.

16-17.12.2000 - ΒΟΥΝΑ ΣΑΡΑΝΤΑΠΗΧΟΥ
(Λειβαδάκι, 1.836 μ.)

Διανυκτέρευση σε δωμάτια και σκηνές.
Αναχώρηση από Αθήνα 12:00 μ.μ.
Αρχηγός: Μενέλαος Κομιανός

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ 23-26.12.2000
ΚΑΪΜΑΚΤΣΑΛΑΝ (2.524 μ.) - ΤΖΕΝΑ (2.182 μ.)
Πληροφορίες στο Σύλλογο.

προβολές διαφανειών

Οι προβολές προγραμματίστηκαν
για τις ημερομηνίες:

18.10.2000- 15.11.2000 - 13.12.2000

στις 7.30 το βράδυ
στα γραφεία του Συλλόγου.



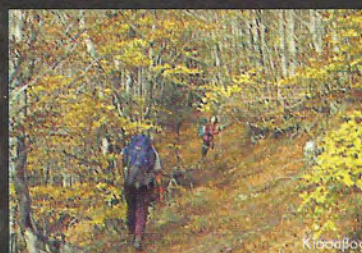
Οίτη



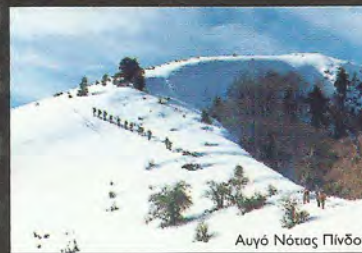
Βορούσα Ιωαννίνων



Ντόμφο, Πόντος (Καϊμακτσαλάν)



Κισσάβος



Αυγό Νότιας Πίνδου



Σκόλι (Καϊμακτσαλάν)

Χειμώνας=Άνοιξη 2000

Σύμφωνα με το πρόγραμμα πραγματοποιήθηκαν από το Σύλλογο αναβάσεις στα παρακάτω βουνά: Μικρή Ζήρεια (2.086 μ.), Κλωκός (1.779 μ.), Περιστερί Ν. Πίνδου (2.295 μ.) Μαίναλο (1.981 μ.), Φλυτζάνι Αγράφων (2.018 μ.), Πάρνωνας (1.935 μ.), Οίτη (2.152 μ.), Φτέρη Αγράφων (2.128 μ.) διάσχιση κορυφογραμμής-Επινιανά, Βάλια Κάλντα-Φλέγκα (2.159 μ.).

Αναρριχητικές Διαδρομές

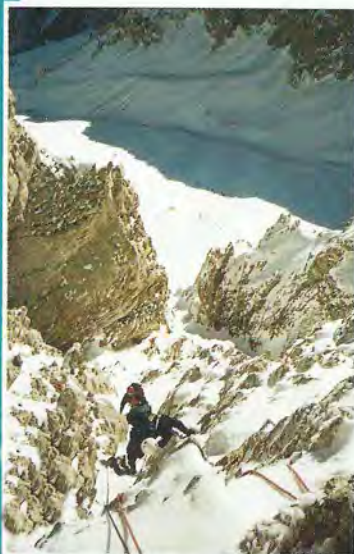
Ο φετινός χειμώνας, χαρακτηρίστηκε από αρκετά χαμηλές θερμοκρασίες, αλλά και περιορισμένη χιόνωση στα βουνά μας. Στις αρχές του Γενάρη, βρεθήκαμε στον Παρνασσό οι Δημήτρης Πάνου, Αλέκος Ασημακόπουλος, Γιάννης Κωνσταντάκης και Αντώνης Παρασκευόπουλος, όπου σε ένα ιδιαίτερα ψυχρό Σαββατοκύριακο, πραγματοποιήσαμε μια

επανάληψη της ΒΑ κόψης της Λιάκουρας, (καλοκαιρινή διαδρομή του Μιχαηλίδη), η οποία προσέφερε ένα ευχάριστο σκαρφάλωμα, σε μια πολύ αισθητική, εκτεθειμένη κόψη, με υπέροχη θέα στο υπόλοιπο αλπικό συγκρότημα του Ανατολικού Παρνασσού. Προηγουμένως, σκαλφαλώσαμε και την κλασσική «Florian», στην Βορεινή όψη του Γεροντόβραχου.

