

Νοτιοδυτική Πάρνηθα



Ημερήσια πεζοπορική

Κυριακή 10 Νοεμβρίου 2019

Μία διαδρομή στη νοτιοδυτική πλευρά της **Πάρνηθας**. Μια ιδιαίτερη διαδρομή που θα μας ανταμείψει πλουσιοπάροχα με την ομορφιά και την ποικιλία της.

Θα χωριστούμε σε δύο ομάδες. Η **ομάδα Α** θα κάνει μία εύκολη πεζοπορική διαδρομή και η **ομάδα Β** θα κάνει μία ορειβατική με δύσκολα σημεία διαδρομή.

Η εκκίνηση της πεζοπορίας και για τις δύο ομάδες θα γίνει από την **Μονή Κλειστών** στο δρόμο προς τα Δερβενοχώρια. Ανάβαση από αρχαίο μονοπάτι, σε κάποιο σημείο του οποίου θα δούμε και το **Φρούριο της Φυλής**, μέχρι το διάσελο για την ορθοπλαγιά της Πάρνηθας, το **Άρμα**. Μετά κατάβαση μέσα σε όμορφο δάσος και μικρά λιβάδια προς το ρέμα της **Γκούρας**.



Η **ομάδα Α** δεν θα φτάσει στο ρέμα γιατί σε προγενέστερο σημείο θα επιστρέψει από το ίδιο μονοπάτι στο πούλμαν, με το οποίο θα πάει στην **Αμυγδαλέζα**, σε ταβέρνα της περιοχής, όπου θα συναντηθεί με την ομάδα Β, για φαγητό.

Η **ομάδα Β** θα συνεχίσει διαδοχικά, με ανάβαση και κατάβαση, με μεγάλη κλίση για μισή ώρα περίπου, προς το τέλος. Σε σταθερά συρματόσχοινα κατά τόπους και χρήση των χεριών (σκραμπλ) με σκοπό το πέρασμα του ρέματος που πιθανόν να έχει πολύ νερό, στο **σπήλαιο του Πανός**. Το τμήμα αυτό της κατάβασης είναι δύσκολο και απαιτεί εμπειρία, προσοχή, συγκέντρωση και είναι απαγορευτικό για άτομα με υψοφοβία. Εδώ θα γίνει μία στάση για να θαυμάσουμε το σπήλαιο. Ανάβαση από τον σχεδόν κατακόρυφο βράχο με σταθερό συρματόσχοινο και λαξευτά πατήματα και στην συνέχεια ανηφορικά προς **Αγ. Γεώργιο Κεραμιδίου** όπου θα γίνει στάση και μετά κατηφορικά προς **Αμυγδαλέζα**. Θα ακολουθήσει φαγητό σε ταβέρνα της περιοχής και επιστροφή στην Ν. Ιωνία.

Ομάδα Α (εύκολη διαδρομή)

Συνολικό μήκος πεζοπορίας : 6 χλμ

Υψομετρική διαφορά : +/-450

Εκτιμώμενος χρόνος πεζοπορίας : 3-4 ώρες



Ομάδα Β (δύσκολη διαδρομή)

Συνολικό μήκος πεζοπορίας : 11 χλμ

Υψομετρική διαφορά : + 700 / -850

Εκτιμώμενος χρόνος πεζοπορίας : 5-6 ώρες

Αρχηγός : Ζηλακάκη Μαρία

Κρατήσεις : Λαγόπουλος Επαμεινώνδας