

**Τ.Ε.Ι. Πάτρας  
Σχολή Διοίκησης και Οικονομίας  
Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων**

## **ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**Χειμερινός τουρισμός στην Ελλάδα ή το εξωτερικό.  
Κίνητρα και προοπτικές του.  
Ασχοληθείτε με ένα τουριστικό προορισμό  
ή περισσότερους της επιλογής σας.**



**Σπουδάστριες: Ιωάννα Σταθοπούλου  
Ουρανία Σταθοπούλου  
Εισηγήτρια: Χαρίκλια Τερζοπούλου**

**ΠΑΤΡΑ 2007**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b><u>ΠΡΟΛΟΓΟΣ</u></b> .....	1
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 Χειμερινός τουρισμός</b>	
1.1. Εισαγωγή.....	5
1.2. Το προφίλ του χειμερινού τουρίστα και τα κίνητρα του για χειμερινή τουριστική διακίνηση.....	6
1.3. Χειμερινός τουρισμός και τουρισμός παραχείμασης .....	8
1.4. Ειδικές μορφές τουρισμού που συνδυάζονται με τον χειμερινό τουρισμό .....	8
1.5. Δραστηριότητες που σχετίζονται με τον χειμερινό τουρισμό.....	44
1.5.1. Χιονοδρομία - Ski.....	44
1.5.2. Χιονοσανίδα - snowboard.....	55
1.5.3. Πεζοπορία.....	57
1.5.4. Ορειβασία.....	58
1.5.5. Αναρρίχηση.....	59
1.5.6. Αλπινισμός .....	59
1.5.7. Ποδηλασία - mountain bike.....	60
1.5.8. Περιήγηση με μοτοσυκλέτα.....	61
1.5.9. Περιηγήσεις σε λίμνες με φουσκωτά σκάφη.....	61
1.5.10. Χειμερινή κολύμβηση.....	61
1.5.11. Διαδρομές με οχήματα 4x4.....	62
1.5.12. Kayak ή cannoying.....	62
1.5.13. Rafting.....	62
1.5.14. Trekking.....	63
1.5.15. Ιππασία.....	63
1.5.16. Αερωπτερισμός - αλεξίπτωτο πλαγιάς (parapente).....	64
1.6. Σημασία χειμερινού τουρισμού.....	66

1.7. Ο χειμερινός τουρισμός στην Ελλάδα και τα αίτια ελλειπούς ανάπτυξής του.....	68
1.8. Μέτρα ανάπτυξης του χειμερινού τουρισμού.....	71
1.9. Οφέλη από την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού.....	73
1.10. Προοπτικές χειμερινού τουρισμού.....	74

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 Χιονοδρομικά κέντρα**

2.1. Εισαγωγή.....	76
2.2. Λειτουργία και οργάνωση χιονοδρομικών κέντρων.....	76
2.3. Χιονοδρομικά κέντρα εξωτερικού.....	79
2.4. Χιονοδρομικά κέντρα εσωτερικού.....	86
2.5. Ορεινά καταφύγια.....	149
2.6. Χιονοδρομικοί και ορειβατικοί σύλλογοι.....	150
<b><u>ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ</u></b> .....	<b>153</b>

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 Καλάβρυτα**

3.1. Εισαγωγή.....	157
3.2. Το προφίλ των τουριστών των Καλαβρύτων.....	157
3.3. Αξιοθέατα.....	159
3.4. Πολιτιστικά δρόμενα.....	176
3.5. Χιονοδρομικό κέντρο Καλαβρύτων.....	179
3.6. Ορειβατικός Σύλλογος Καλαβρύτων.....	187
<b><u>ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ</u></b> .....	<b>191</b>
<b><u>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ</u></b> .....	<b>194</b>
<b><u>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</u></b> .....	<b>197</b>

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ως τουρισμό θεωρούμε την προσωρινή μετακίνηση ενός ή περισσοτέρων ατόμων (δηλαδή την ατομική ή συλλογική - μαζική μετακίνηση) από το γεωγραφικό περιβάλλον της μόνιμης διαμονής τους σε ένα ή περισσότερα γεωγραφικά περιβάλλοντα, με σκοπό την ικανοποίηση ψυχικών επιθυμιών ή πνευματικών περιεργειών και ανησυχιών και διακρίνεται σε:

1. Εσωτερικό και εξωτερικό, ανάλογα με το γεωγραφικό περιβάλλον στο οποίο εξελίσσεται.
2. Ατομικό και μαζικό, ανάλογα με τον αριθμό των μετακινούμενων ατόμων.
3. Συνεχή και εποχιακό, ανάλογα με την εποχή που πραγματοποιείται.
4. Ψυχαγωγικό, φυσιολατρικό, καλλιτεχνικό, θρησκευτικό, αθλητικό, επαγγελματικό, ιαματικό, μορφωτικό κ.τ.λ. ανάλογα με τον επιδιωκόμενο σκοπό και
5. Σιδηροδρομικό, ποδηλατικό, αυτοκινητικό, πεζοπορικό κ.τ.λ. ανάλογα με το μεταφορικό μέσο που χρησιμοποιείται.

Αρχικά μπορούμε να πούμε ότι ο τουρισμός περιοριζόταν μόνο στα προνομιούχα άτομα των ανώτερων κοινωνικών και οικονομικά εύπορων τάξεων. Η τουριστική διακίνηση που πραγματοποιούταν ήταν πολύ περιορισμένης έκτασης από πλευράς τόσο του πλήθους των συμμετεχόντων ανθρώπων, όσο και από πλευράς της συχνότητας, της τακτικότητας, της μεθόδευσης και της οργάνωσής της, γεγονός που οφείλεται κυρίως:

1. στην δυσμενή κοινωνική και πολιτική διάρθρωση,
2. στην οικονομική στενότητα,
3. στον περιορισμένο βαθμό γνώσεων και πνευματικών ανησυχιών,

4. στην περιορισμένη δυνατότητα ασφαλούς, άνετης, τακτικής και φθηνής συγκοινωνίας και επικοινωνίας καθώς και
5. στον περιορισμένο αριθμό προσφερόμενων μέσων υποδομής για την εξυπηρέτηση των τουριστικώς μετακινούμενων ατόμων.

Μετά το τέλος όμως του Β' Παγκοσμίου πολέμου, η μέχρι τότε στάσιμη σχεδόν εικόνα του τουρισμού άρχισε να διαγράφει μια συνεχής ανοδική πορεία, ώσπου να φτάσει τελικά στην παρούσα εξελικτική φάση του, που δεν είναι άλλη από αυτή του οργανωμένου μαζικού τουρισμού, με την σημαντική συμβολή διαφόρων μεταβαλλόμενων συνθηκών, όπως:

1. η εξέλιξη των συγκοινωνιακών μέσων,
2. η αύξηση του εισοδήματος και η δικαιότερη κατανομή πλούτου,
3. η βελτίωση των όρων εργασίας,
4. η άνοδος του μορφωτικού και πνευματικού επιπέδου των λαών,
5. η εξασφάλιση κοινωνικών παροχών και άλλων διευκολύνσεων,
6. η απλοποίηση των διατυπώσεων στις μετακινήσεις,
7. η επικράτηση πολιτικής και οικονομικής σταθερότητας,
8. η ανάπτυξη των τουριστικών επιχειρήσεων και
9. η καλύτερευση των παρεχόμενων τουριστικών υπηρεσιών.

Με την παρουσία λοιπόν του οργανωμένου μαζικού τουρισμού, ο οποίος αποτελεί ένα σταθερό κοινωνικό φαινόμενο μεγάλης χρονικής διάρκειας, δημιουργήθηκαν ενδογενή προβλήματα, όπως:

1. η εποχικότητα της ζήτησης,
2. η υπερσυγκέντρωση της προσφοράς,
3. οι περιφερειακές ανισότητες,
4. η συνεχής εξάρτηση από τις εισαγωγές,
5. τα συναλλαγματικά ελλείμματα και
6. η υποβάθμιση του περιβάλλοντος που έπρεπε οπωσδήποτε να λυθούν.

Πρόσφορο μέσο για την λύση αυτή ήταν ο περιορισμός του

οργανωμένου μαζικού τουρισμού, η δημιουργία νέων, ειδικών και εναλλακτικών μορφών τουρισμού και η παράλληλη ενθάρρυνσή τους.

Στις "νέες" μορφές τουρισμού περιλαμβάνονται όσες αναπτύχθηκαν μετά ή παράλληλα με τον μαζικό τουρισμό. Οι νέες μορφές τουρισμού κατέληξαν να λειτουργούν με οργανωμένη και συχνά μαζική μορφή, διαφέροντας από τον κλασσικό μαζικό τουρισμό μόνο στο θέμα της εξειδικευμένης προσφοράς, η οποία ανταποκρίνεται στο ειδικό κίνητρο του ταξιδιού, αντλώντας πελατεία και από την κλασσική πελατεία του μαζικού τουρισμού.

Στις "εναλλακτικές" μορφές τουρισμού περιλαμβάνονται όσες έχουν ως βασικό χαρακτηριστικό τους την αντίθεση στο κλασσικό πρότυπο του μαζικού τουρισμού, έχοντας ως αφετηρία την ανάγκη προστασίας του φυσικού περιβάλλοντος, την διαφύλαξη της πολιτιστικής κληρονομιάς και την φυσική ζωή.

Στις "ειδικές" μορφές τουρισμού περιλαμβάνονται όσες μπορούν να θεωρηθούν κλασσικές μορφές τουρισμού. Εννοιολογικά υπάρχουν ειδικές μορφές τουρισμού που μπορούν να θεωρηθούν και νέες και εναλλακτικές (π.χ. γυμνιστικός τουρισμός), ενώ σε άλλες περιπτώσεις η διαφορετική διάρθρωση της προσφοράς (π.χ. η οργάνωση, η διαφήμιση, η υποδομή, οι τύποι πελατών κ.τ.λ.) καθορίζει εάν μια ειδική μορφή τουρισμού πρέπει να περιληφθεί τόσο στις νέες, όσο και στις εναλλακτικές μορφές τουρισμού.

Οι ωφέλειες για τον ελλαδικό χώρο που προκύπτουν από την ανάπτυξη των νέων μορφών τουρισμού είναι πολλές. Μερικές από αυτές είναι: η ενίσχυση της περιφέρειας, η αποκέντρωση, η γεωγραφική ανακατανομή της τουριστικής κίνησης, η ανάδειξη νέων περιοχών, η διάσωση και η προβολή των φυσικών, ιστορικών και πολιτιστικών πόρων καθώς και η άφιξη νέων εισοδηματικών πηγών σε καινούργια γεωγραφικά διαμερίσματα της χώρας που είχαν αγνοηθεί και ξεχαστεί.

Μορφές τουρισμού		
Ειδικές	Νέες	Εναλλακτικές
Αγροτουρισμός	•	
Οικοτουρισμός	•	
Τουρισμός υγείας	•	
3 <sup>ης</sup> ηλικίας - παραχείμασης	•	
Συνεδριακός	•	
Χρονομεριστική μίσθωση	•	
Γυμνιστικός	•	
Κοινωνικός		
Αθλητικός		•
Θαλάσσιος		•
Χειμερινός		•
Θρησκευτικός		•
Περιηγητικός		•
Πολιτιστικός		•
Τουρισμός υπαίθρου		•
Εσωτερικός		

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

## Χειμερινός τουρισμός

### 1.1. Εισαγωγή

Σαν χειμερινό τουρισμό, θα μπορούσε να θεωρηθεί σε σχέση τουλάχιστον προς τα ευρωπαϊκά δεδομένα, η τουριστική κίνηση που δημιουργείται σε μία χώρα ή μια περιοχή της χώρας κατά τους χειμερινούς μήνες με κυριότερο κίνητρό του τις χαμηλότερες τιμές που επικρατούν σε σχέση με αυτές των καλοκαιρινών μηνών.

Στην τουριστική πρακτική, σαν χειμερινούς μήνες, εννοούμε τους μήνες εκείνους του έτους, κατά τους οποίους η τουριστική κίνηση καλύπτει ποσοστό μικρότερο του 8,3 % ( $100 \% : 12 = 8,3 \%$ ).

Στην Ελλάδα, ο Ε.Ο.Τ. έχει ορίσει ως χειμερινή περίοδο το διάστημα από τις 15 Νοεμβρίου έως τις 15 Μαρτίου.

Συμπληρωματικά, όταν μιλάμε για χειμερινό τουρισμό εννοούμε μια σύνθετη μορφή εναλλακτικού τουρισμού, η οποία περιλαμβάνει την επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου, την ανάπτυξη των χιονοδρομικών κέντρων και επομένως την ανάπτυξη του καθαρά χειμερινού τουρισμού, αλλά και των ειδικών μορφών τουρισμού που ταυτίζονται με αυτόν καθώς και την τουριστική παραχείμαση.

Η γενική έννοια του χειμερινού τουρισμού οφείλεται στα χρονικά πλαίσια εντός των οποίων ασκείται αυτός, τα οποία δεν ξεπερνούν τις 4 εβδομάδες και η ειδική έννοιά του οφείλεται στην δυνατότητα ασκήσεως ορισμένων τουριστικών εκδηλώσεων και δραστηριοτήτων κατά τη διάρκεια της χειμερινής περιόδου, οι οποίες υπάρχουν ήδη ή μπορούν να αναπτυχθούν εκ νέου σε μία χώρα.



Επομένως, σύμφωνα με τα παραπάνω, μπορούμε να πούμε ότι ο χειμερινός τουρισμός αποτελεί ένα σύμπλεγμα δραστηριοτήτων, οι οποίες καλύπτουν ένα ευρύτερο φάσμα επιθυμιών και αναγκών του τουριστικά μετακινούμενου ατόμου.

Ο χειμερινός τουρισμός προσδιορίζεται, όπως άλλωστε οι περισσότερες μορφές τουρισμού, από την πρωτογενή και την παραγόμενη τουριστική προσφορά. Στην συγκεκριμένη περίπτωση αυτές είναι η φύση (κλίμα) και η ιστορία (αρχαιότητες, πολιτιστικά και θρησκευτικά μνημεία), σε συνδιασμό με τις τουριστικές υπηρεσίες (ξενοδοχεία, εγκαταστάσεις εστίασης και διαμονής κ.λ.π.) και τις τουριστικές δραστηριότητες (ξεναγήσεις, επισκέψεις, σπορ κ.λ.π.).

Οι ιδιομορφίες του χειμερινού τουρισμού σε σχέση με άλλες μορφές τουρισμού αφορούν την επιλογή προορισμών, την διάρκεια παραμονής και τις κοινωνικές τάξεις που προσελκύει.

Οι παράγοντες λοιπόν, που επηρεάζουν τα χρονικά πλαίσια άσκησης του χειμερινού τουρισμού και την ανάπτυξή του, εκτός από τις διάφορες κλιματολογικές συνθήκες, είναι το κόστος διαβίωσης μεταξύ της χώρας ή του τόπου μόνιμης διαβίωσης του τουρίστα και του τουριστικού προορισμού, καθώς και το διαθέσιμο εισόδημά του, είτε καθαρά τουριστικοί παράγοντες, όπως η υπερπροσφορά κλινών και τουριστικών υπηρεσιών, η ύπαρξη κατάλληλης υποδομής και κοινωνικού εξοπλισμού, καθώς και οι διάφορες ευνοϊκές κοινοτικές ρυθμίσεις που διευκολύνουν την κινητικότητα των πληθυσμών και την τουριστική διαμονή αρκετά μεγάλης διάρκειας.

## **1.2. Το προφίλ του χειμερινού τουρίστα και τα κίνητρα του για χειμερινή τουριστική διακίνηση**

Η σύνθεση πελατείας αυτής της μορφής τουρισμού αποτελείται κατά

κανόνα, από άτομα όλων των ηλικιακών, μορφωτικών και οικονομικών βαθμίδων, το καθένα όμως, με διαφορετικά κίνητρα και σκοπούς.

Έτσι πιο αναλυτικά, μπορούμε να πούμε ότι ο χειμερινός τουρισμός έχει πολλούς νεαρούς οπαδούς, των οποίων το οικονομικό και μορφωτικό επίπεδο τείνει ανάμεσα σε μέτρια και υψηλά επίπεδα, αλλά τα κίνητρα που τους παρακινούν για χειμερινή τουριστική διακίνηση, είναι κυρίως η αγάπη τους για την εξάσκηση ριψοκύνδηνων χειμερινών αθλημάτων, όπως είναι η ορειβασία, το ski, το rafting, το αλεξίπτωτο πλαγιάς κ.λ.π.

Για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, μπορούμε να πούμε ότι τις περισσότερες φορές, η μορφωτική και οικονομική τους κατάσταση είναι σαφώς καλύτερη από αυτήν των νέων και τα κίνητρα τους για χειμερινή τουριστική διακίνηση είναι η αγάπη τους για τη φύση κατά τη χειμερινή περίοδο, καθώς και για τις ήσυχες και ξέγνοιαστες οικογενειακές διακοπες, η αναζήτηση νέων εμπειριών και ο εμπλουτισμός του πνευματικού ορίζοντά τους, μέσα από δραστηριότητες που παράγουν την κοινωνική ζωή της ομάδας, ευνοούν την κινητικότητα και ερεθίζουν τη σκέψη, υπό την προϋπόθεση των σωστών ρυθμών στο πρόγραμμα διακοπών, του ήπιου κλίματος, του ευχάριστου περιβάλλοντος και του ευνοϊκού οικονομικού προϋπολογισμού.

Όσον αφορά τα άτομα τρίτης ηλικίας, μπορούμε να πούμε ότι το εισόδημά τους μπορεί να είναι από μεγάλο έως και ελάχιστο, αφού δεν είναι λίγοι αυτοί που προτιμούν τις χειμερινές διακοπές από τις θερινές, νομίζοντας πως είναι πιο οικονομικές.

Οι περισσότεροι από αυτούς έχουν ένα πολύ ικανοποιητικό επίπεδο μόρφωσης, απεριόριστο χρόνο στη διάθεσή τους, τόσο γιατί είναι συνταξιούχοι, όσο και γιατί ένας μεγάλος αριθμός από αυτούς δεν έχει παιδιά, γεγονός που τους επιτρέπει να ταξιδεύουν συχνά, όλες τις εποχές του χρόνου.

Έκτος από το κίνητρο του απεριόριστου ελεύθερου χρόνου, προτιμούν την τουριστική μετακίνηση εκτός της τουριστικής περιόδου αιχμής, προκειμένου να αποφύγουν τον μεγάλο συνωστισμό, τη φασαρία και τη συμβίωση με νεότερες ηλικίες.

### **1.3. Χειμερινός τουρισμός και τουρισμός παραχείμασης**

Ο τουρισμός παραχείμασης είναι συγγενική μορφή τουρισμού με το χειμερινό τουρισμό, αφού μοιάζουν ως προς την εποχή αλλά διαφέρουν ως προς τη διάρκεια, μιάς και ο τουρισμός παραχείμασης είναι η τουριστική διαμονή μακράς διάρκειας (τουλάχιστον 4 εβδομάδων) κατά τη χειμερινή περίοδο, ενώ ο χειμερινός τουρισμός χαρακτηρίζεται κυρίως από τουρίστες του Σαββατοκύριακου.

Ο τουρισμός παραχείμασης απευθύνεται κυρίως σε άτομα τρίτης ηλικίας, μιάς και έχουν ευκαιρία μεγάλης διάρκειας διακοπών κατά τη διάρκεια του χειμώνα.

### **1.4. Μορφές τουρισμού που συνδυάζονται με τον χειμερινό τουρισμό**

Ο χειμερινός τουρισμός, όπως έχουμε ήδη αναφέρει, μπορεί να συνδυαστεί με ένα ευρύ φάσμα μορφών τουρισμού, οι οποίες δεν έχουν δέσμευση χρόνου και έτσι βοηθούν στην επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου και δίνουν άμεσες λύσεις στο πρόβλημα της τουριστικής προσφοράς που παρουσιάζεται κατά τους πλάγιους μήνες (Οκτώβριο έως Νοέμβριο και Απρίλιο έως Μάιο) καλύπτοντας παράλληλα και πιο ευρέα χρονικά πλαίσια.

