

# ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΡΙΛΙΟΥ – ΙΟΥΝΙΟΥ 2022

## ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΡΙΛΙΟΥ – ΙΟΥΝΙΟΥ 2022

### 10.04.2022 ΑΚΡΟΚΟΡΙΝΘΟΣ – ΑΡΧΑΙΑ ΚΟΡΙΝΘΟΣ

Επίσκεψη και ξενάγηση στο μουσείο και στον αρχαιολογικό χώρο.  
Αμέσως μετά πεζοπορία προς το κάστρο.

Μήκος Διαδρομής : **7 χλμ**

Διάρκεια : **4-5 ώρες** (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Βαθμός Δυσκολίας : **1** (σχετικά εύκολη)

Υψομετρική Διαφορά : **+ 500 μ**

**Καρδερίνης Στ.- Λαγόπουλος Ε.**

### 17.04.2022 ΛΟΦΟΙ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

(ΑΓ. ΦΙΛΟΘΕΗ – ΤΟΥΡΚΟΒΟΥΝΙΑ – ΑΤΤΙΚΟ ΑΛΣΟΣ – ΠΑΡΚΟ ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ – ΠΕΔΙΟΝ ΤΟΥ  
ΑΡΕΩΣ – ΛΟΦΟΣ ΣΤΡΕΦΗ – ΛΥΚΑΒΗΤΤΟΣ – ΔΕΞΑΜΕΝΗ – ΕΘΝΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ)

Μήκος Διαδρομής : **17 χλμ**

Διάρκεια : **6-7 ώρες** (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Βαθμός Δυσκολίας : **2** (λόγω μεγάλου μήκους)

Σημείωση : Υπάρχει δυνατότητα για όποιον θέλει να κάνει μικρότερη  
διαδρομή , να αποχωρήσει σε ενδιαμέση θέση. Επίσης υπάρχει η δυνατότητα  
να έλθει σε ενδιαμέση θέση μετά από συνεννόηση με τους αρχηγούς.

**Ζηλακάκη Μ. – Λαγόπουλος Ε.**

### **08.05.2022 ΣΤΕΝΗ – ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΔΙΡΦΥΟΣ**

Κυκλική πεζοπορία από το μονοπάτι S1 μέσα σε δάσος, από την Στενή στο καταφύγιο στα 1.120μ, επιστροφή από το S2.

Μήκος Διαδρομής : **9 χλμ**

Διάρκεια : **4,5 ώρες** (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Βαθμός Δυσκολίας : **1+** (Εύκολη για έμπειρους πεζοπόρους)

**Μπράνης Χρ. – Λαγόπουλος Ε.**

### **29.05.2022 ΒΛΑΧΟΚΕΡΑΣΙΑ – ΔΑΣΟΣ ΣΚΥΡΙΤΙΔΑΣ**

Πεζοπορία μέσα σε δάσος και δίπλα σε ρέμα.

Μήκος Διαδρομής : **14 χλμ**

Διάρκεια : **7 ώρες** (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Βαθμός Δυσκολίας : **1+** ( Μέτριας δυσκολίας απαιτεί καλή φυσική κατάσταση, δεν ενδείκνυται για αρχάριους).

Υψομετρική Διαφορά : **+/- 470 μ**

**Ζηλακάκη Μ. – Λαγόπουλος Ε.**

### **11-13.06.2022 ΜΙΚΡΟ ΠΑΠΙΓΚΟ – ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΑΣΤΡΑΚΑΣ – ΔΡΑΚΟΛΙΜΝΗ ΤΥΜΦΗΣ – ΓΚΑΜΗΛΑ** (Τριήμερο Αγ. Πνεύματος)

**1η μέρα : Μικρό Πάπιγκο – καταφύγιο Αστράκας**

Μήκος Διαδρομής : **7 χλμ**

Διάρκεια : **4 – 5 ώρες** (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Υψομετρική Διαφορά : + 1000 μ

**2η μέρα : α) Καταφύγιο – Δρακόλιμνη – Καταφύγιο**

Μήκος Διαδρομής : 5,6 χλμ

Διάρκεια : 4 ώρες (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Υψομετρική Διαφορά : + 295 / - 202 μ

**β) για Γκαμήλα**

Μήκος Διαδρομής : 12,4 χλμ (επιπλέον)

Διάρκεια : 4 – 5 ώρες (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Υψομετρική Διαφορά : + 891 / - 344 μ

Βαθμός Δυσκολίας : 2 (μόνο για έμπειρους)

**3η μέρα : α) Καταφύγιο – Μικρό Πάπιγκο**

Μήκος Διαδρομής : 7 χλμ

Διάρκεια : 2 – 3 ώρες (εκτιμώμενος χρόνος με τις στάσεις)

Υψομετρική Διαφορά : - 1000 μ

Βαθμός Δυσκολίας : 1+ (για έμπειρους)

**β) Βραδέτο**

Μήκος Διαδρομής : 5 χλμ

Διάρκεια : 3 – 3.30 ώρες

Υψομετρική Διαφορά : + 488 μ / -275 μ

**Ζουμπουλιάς Π. – Λαγόπουλος Ε.**

Σε μερικές μέρες το αναλυτικό πρόγραμμα για κάθε εκδρομή, στην ιστοσελίδα του Φ.Ο.Ν.Ι. και στο facebook.