

# Άνω Τιθορέα – Φαράγγι Βελίτσας – Διπόταμα – Άνω Τιθορέα



**Ημερήσια πεζοπορική**

**Κυριακή 12 Σεπτεμβρίου 2021**

Η πρώτη εξόρμηση του Φ.Ο.Ν.Ι για το τελευταίο τετράμηνο του 2021, είναι στις παρυφές του **Παρνασσού**, σε μία όμορφη διαδρομή που έχει βουνά, δάση, φαράγγι με νερά και θέα προς τις ψηλές κορφές.

Στις 7.00 πμ ξεκινάμε από, το γνωστό μέρος της Ν. Ιωνίας, την Λ. Ηρακλείου 230 (ΙΟΡΔΑΝΗΣ) και περνώντας από Κάστρο, Λιβαδειά, φτάνουμε στην **Άνω Τιθορέα** (Βελίτσα).

Από εκεί θα αρχίσει η πεζοπορία μας στα λημέρια του **Οδυσέα Ανδρούτσου**, ανεβαίνοντας από τα 460μ, μέσα από το πανέμορφο φαράγγι προς τα Διπόταμα (900μ) και θα δούμε την σπηλιά του. Η διαδρομή στο μεγαλύτερο μέρος της είναι κάτω από την σκιά των πεύκων και πιο ψηλά των ελάτων. Περίπου στα 2 χλμ, σχεδόν στο μέσον της προς τα άνω διαδρομής, θα συναντήσουμε το ξωκκλήσι

του Άι Γιάννη στα 700μ όπου και θα κάνουμε στάση. Μετά θα συνεχίσουμε την ανάβαση προς τα Διπόταμα .



Επιστροφή από την ίδια διαδρομή, μετά από 5 περίπου ώρες, υπολογίζοντας και τις στάσεις, στο όμορφο χωριό για φαγητό.

**Βαθμός Δυσκολίας : 1** (εύκολη προς μέτρια)

**Μήκος Διαδρομής : 8,5 χλμ**

**Εκτιμώμενος Χρόνος : 5.00 ώρες** (με τις στάσεις)

**Υψομετρική Διαφορά : +/- 550μ**

Εκτιμώμενη ώρα επιστροφής στην Ν. Ιωνία, καλώς εχόντων των πραγμάτων, γύρω στις 8.00 μμ.

Μαζί μας εκτός από την καλή μας διάθεση, απαραίτητα πρέπει να έχουμε ορειβατικά μποτάκια, μπατόν, δεύτερο ζευγάρι παπουτσιών στο πούλμαν, μαγιό και πετσέτα για όποιον θέλει να βουτήξει στα δροσερά νερά στα Διπόταμα, καπέλο, αντηλιακό, σνακ και νερό, για τη διαδρομή.

---

**Επίσης να μην ξεχάσουμε τα απαραίτητα έγγραφα πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νόσησης, αποτέλεσμα rapid ή self test.**

**Απαραίτητη, φυσικά και υποχρεωτική, η μάσκα μέσα στο πούλμαν.**



Επειδή οι θέσεις είναι λιγότερες (πληρότητα 85%) και ο χρόνος λίγος, καλό είναι να φροντίσουμε νωρίς και έγκαιρα την κράτηση θέσης

**Αρχηγός : Ζηλακάκη Μαρία**

**Κρατήσεις : Λαγόπουλος Επαμεινώνδας (τηλ. 6939205638)**