Πιο συγκεκριμένα, με τις ειδικές μορφές τουρισμού επιτυγχάνεται:

1. η άμβλυνση της εποχικότητας

2. η αποκέντρωση της προσφοράς
3. η περιφερειακή ανάπτυξη
4. η προώθηση των επενδύσεων καθώς και
5. η εισροή συναλλάγματος και η περιβαλλοντική προστασία.

Ειδικά στην Ελλάδα με την παράλληλη ανάπτυξη των ειδικών μορφών τουρισμού επιχειρείται μία αλλαγή ταυτότητας του τουρισμού προβάλλοντας πλευρές που είχαν αγνοηθεί, αλλά κυρίως μεταφέροντας την έμφαση της ανάπτυξης από το συναλλαγματικό στο ανθρωποκεντρικό στοιχείο.

Οι ειδικές μορφές τουρισμού που έχουν σχέση με τον χειμερινό τουρισμό είναι οι εξής:

1. ο οικολογικός ή φυσιογνωστικός ή φυσιολατρικός τουρισμός
2. ο θεραπευτικός, ιαματικός τουρισμός ή τουρισμός υγείας
3. ο πολιτιστικός τουρισμός
4. ο θρησκευτικός τουρισμός
5. ο θηραματικός τουρισμός
6. ο αγροτικός τουρισμός ή αγροτουρισμός
7. ο αθλητικός τουρισμός και
8. ο τουρισμός τρίτης ηλικίας.

### Οικολογικός τουρισμός

Ο οικολογικός τουρισμός δημιουργήθηκε αρχικά από τις ανάγκες και τις απαιτήσεις των περιβαλλοντικά ευαισθητοποιημένων ανθρώπων και αποτελεί μία νέα μορφή τουρισμού με τα δικά της ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και τις δικές της ιδιομορφίες.

Ο οικοτουρισμός είναι αρκετά διαδεδομένος κυρίως στους κατοίκους των μεγαλουπόλεων των ανεπτυγμένων χωρών και αποτελεί μια μορφή που αναπτύσσεται τα τελευταία χρόνια με ραγδαία ταχύτητα. Το γεγονός αυτό οφείλεται κυρίως στο ότι μέσω του οικολογικού

τουρισμού αναπληρώνεται τουλάχιστον και προσωρινά η ανθρώπινη ανάγκη για επαφή με τα διάφορα στοιχεία της φύσης, κάτι το οποίο δεν μπορεί να αναπληρωθεί από τα υποκατάστατα που προσφέρονται είτε υπό την μορφή πάρκων και ζωολογικών κήπων, είτε υπό την μορφή χώρων εξάσκησης με ενεργές μορφές αναψυχής. Έτσι πολλές μορφές τουρισμού αντικαθιστούν την ένταση της ζωής στην πόλη με τη γαλήνη και τους ήχους της φύσης, την πνευματική δραστηριότητα με τη φυσική κινητικότητα και τη συνήθη συνυφασμένη εμπορική δραστηριότητα με το μαζικό τουρισμό με το ενδιαφέρον για άλλου είδους προϊόντα (π.χ. χειροτεχνήματα, φυσικά προϊόντα κ.λ.π.).

Ο οικολογικός τουρίστας επιθυμεί να ταξιδέψει σε όλα τα πλάτη και τα μήκη της γης προκειμένου να βιώσει την αυθεντική εικόνα των τοπίων και των ανθρώπων. Παραδοσιακοί οικισμοί, βιότοποι, εθνικοί δρυμοί, εθνικά πάρκα, περάσματα πουλιών, κοινωνίες άγριων ζώων, παρθένα δάση, δύσβατα ποτάμια, αυθεντικά χωριά κ.λ.π. αποτελούν το κέντρο βάρους του ενδιαφέροντός του για τουριστική διακίνηση. Η ηλικία του ποικίλει, και το μορφωτικό του επίπεδο είναι κατά μέσο όρο υψηλό. Το εισόδημά του μπορεί να είναι από μεγάλο έως ελάχιστο, σίγουρα όμως αρκετό για να δώσει πνοή σε περιοχές που δεν ακολούθησαν ταχείς ρυθμούς τουριστικής ανάπτυξης και που η οικονομίες τους βασίζονται ακόμα από τον πρωτογενή τομέα. Οι απαιτήσεις του για άψογο σέρβις δεν είναι μεγάλες αφού επιτρέπει στον εαυτό του να ταλαιπωρηθεί προκειμένου να δει αυτό που τον ενδιαφέρει.

Η κατηγορία των φυσιολατρών του οικολογικού τουρισμού αποκτά χρόνο με το χρόνο όλο και περισσότερες δυνατότητες να αποτελέσει δυναμικό σχήμα της τουριστικής πραγματικότητας και φυσικά, η επανάσταση για την προστασία του περιβάλλοντος σε όλη την Ευρώπη που απέκτησε οπαδούς, ενίσχυσε σημαντικά το σώμα της συγκεκριμένης ομάδας τουριστών.

Από το 1937, η Ελλάδα άρχισε να αναγνωρίζει περιοχές με ειδικό οικολογικό ενδιαφέρον (δάση, υγρά τοπους κτλ.) και να τις θέτει υπό καθεστώς ειδικής προστασίας. Η προσέγγιση που ακολουθήθηκε αρχικά ήταν η απόλυτη προστασία φυσικών περιοχών και ο αποκλεισμός των ανθρώπινων δραστηριοτήτων. Στην πορεία, η προσέγγιση αυτή εμπλουτίστηκε από την αντίληψη της ενσωμάτωσης της προστατευόμενης περιοχής στον περιβάλλοντα χώρο και της στενής σύνδεσης της προστασίας με την αειφορική χρήση των φυσικών πόρων.

Η χώρα μας λοιπόν, διαθέτει στο οικολογικό δυναμικό της, φυσικά διατηρητέα μνημεία, στα οποία περιλαμβάνονται μεμονωμένα δένδρα ή συστάδες δένδρων με ιδιαίτερη βοτανική, οικολογική, αισθητική ή ιστορική και πολιτισμική αξία. Στην ίδια κατηγορία ανήκουν επίσης εκτάσεις με σπουδαίο οικολογικό, παλαιοντολογικό, γεωμορφολογικό ή άλλο ενδιαφέρον, όπως είναι για παράδειγμα οι παραδοσιακοί οικισμοί. Η θεσμοθέτησή τους υλοποιήθηκε βάσει του δασικού κώδικα. Σήμερα έχουν κηρυχθεί 51 διατηρητέα μνημεία της φύσης, με συνολική έκταση 16.840 εκτάρια. Η πλειονότητα των μνημείων αυτών καταλαμβάνει ελάχιστα τετραγωνικά μέτρα. Η συνολική τους έκταση αντιστοιχεί στο 0,12% της συνολικής χερσαίας έκτασης της χώρας, ενώ το θαλάσσιο τμήμα τους καταλαμβάνει έκταση ίση με 21,32 εκτάρια.

Παραροσιακοί οικισμοί			
<b>Αρκαδία</b>			
Λαγκάδια	Καρίταινα	Αλωνίσταινα	Ανδρίτσαινα
Λεωνίδιο	Κοντοβάζαινα	Ζατούνα	Βυτίνα
Στεμνίτσα	Πραστός	Πλάτανος	Δημητσάνα
<b>Αχαΐα</b>			
Βεσίνι	Δεχούνη	Ζαρούχλα	Πάος
<b>Ηλεία</b>			
Λάμπεια			
<b>Κορινθία</b>			
Εβροστία	Τρίκαλα	Φενεός	
<b>Λακωνία</b>			
Αγέρανος	Άλικά	Βάθεια	Γεράκι

Κοίτα	Δρυμός	Καρνούπολη	Κότρωνας
Κυπάρισσος	Λάγια	Μονεμβασιά	Μουντανίστικα
Πολυάραβος	Χαλικιά		
<b>Μεσσηνία</b>			
Κορώνη	Μεθώνη		
<b>Αιτωλοακαρνανία</b>			
Αιτωλικό	Ναύπακτος		
<b>Βοιωτία</b>			
Αράχοβα			
<b>Εύβοια</b>			
Χώρα Σκύρου			
<b>Ευρυτανία</b>			
Δομιανοί	Κορυσχάδες	Φιδάκια	Φουρνάς
<b>Φωκίδα</b>			
Γαλαξίδι	Δελφοί	Χρυσό	
<b>Θεσποτία</b>			
Αγιά	Ανθούσα	Βάλτος	Γιρομέρι
Κεραμίτσα	Μαργαρίτι	Παραμυθιά	Πάργα
Πλαίσιο	Σαγιάδα	Φοινίκι	
<b>Ιωαννίνα</b>			
Ζαγοροχώρια			
<b>Καρδίτσα</b>			
Ελληνόπυργος	Ρεντίνα		
<b>Λάρισα</b>			
Αμπελάκια	Ανατολή	Κρανιά	Μεταξοχώρι
Πυργετός	Ραμάνη		
<b>Μαγνησία</b>			
Αγία Κυριακή	Άγιος Γεώργιος	Αργαλαστή	Βένετο
Βυζίτσα	Ζαγορά	Κατωχώρι	Κεραμίδι
Κισσός	Λεχώνια	Μακρινίτσα	Μηλιές
Πινακάτες	Πλατανιά	Προμύρι	Πορταριά
Πουρί	Τρίκερι	Τσαγκαράδα	
<b>Τρικάλα</b>			
Ανθούσα	Χαλίκι		
<b>Γρεβενά</b>			
Καλλονή			
<b>Δράμα</b>			
Παγονέρι	Περιθώρι		
<b>Καβάλα</b>			
Ζυγός	Κρυονέρι	Μελισσοκομείο	Μεσορόπη
Μουσθένη	Πλαταμώνας	Ποδοχώρι	Στενοπός
<b>Κοζάνη</b>			
Γαλατινή	Εράτुरα	Πελεκάνος	Σιάτιστα
Πεντάλοφος			
<b>Περία</b>			
Παλαιός	Σκοτίνα	Παντελεήμονας	
<b>Σέρρες</b>			
Αλιστράτη	Εμμ. Παππός	Ηλιοκόμη	Μικρό Σούλι

Κορμίστα	Πρώτη	Ροδολίβος	
<b>Φλώρινα</b>			
Άγιος Γερμανός	Ανταρτικό	Βροντερό	Καρυές
Νυμφαίο	Ψαράδες		
<b>Χαλκιδική</b>			
Παλαιόκαστρο	Παρθενώνας		
<b>Έβρος</b>			
Μεταξάδες	Παλιούρι		
<b>Ξάνθη</b>			
Παλιό Καρούφυτο			
<b>Ροδόπη</b>			
Βάκος	Μαρώνεια	Μαυρομάτι	Μίσχος
<b>Αμοργός</b>			
Αιγιάλη	Θολάρια	Κατάπολα	Λαγκάδα
Ξυλοκερατίδι	Ποταμός	Ραχίδι	Χώρα
<b>Άνδρος</b>			
Άγιος Πέτρος	Αποίκια	Βουρκωτή	Βραχνός
Κατακαλοί	Λιβάδια	Μελίδα	Μεσαθούρι
Μεσαριά	Μπατσι	Χώρα	Φάλικα
<b>Κέα</b>			
Βουρκάρι	Ιουλίζ	Κορησσία	
<b>Κύθνος</b>			
Δρυσπίδα	Χώρα		
<b>Μήλος</b>			
Κλήμα	Πλάκα	Τρυπητή	Φουρκοβούνι
<b>Νάξος</b>			
Απείρανθος	Χώρα	Φιλότι	
<b>Πάρος</b>			
Νάουσα	Παροικία		
<b>Σαντορίνη</b>			
Ακρωτήρι	Ημεροβίγλι	Εμπορειό	Οία
Πύργος	Φηρά	Φοινικιά	
<b>Σίφνος</b>			
Απολλωνία	Αρτέμωνας	Βαθύ	Κάστρο
Κάτω Πετάλι	Φάρος		
<b>Σύρος</b>			
Άνω Σύρος	Ερμούπολη	Παρακοπή	Χρούσα
<b>Τήνος</b>			
Δύο Χωριά	Καρδιανή	Κρόκος	Μπερδεμιάρος
Πύργος	Ταραμπάδος	Τριπόταμος	Χώρα
<b>Φολέγανδρος</b>			
Άνω Μεριά	Καραβοστάσης	Χώρα	
<b>Ικαρία</b>			
Αρμενιστής	Εύδηλος	Κουντουμάς	Λαψαχάδες
Μηλεωπό	Χριστός Ραχών		
<b>Λέσβος</b>			
Αγιάσος	Ασώματος	Βατούσα	Ερεσός
Μανταμάδος	Μήθυμνα	Πέτρα	Πλωμάρι



Πολιχνίτος	Σίγρι	Συκαμινέα	
<b>Λήμος</b>			
Άγιος Αλέξανδρος	Κοντιάς	Μούδρος	Μύρινα
<b>Σάμος</b>			
Βαθύ	Βουρλιώτες	Καρλόβασι	Καστανιά
Κοκκάρι	Λέκκα	Μανωλάτες	Μαραθόκαμπος
Μύλοι	Παγώνδας	Σπαθαραίοι	
<b>Χίος</b>			
Άγιο Γάλα	Ανάβατος	Αρμόλια	Αυγώνυμα
Βαβίλο	Βερβεράτο	Βέσσα	Βολισσός
Διευχά	Ελάτα	Θολοποτάμι	Θυμιαν
Καλαμωτή	Καλλιμασιά	Καμπιά	Καρδάμυλα
Μεστά	Ολύμποι	Πυργί	Χαλκείο
<b>Κάλυμνος</b>			
Βαθύ	Εμπορειός	Πόθια	
<b>Κάρπαθος</b>			
Απέρι	Βωλάδα	Κάρπαθος	Λευκός
Μεσοχώρι	Όθος	Όλυμπος	Φοινίκι
<b>Κως</b>			
Αντιμάχεια	Ασφενδιού	Πόλη της Κω	Πυλί
<b>Λέρος</b>			
Αγία Μαρίνα	Άλινδα	Λακκί	Παρθένι
<b>Νίσυρος</b>			
Εμπορειός	Μανδράκι	Νικιά	Πάλιοι
<b>Ρόδος</b>			
Άγιος Ισίδωρος	Αρνίθα	Αρχάγγελος	Ασκληπιείο
Αφάντου	Βάτι	Γεννάδι	Ελεούσα
Καταβία	Κιόταρι	Κοσκινού	Λίνδος
Μεσαναγρός	Μονόλιθος	Προφιλία	Σιάνα
<b>Ηρακλείο Κρήτης</b>			
Καινούργιο Χωριό	Κουτουλουφάρι	Μάταλα	Παλιά Χεσόνησος
Πισκοπιανό	Πρινιάς		
<b>Λασιθιο Κρήτης</b>			
Επάνω Ελούντα	Ετιά	Κάτω Ζάκρος	Κριτσά
Μακρυγιαλός	Πλάκα	Επάνω Σίσι	
<b>Ρέθυμνο Κρήτης</b>			
Επισκοπή	Κάστελλος	Κρασούνας	Μαργαρίτες
Μαρουλάς	Μουρτζανά	Μύλοι	Πάτημα
Σταυρωμένος	Φυλακή		
<b>Χανιά Κρήτης</b>			
Αγία Ρουμέλη	Κοιτιάδες	Λουτρό	Σκαλωτή
Χώρα Σφακίων			
<b>Κέρκυρα</b>			
Άγιος Ματθαίος	Άγιος Προκόπιος	Άνω Γαρούνας	Αργυράδες
Αυλιώτες	Βαρυπατάδες	Βίρος	Γαστούρι
Καλάμι	Καστελλάνοι	Κέντρωμα	Κουραμάδες
Γιαννάδες	Γιμάρι	Γαρδελάδες	Δουκάδες
Κουλούρα	Λάκωνες	Λιαπάδες	Μαραθιάς

Πέλεκας	Περουλάδες	Σιναράδες	Χλομός
Κεφαλονιά			
Άσσοι	Φισκάρδο		
Κύθηρα			
Αρωνιάδικα	Καστρισιάνικα	Μυλοπόταμος	Κάτω Χώρα
Χώρα Κυθήρων			

Εκτός από τα διατηρητέα μνημεία της φύσης, η Ελλάδα διαθέτει δύο θαλάσσια πάρκα με θεσμοθετημένη προστασία. Το πρώτο είναι το Εθνικό Θαλάσσιο Πάρκο Αλοννήσου, των Βορείων Σποράδων, το 1992 και το Εθνικό Θαλάσσιο Πάρκο Ζακύνθου, το 1999 και υγρότοπους διεθνούς σημασίας, οι οποίοι περιλαμβάνονται στη διεθνή σύμβαση της Ramsar του 1971, που έχει υπογραφεί από τη χώρα μας και έχει κυρωθεί με το Ν.Δ. 191/74.

Οι υγρότοποι διεθνούς σημασίας είναι οι εξής 10:

Υγρότοποι	
Όνομασία	Νομός
Αμβρακικός Κόλπος	Αιτωλοακαρνανία, Πρέβεζα, Άρτα
Δέλτα Αξιού - Λουδία - Αλιάκμονα	Θεσσαλονίκη, Ημαθία, Πιερία
Δέλτα Έβρου	Έβρος
Λιμνοθάλασσα Κοτυχίου	Ηλεία
Λίμνη Μικρή Πρέσπα	Φλώρινα
Λίμνη Βιστωνίς, Πόρτο Λάγος, Λίμνη Ισμαρίς(Μητρικού) και λιμνοθάλασσες Μέσης	Ροδόπη, Ξάνθη
Λίμνες Κορώνεια και Βόλβη	Θεσσαλονίκη
Λιμνοθάλασσα Μεσολογγίου	Αιτωλοακαρνανία
Δέλτα Νέστου και παρακείμενες λιμνοθάλασσες	Ξάνθη

Για αναλυτικότερες πληροφορίες σχετικά με τους υγρότοπους διεθνούς σημασίας, μπορείτε να επικοινωνήσετε με το Ελληνικό Κέντρο

Βιοτόπων και Υγροτόπων – Μουσείο Γουλανδρή Φυσικής Ιστορίας και με την Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία.

Επίσης, υπάρχουν και διάφορες προστατευόμενες περιοχές που περιλαμβάνονται στο ευρωπαϊκό δίκτυο Natura 2000, βάσει της Κοινοτικής Οδηγίας 92/43 για τη διατήρηση των φυσικών οικοτόπων, της άγριας πανίδας και της αυτοφυούς χλωρίδας. Πρόκειται για 234 περίπου περιοχές βιοτόπων, από τις οποίες 52 περιοχές ειδικής προστασίας για τη διατήρηση άγριων πουλιών, βάσει της κοινοτικής οδηγίας 79/409. Μεταξύ αυτών είναι:

Προστατευόμενες περιοχές	
Τεχνητή λίμνη Κερκίνης Σέρρες	Δάσος Δαδιάς, Λευκίμμης, Σουφλίου Έβρος
Περιοχή Λίμνης Ταυρωπού, Πλαστήρα Καρδίτσα	

Το 49,3 % της επιφάνειας της χώρας μας, η οποία ανέρχεται σε 65.000 τ. χλμ., καλύπτεται από δασικές εκτάσεις, από τα οποία μόνο το 25,4 % καταλαμβάνεται από δάση κωνοφόρων και πλατύφυλλων.

Αισθητικά δάση κηρύσσονται δάση ή φυσικά τοπία που έχουν ιδιαίτερη αισθητική, οικολογική και τουριστική σημασία και επιβάλλεται η προστασία της πανίδας, της χλωρίδας και του ιδιαίτερου φυσικού κάλλους τους.