Στις αρχές Μαρτίου, επίσης στα Βαρδούσια, το χιόνι ήταν λιγοστό. Στα Σκόρδα Πιτιμάλικου, οι διαδρομές μόλις που ήταν σχηματισμένες (ή καθόλου) και η επανάληψη της «Anna-Lisa» ήταν μια ιδιαίτερη εμπειρία, ενώ μια εβδομάδα μετά ήρθε η σειρά για το «Λούκι των Κορρέ - Χατζηβαρσάνη στα Σκόρδα Μουσουνίτσας, μια διαδρομή με μεγάλη υψομετρική διαφορά και έντονη την αίσθηση του αλπικού στοιχείου, από τις ομορφότερες αλπικές διαδρομές

των βουνών μας. Κύριο χαρακτηριστικό της, η ύπαρξη δύο παγοκαταρρακτών, που προσθέτουν μια ιδιαίτερη αίσθηση στο συνολικό αποτέλεσμα.

Επίσης οι Αντώνης Παρασκευόπουλος και Θανάσης Παλούσης, πραγματοποίησαν, διασχίσεις με ορειβατικά σκι, στα Βαρδούσια και την Οίτη. Συγκεκριμένα στην Οίτη έγινε η διάσχιση Λειβαδιές - Πύργος καθώς και το Γρεβενό, ενώ στα Βαρδούσια η κλασσική διαδρομή προς τα καταφύγια, Πόρτες, Μέγας Κάμπος, Κόρακας. Στον Παρνασσό επίσης με τα σκι ανέβηκαν στις κορφές Κοτρώνι, Μαύρα Λιθάρια, Τσάρκο και Γεροντόβραχο.



ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ στο ΒΟΥΝΟ

Το Καλοκαίρι

Βασικός εξοπλισμός

- σακκίδιο
- αρβύλες
- ρούχα για την πορεία (ελαφρά, αλλά να καλύπτουν τα άκρα για προστασία από τον ήλιο)
- καπέλο για τον ήλιο
- γυαλιά
- φακός (έξτρα λαμπάκι και μπαταρίες)
- μία επιπλέον αλλαξιδιά ρούχα (κόλτσες, εσώρουχα, παντελόνι, πουκάμισο)
- αντιανεμικό μπουφάν και παντελόνι
- φάρμακα για προσωπικές ανάγκες
- αδιάβροχο ή καγκούλ
- αλουμινοκουβέρτα ή σάκκος μπιβουάκ
- κομμάτι σχοινί για διάφορες χρήσεις
- παγούρι
- τροφή (και για περιπτώσεις ανάγκης)
- σουγιάς
- σπρίτσα ή αναπτήρας

ανά τρεις: κουτί πρώτων βοηθειών, χαρτί και μολύβι, χάρτης, πυξίδα, αλτίμετρο, θερμόμετρο, ρολόι.

Το Χειμώνα

Ο Βασικός εξοπλισμός είναι ίδιος με τον καλοκαιρινό, αν τα ρούχα και οι αρβύλες αντικατασταθούν με κατάλληλα για την εποχή.

- γκέτες
- γάντια και γάντια αντιανεμικά
- σκούφος ή μπαλακλάβα
- κασκόλ
- πιολέ
- κραμπόνς

Εξοπλισμός για Κάμπινγκ

- σκηνή
- υπνόσακκος
- στρωματάκι (κάριματ)
- καμινέτο (επιπλέον γκαζάκι)
- μαγειρικά σκεύη και πηρούνι-κουτάλι-ποτήρι

Πάντοτε όλα τα πράγματα να βρίσκονται σε πλοστικό σάκκο (πχ σκουπιδιών) μέσα στο σακκίδιό.

Προσοχή: Η αναχώρηση γίνεται από την Ελευσίνα (γραφεία ΕΟΣ) ή την Αθήνα (Πλ. Κλαυθμώνος), ανάλογα με την κατεύθυνση της διαδρομής. Σε κάθε περίπτωση το λεωφορείο παραλαμβάνει ορειβάτες και από τα δύο σημεία. Η αναχώρηση από το 2ο σημείο γίνεται περίπου μισή ώρα μετά από την ώρα εκκίνησης όπως αυτή σημειώνεται στο πρόγραμμα.

Και να μην ξεχνάμε! Στα βουνά ανεβαίνουμε για την άσκηση και την ευχαρίστησή μας. Ποτέ δεν ξεπερνάμε τις δυνάμεις μας. Καλό είναι να είμαστε σε ομάδες τουλάχιστον των τριών ατόμων για λόγους ασφάλειας.

Δηλώσεις Συμμετοχής το αργότερο έως Τετάρτη πριν από κάθε Ανάβαση.
Πληροφορίες στα γραφεία κάθε Δευτέρα και Τετάρτη 7-9 μ.μ. Τηλ. 5545.430
Ακόμα στα τηλ. 5545.882, 5546.572 και το απόγευμα 9520.819