Για την προστασία, οργάνωση και βελτίωση τους λαμβάνονται μέτρα και εκτελούνται έργα, σύμφωνα με τα ισχύοντα για τις περιφερειακές ζώνες των εθνικών δρυμών.

Στην Ελλάδα υπάρχουν 19 αισθητικά δάση, με συνολική έκταση 33.109 εκτάρια.

Δάση - αισθητικά δάση		
Όνομασία	Νομός	Νησί
Βάι	Λασιθί	Κρήτη
Καισαριανής	Αττική	-
Θεσσαλικών Τεμπών	Λάρισα	-
Καραισκάκη	Καρδίτσα	-
Ξυλοκάστρου	Κορινθία	-
Πανεπιστημιούπολεως	Αχαΐα	-
Ιωαννίνων	Ιωάννινα	-
Φαρσάλων	Λάρισα	-
Στενής	Εύβοια	Εύβοια
Όσσας	Λάρισα	-
Μογγοστού	Κορινθία	-
Νικοπόλεως Μύτικα	Πρέβεζα	-
Σκιάθου	Μαγνησίας	Σκιάθος
Νέστου	Ξάνθη, Καβάλα	-
Καλαβρύτων	Αχαΐα	-
Τιθορέας	Φθιώτιδα	-
Αμυγδαλεώνα	Καβάλα	-
Αηλιά	Τρίκαλα	-
Κουρί Αλμυρού	Μαγνησία	-

Ο όρος εθνικός δρυμός, αναφέρεται σε περιοχές, που σύμφωνα με τη διεθνή νομοθεσία, έχουν ιδιαίτερη οικολογική σημασία λόγω της σπανιότητας και της ποικιλομορφίας της χλωρίδας και της πανίδας τους, των γεωμορφολογικών σχηματισμών, του υπεδάφους, των νερών και της ατμόσφαιράς τους.

Στην Ελλάδα έχουν ιδρυθεί και οριοθετηθεί, με ειδικό νόμο, 10 εθνικοί δρυμοί συνολικής έκτασης 68.732 εκταρίων, από τα οποία 34.378 εκτάρια είναι οι πυρήνες τους.

Οι ελληνικοί εθνικοί δρυμοί είναι οι εξής:

Εθνικοί δρυμοί		
Όνομασία	Νομός	Νησί
Αίνος	Κεφαλληνίας	Κεφαλονιά
Λευκά Όρη	Χανιά	Κρήτη
Βίκος	Ιωάννινα	-
Οίτη	Φθιώτιδα	-
Όλυμπος	Περία	-
Παρνασσός	Βοιωτία	-
Πάρνηθα	Αττική	-
Σούνιο	Αττική	-
Πίνδος	Ιωάννινα	-
Πρέσπες	Φλώρινα	-

Τέλος αξίζει να επισκεφτεί κανείς, τα φαράγγια, τα σπήλαια και τις λίμνες της Ελλάδας.

Τα σημαντικότερα φαράγγια και σπήλαια στην Ελλάδα, ανά νομούς, είναι τα εξής:

Φαράγγια και σπήλαια			
Φαράγγια		Σπήλαια	
<b>Αργολίδα</b>			
Βοθυλάς Επίδαυρο	Καταφύκι Ερμιόνη	Τα 2 σπήλαια Δίδυμα	Φραγγθί Κοιλιάδα
<b>Αρκαδία</b>			
Λούσιου Στεμνίτσα		Διόνυσου Λεωνίδιο	Ερωτευμένων Παραλία Τυρού
<b>Αχαΐα</b>			
Βουραϊκού Καλάβρυτα	Πόρος Καλέτζι	Λιμνών Καλάβρυτα	Νεραιδοτρυπά Κάτω Αχαΐα
<b>Λακωνία</b>			
-		Νεάπολης Νεάπολη	Αλεπότρυπα Πύργος Διρού
<b>Μεσσηνία</b>			
Βύρον Καρδαμύλη		Καταφύγιο Άγιος Νικόλαος	
<b>Βόρεια Αττική</b>			

-	Λήσταρχου Νταβέλη Πεντέλη		
<b>Ανατολική Αττική</b>			
-	Κουτούκης Παιανία		
<b>Σαλαμίνα</b>			
-	Ευριπίδη Μούλκι		
<b>Αιτωλοακαρνανία</b>			
-	Κύκλωπα Αστακός		
<b>Ευρυτανία</b>			
-	Μαύρη σπηλιά Προυσός		
<b>Εύβοια</b>			
Χάρακα Νέα Στύρα	Αγίας Τριάδας Κάρυστος	Σύλλα Αιδηψός	Πασογούρνη Λιχάδα
<b>Μαγνησία</b>			
-	Κένταυρου Λαυρέντιος	Λουμπάρδα Πλατανιά	
<b>Καρδίτσα</b>			
-	Τσανάκα Κανάλια	Καραισκάκη Μαυρομάτι	
<b>Λάρισα</b>			
-	Κεφαλόβρυσου Ελασσόνα		
<b>Ιωάννινα</b>			
Βίκος Μονοδένρι	Περάματος Ιωάννινα	Πραμαντά Πραμαντά	
<b>Πρέβεζα</b>			
-	Κόλπος Λυχνού Πάργα		
<b>Γρεβενά</b>			
-	Αγίας Παρασκευής Δεσκάτη	Ορλιάκα Ζάκας	
<b>Καστοριά</b>			
-	Δισπήλι Δισπήλι		
<b>Κοζάνη</b>			
-	Σκοτεινό Ακρινή		
<b>Ημαθία</b>			
Σελίου Κάτω Βέρμιο	Σιαμπάλης Κάτω Βέρμιο	Πριονιά Κάτω Βέρμιο	
<b>Κιλκίς</b>			
-	Αι Γιώργη Κιλκίς		
<b>Χαλκιδική</b>			

-	Πετράλωνον Πετράλωνα	
<b>Θάσος</b>		
-	Δρακότρυπα Παναγιά	
<b>Δράμα</b>		
-	Μάρα Προσοτσάνη	
<b>Σέρρες</b>		
-	7 Μήλων Σέρρες	Πετρωτού Αλιστράτη
<b>Έβρος</b>		
-	Κύκλωπα Μάκρη	Οι 2 σπηλιές Διδυμότειχο
<b>Ροδόπη</b>		
-	Κύκλωπα Μαρώνεια	
<b>Πιερία</b>		
Ολύμπου Άγιος Δημήτριος	-	

Λίμνες		
Όνομασία	Γεωγραφική περιοχή	Επιφάνεια ( σε τ. χλμ.)
Βιστωνίς	Θράκη	45,030
Βόγλη	Μακεδονία	70,353
Βεγορίτις	Μακεδονία	54,311
Κορώνεια	Μακεδονία	42,823
Μικρή Πρέσπα	Μακεδονία	42,541
Μεγάλη Πρέσπα	Μακεδονία	39,040
Κερκίνη	Μακεδονία	37,688
Καστοριά	Μακεδονία	28,655
Δοιράνης	Μακεδονία	15,350
Πετρών	Μακεδονία	12,294
Τριχωνίς	Στερεά Ελλάδα	95,840
Υλίκη	Στερεά Ελλάδα	19,118
Αμβρακία	Στερεά Ελλάδα	14,477
Λυσιμάχεια	Στερεά Ελλάδα	13,085
Ιωαννίνων	Ήπειρος	19,470

## Θεραπευτικός τουρισμός

Ο τουρισμός υγείας ιστορικά και έως το πρόσφατο παρελθόν ταυτιζόταν με το θεραπευτικό ή ιαματικό τουρισμό. Τα τελευταία 15 χρόνια σχεδόν, έχει αναπτυχθεί και ένα νέο είδος τουρισμού υγείας που δεν αφορά τους αρρώστους, αλλά υγιείς ανθρώπους που κατά κύριο λόγο επιδιώκουν μέσα από ειδικά σχεδιασμένες κούρες (υγιεινή διατροφή, γυμναστική, υδρομασάζ κ.λ.π.) να διατηρήσουν μια καλή φυσική κατάσταση και μέσω αυτής να επιτύχουν μια πλήρη σωματική και πνευματική αναζωογόνηση.

Η νέα αυτή εξειδίκευση του τουρισμού υγείας που ονομάζεται SPA, κερδίζει συνεχώς έδαφος και πελατεία σε Ευρώπη αλλά και Αμερική, χωρίς όμως να ξεπερνά την κλασική και κυρίαρχη μορφή τουρισμού υγείας, που είναι ο ιαματικός ή θεραπευτικός τουρισμός.

Τα SPA έχει αποδειχτεί τα τελευταία χρόνια ότι μπορούν να αποτελέσουν έναν καινούριο και πολύ αποτελεσματικό τρόπο προσέγγισης τουριστών κατά τους χειμερινούς μήνες, αφού αποτελούν ένα επιπλέον σημαντικό κίνητρο για χειμερινή διακίνηση μιας και κατά τη περίοδο αυτή δημιουργούνται οικονομικά πακέτα υπηρεσιών που ανταποκρίνονται σε κάθε τύπο γυναίκας, αλλά και σε άντρες όλων των ηλικιών, που αναζητούν μερικές στιγμές χαλάρωσης και περιποίησης κατά τη διάρκεια των διακοπών τους.

Με την πάροδο του χρόνου και λόγω του έντονου τρόπου ζωής των σύγχρονων ανθρώπων όλο και περισσότερα ξενοδοχειακά συγκροτήματα φροντίζουν να συμπεριλαμβάνουν στις παρεχόμενες υπηρεσίες τους διάφορα προγράμματα SPA, όπως θεραπείες antistressing, χαλαρωτικό μασάζ, μασάζ με αιθέρια έλαια και ζεστές υφαιστικά πέτρες, peeling με φύκια και αρωματική λάσπη, αρωματοθεραπεία, θεραπείες προσώπου και σώματος με χαβιάρι και λάδι ελιάς κ.ά., έτσι ώστε να αυξήσουν τη πελατειακή τους δύναμη, ιδιαίτερα κατά τη χειμερινή περίοδο που η



τουριστική ζήτηση είναι σαφώς πιο χαμηλή. Μερικά από αυτά τα ξενοδοχεία είναι το Xenon Generalis, στον Παρνασσό, Έ 22670 31529, το Montana Hotel Spa, Έ 22370 80400, στο Καρπενήσι και το Anaris Hotel, Έ 22370 89100, το Esperides Spa Hotel, στη πόλη της Νάουσας, Έ 23320 20250 και το Ateron Spa, στη Φλώρινα, Έ 23860 20000.

Σύμφωνα με τα παραπάνω λοιπόν, ο τουρισμός υγείας μπορεί να διακριθεί σε τρεις τύπους:

1. στο θεραπευτικό τουρισμό που περιλαμβάνει και τον ιαματικό τουρισμό στις διάφορες μορφές του
2. στον τουρισμό υγιεινής και φυσικής διαβίωσης που χαρακτηρίζεται παγκοσμίως με τον όρο spa, που περιλαμβάνει όλες τις μορφές αυτού του νέου και ιδιαίτερα προσοδοφόρου τουρισμού και
3. στον τουρισμό για άτομα με ειδικές ανάγκες που αναφέρεται κυρίως σε άτομα με κάποιας μορφής φυσική αναπηρία.

Μορφές τουρισμού υγείας			
<b>Θεραπευτικός και ιαματικός τουρισμός</b>			
ιαματικά λουτρά	λασποθεραπεία	ποσιμοθεραπεία	εισπνευσοθεραπεία
κινησιοθεραπεία			
<b>Φυσικής και υγιεινής διαβίωσης</b>			
φυσική διατροφή	άθληση	δίαιτες	κούρες ομορφιάς
αροματοθεραπεία	μασάζ	αναζωογόνηση	ψυχαγωγία
<b>Τουρισμός αναπήρων</b>			
διακοπών σε κανονικά ξενοδοχεία		υγείας σε ειδικά κέντρα	
υγείας σε κέντρα θεραπευτικού, ιαματικού τουρισμού			

Από τους τρεις παραπάνω τύπους τουρισμού υγείας, ο θεραπευτικός τουρισμός είναι αυτός που έχει την μεγαλύτερη ιστορία.

Η σύνθεση πελατείας αυτής της μορφής τουρισμού αποτελείται κατά

κανόνα από άτομα δεύτερης και τρίτης ηλικίας. Τα άτομα αυτά είναι κυρίως άτομα που κατοικούν σε μεγάλα αστικά κέντρα και είναι κατά το πλείστον εύπορα και επενδύουν αρκετό χρόνο και χρήμα προκειμένου να εξασφαλίσουν στον εαυτό τους την υγεία τους, αλλά και την καλή εξωτερική τους εμφάνιση και μακροζωία.

Συνεπώς, οι τουρίστες αυτοί μπορεί να είναι είτε μεγαλύτεροι σε ηλικία που ζητούν συγκεκριμένες θεραπείες σε διάφορα κλινικά περιβάλλοντα, είτε νεότεροι που ζητούν βελτίωση της φυσικής και της αισθητικής τους κατάστασης σε άνετα, πολυτελή και ιδιαίτερα ελκυστικά περιβάλλοντα.

Οι κυριότεροι τομείς ανάπτυξης του τουρισμού υγείας είναι οι εξής:

1. ο τομέας θεραπείας για την καταπολέμηση ρευματισμών και αρθρίτιδας, για την αποκατάσταση της κακής κυκλοφορίας του αίματος, για την αντιμετώπιση προβλημάτων στο αναπνευστικό και πεπτικό σύστημα, καθώς και για την απαλοιφή του άγχους.
2. ο τομέας πρόληψης για την ανάπτυξη της ψυχικής κατάστασης και υγείας του πελάτη μέσα από θεραπείες ομορφιάς και ειδικών προγραμμάτων γυμναστικής και διατροφής.

Η φύση εκτός από σπάνια τοπία και ιδιαίτερες φυσικές ομορφιές, «χάρισε» στην Ελλάδα και πηγές με σημαντικές θεραπευτικές ιδιότητες. Τα ιαματικά λουτρά αποτελούν μέρος του εθνικού πλούτου της χώρας, ενώ οι θεραπευτικές τους ιδιότητες ήταν γνωστές, ήδη, από τους αρχαίους χρόνους.

Οι ιαματικοί φυσικοί πόροι είναι διάσπαρτοι στην ελληνική επικράτεια, ενώ τα νερά των συγκεκριμένων πηγών διαφέρουν από τα συνηθισμένα, είτε λόγω της υψηλής τους θερμοκρασίας είτε λόγω της παρουσίας σπάνιων δραστικών συστατικών. Τα νερά αυτά χαρακτηρίζονται ως μεταλλικά εξαιτίας της θερμοκρασίας ή της γενικής τους χημικής σύστασης. Εκτός από τις ψυχρές μεταλλικές πηγές

υπάρχουν και οι θερμοπηγές, με τις οποίες οικοδομήθηκε ένας κλάδος θεραπευτικής αγωγής, η ιαματική υδροθεραπεία (θερμαλισμός).

Η γεωγραφική κατανομή των πηγών δεν είναι τυχαία, καθώς συνδέεται είτε με τεκτονικά γεγονότα, όπως, για παράδειγμα, στις περιπτώσεις των πηγών του Καϊάφα, της Κυλλήνης και του Λαγκαδά, είτε με ηφαιστειακές δραστηριότητες όπως, για παράδειγμα, στις περιπτώσεις των πηγών των Μεθάνων, της Μήλου, της Λέσβου, της Σαμοθράκης και της Λήμνου.

Η υδροθεραπεία είναι ιδιαίτερα σημαντική για την αντιμετώπιση πολλαπλών παθήσεων, όπως είναι τα αρθρικά και οι ρευματοπάθειες, και διακρίνεται σε δύο είδη: την εσωτερική, η οποία περιλαμβάνει την ποσιθεραπεία (πόση ιαματικών νερών), εισπνοθεραπεία (εισπνοή των αερίων ή των σταγονιδίων των μεταλλικών νερών) και τις πλύσεις (στοματικές, ρινικές, γυναικολογικές) την εξωτερική, η οποία περιλαμβάνει τα λουτρά, τις καταιωνίσεις (για ορισμένο χρόνο το σώμα δέχεται το θερμομεταλλικό νερό, που έρχεται με ψηλή ή χαμηλή πίεση), τις υδρομαλάξεις, την υδροκινησιοθεραπεία και την πηλοθεραπεία (εφαρμογή πηλού, που έχει «ωριμάσει», σε σημεία του σώματος με διάφορες παθήσεις).

Για την ανάπτυξη του ιαματικού τουρισμού και γενικότερα, του τουρισμού υγείας, λειτουργούν ήδη δύο κέντρα θαλασσοθεραπείας στην Κρήτη, εφοδιασμένα με το ειδικό σήμα λειτουργίας του Ε.Ο.Τ. και είναι υπό κατασκευή άλλα δύο.

Σε αυτήν την κατηγορία τουριστικής υποδομής περιλαμβάνονται, επίσης, 14 υδροθεραπευτήρια ιδιοκτησίας Ε.Ο.Τ., στα οποία εξυπηρετούνται ετησίως περί τα 100.000 άτομα, με 1.400.000 θεραπευτικές αγωγές (λούσεις, κλπ.) καθώς και δεκάδες άλλες ιαματικές πηγές που λειτουργούν από τοπικούς φορείς και προσφέρουν στους επισκέπτες σύγχρονες υπηρεσίες υψηλών προδιαγραφών. Αυτά είναι:

Υδροθεραπευτήρια			
Καϊάφα Πελοπόννησο	Κυλλήνης Πελοπόννησο	Λουτρακίου Πελοπόννησο	Μεθάνων Αττική
Αιδηψού Εύβοια	Θερμοπυλών Φθιώτιδα	Καμένων Βούρλων Φθιώτιδα	Υπάτης Φθιώτιδα
Πλατήστομου Φθιώτιδα	Σμόκοβου Καρδίτσα	Λαγκαδά Θεσσαλονίκη	Νιγρίτα Σέρρες
Ελευθέρων Καβάλα	Κύθνου Κυκλάδες		

### **Καϊάφας (νομός Ηλείας - Πελοπόννησος)**

#### Εισαγωγή

Σε μικρή σχετικά απόσταση από την πρωτεύουσα του νομού Πύργος, οι ιαματικές πηγές Καϊάφα είναι γνωστές για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες από την αρχαιότητα. Σύμφωνα με τον αρχαίο ελληνικό μύθο, σ' αυτές τις ιαματικές πηγές ο Κένταυρος Νέσσος ξέπλυne την πληγή του που προκλήθηκε μετά από χτύπημα βέλους από τον μυθικό ήρωα Ηρακλή.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Αρθρικές, δερματικές, γυναικολογικές παθήσεις, χολολιθιάσεις, ηπατίτιδες, παθήσεις του γαστρεντερικού συστήματος, δυσπεψίες υποτονικές, δυσκοιλιότητες ατονικές από χολική ανεπάρκεια.

#### Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο (βρίσκεται σε φάση αξιοποίησης) και ξενοδοχείο.

#### Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 26250 31710, 26250 31705 και Ê 26250 31709.

## **Κυλλήνη (νομός Ηλείας - Πελοπόννησος)**

### Εισαγωγή

Παραθαλάσσια λουτρόπολη με εξαιρετικές αμμώδεις παραλίες, σε απόσταση 43 χλμ. βόρεια της πρωτεύουσας του νομού Πύργος. Λόγω της ιδιαιτερότητάς της, στην περιοχή αυτή, μπορεί κάποιος να συνδυάσει θαυμάσια το θεραπευτικό και με το θαλάσσιο τουρισμό.

### Θεραπευτικές ενδείξεις

Παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, ασθματικές καταστάσεις, χρόνιες βρογχίτιδες, πνευμονικό εμφύσημα, λαρυγγίτιδες και δερματικές παθήσεις.

### Εγκαταστάσεις

Σύγχρονη ξενοδοχειακή εγκατάσταση και υδροθεραπευτήριο για λουτροθεραπεία και εισπνοθεραπεία.

### Φορέας λειτουργίας

Όμιλος Δασκαλαντωνάκη

Έ 26230 96275 και Ê 26230 96474.

## **Λουτράκι (νομός Κορινθίας - Πελοπόννησος)**

### Εισαγωγή

Η λουτρόπολη Λουτρακίου βρίσκεται στην βόρεια ακτή του Κορινθιακού κόλπου και είναι ευρύτερα γνωστή κυρίως για την εξαιρετική ποιότητα νερών που ενδείκνυνται για ποσιθεραπεία.

### Θεραπευτικές ενδείξεις ποσιθεραπείας

Ουρική διάθεση, ποσιθεραπεία, ψαμμιάσεις, νεφρολιθιάσεις, χολολιθιάσεις, μικρές ηπατικές ανεπάρκειες, υποσθενικές δυσπεψίες.

### Θεραπευτικές ενδείξεις λουτροθεραπείας

Χρόνιες ρευματοπάθειες, μυαλγίες, αρθραλγίες, χρόνια ρευματική αρθροπάθεια, δερματικές φλεγμονές, γυναικολογικές παθήσεις.

#### Εγκαταστάσεις

Ποσιθεραπευτήριο σε διατηρητέο κτήριο με αξιόλογα ψηφιδωτά. Δεν διαθέτει ξενοδοχείο και η διαμονή γίνεται στα γύρω ξενοδοχεία, που λειτουργούν στη λουτρόπολη.

#### Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 27440 22205.

### **Μέθανα (νομός Αττικής)**

#### Εισαγωγή

Οι πηγές της περιοχής είναι γνωστές ήδη από τον 3ο αιώνα μ.Χ., όταν οι ιστορικοί αναφέρουν έκρηξη ηφαιστείου.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Δερματικές, αρθριτικές, γυναικολογικές παθήσεις, καθώς και παθήσεις των περιφερικών νεύρων.

#### Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο (βρίσκεται σε φάση αξιοποίησης).

#### Φορέας λειτουργίας

Υιοί Αποστόλου Παπαϊωάννου Α.Ε., Έ 22980 92243 και 22980 92079.

### **Αιδηψός (νομός Ευβοίας)**

#### Εισαγωγή

Οι θερμές ιαματικές πηγές Αιδηψού είναι γνωστές από την αρχαιότητα. Στην αρχαιολογική συλλογή της πόλης, ο επισκέπτης έχει την ευκαιρία να δει σημαντικά εκθέματα, που συνδέονται με την ιστορία

της περιοχής και τις πηγές της και χρονολογούνται από την ελληνιστική και ρωμαϊκή περίοδο.

Στην Αιδηψό λειτουργεί μεγάλο σύγχρονο υδροθεραπευτήριο με λουτήρες, υδρομασάζ, δινόλουτρα. Διαθέτει εξωτερική πισίνα ολυμπιακών διαστάσεων με ανάμικτο ιαματικό και θαλάσσιο νερό, καθώς και δύο εσωτερικές με αμιγώς ιαματικό νερό. Το υδροθεραπευτήριο δεν διαθέτει ξενοδοχείο οπότε η διαμονή γίνεται στα γύρω ξενοδοχεία που λειτουργούν στην Λουτρόπολη.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Ρευματισμοί χρόνιοι και υποξείς, παραμορφωτικές αρθρίτιδες, σπονδυλοαρθρίτιδες, νευρίτιδες, ισχιαλγίες, οσφυαλγίες, μετατραυματικές δυσμορφίες και αγκυλώσεις, γυναικολογικές παθήσεις (σαλπγγίτιδα, ενδομητρίτιδα, ωοθηκικές ανεπάρκειες, λευκόρροιες, μερικές μορφές στειρώσεως).

#### Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο.

#### Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 22260 23501, 22260 23502 και Ê 22260 69130.

### **Θερμοπύλες (νομός Φθιώτιδας - Στερεά Ελλάδα)**

#### Εισαγωγή

Οι πηγές των Θερμοπυλών είναι γνωστές από την αρχαιότητα και βρίσκονται σε απόσταση 15 χλμ. νότια από την πρωτεύουσα του νομού Λαμία. Μεγάλες ποσότητες νερού σχηματίζουν ένα από τα ελάχιστα φαινόμενα ιαματικού καταρράκτη.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Ρευματικές, αρθριτικές, γυναικολογικές, νευρολογικές παθήσεις.  
Παθήσεις αναπνευστικού συστήματος, ασθματικές καταστάσεις,  
βρογχίτιδες, πνευμονικό εμφύσημα.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο.

Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 22310 93301, 22310 93303,  
22310 93304 και Ê 22310 93111.

**Καμένα Βούρλα (νομός Φθιώτιδας - Στερεά Ελλάδα)**

Εισαγωγή

Η λουτρόπολη των Καμένων Βούρλων βρίσκεται σε απόσταση 178  
χλμ. βόρεια της Αθήνας και είναι μία από τις πιο φημισμένες  
λουτροπόλεις του ελληνικού χώρου, καθώς οι θεραπευτικές ιδιότητες των  
πηγών της είναι γνωστές για πολλούς αιώνες.

Θεραπευτικές ενδείξεις

Χρόνιοι ρευματισμοί, παραμορφωτική αρθρίτιδα, ουρική αρθρίτιδα,  
σπονδυλαρθρίτιδα, νευρίτιδες, ισχιαλγία, οσφυαλγία, διαταραχές  
ενδοκρινών αδένων.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο για λουτροθεραπεία, πολυτελές spa εντός  
ξενοδοχείου.

Φορέας λειτουργίας

Μήτσης Α.Ε., Έ 22350 22245, 22350 22093 και Ê 22350 22307.

**Υπάτη (νομός Φθιώτιδας - Στερεά Ελλάδα)**

Εισαγωγή



Ήσυχη λουτρόπολη μέσα σε καταπράσινο περιβάλλον 18 χλμ δυτικά της Λαμίας στο δρόμο προς Καρπενήσι. Υπάρχει εύκολη πρόσβαση και καλό οδικό δίκτυο.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Παθήσεις και σύνδρομα των αγγείων, αρτηριακές υπερτάσεις, ανεπάρκεια στεφανιαίων αρτηριών καρδιάς, ενδαρτηρίτιδα κάτω άκρων, φλεβίτιδες, παθήσεις της καρδιάς, των βαλβίδων της καρδιάς, μικρές καρδιακές ανεπάρκειες, διαταραχές του νευρικού συστήματος της καρδιάς, ταχυκαρδίες, αρρυθμίες, παθήσεις του δέρματος, έκζεμα, δερματίτιδες, παθήσεις περιφερικών νεύρων και μυών, παραλύσεις, ατροφίες μυών, αρθριτισμός σε ποικίλες μορφές.

#### Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο κλασσικού τύπου με φυσικοθεραπευτήριο. Δεν διαθέτει ξενοδοχείο. Η διαμονή γίνεται στα γύρω ξενοδοχεία.

#### Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 22310 59526 και Ê 22310 59555.

### **Πλατύστομο (νομός Φθιώτιδας - Στερεά Ελλάδα)**

#### Εισαγωγή

Βρίσκεται σε καταπράσινο περιβάλλον 6 χλμ. βόρεια της Μακρακώμης Φθιώτιδας. Σε μικρή απόσταση από τη λουτρόπολη, σώζονται τα ερείπια της αρχαίας Φθίας.

#### Θεραπευτικές ενδείξεις

Παθήσεις θρέψεως, αρθριτισμός, ψαμμίαση ουρικό-αξαλική (αντενδείκνυται η φωσφορική ψαμμίαση), παχυσαρκία, σακχαρώδης διαβήτης, παθήσεις ήπατος και χοληφόρων οδών, χολολιθίαση, χολοκυστίτιδα, μικρές ανεπάρκειες ήπατος, παθήσεις ουροφόρων οδών,

νευρολιθιάσεις, χρόνιες πυελίτιδες και κυστίτιδες, παθήσεις πεπτικού συστήματος, δυσπεψίες, υπερχλωριδίες, δυσκοιλιότητα από χολική ανεπάρκεια, χρόνιες κολίτιδες. Εκτός από λουτροθεραπεία γίνεται και συστηματική ποσιθεραπεία.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο (βρίσκεται σε φάση αξιοποίησης).

Φορέας λειτουργίας

Πλατύστομο Α.Ε., Έ 22360 22510 και 22360 23450.

**Σμόκοβο (νομός Καρδίτσας - Θεσσαλία)**

Εισαγωγή

Βρίσκεται σε υψόμετρο 450 μ. στον ορεινό όγκο των Αγράφων, μέσα σε καταπράσινο περιβάλλον και σε απόσταση 25 χλμ. νοτιανατολικά της πρωτεύουσας του νομού Καρδίτσα.

Θεραπευτικές ενδείξεις

Αρθρικές και ρευματικές παθήσεις, χρόνιοι ρευματισμοί, αρθρίτιδες, οσφυαλγίες, ισχιαλγίες, νευραλγίες, μυαλγίες, παθήσεις αναπνευστικού συστήματος. Εκτός από λουτροθεραπεία, γίνεται και συστηματική εισπνοθεραπεία.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο, ξενοδοχείο και εστιατόριο.

Φορέας λειτουργίας Δήμος Μενελεΐδος, Έ 24430 61210 και Ê 24430 31178.

**Λαγκαδάς (νομός Θεσσαλονίκης - Μακεδονία)**

Εισαγωγή

Βρίσκεται στο βορειοανατολικό άκρο της λίμνης Λαγκαδά, σε απόσταση 19 χλμ. ανατολικά της πόλης της Θεσσαλονίκης.

Θεραπευτικές ενδείξεις

Παθήσεις ρευματικές, περιφερικών νεύρων και αρθριτικές.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο - ξενοδοχείο (πλήρεις εγκαταστάσεις που λειτουργούν όλο το χρόνο).

Φορέας λειτουργίας

Δήμος Λαγκαδά, Έ 23940 22221, 23940 22488 και Ê 23940 23090.

**Νιγρίτα (νομός Σερρών - ανατολική Μακεδονία)**

Θεραπευτικές ενδείξεις

Ποσιθεραπεία για παθήσεις και σύνδρομο θρέψεως, πολλές μορφές αρθριτισμού, παθήσεις ουροποιητικού και γαστρεντερικού συστήματος.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο (βρίσκεται σε φάση αξιοποίησης).

Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 23220 22893 και Ê 23220 20214.

**Ελευθερές (νομός Καβάλας - ανατολική Μακεδονία)**

Εισαγωγή

Βρίσκεται σε ωραιότατο, καταπράσινο, φυσικό περιβάλλον σε απόσταση 45 χλμ. δυτικά από την πρωτεύουσα του νομού Καβάλα.

Θεραπευτικές ενδείξεις

Ρευματισμοί χρόνιοι και υποξείς, αρθριτικές παθήσεις.

Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο (βρίσκεται σε φάση αξιοποίησης).

Φορέας λειτουργίας

Αναπτυξιακή Επιχείρηση Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Καβάλας,  
Έ 25940 51296, 25940 51487 και Ê 25940 51296.

**Κύθνος (νομός Κυκλάδων)**

Θεραπευτικές ενδείξεις

Χρόνιοι ρευματισμοί, παραμορφωτική αρθρίτιδα, ισχιαλγία, μυαλγία, σπονδυλαρθρίτιδα, παραμορφωτική αρθρίτιδα, σαλπινγίτιδα, ενδομητρίτιδα κλπ.

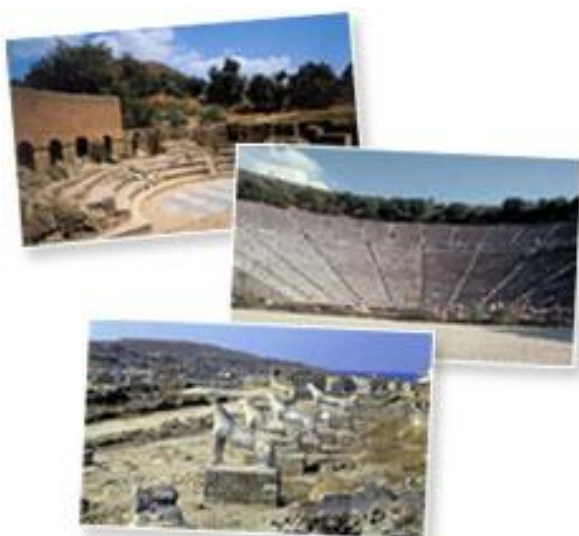
Εγκαταστάσεις

Υδροθεραπευτήριο στο ισόγειο του παλιού «Ξενία». Η διαμονή μπορεί να γίνει στα γύρω ξενοδοχεία της λουτρόπολης.

Φορέας λειτουργίας

Εταιρεία Τουριστικής Ανάπτυξης, Έ 22810 31217 και Ê 22810 31000.

Πολιτιστικός τουρισμός



Ο πολιτιστικός τουρισμός ή ο μορφωτικός τουρισμός αποτελεί μια μορφή τουρισμού στην οποία τα άτομα έχουν σαν κύριο σκοπό τη συμμετοχή σε εκδηλώσεις πολιτιστικού περιεχομένου.

Συγκεκριμένα το είδος αυτό τουρισμού, που εμφανίζει ανοδικές τάσεις διεθνώς,

περιλαμβάνει μεταξύ άλλων επισκέψεις, μελέτες ιστορικών μνημείων και αρχαιολογικών χώρων, ταξίδια με σκοπό την επίσκεψη θεάτρων, καθώς επίσης τη συμμετοχή σε ειδικά σεμινάρια γλώσσας, φιλοσοφίας, ψυχολογίας, κοινωνιολογίας, ανθρωπολογίας κ.τ.λ. Στον πολιτιστικό τουρισμό εντάσσουμε και τις πολιτιστικές εκδηλώσεις σε εθνικό και τοπικό επίπεδο, όπως: φεστιβάλ, θρησκευτικοί εορτασμοί, επέτειοι, πανηγύρια κ.τ.λ.

Ο ελληνικός χώρος είναι διάστικτος από αρχαιολογικούς χώρους και μνημεία με ξεχωριστή αίγλη και γοητεία, στα οποία έχουν αφήσει τη σφραγίδα τους όλες οι έως τώρα γνωστές περίοδοι της μακραίωνης ιστορίας της Ελλάδας. Όσοι επισκέπτονται τη χώρα, έχουν την ευκαιρία να πραγματοποιήσουν ένα μοναδικό «ταξίδι» στο σπάνιο «μωσαϊκό» ιστορικής και πολιτισμικής μνήμης, που βρίσκεται ανεξίτηλα αποτυπωμένο σε κάθε περιοχή της χώρας και αναδεικνύει αβίαστα τις πολύπλευρες εκδοχές του ελληνικού πολιτισμού, έως σήμερα.

Εκτός από τους αρχαιολογικούς χώρους και τα μνημεία πολιτιστικής κληρονομιάς, σε όλη τη χώρα λειτουργούν σήμερα περισσότερα από 200 κρατικά ή εποπτευόμενα από το Υπουργείο Πολιτισμού μουσεία και 107 μη δημόσια μουσεία. Επισκεπτόμενοι τα μουσεία αυτά, έχετε την ευκαιρία να θαυμάσετε μοναδικά επιτεύγματα της τέχνης και της επιστήμης, όπως αναπτύχθηκαν στον ελληνικό χώρο για περισσότερα από 6.000 χρόνια.

Στον πίνακα που ακολουθεί παρουσιάζονται διάφοροι αρχαιολογικοί χώροι και πολιτιστικοί τόποι, που σύμφωνα με τον κατάλογο της UNESCO έχουν ανακηρυχθεί ως Μνημεία Πολιτιστικής Κληρονομιάς, καθώς και διάφορα μουσεία που βρίσκονται διάσπαρτα στον ελλαδικό χώρο.

## Μνημεία πολιτιστικής κληρονομιάς

Ονομασία			
Άγιο Όρος	Βεργίνα	Επίδαυρος	Μονή Δαφνίου
Ακρόπολη	Δελφοί	Μετεώρα	Μηστράς
Ναός Επικουρείου Απόλλωνα	Μεσαιωνική Πόλη Ρόδου	Μονή Οσίου Λουκά	Τίρυνθα
Πυθαγόρειο	Δήλος	Μηκύνες	Ολυμπία
Κάστρα			
Ακροκόρινθος Κόρινθο	Αστυπάλαιας Αστυπάλαια	Ιωαννίνων Ιωάννινα	Κυλλήνης Κυλλήνη
Άμφισσας Άμφισσα	Λάρισας Λάρισα	Κορώνης Κορώνη	Λειβαδιάς Λειβαδιά
Μεθώνης Μεθώνη	Ναυπάκτου Ναυπάκτο	Πλαταμώνα Πλαταμώνα	Ρίου Ρίο
Λαμίας Λαμία	Μονεμβασιάς Μονεμβασιά	Μυστράς Μυστρά	Πάτρας Πάτρα
Λευκός Πύργος Θεσσαλονίκη	Μενδενίτσα Φθιώτιδα	Μπουρτζί Ναυπλίο	Παλαμήδι Ναυπλίο
Πύθιον Έβρου	Καράμπαμπα Χαλκίδα	Χλεμούτσι Ηλεία	Ακρόπολη Σέρρες
Δρυμαία Φθιώτιδα	Ακρόπολη Καβάλα	Καλύβα Ξάνθη	Καρύταινα Αρκαδία
Ανακτορούπολις Καβάλα	Αχινός Φθιώτιδα	Ρωγών Βουχέτιο	Γεράκι Λακωνία

## Μουσεία

Αρχαιολογικά	Βυζαντινά	Ιστορικά	Λαογραφικά
Ασιατικής Τέχνης	Θεάτρου	Κινηματογράφου	Μουσικής
Εικαστικά	Πινακοθήκες	Φωτογραφίας	Ναυτικά
Φυσικής Ιστορίας	Ελληνικής Τέχνης	Επιστήμης	Τεχνολογίας

Τα περισσότερα από τα κρατικά μουσεία λειτουργούν όλες τις ημέρες της εβδομάδας, εκτός από τη Δευτέρα. Επίσης, παραμένουν κλειστά κατά τις ακόλουθες επίσημες αργίες: 1η Ιανουαρίου, Μεγάλη Παρασκευή, Κυριακή του Πάσχα, 1 η Μαΐου, Χριστούγεννα (25 Δεκεμβρίου & 26η Δεκεμβρίου). Σε ότι αφορά στις άλλες επίσημες αργίες, επικοινωνήστε με το μουσείο που επιθυμείτε να επισκεφθείτε, ώστε να ελέγξετε εάν λειτουργεί τη συγκεκριμένη ημέρα.

### Θρησκευτικός τουρισμός

Ο θρησκευτικός τουρισμός παρουσιάζει μεγάλη ανάπτυξη εδώ και πολλά χρόνια λόγω των πολλών θρησκευτικών μνημείων που έχει ο ελλαδικός χώρος και την έντονη θρησκευτική συνείδηση των Ελλήνων.

Μπορούμε να πούμε ότι το μέγεθος του θρησκευτικού τουρισμού στην Ελλάδα είναι απολύτως ικανοποιητικό και συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση του εσωτερικού τουρισμού.

Τα μνημεία της ελληνικής ορθοδοξίας είναι αναπόσπαστο τμήμα της εθνικής κληρονομιάς και αποτελούν αξιόλογο πόλο έλξης επισκεπτών. Οι βυζαντινές και οι μεταβυζαντινές εκκλησίες με την αξιόλογη εικονογράφησή τους, τα ψηφιδωτά, τις τοιχογραφίες και τις σπάνιες εικόνες τους, οι επιβλητικοί καθεδρικοί ναοί, τα ξωκλήσια και τα προσκυνήματα της υπαίθρου, τα μοναστήρια, τα μετόχια και οι σκήτες, η μοναδική μοναστική πολιτεία του Αγίου Όρους και τα μοναστήρια των Μετεώρων (Θεσσαλία), μαρτυρούν την επίμονη προσήλωση στις παραδόσεις και τη στενή και μακραίωνη διασύνδεση της τέχνης με τη θρησκευτική λατρεία.

Σε πολλές περιοχές της χώρας, ο επισκέπτης έχει την ευκαιρία να συναντήσει, επίσης, κτίσματα και μνημεία λατρείας διαφορετικών δογμάτων και θρησκειών, που συνυπάρχουν σε ένα διαρκή διάλογο, αναδεικνύοντας το σπάνιο ιστορικό και πολιτισμικό παλίμψηστο του

ελληνικού χώρου.

Ορθόδοξα θρησκευτικά μνημεία			
Μονή Λατόμου Θεσσαλονίκη	Παναγία Ξενία Μαγνησία	Μονή Ξενοφώντος Άγιο Όρος	Μονή Βατοπεδίου Άγιο Όρος
Μονή Αγίας Λαύρας Καλάβρυτα	Ασκητάριο Μικρής Ανάληψης Πρέσπες	Άγιος Γεώργιος Φενεού Κόρινθο	Μονή Αγίου Δημητρίου Πρέβεζα
Μονή Αγίου Παύλου Άγιο Όρος	Μονή Αγίου Παντελεήμονος Άγιο Όρος	Μονή Αγίου Νικολάου Λακωνία	Μονή Αγίου Νικολάου Λακωνία
Μονή Αγίων Αποστόλων Αρκαδία	Μονή Αγίων Τεσσαράκοντα Λακωνία	Μονή Κασταμονίτου Άγιο Όρος	Μονή Κάτω Παναγιάς Άρτα
Μονή Διονυσίου Άγιο Όρος	Μονή Δοχειαρίου Άγιο Όρος	Μονή Εσφιγμένου Άγιο Όρος	Μονή Ζάβορδας Γρεβενά
Μονή Ζωγράφου Άγιο Όρος	Μονή Καρακάλλου Άγιο Όρος	Μονή Ιβήρων Άγιο Όρος	Μονή Κορώνας Καρδίτσα
Μονή Παντοκράτορος Άγιο Όρος	Μονή Ξηροπόταμου Άγιο Όρος	Μονή Κουτλουμουσίου Άγιο Όρος	Μονή Μέγιστης Λαύρας Άγιο Όρος
Μονή Οσίου Γρηγορίου Άγιο Όρος	Μονή Οσίου Λουκά Βοιωτία	Μονή Σίμωνος Πέτρα Άγιο Όρος	Μονή Σταυρονικήτα Άγιο Όρος
Μονή Πελεκητής Καρδίτσα	Μονή Πέτρας Καρδίτσα	Μονή Προσσού Ευρυτανία	Μονή Τοπλού Λασιθι
Μονή Φιλόθεου Άγιο Όρος	Μονή Φιλοσόφου Αρκαδία	Μονή Δαφνίου Αθήνα	Μονή Χελανδαρίου Άγιο Όρος
Μονή Φραγκαβίλλας Ηλεία	Μονή Αγίας Σοφίας Δράμα	Μονή Αγίας Σοφίας Θεσσαλονίκη	Μονή Αγίου Ανδρέα Πάτρα
Μονή Αγίου	Μονή Αγίου	Ναός Αγίου	Ναός Αγίου



Βασιλείου Άρτα	Γεωργίου Καστοριά	Νικολάου Σέρρες	Νικολάου Μεσσηνία
Ναός Αγίου Νικολάου Θεσσαλονίκη	Ναός Αγίου Στεφάνου Καστοριά	Ναός Αγίων Θεοδώρων Αθήνα	Ναός Αγίων Αποστόλων Θεσσαλονίκη
Ναός Αχειροποίητου Θεσσαλονίκη	Ναός Κοιμήσεως Θεοτόκου Κοζάνη	Ναός Κοιμήσεως Θεοτόκου Αργολίδα	Ναός Παναγιάς Κουμπελίδικης Καστοριά
Ναός Παναγιάς Καθολικής Ηλεία	Ναός Παναγιάς Χαλκέων Θεσσαλονίκη	Ναός Πόρτα Παναγιάς Τρίκαλα	Ναός Προφήτη Ηλία Θεσσαλονίκη
Ναός Ταξιαρχών Δράμα	Πρωτάτο Άγιο Όρος	Ροτόντα Θεσσαλονίκη	Σφηκιά Ημαθία

### Θηραματικός ή κυνηγετικός τουρισμός

Ο θηραματικός ή κυνηγετικός τουρισμός είναι ο τουρισμός που γίνεται με σκοπό το κυνήγι.

Πρόκειται δηλαδή, για ένα είδος τουρισμού που αξιοποιεί και ικανοποιεί εξειδικευμένες προσωπικές ανάγκες και συμπληρωματικές δραστηριότητες όπως είναι: ο αθλητισμός, η φυσιολατρία, η μόρφωση και η γνωριμία με τη φύση.

Στη χώρα μας αυτό το είδος τουρισμού δεν έχει αναπτυχθεί ιδιαίτερα, αν και υπάρχει ικανοποιητικός πλούτος θηραμάτων που μπορεί να βρει κανείς εύκολα σε όλες σχεδόν τις περιοχές του ελλαδικού χώρου, όπως μπορεί να δει κανείς και στον πίνακα που ακολουθεί.

Κυνήγια, θηράματα	
Όνομασία	Περιοχές
Ορτύκια	Αλεξανδρούπολη
Τριγόνια	Τρίκαλα
Μπεκάτσες	Τρίκαλα

Πάπιες	Πτολεμαίδα
Αγριόχηνες	Πτολεμαίδα
Τσίγλες	Έβρος
Λαγοί	Μανολάδα, Αλεξανδρούπολη, Κοζάνη
Πέρδικες	Λάρισα, Πάτρα, Πύργος, Μυτηλίνη
Αγριόχοιροι	Νάουσα, Κοζάνη, Ιωάννινα, Μέτσοβο

### Αγροτικός τουρισμός ή αγροτουρισμός

Ο αγροτικός τουρισμός ή αγροτουρισμός, όπως χαρακτηρίζεται κι αλλιώς, αναφέρεται στις δραστηριότητες υπαίθριας αναψυχής και τουρισμού που αναπτύσσονται στον αγροτικό χώρο και εντάσσονται στα πλαίσια του αγροτικού περιβάλλοντος και της αγροτικής ζωής.

Συγκεκριμένα, αναφέρεται σε μορφές τουριστικών δραστηριοτήτων που εντάσσονται οργανικά και αρμονικά στον αγροτικό χώρο και περιλαμβάνει διάφορες τουριστικές δραστηριότητες που είναι συμπληρωματικές ή δεν έρχονται σε σύγκρουση με άλλες, όπως για παράδειγμα οικονομικές και κοινωνικές, που χαρακτηρίζουν τον αγροτικό χώρο.

Ο αγροτουρισμός είναι σχετικά νέα μορφή τουρισμού που στοχεύει για τον μεν ασχολούμενο, στην ενίσχυση του αγροτικού εισοδήματος και της τοπικής οικονομίας αφ' ενός μεν από την εκμετάλλευση τουριστικών καταλυμάτων, αφ' ετέρου δε από την τροφοδοσία των καταλυμάτων αυτών, από τα προϊόντα της ντόπιας αγροτικής παραγωγής και για τον τουρίστα δε, στο να περάσει απλές, ήρεμες και ήσυχες διακοπές, μακριά από τον πολύβοο οργανωμένο τουρισμό, σε κλίμα φιλοξενίας και γνωριμίας της φύσης και των ανθρώπων της.

Ο αμιγής αγροτικός τουρισμός μπορεί να ασκηθεί σε ορεινά χωριά,

παραδοσιακούς οικισμούς, αγροτουριστικά χωριά και χωριά φυσικού κάλλους.

Στον σύνθετο αγροτουρισμό, οι πελάτες - τουρίστες συνδυάζουν τις διακοπές τους με την ικανοποίηση προσωπικών ενδιαφερόντων που εξειδικεύουν τον αγροτουρισμό της περιοχής. Ο σύνθετος αγροτικός τουρισμός μπορεί να συνδυαστεί με τον ιαματικό τουρισμό, τον αθλητικό τουρισμό, το χιονοδρομικό τουρισμό και τον κοινωνικό τουρισμό.

Η ιδιαιτερότητα του τουρισμού στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια είναι η διασπορά του και ο περιφερειακός του χαρακτήρας, γεγονός που οδήγησε στη συρρίκνωση περιοχών, όπως είναι η Θράκη, η Μακεδονία και η Ήπειρος. Μια λύση για να λειτουργήσει ο τουρισμός συμπληρωματικά και όχι ανταγωνιστικά στη φθίνουσα αυτή γεωργική οικονομία είναι ο αγροτικός τουρισμός. Στα προγράμματα που χρηματοδοτεί η ΕΟΚ προς αυτήν την κατεύθυνση υπάγονται 28 νομοί της Ελλάδας που περιλαμβάνουν 217 κοινότητες και 21 άγονα νησιά, όπως οι Πρέσπες, τα Καλάβρυτα, η Αράχοβα κ.ά.. Περισσότερες πληροφορίες δίδονται από την επίσημη ιστοσελίδα για θέματα αγροτουρισμού, [agrotravel.gr](http://agrotravel.gr).

Περιοχές αγροτουριστικού ενδιαφέροντος			
Αττική			
Κύθηρα	Βραυτώνα	Σούνιο	Παιανία
Γεράνεια Όρη			
Ήπειρος			
Τσεπέλοβο	Καπέσοβο	Άνω Πεδινά	Δίλοφο
Μέτσοβο	Λιγκιάδες	Βουλγαρέλι	Λιάς
Πάπιγκο			
Θεσσαλία			
Βυζίτσα	Μούρεσι	Αγ. Γεώργιος	Ζαγορά
Χαλίκι	Καλλιρόη	Νεραιδοχώρι	Νεοχώρι

Πετρούλι	Μορφοβούνι		
<b>Θράκη</b>			
Νέστο	Σαμοθράκη	Διδυμότειχο	Ξάνθη
Άβδηρα	Σάπες	Κομοτηνή	Ίασμος
Σουφλί			
<b>Μακεδονία</b>			
Όσσα	Πάικο	Πρέσπες	Κοτύλη
Κυψέλη	Καστανόφυτο	Πολύκαστρο	Γουμένισσα
Πλαταμώνας			
<b>Στερεά Ελλάδα</b>			
Στυλίδα	Κάρυστος	Ευαγγελίστρια	Βίνιανη
Κορυσχάδες	Κεφαλόβρυσο	Μικρό χωριό	Θέρμο
<b>Πελοπόννησος</b>			
Γκούρα	Βυτίνα	Καστανιά	Ζήρεια
Φενεός	Σπάρτη	Στεμνίτσα	Τρίκαλα
Δημητσάνα			

### Αθλητικός τουρισμός

Η Ελλάδα, χώρα όπου γεννήθηκαν οι Ολυμπιακοί Αγώνες, είναι ιδανική για την ανάπτυξη αθλητικών δραστηριοτήτων καθώς και για τέλεση αθλητικών αγώνων. Τις τελευταίες δεκαετίες, στη χώρα διοργανώνονται όλο και συχνότερα μεγάλες αθλητικές διοργανώσεις σε πολλά σπορ (παγκόσμια πρωταθλήματα, πανευρωπαϊκοί αγώνες, σημαντικά διεθνή τουρνουά κ.α.), με κορυφαίο γεγονός τους Ολυμπιακούς Αγώνες 2004, στην Αθήνα. Οι αθλητικές αυτές διοργανώσεις συνέβαλαν σημαντικά στην κατασκευή, σ' όλη την επικράτεια, πολλών σύγχρονων μεγαλύτερων ή μικρότερων αθλητικών εγκαταστάσεων, σταδίων και προπονητικών κέντρων για ένα ευρύ φάσμα αθλημάτων, όπου σήμερα οι κάτοικοι αλλά και οι επισκέπτες κάθε περιοχής έχουν τη δυνατότητα να ασκηθούν στο αγαπημένο τους σπορ: από τον στίβο, το ποδόσφαιρο, το βόλεϊ και το μπάσκετ έως το τένις και

το γκολφ, την ιστιοπλοΐα ή τις ιστιοσανίδες.

Ο αθλητικός τουρισμός όταν συνδυάζεται με το χειμερινό τουρισμό μπορεί να αποφέρει εκτός από την άμβλυση της εποχικότητας και γεωγραφική ανακατανομή της τουριστικής κίνησης.

Κύριος ή συμπληρωματικός στόχος του αθλητικού τουρισμού είναι η συμμετοχή του τουρίστα σε αθλητικές δραστηριότητες κάθε είδους, όπως χειμερινά σπορ, ερασιτεχνική αλιεία, αγώνες ποδοσφαίρου, μπάσκετ, ποδηλασία κ.τ.λ.

Η άθληση σαν απασχόληση κατά τη διάρκεια των διακοπών, θεωρείται σε αυτή την μορφή τουρισμού, ο πιο σημαντικός παράγοντας μαζί με τη δυνατότητα που υπάρχει για την πραγματοποίηση εκδρομών και περιηγήσεων.

Βασική προϋπόθεση για την ανάπτυξη αυτού του είδους τουρισμού κατά τη χειμερινή περίοδο είναι η δημιουργία της απαραίτητης υποδομής, όπως η δημιουργία αθλητικών εγκαταστάσεων, η δημιουργία χώρων άθλησης από την πλευρά των ξενοδοχειακών επιχειρήσεων και η απασχόληση έμπειρων γυμναστών και εκπαιδευτών.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι μια τέτοια επένδυση ανεβάζει αυτόματα το επίπεδο των διακοπών, καθώς και την ευχαρίστηση που παίρνει ο τουρίστας μέσα από αυτήν.

Τέλος τα διάφορα αθλήματα και δραστηριότητες που μπορούν να εξασκηθούν κατά τη χειμερινή περίοδο είναι τα διάφορα χειμερινά σπορ, όπως χιονοδρομία, ορειβασία, αλπινισμός, αλεξίπτωτο πλαγιάς, περιηγήσεις με μοτοσυκλέτες, mini buses, ποδήλατα και φουσκωτά σκάφη

### Τουρισμός τρίτης ηλικίας

Η σημαντική αύξηση του ποσοστού των ηλικιωμένων (από 55 έως και άνω) στο συνολικό πληθυσμό των ανεπτυγμένων χωρών, ιδιαίτερα

αυτών της Δύσης, σε συνδυασμό με την γενικότερη τάση για περισσότερα και μακρύτερα ταξίδια, των σχετικά εύπορων τμημάτων του πληθυσμού που έχουν περάσει στην περίοδο της τρίτης ηλικίας, έχει οδηγήσει στη διαμόρφωση του τουρισμού τρίτης ηλικίας.

Ο τουρισμός τρίτης ηλικίας αναπτύσσεται με γοργούς ρυθμούς. Το γεγονός αυτό οφείλεται κυρίως στο ότι τα οικονομικά χαρακτηριστικά και οι συνήθειες διαβίωσης και ψυχαγωγίας αυτής της κατηγορίας τουριστών, είναι ιδιαίτερα ελκυστικά και προσφέρονται για τη δημιουργία από όλους τους ενδιαφερόμενους παράγοντες, ολοκληρωμένων πακέτων τουριστικών υπηρεσιών.

Οι οπαδοί του τουρισμού τρίτης ηλικίας έχουν απεριόριστο χρόνο στη διάθεσή τους, τόσο γιατί είναι συνταξιούχοι, όσο και γιατί ένας μεγάλος αριθμός από αυτούς δεν έχει παιδιά, γεγονός που τους επιτρέπει να ταξιδεύουν συχνά, όλες τις εποχές του χρόνου και όχι μόνο τις περιόδους της τουριστικής αιχμής.

Οι περισσότεροι από αυτούς έχουν ένα πολύ ικανοποιητικό επίπεδο μόρφωσης και ένα επίσης ικανοποιητικό ποσοστό οικονομικών δυνατοτήτων.

Από την άλλη οι τουρίστες αυτού του είδους τουρισμού είναι πολύ ευαίσθητη στα ζητήματα ποιότητας και συνέπειας. Σύμφωνα με παράγοντες μεγάλων ταξιδιωτικών γραφείων οι ταξιδιώτες της τρίτης ηλικίας, θεωρούνται οι πιο πιστοί πελάτες, αρκεί όμως να μένουν ευχαριστημένοι από τις υπηρεσίες που τους προσφέρονται. Γενικά μπορούμε να πούμε πως όσο μεγάλη είναι η διάθεσή τους για ταξίδια αναψυχής, επισκέψεις και περιηγήσεις, άλλο τόσο δεν μπορούν να ανεχθούν την κακή οργάνωση και την ασυνέπεια, η οποία προκαλεί ταλαιπωρίες.

Οι τουρίστες τρίτης ηλικίας τείνουν σε δραστηριότητες που παράγουν την κοινωνική ζωή της ομάδας, ευνοούν την κινητικότητα και

ερεθίζουν τη σκέψη, υπό την προϋπόθεση των σωστών ρυθμών στο πρόγραμμα διακοπών, του ήπιου κλίματος και του ευχάριστου περιβάλλοντος.

Από μελέτες έχει προκύψει ότι οι τουρίστες τρίτης ηλικίας προτιμούν τον τουρισμό πόλεων, τον θρησκευτικό τουρισμό και τον τουρισμό υγείας ή αλλιώς τον θεραπευτικό τουρισμό.

Προτιμούν επίσης τη διαμονή σε ξενοδοχεία και όχι σε ενοικιαζόμενα δωμάτια, που προσφέρουν σαφώς περισσότερες υπηρεσίες, τα οργανωμένα ταξίδια εκτός περιόδου αιχμής, ώστε να αποφεύγουν τον μεγάλο συνωστισμό και τη φασαρία και την συμβίωση με μικρότερες ηλικίες.

## **1.5. Δραστηριότητες σχετιζόμενες με τον χειμερινό τουρισμό**

Ο χειμερινός τουρισμός σχετίζεται άμεσα με ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων, όπως είναι το σκι, η ορειβασία, το κυνήγι, η χειμερινή κολύμβηση, η πεζοπορία και άλλα.

### **1.5.1. Χιονοδρομία - ski**

#### Ιστορία χιονοδρομίας

Η ονομασία χιονοδρομία ή σκι υποδηλώνει το ίδιο το άθλημα, αλλά και τα ειδικά χιονοπέδιλα τα οποία χρησιμοποιούνται για αυτό.

Πρόκειται για άθλημα με μακράιωνη ιστορία, ιδιαίτερα δημοφιλές σε ολόκληρο τον κόσμο.

Τα πρώτα χιονοπέδιλα που ήταν χοντρά, πλατιά και κατασκευασμένα από ξύλο, έχουν ανακαλυφθεί στη Σουηδία και τη Φιλανδία, όπου χρησιμοποιήθηκαν πριν από 4.000 έως 5.000 χρόνια, ενώ στη Νορβηγία, στην περιοχή του αρκτικού κύκλου, έχει ανακαλυφθεί

εγγάρακτη παράσταση με δύο χιονοδρόνους, που υπολογίζεται ότι χρονολογείται 2.000 χρόνια πριν. Αναφορές σε χιονοδρομικές δραστηριότητες εντοπίζονται επίσης στην Κίνα του 7<sup>ου</sup> αιώνα, ενώ κατά τον 10<sup>ο</sup> και 11<sup>ο</sup> αιώνα τα χιονοπέδιλα χρησιμοποιούνταν από τους Βίκινγκς και τους Λάπωνες.

Ως μεταφορικό μέσο, τα χιονοπέδιλα χρησιμοποιήθηκαν αρχικά στη Νορβηγία, τη Σουηδία και τη Φινλανδία και αργότερα στις αγροτικές περιοχές της ανατολικής Ευρώπης. Χρησιμοποιήθηκαν επίσης σε στρατιωτικές επιχειρήσεις, όπως στη μάχη του Όσλο το 1200.

Από το 1767 καθιερώθηκαν στρατιωτικοί αγώνες σκι, ο ανώμαλος δρόμος του Τρόμσε της Νορβηγίας και το 1879 έγιναν οι πρώτοι μεγάλοι αγώνες άλματος στο Όσλο.

Η χρήση των σκι ως μεταφορικού μέσου είχε παράλληλη ανάπτυξη με τη χρήση τους ως ψυχαγωγικού μέσου. Έως τα μέσα του 19<sup>ου</sup> αιώνα οι υψηλές επιδόσεις στο άθλημα ήταν περιορισμένες, λόγω κυρίως της πρωτόγονης κατασκευής τους. Σταδιακά όμως, η τεχνική του αθλήματος άλλαξε σημαντικά, καθώς βελτιώθηκε ο τρόπος κατασκευής των σκι, γεγονός που συνέβαλε καθοριστικά και στη διάδοση του αθλήματος.

Αρχικά τα χιονοπέδιλα κατασκευάζονταν, όπως ήδη έχουμε αναφέρει, από λεπτά φύλλα ξύλου ή από πλαστικά υλικά με λείες επιφάνειες, δίνοντας έτσι τη δυνατότητα στους χιονοδρόμους να αναπτύσσουν μεγάλες ταχύτητες. Παράλληλα διαδόθηκαν και τα μεταλλικά σκι με ξύλινο ή πλαστικό πυρήνα.

Κατά τις αρχές του 19<sup>ου</sup> αιώνα σχεδιάστηκαν από τον Νόρχαιμ τα πρώτα σκι με καμπύλες άκρες και χρησιμοποίησε πρώτος δέστρες που σταθεροποιούσαν τις μπότες στα σκι, όχι μόνο στο μπροστινό του μέρος αλλά και στη φτέρνα. τα οποία αποτέλεσαν πρότυπο για όλα τα σύγχρονα σκι.



Το 1924 η χιονοδρομία αναγνωρίστηκε ως ολυμπιακό άθλημα. Παράλληλα, ιδρύθηκε η Διεθνής Ομοσπονδία Σκι.

Το 1925 η Διεθνής Ομοσπονδία Σκι οργάνωσε το πρώτο παγκόσμιο πρωτάθλημα σκι, στο οποίο συμμετήχχαν αποκλειστικά άντρες, ενώ από το 1931 επετράπη και η συμμετοχή γυναικών στους αγώνες.

Κατά τον 20<sup>ο</sup> αιώνα το σκι έγινε γνωστό, όχι μόνο ως άθλημα αλλά και ως ψυχαγωγία, αρχικά σε χώρες της Ευρώπη και έπειτα σε χώρες τη Βόρειας Αμερικής οι οποίες διέθεταν κατάλληλες κλιματολογικές συνθήκες και συγκεκριμένες οικονομικές προϋποθέσεις.

Τη δεκαετία του 1930 διαδόθηκε στην Αυστραλία και τη Νέα Ζηλανδία, τη δεκαετία του 1940 στη Χιλή και την Αργεντινή και τη δεκαετία του 1950 στην Ιαπωνία. Μετά τον Β' Παγκόσμιο πόλεμο διαδόθηκε και σε άλλες χώρες, όπως η Ισπανία, η Ελλάδα, η Πορτογαλία, η Αλγερία κ.ά..

Με την εγκατάσταση των τελεφερίκ, οι μετακινήσεις των σκιερ στην κορυφή του βουνού και των χιονοδρομικών κέντρων διευκολύνθηκαν σημαντικά.

#### Η χιονοδρομία στην Ελλάδα

Η χιονοδρομία έκανε την εμφάνισή της στην Ελλάδα το 1928. Την ίδια χρονιά ιδρύθηκε και ο Ορειβατικός Σύλλογος Αθηνών και ο Ορειβατικός Σύλλογος Πατρών. Δύο χρόνια αργότερα ιδρύθηκε η Ελληνική Ομοσπονδία Χιονοδρομίας, με σκοπό την ανάπτυξη του αθλήματος στη χώρα μας, τη δημιουργία εθνικής ομάδας και την προβολή της στη χώρα μας αλλά και στο εξωτερικό.

Οι πρώτοι χιονοδρομικοί αγώνες στην Ελλάδα έγιναν το 1931 και το 1932, στον Παρνασσό και στο Παναχαικό, από τα μέλη του Ε.Ο.Σ. Αθηνών και Πατρών αντίστοιχα.

Το 1934 οι πανελλήνιοι αγώνες έγιναν στο Σαραντάπηχο Κορινθίας. Την ίδια χρονιά δημοσιεύτηκαν στο περιοδικό Βουνό, οι πρώτοι

κανονισμοί τέλεσης αγώνων χιονοδρομίας.

Το 1936 η χώρα μας έλαβε για πρώτη φορά μέρος στους Χειμερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες στο Garmisch-Partenkirchen της Γερμανίας. Στους αγώνες αυτούς συμμετείχαν συνολικά 1.000 περίπου αθλητές και αθλήτριες από 30 συνολικά χώρες. Η χώρα μας εκπροσωπήθηκε από τον χιονοδρόμο του Ε.Ο.Σ. Αθηνών, Δημήτρη Νεργετιόντη, ο οποίος κατέλαβε την 43<sup>η</sup> θέση.

Το 1937, στους πανελλήνιους αγώνες στο Βέρμιο, το πρόγραμμα περιλάμβανε για πρώτη φορά και αγώνισμα κυριών.

Το 1940 με 1941 δημιουργήθηκε από το Γενικό Επιτελείο Σταυρού το Τάγμα Χιονοδρόμων, με διοικητή τον χιονοδρόμο του Ε.Ο.Σ. Αθηνών Γιάννη Παπαρρόδου, ο οποίος κατάφερε τον Ιανουάριο του 1941 να συγκεντρώσει στο Μέτσοβο αθλητές χιονοδρόμους από πολλά μέρη της Ελλάδας, όπως Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Πάτρα, Βόλο κ.ά., να οργανώσει τη βασική εκπαίδευσή τους και να φροντίσει για τη μετάβασή τους στο μέτωπο. Εδώ πρέπει να σημειώσουμε ότι το Τάγμα Χιονοδρόμων, αποτέλεσε τη βάση για τη δημιουργία των Λόχων Ορεινών Καταδρομών και τη δημιουργία του Στρατιωτικού Κέντρου Εκπαίδευσης Χιονοδρόμων στον Όλυμπο.

Από την μεταπολεμική περίοδο ως σήμερα σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη και τη διάδοση του αθλήματος έχει παίξει η Ελληνική Ομοσπονδία Χιονοδρομίας, η οποία έχει και την ευθύνη για την οργάνωση του πανελλήνιου πρωταθλήματος, καθώς και για τη συγκρότηση της εθνικής ομάδας. Σήμερα η Ελληνική Ομοσπονδία Χιονοδρομίας έχει περισσότερα από 95 σωματεία – μέλη και στη δύναμή της ανήκουν 5.000 αθλητές.

#### Σωστή συμπεριφορά στο σκι

Η χιονοδρομία είναι άθλημα με ελεύθερη δράση. Δεν πρέπει, όμως, να ξεχνάμε ότι γίνεται στα βουνά και ότι τα βουνά εγκυμονούν

κινδύνους. Πολύ από αυτούς τους κινδύνους οφείλονται στην υπερεκτίμηση των δυνάμεών μας, καθώς συχνά πιστεύουμε ότι μπορούμε να κάνουμε τα πάντα. Ωστόσο, αν κανείς γνωρίζει τους κινδύνους, μπορεί και να τους αντιμετωπίσει, αποφεύγοντας έτσι ενδεχόμενα ατυχήματα.

- ✓ Ο χιονοδρόμος θα πρέπει να διαλέγει την κατάλληλη πίστα, ανάλογα με τις ικανότητές του και τις διάφορες καιρικές συνθήκες που επικρατούν.
- ✓ Ο χιονοδρόμος που ανεβαίνει και κατεβαίνει την πίστα χωρίς σκι πρέπει να περπατάει πάντα στην άκρη της πίστας.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να δίνει ιδιαίτερη σημασία στη σηματοδότηση της πίστας.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να ελέγχει τα σκι του, να εναρμονίζει την ταχύτητά του και τον τρόπο που κάνει σκι, με τις δυνατότητές του και με τις δυσκολίες του εδάφους και να λαμβάνει υπόψη τον αριθμό των χιονοδρόμων που βρίσκονται στην πίστα.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να ελέγχει τον εξοπλισμό του και να αποκτήσει την εμπειρία και την ικανότητα να διαπιστώνει εύκολα τα επικίνδυνα σημεία φθοράς του.
- ✓ Ο χιονοδρόμος που βρίσκεται στο πάνω μέρος της πίστας και έχει την δυνατότητα της θέσης του, να διαλέγει την πορεία του, πρέπει να επιλέγει κατεύθυνση που να μη βάζει σε κίνδυνο χιονοδρόμους που βρίσκονται σε πιο χαμηλό σημείο της πίστας.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να συμπεριφέρεται γενικά με τέτοιο τρόπο ώστε να μη βάζει σε κίνδυνο τους άλλους.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να αφήνει πάντα μεγάλη απόσταση όταν προσπερνά άλλον χιονοδρόμο.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να αποφεύγει να σταματά δίχως λόγο στις πίστες ή σε περάσματα στενά ή όταν έχει κακή ορατότητα. Σε

περίπτωση πτώσης, πρέπει να ελευθερώνει το συντομότερο δυνατόν την πίστα.

- ✓ Ο χιονοδρόμος δεν πρέπει να μπαίνει στην πίστα, να τη διασχίζει ή να συνεχίζει την κατάβαση μετά από ενδεχόμενη στάση δίχως να ελέγχει αν περνούν άλλοι χιονοδρόμοι.
- ✓ Σε περίπτωση ατυχήματος, ο χιονοδρόμος πρέπει να σπεύδει να προσφέρει τη βοήθειά του, είτε έχει την ευθύνη για το ατύχημα είτε όχι. Επίσης, δεν πρέπει να παραλείπει να ανταλλάσσει ονόματα και διευθύνσεις αμέσως μετά το ατύχημα.
- ✓ Όσον αφορά τους αναβατήρες, ο χιονοδρόμος πρέπει να μάθει οπωσδήποτε τη χρήση τους, δίνοντας προσοχή στις πινακίδες που βρίσκονται πριν από αυτούς κατά μήκος της διαδρομής, αλλά και στις εξόδους. Επίσης, πρέπει να πειθαρχεί στις υποδείξεις και τις συμβουλές των υπεύθυνων των αναβατήρων, να επιδεικνύει την κάρτα ή το εισητήριό του και να τειρεί τη σειρά προτεραιότητας.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να συμβουλευεται τις πινακίδες που είναι τοποθετημένες στις πίστες, ώστε να γνωρίζει από πριν το βαθμό δυσκολίας τους.
- ✓ Σε περίπτωση δυνατής χιονόπτωσης, οπότε δεν υπάρχει ορατότητα, ο χιονοδρόμος πρέπει να μείνει κοντά σε άλλους χιονοδρόμους. Ο χιονοδρόμος πρέπει να έχει πάντα μαζί του κολεγιακή μπλούζα, σκούφο και αδιάβροχο.
- ✓ Ο χιονοδρόμος δεν πρέπει να παραβιάζει ποτέ τα απαγορευτικά.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να αποφεύγει να κινείται πάνω στα φρύδια και στις κορνίζες, όταν βρίσκεται στα ψηλότερα σημεία του βουνού και υπάρχει παχύ στρώμα χιονιού.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να ακολουθεί τους σημασμένους δρόμους κίνησης και να μην παραμένει στο βουνό μετά την ώρα που κλείνει το χιονοδρομικό κέντρο.

- ✓ Ο χιονοδρόμος, όταν ανεβαίνει με το αυτοκίνητό του στο χιονοδρομικό κέντρο και οι πινακίδες συστήνουν αλυσίδες, πρέπει να τις τοποθετεί αμέσως, σταματώντας στην άκρη του δρόμου, ώστε να μην δημιουργεί προβλήματα και στους άλλους που ανεβαίνουν.
- ✓ Ο χιονοδρόμος πρέπει να παρκάρει με προσοχή το αυτοκίνητό του, στους χώρους στάθμευσης, κάνοντας οικονομία στο χώρο, έτσι ώστε να διευκολύνει και τους άλλους χιονοδρόμους.

#### Κανόνες ασφαλείας για σκιέρ

- ✓ Μετά την επιβίβαση στον αναβατήρα, κατεβάστε την ασφάλεια προστασίας.
- ✓ Πριν από κάθε ξεκίνημα, κοιτάξτε προς τα πάνω.
- ✓ Μην κάνετε σκι απρόσεχτα και να ελέγχετε την πορεία σας.
- ✓ Ελέγχετε τι συμβαίνει μπροστά σας και κρατάτε σταθερή πορεία.
- ✓ Ο χιονοδρόμος που προηγείται, έστω και εάν κινείται αργά, έχει πάντα προτεραιότητα.
- ✓ Μην σταματάτε σε αθέατα ή στενά σημεία της πίστας.
- ✓ Μην σταματάτε στη μέση της πίστας.
- ✓ Όταν μετά από πτώση ή κακή προσαρμογή των σκι, φύγει το ένα ή και τα δύο χιονοπέδιλα από τα πόδια του χιονοδρόμου, ο κίνδυνος ατυχήματος είναι μεγάλος. Σε αυτή την περίπτωση, ο χιονοδρόμος πρέπει να ειδοποιεί τους γύρω, φωνάζοντάς τους. Για να αποφύγεται κάτι τέτοιο, τοποθετήστε ειδικά σκι στοπ στις δέστρες σας.

#### Πληροφορίες προφύλαξης από χιονοστιβάδες

Απαγορεύεται αυστηρά η κατάβαση σε κλειστές πίστες. Προσέχετε πάντα τυχόν προειδοποιητικά σήματα για κίνδυνο χιονοστιβάδων.

Δεν επιτρέπεται να κυκλοφορείτε στο βουνό μόνοι σας, έξω από σημασμένες πίστες. Μην υποτιμάτε ποτέ τους κινδύνους που κρύβουν τα

βουνά.

Δεν επιτρέπεται ελεύθερο σκι, χωρίς τις απαραίτητες γνώσεις και την αντίστοιχη εμπειρία.

Προσοχή στον καιρό. Συνεχής χιονόπτωση, σε συνδυασμό με δυνατό αέρα και παγωνιά, δημιουργεί πολύ μεγάλο κίνδυνο χιονοστιβάδων. Μεγάλη άνοδο της θερμοκρασίας, σε συνδυασμό με βροχή ή με αέρα και με παχύ στρώμα χιονιού δημιουργεί κίνδυνο χιονοστιβάδων. Ειδικά σε απάνεμες πλαγιές και σε πλαγιές που βρίσκονται στη σκιά, υπάρχει κίνδυνος τοπικής χιονοστιβάδας.

#### Ενδεικτικός εξοπλισμός χιονοδρόμου

Ο χιονοδρόμος, για να ασκήσει σωστά και πάνω από όλα με ασφάλεια, το άθλημα της χιονοδρομίας, πρέπει να έχει στην κατοχή του και τον κατάλληλο εξοπλισμό. Ενδεικτικά αναφέρουμε, ότι πρέπει να διαθέτει μπότες, μπαστούνια και πέδιλα του σκι, σκούφος, γυαλιά, γάντια, αδιάβροχο μπουφάν και παπούτσια apres ski.

#### Είδη χιονοδρομίας

Υπάρχουν αρκετά είδη χιονοδρομίας εκ των οποίων μερικά αποτελούν Ολυμπιακά αθλήματα και αγωνίσματα.

#### **Νορβηγικό σκι**

Το νορβηγικό σκι είναι ένα είδος σκι το οποίο γίνεται σε ομαλές πίστες, σχεδόν επίπεδες και ο σκιέρ πρέπει να καλύψει μία συγκεκριμένη απόσταση από μία συγκεκριμένη διαδρομή στο μικρότερο δυνατό χρόνο.

#### **Αλπινικό σκι**

Στο αλπινικό σκι ο σκιέρ κατεβαίνει απότομες πλαγιές και στα πρωταθλήματα αυτό που μετράει είναι ο χρόνος στον οποίο ολοκληρώνεται η κατάβαση.

#### **Σκι κατάβασεων**

Το σκι κατάβασης είναι η πιο γνωστή και διαδεδομένη μορφή σκι. Στην Ελλάδα το σκι κατάβασης σχεδόν ταυτίζεται με το χειμερινό

τουρισμό.

Ο υποψήφιος χιονοδρόμος με λίγα μαθήματα μπορεί να μάθει σχετικά εύκολα πως να κατεβαίνει μία πίστα. Η άνεση των lift και η καλά πατημένες πίστες δίνουν στον χιονοδρόμο την χαρά και την ικανοποίηση του κατεβάσματος της πίστας.

Στην Ελλάδα το σκι καταβάσεων είναι διαδεδομένο με την τουριστική και αγωνιστική μορφή και πραγματοποιείται με 5 διαφορετικές τεχνικές.

Η πρώτη τεχνική ονομάζεται τεχνική κατάβαση/SL (Slalom). Εδώ κάθε αθλητής πραγματοποιεί την ίδια μέρα δύο καταβάσεις σε δύο διαφορετικές αγωνιστικές διαδρομές της ίδιας πίστας. Οι διαδρομές αυτές έχουν σημειωθεί με πασσάλους μπρ σημαϊάκια, τις λεγόμενες πόρτες, όπου οι αθλητές πρέπει να στρίψουν.

Οι χρόνοι των δύο καταβάσεων προστίθενται και νικητής αναδεικνύεται εκείνος που θα σημειώσει τον μικρότερο συνολικό χρόνο χωρίς κανένα λάθος.

Η δεύτερη τεχνική ονομάζεται γιγαντιαία τεχνική κατάβαση/GS (Giant Slalom). Πρόκειται για μεγαλύτερη διαδρομή, με πιο ανοιχτές στροφές, που απαιτεί ιδιαίτερη ταχύτητα, επιδεξιότητα και αντοχή.

Η τρίτη τεχνική ονομάζεται υπεργιγάντια κατάβαση/SG (Super-G), που συνδυάζει την ταχύτητα της ελεύθερης κατάβασης με τις περισσότερο ακριβείς στροφές της γιγαντιαίας.

Οι αθλητές του προστατεύονται υποχρεωτικά με κράνη, πραγματοποιούν μία μόνο κατάβαση, στην οποία περιλαμβάνονται τουλάχιστον δύο άλματα και νικητής αναδεικνύεται εκείνος που θα σημειώσει τον μικρότερο χρόνο.

Η τέταρτη τεχνική ονομάζεται ελεύθερη κατάβαση/DH (Downhill), η οποία περιλαμβάνει τις μεγαλύτερες σε μήκος αγωνιστικές διαδρομές και τις μεγαλύτερες ταχύτητες που αναπτύσσονται στο σκι.

Η διαδρομή περιλαμβάνει πάντοτε, άλματα, τμήματα με απότομη κλίση και γενικά πολλές εναλλαγές.

Οι αθλητές πραγματοποιούν μία μόνο κατάβαση και νικητής αναδεικνύεται εκείνος που θα σημειώσει τον μικρότερο χρόνο.

Τέλος, η πέμπτη τεχνική ονομάζεται σύνθετο ή κομπινέ (Combined), που αποτελείται από μία διαδρομή Downhill και δύο Slalom. Στο τέλος προστίθενται όλοι οι χρόνοι και νικητής είναι εκείνος με τον μικρότερο συνολικό χρόνο.

### **Ορειβατικό σκι**

Το ορειβατικό σκι είναι μία απλοποιημένη και εκσυγχρονισμένη ποικιλία του αρχικού σκι, η οποία είναι πολύ διαδεδομένη στο εξωτερικό, όπου διοργανώνονται και αγώνες διάσχισης και προσανατολισμού.

Είναι το είδος εκείνο του σκι που μας δίνει τη δυνατότητα να χαρούμε το βουνό σε όλο του το μεγαλείο.

Προσφέρει τη δυνατότητα γρήγορης μετακίνησης στο χιόνι και τη δυνατότητα κάλυψης μεγάλων διαδρομών το χειμώνα. Επίσης μας δίνει τη δυνατότητα ανάβασης και απαγκιστρώσεις από τις ουρές των lift και την τέλεια κατάβαση σε όλες τις ποιότητες χιονιού, διότι είναι σκι πολύ καλής ποιότητας και μπορεί εξίσου να κινείται σε μαλακό χιόνι και σε παλιό.

Για τον απλό χιονοδρόμο που θα κάνει τη βόλτα του, δεν χρειάζεται ιδιαίτερες γνώσεις κατάβασης, γιατί μπορεί να κινηθεί σε χώρους μα όχι ιδιαίτερες δυσκολίες.

Για τον ορειβάτη χιονοδρόμο, το ορειβατικό σκι προσφέρει μία αφάνταστη ποικιλία και μεγάλες δόσεις περιπέτειας.

Για κάποιον που θα κάνει μία διάσχιση, είναι απαραίτητες οι γνώσεις μετεωρολογίας, η γνώση του χάρτη της περιοχής, η δυνατότητα αναγνώρισης κίνδυνου πτώσης χιονοστιβάδας καθώς και άλλους αόρατους κινδύνους όπως: ριμέ, κρεβάς και σεράκ, απύθμενα σημεία ή



καρκάνια κ.τ.λ., να μελετά το χάρτη με την πυξίδα και να χειρίζεται καλά και γρήγορα υλικά του. Να έχει γνώση προσφοράς πρώτων βοηθειών και να ξέρει πως να αντιμετωπίσει τυχόν διάφορες αντίξοες συνθήκες. Επίσης να μπορεί να μεταφέρει τραυματία, γνωρίζοντας τον τρόπο με τον οποίο μπορεί να μετατρέψει τα σκι του σε αυτοσχέδιο φορείο.

### **Σκι αντοχής**

Πρόκειται για άθλημα που απαιτεί ιδιαίτερα καλή φυσική κατάσταση. Διεξάγεται σε στίβους που περιλαμβάνουν ανηφόρες, ακτηφόρες και ισιώματα.

Στο σκι αντοχής υπάρχουν τρία αγωνιστικά στυλ. Η κλασική τεχνική, η ελεύθερη τεχνική και το πουρσουίτ.

Στην κλασική τεχνική οι αθλητές είναι υποχρεωμένοι να γλιστρούν σε ειδικά χαραγμένα στο χιόνι ίχνη.

Στην ελεύθερη τεχνική, οι κινήσεις των αθλητών μοιάζουν με αυτές του πατινάζ, όμως εδώ δεν υπάρχουν περιορισμοί.

Το πουρσουίτ περιλαμβάνει και τις δύο προηγούμενες τεχνικές του αγωνίσματος. Εδώ, η διαφορά χρόνου από την πρώτη τεχνική κρατιέται στην εκκίνηση του αθλητή στη δεύτερη τεχνική. Έτσι, ο αθλητής που θα τερματίσει πρώτος είναι και ο νικητής του αθλήματος.

### **Δίαθλο**

Το διάθλο αποτελεί συνδυασμό σκι αντοχής και σκοποβολής. Οι αθλητές αγωνίζονται με σκι αντοχής, μεταφέροντας ειδικό όπλο στην πλάτη, καλύπτοντας συγκεκριμένη απόσταση. Κατά τη διάρκεια της κούρσας, σταματούν σε ειδικά διαμορφωμένο σκοπευτήριο, από 2 έως 4 φορές, ανάλογα με το αγώνισμα και σκοπεύουν 5 στόχους κάθε φορά. Οι αθλητές χρησιμοποιούν την ελεύθερη τεχνική σκι και επιτρέπεται συμμετοχή ατόμων από 16 ετών και άνω. Νικητής εδώ, είναι αυτός που θα τερματίσει με τον μικρότερο χρόνο.

## **1.5.2. Χιονοσανίδα - snowboard**

### Ιστορία χιονοσανίδας

Το snowboard, το skateboard, το surf κ.ά., είναι σχετικά νέα αθλήματα, σε συνεχή εξέλιξη, τα οποία κάθε μέρα αποκτούν όλο και περισσότερους οπαδούς και στην Ελλάδα.

Το snowboard ή χιονοσανίδα δεν έχει καμία σχέση ως άθλημα με το σκι, λόγω διαφορετικής τοποθέτησης του σώματος. Σε ό,τι αφορά την εκμάθηση του snowboard, ευκολότερο είναι να μνηθούν σε αυτό όσοι έχουν γνώσεις skateboard ή surf, παρά όσοι έχουν γνώσεις χιονοδρομίας. Το μόνο σίγουρο πάντως είναι ότι για να γίνει κανείς snowboarder, απαιτείται μεγάλη επιμονή και υπομονή, καθώς και συνεχής εξάσκηση. Οι συνεχείς πτώσεις είναι συνηθισμένο φαινόμενο στην αρχή, ώσπου ο επίδοξος snowboarder να μάθει να ισορροπεί. Αυτός που θέλει να μάθει snowboard πρέπει για καλύτερα και γρηγορότερα αποτελέσματα να κάνει πρώτα μερικά μαθήματα με ειδικούς δασκάλους. Στα περισσότερα χιονοδρομικά κέντρα υπάρχουν πλέον δάσκαλοι του snowboard, καθώς και καταστήματα ενοικίασης και πώλησης κατάλληλου εξοπλισμού.

Πρόδρομος του snowboard είναι το snurfer, το οποίο επινοήθηκε στην Αμερική στα τέλη της δεκαετίας του 1960. Μερικά χρόνια αργότερα το άθλημα αυτό εξελίχθηκε στο snowboard.

### Η χιονοσανίδα στην Ελλάδα

Στην Ελλάδα το snowboard έκανε την εμφάνισή του στις αρχές της δεκαετίας του 1980, στο Σέλι, από μία παρέα χιονοδρόμων που πειραματίστηκαν στο άθλημα, έχοντας κατασκευάσει μόνοι τους τις χιονοσανίδες, αντιγράφοντάς τες από ξένα περιοδικά.

Σταδιακά το άθλημα άρχισε να γίνεται γνωστό στο ευρύ κοινό και να αποκτά φίλους και σε άλλα μέρη της Ελλάδας, προτιμώντας τις απλές καταβάσεις στις πίστες των χιονοδρομικών κέντρων.

Ο Παρνασσός, τα Καλάβρυτα, η Βασιλίτσα, το Καιμακτσαλάν και το Βίτσι είναι τα μέρη που προτιμούν οι snowboarders στην Ελλάδα, επειδή διαθέτουν snowparks και δυνατότητες για backcountry εξερευνήσεις και διαδρομές εκτός πίστας.

Στόχος των snowboarders είναι να επινοούν συνεχώς νέα κόλπα.

Το snowboard είναι Ολυμπιακό άθλημα από το 1998, οπότε και περιλήφθηκε στους Χειμερινούς Ολυμπιακούς Αγώνες.

#### Κανόνες ασφαλείας για snowboarders

- ✓ Το snowboard είναι σχετικά καινούργιο άθλημα. Οι κανόνες συμπεριφοράς και ασφαλείας για τον snowboarder είναι περίπου οι ίδιοι με αυτούς που ισχύουν για τους σκιέρ.
- ✓ Υπάρχουν όμως και ορισμένα ιδιαίτερα σημεία, που χρειάζονται ιδιαίτερη προσοχή.
- ✓ Πρίν αφήσετε τη σανίδα σας στο χιόνι για να τη φορέσετε, βεβαιωθείτε ότι δεν θα σας φύγει στον κατήφορο.
- ✓ Βεβαιωθείτε ότι τοποθετήσατε το ειδικό λουρί ασφαλείας στο πόδι σας.
- ✓ Όταν χιονίζει ή έχει πυκνή ομίχλη, μην ξεκινάτε. Αν αυτό είναι απολύτως απαραίτητο, φροντίστε να είστε ιδιαίτερα προσεκτικός.

#### Ενδεικτικός εξοπλισμός χιονοδρόμου

Αυτός που θέλει να κάνει μάθει snowboard πρέπει, εκτός από τη χιονοσανίδα, να φοράει ειδικές μπότες, κατάλληλα αδιάβροχα ρούχα που να τον προστατεύουν από το κρύο, αδιάβροχα γάντια και ειδική μάσκα.

#### Είδη χιονοσανίδας

Υπάρχουν δύο βασικά είδη snowboard. Το πρώτο είναι το αλπικό και το δεύτερο το freestyle.

#### **Αλπικό snowboard**

Το αλπικό snowboard, που δεν διαφέρει πολύ από το σκι καταβάσεων, γίνεται σε αγωνιστικές πίστες με πόρτες και απαιτεί ειδικό

εξοπλισμό, όπως σκληρές μπότες και σκληρή σανίδα.

Κύριος άξονας του είναι η ταχύτητα κατάβασης και υπάρχουν διάφορα αγωνίσματα, όπως αλάλομ, γιγαντιαίο αλάλομ κ.ά..

### **Freestyle snowboard**

Το freestyle snowboard γίνεται επίσης και πάνω σε rails, δηλαδή σε κάγκελα, που άλλοτε έχουν κυκλικό σχήμα, άλλοτε είναι με γωνίες και άλλοτε θυμίζουν φιδάκι.

Το freestyle snowboard είναι το δημοφιλέστερο από τα δύο είδη snowboard και από αυτό ξεκινούν πολλοί από τους επίδοξους snowboarders.

### **1.5.3. Πεζοπορία**

Η πεζοπορία διακρίνεται σε απλή και ορεινή.

Στην πρώτη κατηγορία, η ελάχιστη διανυόμενη απόσταση είναι 5 χλμ. (περίπου μια ή δύο ώρες), πραγματοποιείται σε εδάφη με πολύ μικρή κλίση (χωρίς μεγάλη υψομετρική διαφορά) κι ελαφρύ εξοπλισμό και μπορεί να γίνει είτε με τη μορφή περιπάτου, είτε με τη μορφή πορείας, σε όμορφα μέρη της περιοχής.

Στη δεύτερη κατηγορία, εννοούμε την κίνηση πάνω στα βουνά, σε μέρη τα οποία σε γενικές γραμμές θεωρούνται βατά. Η απόσταση των 15 έως 20 χλμ. και οι 5 έως 8 ώρες πορείας αποτελούν τον κανόνα. Ο εξοπλισμός είναι εξειδικευμένος και ιδιαίτερα τη χειμερινή περίοδο επιβάλλεται να είναι ο κατάλληλος. Η ορεινή πεζοπορία μπορεί να γίνει σε οποιοδήποτε βουνό. Τα βασικά χαρακτηριστικά της είναι η υψομετρική διαφορά της διαδρομής, που μπορεί να φθάσει τα 500 έως τα 600 μ. και το γεγονός ότι η πορεία γίνεται συνήθως σε υψόμετρα μεγαλύτερα των 500 μ.

Το Μονοπάτι Μεγάλων διαδρομών E4 που ξεκινά από τα Πυρηναία Όρη και φθάνει στην Ελλάδα, μέσω της πρώην Γιουγκοσλαβίας, είναι ιδανικό για τους λάτρεις της πεζοπορίας. Το ελληνικό τμήμα του E4, διασχίζει τη βόρεια και κεντρική Ελλάδα, την Πελοπόννησο, καταλήγει στο Γύθειο και συνεχίζεται στο νησί της Κρήτης, προσφέροντας έτσι, τη δυνατότητα στον πεζοπόρο ή τον ορειβάτη να γνωρίσει όλη την ποικιλία του ελληνικού τοπίου και τον πλούτο της ελληνικής φύσης.

Επιπλέον, το Μονοπάτι E6, το οποίο στο ελληνικό τμήμα του έχει δύο σκέλη, (το πρώτο ξεκινά από την περιοχή των Πρεσπών και μέσω Καστοριάς, Ιωαννίνων και Δωδώνης φτάνει ως την πόλη της Ηγουμενίτσας, ενώ το δεύτερο σκέλος ξεκινά από την περιοχή της Φλώρινας, διασχίζει τις ορεινές περιοχές της δυτικής, κεντρικής και ανατολικής Μακεδονίας -κατά μήκος των συνόρων της Ελλάδας με τη FYROM και τη Βουλγαρία- και φτάνει ως την πόλη της Αλεξανδρούπολης, στην περιοχή της Θράκης), προσφέρει αμέτρητες συγκινήσεις και αξέχαστες εμπειρίες.

Απαραίτητα στοιχεία πριν ξεκινήσει το γκρούπ και για τα δύο είδη της πεζοπορίας, είναι η γνώση του δελτίου καιρού, ο έλεγχος του εξοπλισμού, η γνώση της διαδρομής και των σημείων που έχει εύκολα ή δύσκολα περάσματα, γνώση σημείων διαφυγής καθώς και γνώση των σημείων όπου υπάρχει νερό κ.α.

#### **1.5.4. Ορειβασία**

Σαν ορειβασία μπορεί να ονομαστεί η ανθρώπινη δραστηριότητα για την εξερεύνηση των βουνών και την κατάκτηση των κορυφών τους. Το ύψος του όγκου, η μορφολογική σύνθεση και οι διάφορες συνθήκες που επικρατούν, είναι στοιχεία που διαφοροποιούν και επιβάλλουν τη διάκριση της ορειβασίας στις παρακάτω κατηγορίες.

### Απλή ορειβασία

Η απλή ορειβασία είναι η χωρίς απαιτήσεις ομαλές αναβάσεις από εύκολες προσπελάσεις που δεν προϋποθέτουν ειδικές γνώσεις ή ειδική τεχνική και όργανα.

### Δύσκολη ή αθλητική ορειβασία

Η δύσκολη ή αθλητική ορειβασία είναι η πληρέστερη και πιο ολοκληρωμένη μορφή ορειβασίας. Περιλαμβάνει τις αναρριχήσεις βουνών ορισμένων δυσκολιών που απαιτούν τεχνική, μέτρα ασφαλείας και όργανα.

## **1.5.5. Αναρρίχηση**

Ως αναρρίχηση χαρακτηρίζουμε το σκαρφάλωμα, με καλοκαιρινές συνθήκες, σε οποιαδήποτε κορυφή βουνού, που γίνεται όμως από την απόκρημνη πλευρά της (ορθοπλαγιά) και στην οποία εφαρμόζεται αναγκαστικά η αναρριχητική τεχνική (μικρού ή μεγάλου βαθμού δυσκολίας) με τη χρήση βοηθητικών οργάνων.

## **1.5.6. Αλπινισμός**

Η συστηματική ανάβαση στις Άλπεις για λόγους είτε ευχαρίστησης είτε άσκησης ή επιστημονικής παρατήρησης αλλά και γενικότερα η συστηματική άσκηση πορείας στα βουνά ή η ορειβασία, ονομάζεται αλπινισμός.

Θα λέγαμε ότι είναι το σύνολο της δράσης και της πάλης του ανθρώπου, για την εξερεύνηση του βουνού και για την κατάκτηση των κορυφών.

Με το πέρασμα του χρόνου δημιουργήθηκαν κέντρα αλπινισμού, όπου διδάσκεται η σημασία του καθώς και οι τρόποι που πρέπει να χρησιμοποιούνται για την ανάβαση. Παράλληλα η οικονομική ανάπτυξη,

η πρόοδος στις συγκοινωνίες και τα ξενοδοχεία διευκόλυναν πολύ τους αλπινιστές, εκεί που ως τότε δεν υπήρχαν ούτε ξενοδοχεία ούτε δρόμοι.

### **1.5.7. Ποδηλασία - mountain bike**

Η ποδηλασία ή αλλιώς το mountain bike είναι ένα δυναμικά και ταχύτατα αναπτυσσόμενο σπορ, παγκοσμίως.

Στην Ελλάδα παρόλο που κυκλοφορούν πολλά τέτοια ποδήλατα, χρησιμοποιούνται κυρίως για χρήση μέσα στις πόλεις και την ασφάλτο.

Η χώρα μας ενδείκνυται για την ανάπτυξη και διάδοση αυτού του είδους τουρισμού με ποδήλατο βουνού και μάλιστα πολλές εποχές του χρόνου. Υπάρχει απεριόριστος συνδυασμός πανέμορφων και συναρπαστικών διαδρομών, μέσα από διαδρομές που μόνο πόδι ανθρώπου πάτησε.

Το ποδήλατο βουνού λόγω της κατασκευής του μπορεί να περάσει μέσα από ορεινά μονοπάτια και πλαγιές, δίνοντας τη δυνατότητα να διασχίσει κανείς μεγάλες αποστάσεις, με τεράστια ευκολία, όπου δεν μπορεί να πάει οποιοδήποτε άλλο μέσον. Οι δυνατότητες του ποδήλατο αυτού με λίγη εξάσκηση του αναβάτη είναι απεριόριστες, διότι οι σχέσεις του σαζμάν είναι τέτοιες ώστε να αναπτύσσονται πολλές ροπές και ο ποδηλάτης να πηγαίνει σχετικά ξεκούραστα, χωρίς να τον δυσκολεύει το πεντάλ.

Πιστεύουμε ότι οργανωμένες και ομαδικές διασχίσεις περιοχών με ποδήλατο βουνού (μέσα από μη ανιχνευμένες διαδρομές) θα συντελούσε καθοριστικά στην αναβάθμιση εγκαταλειμμένων οικισμών και απομακρυσμένων χωριών.

Ήδη στο εξωτερικό γίνονται κάθε χρόνο οργανωμένες διαδρομές αποστάσεων από μία περιοχή σε άλλη και ακόμα διασχίσεις ολόκληρων χωρών.

Πιστεύουμε ότι εκ των πραγμάτων σε λίγο καιρό η ποδηλασία βουνού ή αλλιώς mountain bike, θα αποτελεί μία αρκετά δημοφιλή μορφή τουρισμού. Επίσης μπορεί να γίνει συνδυασμός διαδρομών με ποδήλατο και σκι ορειβασίας.

#### **1.5.8. Περιήγηση με μοτοσυκλέτα**

Η περιήγηση με μοτοσυκλέτα σε ορεινές περιοχές αποτελεί έναν νέο τρόπο διασκέδασης και επαφής με τη φύση που μπορεί να προσφέρει πολλές συγκινήσεις σε όσους την ασκούν. Η διάρκειά της ποικίλει. Μπορεί να διαρκέσει μόλις λίγες ώρες, αλλά τις περισσότερες φορές μπορεί να κυμανθεί από 3 έως 8 μέρες. Ο αριθμός των ατόμων που συμμετέχουν σε αυτή είναι συνήθως 4 άτομα, ενώ το κόστος της κατά μέσο όρο είναι 50€ την ημέρα, όπου περιλαμβάνεται και το κόστος ενοικίασης της μοτοσυκλέτας.

#### **1.5.9. Περιηγήσεις σε λίμνες με φουσκωτό σκάφος**

Η περιηγήσεις σε λίμνες με φουσκωτό σκάφος διαρκούν συνήθως από 3 έως 10 ημέρες. Κάθε σκάφος χωράει περίπου 6 άτομα, ενώ δεν είναι λίγες οι φορές που ο αριθμός των συμμετεχόντων μπορεί να ξεπεράσει τα 20 άτομα. Μπορεί το κόστος μιας τέτοιας περιήγησης κατά μέσο όρο να ξεπερνά τα 30€ ημερησίως, αξίζει όμως να σπαταλήσει κανείς αυτά τα λεφτά αφού η εμπειρία είναι μοναδική.

#### **1.5.10. Χειμερινή κολύμβηση**

Η χειμερινή κολύμβηση αν και σπορ, το οποίο βρίσκεται σε χαμηλά επίπεδα στην προτίμηση του λαού μας κατά τη χειμερινή περίοδο, αρχίζει



τόρα να παρουσιάζει μια μικρή άνοδο.

Το πλήθος των παραλίων μας, καθώς και των ξενοδοχείων που υπάρχουν δίπλα σε αυτές μπορεί να ικανοποιήσει ακόμα και τους πιο απαιτητικούς λάτρεις του χειμερινών αυτού σπορ.

Άλλωστε το εύκρατο κλίμα και η μεγάλη περίοδος ηλιοφάνειας αποτελούν βασικό κίνητρο για την ανάπτυξη του σπορ αυτού.

#### **1.5.11. Διαδρομές με οχήματα 4´4**

Οι διαδρομές με οχήματα τύπου 4x4 είναι ένα είδος τουρισμού που έχει αναπτυχθεί στη χώρα μας κυρίως τα τελευταία 10 χρόνια.

Πρόκειται για ένα είδος τουρισμού που απευθύνεται κυρίως σε άτομα που είναι λάτρεις της περιπέτειας και της φυσικής ομορφιάς, προσφέροντάς τους μοναδικές εμπειρίες και ειδυλλιακά τοπία που μόνο με την χρήση των ιδικών οχημάτων μπορούν να απολαύσουν.

#### **1.5.12. Kayak**

Πρόκειται για ένα είδος αθλήματος που απευθύνεται κυρίως σε τολμηρά άτομα, με καλή έως άριστη φυσική και σωματική κατάσταση και πάθος για ριψοκίνδυνες καταστάσεις μέσα στα αγριεμένα νερά των ποταμών.

Απευθύνεται κυρίως σε νεαρά άτομα ηλικίας από 20 έως 35 ετών, μιας και είναι ένα άθλημα που απαιτεί δύναμη, αντοχή και δεξιότητα.

Στη χώρα μας το kayak είναι ιδιαίτερα διαδεδομένο και αρκετά αγαπητό. Μπορούμε να πούμε μάλιστα, ότι αναπτύσσεται αρκετά γρήγορα και αποκτά όλο και περισσότερους οπαδούς.

#### **1.5.13. Rafting ή cannoying**

Πρόκειται για τη διάσχιση ποταμών με φουσκωτές βάρκες και είναι ομαδικό άθλημα σε αντίθεση με το kayak που είναι ατομικό.

Το rafting αν και ριψοκίνδυνο άθλημα, έχει πολλούς φανατικούς οπαδούς στη χώρα μας.

Αν και αναπτύσσεται με ιδιαίτερα αργούς αλλά σταθερούς ρυθμούς, μπορεί να συμβάλλει σημαντικά στην ανάπτυξη του τουρισμού των περιοχών στις οποίες ασκείται.

#### **1.5.14. Trekking**

Πρόκειται για το περπάτημα μέσα στη φύση, χωρίς αναρριχήσεις ή τεχνικά εμπόδια, που μπορεί να προσφέρει στους οπαδούς του μεγάλες συγκινήσεις και όμορφες εμπειρίες δίπλα στη φύση.

#### **1.5.15. Ιππασία**

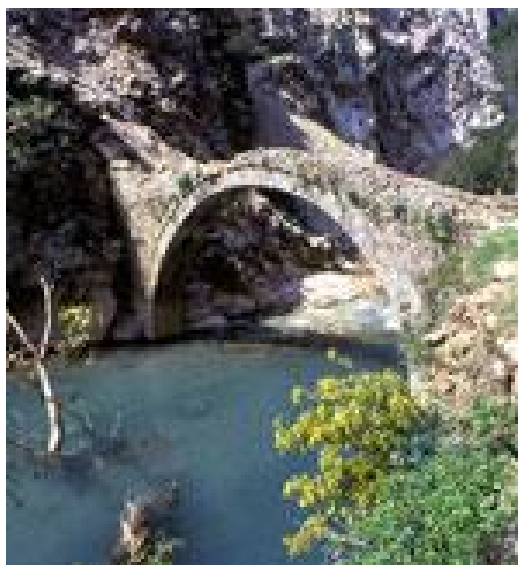
Το άθλημα της ιππασίας ξεκίνησε στην Ελλάδα λίγο πριν τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, με πρωτοβουλία μιας ομάδας ανωτέρων αξιωματικών του στρατού και απλών «φιλίππων», όταν ιδρύθηκε ο Ελληνικός Ιππικός Όμιλος (Ε.Ι.Ο.) σε ένα κτήμα στον Χολαργό Αττικής.

Μεταπολεμικά, ο Ε.Ι.Ο. μετακινήθηκε σε νέες εγκαταστάσεις στον Παράδεισο Αμαρουσίου (Αττικής), συγκεντρώνοντας το ενδιαφέρον πολλών Αθηναίων που διέθεταν τις προϋποθέσεις να ασχοληθούν με την ιππασία. Αποτέλεσε, έτσι, τον πρώτο σημαντικό πυρήνα ανάπτυξης της αγωνιστικής ιππασίας στην Ελλάδα.

Εκτός από την αγωνιστική όμως ιππασία, μπορεί κάποιος να συμμετάσχει και σε προγράμματα ιππασίας τόσο για αρχάριους όσο και για εμπειρότερους αναβάτες, τα οποία πραγματοποιούνται σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους και αγροκτήματα (ιππικά κέντρα), που

βρίσκονται σε διάφορες περιοχές της Ελλάδας. Εκεί, ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό με εκπαιδευμένα άλογα θα σας αποκαλύψει τα πρώτα βασικά μυστικά της ιππασίας, τηρώντας όλους τους κανόνες ασφάλειας, ενώ έχετε την ευκαιρία να κάνετε και ιππικές διαδρομές, διάρκειας μερικών ωρών, σε φυσικά μονοπάτια και πανέμορφους ορεινούς όγκους.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά, μπορεί να απευθυνθεί κανείς στην Ελληνική Ομοσπονδία Ιππασίας: Δημητρίου Ράλλη 37, Μαρούσι - 151 24 Αθήνα, Ή 210 6141986, 210 6141987 και 210 6141988, Ή 210 6141859.



#### **1.5.16. Αιωροπτερισμός - αλεξίπτωτο πλαγιάς (parapente)**

Στον αιωροπτερισμό ο πιλότος είναι «κρεμασμένος» (δεμένος με ειδική ζώνη) κάτω από το αιωρόπτερο (μία πτητική κατασκευή, που αποτελείται από πανί και σωλήνες αλουμινίου αεροπορικού κράματος), με τέτοιο τρόπο ώστε το σώμα του να αιωρείται στο κενό σαν εκκρεμές.

Μετακινώντας το βάρος του κατάλληλα και αξιοποιώντας τα ανοδικά ρεύματα του αέρα, ο πιλότος ακολουθεί την επιθυμητή κατεύθυνση, κινούμενος σε τρεις άξονες: τον διαμήκη, τον εγκάρσιο και τον κάθετο. Ανάλογα με το βαθμό εκπαίδευσης του, μπορεί να φτάσει σε

ύψος 5.000 μέτρων και να παραμείνει στον αέρα επί 10 συνεχείς ώρες.

Το άθλημα ξεκίνησε τη δεκαετία του 1970 στις Η.Π.Α. και την Αυστραλία, γνωρίζοντας σημαντική ανάπτυξη. Τα επόμενα χρόνια, το άθλημα έγινε γνωστό σε παγκόσμιο επίπεδο και σήμερα είναι ιδιαίτερα δημοφιλές σε πάνω από πενήντα χώρες, σε όλο τον πλανήτη. Από το 1985 έχει χαρακτηριστεί ως ολυμπιακό άθλημα, αλλά ακόμα δεν έχει περιληφθεί ως αγώνισμα στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων.

Στην Ελλάδα, εμφανίστηκε το 1978 και το 1999 εντάχθηκε στην Ελληνική Αεραθλητική Ομοσπονδία (ΕΛ.Α.Ο.). Σήμερα, στη χώρα ο αιωροπτερισμός γίνεται ολοένα και πιο δημοφιλής, με αποτέλεσμα να υπάρχουν, πλέον, πολλά σωματεία, που ασχολούνται με το άθλημα και μπορούν να παράσχουν υπηρεσίες εκπαίδευσης στους ενδιαφερομένους.

Το αλεξίπτωτο πλαγιάς (parapente) έλαβε το όνομά του από τις γαλλικές λέξεις parachute (αλεξίπτωτο) και pent (πλαγιά). Η ιστορία του ξεκινά τη δεκαετία του 1960 από ένα πρόγραμμα της αμερικανικής Ν.Α.Σ.Α., αλλά οι ουσιαστικές του βάσεις τέθηκαν στα μέσα της δεκαετίας του 1980, στη Γαλλία.

Το άθλημα απαιτεί καλή φυσική κατάσταση, άριστη τεχνική, ψυχική και πνευματική διαύγεια, παρατηρητικότητα, αλλά και γνώσεις μετεωρολογίας και αεροδυναμικής, που παρέχονται από ειδικούς εκπαιδευτές. Ανάλογα με τον καιρό, το αλεξίπτωτο πλαγιάς μπορεί να φτάσει μέχρι ύψους 4.000 μέτρων και να διανύσει απόσταση 2-2,5 χλμ.

Οι πτήσεις διαρκούν μερικές ώρες και οι ταχύτητες που αναπτύσσονται κυμαίνονται ανάμεσα στα 48 και 60 χλμ / ώρα.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα αθλήματα του αιωροπτερισμού και του αλεξίπτωτου πλαγιάς (parapente) στην Ελλάδα, τους κατά τόπους συλλόγους και τις διάφορες εκδηλώσεις που πραγματοποιούνται σε όλες τις περιοχές της χώρας, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την: Ελληνική Αεραθλητική Ομοσπονδία, Τ.Θ. 70262

## **1.6. Σημασία χειμερινού τουρισμού**

Τα οφέλη από την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού για τη χώρα μας είναι μεγάλα και σημαντικά. Αυτό μπορούμε να το δούμε αν προσέξουμε το ενδιαφέρον που δείχνουν για αυτό το είδος τουρισμού οι οικονομικά αναπτυγμένες χώρες της Ευρώπης, όπως είναι: η Γαλλία, η Ελβετία, η Αυστρία και άλλες.

Τα αποτελέσματα από την ανάπτυξη αυτή επιδρούν σε όλους τους κοινωνικούς χώρους και τομείς, όπως είναι: ο κοινωνικός τομέας, ο οικονομικός τομέας, ο εθνικός και πολιτιστικός τομέας κ.α. και η σημασία τους είναι πολύ μεγάλη και πολυδιάστατη.

### Κοινωνικός τομέας

Ο άνθρωπος σαν κοινωνικό ον που είναι, έχει κατά κανόνα την τάση να ζει με άλλους ανθρώπους, σαν μέλος δηλαδή μιας μεγαλύτερης ή μικρότερης ανθρώπινης κοινωνίας, έχοντας διάφορες αναγκές των οποίων ο αριθμός και η ένταση καθορίζεται από το βαθμό της πνευματικής, οικονομικής, μορφωτικής, κοινωνικής και γενικότερα της πολιτιστικής του κατάστασης.

Με την πάροδο του χρόνου όσο βελτιώνονταν το επίπεδο των παραπάνω προϋποθέσεων τόσο δημιουργόταν στον άνθρωπο η τάση μετακίνησης από το γεωγραφικό περιβάλλον της μόνιμης διαμονής του σε ένα άλλο, επιδιώκοντας όχι την έρευνα τροφής ή τη διεξαγωγή εμπορικών συναλλαγών που θα του απέφεραν κέρδος, αλλά την ικανοποίηση ψυχικών επιθυμιών και πνευματικών περιεργειών, αποτελώντας έτσι το κοινωνικό στοιχείο του τουρισμού.

Έτσι ο τουρισμός και στην προκειμένη περίπτωση ο χειμερινός τουρισμός, παίζει σημαντικό ρόλο στον κοινωνικό τομέα, αφού μέσω

αυτού αναμιγνύονται, γνωρίζονται και συμβιώνουν άνθρωποι από διαφορετικά κοινωνικά, πνευματικά, μορφωτικά και οικονομικά στρώματα, οδηγώντας τους στην γνώση, στην αλληλοκατανόηση, στην αλληλοεκτίμηση, στην άρση των προκαταλήψεων, αλλά πάνω από όλα στην ολοκληρωμένη και ειρηνική συμβίωση.

Επιπλέον με τη βοήθεια του τουρισμού οι άνθρωποι ξεφεύγουν από την αδράνεια και την απομόνωση, βρίσκουν νέους τρόπους επικοινωνίας και διασκέδασης, αλλά και διάφορες ευκαιρίες δημιουργικής απασχόλησης και συμβάλλουν στην καλλιέργεια και την ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους.

Τέλος, μέσω αυτής της επικοινωνίας και της προσωπικής επαφής των ανθρώπων απομακρύνονται αρνητικές ψυχολογικές πεποιθήσεις και προκαταλήψεις, οι οποίες αντικαθιστούνται με θετικές ψυχολογικές και κοινωνικές αξίες, εντείνοντας ορισμένα χαρακτηριστικά από την ιστορική παράδοση του λαού μας, όπως είναι η φιλοξενία και η φιλικότητα και ανακόπτοντας έτσι την τάση της εμπορικοποίησης και της βιομηχανοποίησης του τουριστικού προϊόντος με την εξαφάνιση του προσωπικού στοιχείου και την τυποποίηση της συμπεριφοράς.

#### Οικονομικός τομέας

Η προαναφερόμενη, πραγματοποιούμενη πρόσκαιρη τουριστική μετακίνηση, συνεπάγεται όπως είναι γνωστό τη δημιουργία οικονομικών δραστηριοτήτων, οι οποίες πραγματοποιούνται τόσο στο γεωγραφικό περιβάλλον του τόπου εκκίνησης και των πιθανόν ενδιάμεσων γεωγραφικών περιβάλλοντων, όσο και στον τόπο του τελικού προορισμού. Η ύπαρξη λοιπόν του τελευταίου αυτού στοιχείου, δηλαδή η δημιουργία οικονομικών δραστηριοτήτων αποτελεί και το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό του τουρισμού σαν οικονομικού φαινομένου.

Ο οικονομικός τομέας λοιπόν, είναι ένας από τους κυριότερους τομείς που δέχεται την ευεργετική επίδραση της ανάπτυξης του

χειμερινού τουρισμού και αποτελεί το κέντρο του ενδιαφέροντος και της προσοχής της πολιτείας. Με την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού παρουσιάζεται αυξημένο Εθνικό εισόδημα και ικανοποιητική οικονομική κίνηση σε μικρές αγορές και ιδιαίτερα τις επαρχιακές.

Αποτέλεσμα αυτής της κίνησης είναι η αύξηση του εισοδήματος στις περιφέρειες και οι δημιουργίες ευκαιριών για την απασχόληση εργατικού δυναμικού. Η αύξηση του εισοδήματος της επαρχίας δημιουργεί ακόμη και ευκαιρίες παραγωγής ειδών χειροτεχνίας ή τοπικής λαϊκής τέχνης.

Έτσι δημιουργείται μία εσωτερική ανακατανομή της καταναλωτικής αγοράς, μια που αυτή κατατοπίζεται γεωγραφικά από τα μεγάλα αστικά κέντρα προς την επαρχία.

#### Εθνικός τομέας

Η τουριστική κίνηση του χειμώνα προς ορισμένες ευαίσθητες περιοχές, όπως: η Θράκη, τα νησιά του ανατολικού Αιγαίου, τα Δωδεκάνησα κ.τ.λ. και η δημιουργία κλίματος ασφάλειας στους εκεί κατοίκους, είναι αποφασιστικής σημασίας για την Εθνική ασφάλεια και την ενότητα.

Ακόμα αυτή η επαφή παύει να διατηρεί το τοπικιστικά στοιχεία που πολλές φορές δημιουργούν φανατισμούς και διχασμούς δημιουργώντας σε όλους τη συνείδηση της κοινής μοίρας και της κοινής τύχης της Εθνικής Κοινότητας.

#### Πολιτιστικός τομέας

Η γνώση των πολιτιστικών στοιχείων της χώρας δεν είναι απλά μόνο επιφανειακή αλλά βαθιά, δείχνοντας το πολιτιστικό επίπεδο του λαού. Αυτό επιτυγχάνει την αύξηση του χειμερινού τουρισμού, μια και μας δίνει πολιτιστικά στοιχεία κατά τη διάρκεια του χειμώνα και μία κυκλική θεώρηση του πολιτισμού.

Κάθε ταξιδιώτης παρακολουθώντας τις πολιτιστικές ή τις

λαογραφικές εκδηλώσεις ενός τόπου αντικρίζει την ιστορική συνέχεια του εθίμου και κατά προέκταση του τόπου και την επίδραση του στους κατοίκους.

### Τουριστικός τομέας

Ο χειμερινός τουρισμός παίζει και εδώ ρόλο μιας και επισημαίνει κι κατανέμει σωστά το τουριστικό δυναμικό της χώρας μας. Ανακαλύπτει άγνωστες περιοχές, τις κρυμμένες ομορφιές που παρουσιάζει το χειμερινό τοπίο και τη ζεστασιά της χειμωνιάτικης ζωής και των πολιτιστικών στοιχείων.

Μετά από την επισήμανση των περιοχών προχωρεί στην τουριστική τους αξιοποίηση και στην προβολή τους. Από την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού προκύπτει η προσφορά του στους παραπάνω τομείς και η μεγάλη σημασία του.

Όλα τα παραπάνω φυσικά δεν πρέπει να τα δούμε ανεξάρτητα από τον εσωτερικό τουρισμό.

## **1.7. Ο χειμερινός τουρισμός στην Ελλάδα και τα αίτια ελλειπούς ανάπτυξής του**

Εδώ και αρκετά χρόνια έχει ξεκινήσει στη χώρα μας μία προσπάθεια για δημιουργία χειμερινού τουρισμού, μιας και η Ελλάδα κατά τους καλοκαιρινούς μήνες είναι γεμάτη από τουρίστες, ενώ αντίθετα το χειμώνα η τουριστική κίνησή της πέφτει κάθετα, αφού περιορίζεται κατά κανόνα στους εγχώριους τουρίστες του Σαββατοκύριακου ή τους τουρίστες των ολιγοήμερων διακοπών και όχι στους αλλοδαπούς.

Μέχρι στιγμής τα αποτελέσματα αυτής της προσπάθειας είναι απελπιστικά, κι αυτό γιατί δεν υπάρχουν ουσιαστικές αλλαγές στην ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού και η Ελλάδα χάνει κάθε χρόνο τουλάχιστον 150.000 χειμερινούς τουρίστες, που θα μπορούσαν να



συμβάλλουν σημαντικά στην ανάπτυξη της οικονομικής της κατάστασης.

Σύμφωνα με μελέτη του Ινστιτούτου Τουριστικών Ερευνών που δημοσιεύτηκε στο τεύχος 269, του περιοδικού «Τουρισμός & Οικονομία», το Δεκέμβριο του 2001, μόλις 9% έναντι του μέσου όρου της τάξεως του 25% για τις κυρίες ανταγωνίστριες χώρες, είναι το ποσοστό που αντιπροσωπεύει ο αλλοδαπός χειμερινός τουρισμός στην Ελλάδα ως ποσοστό του συνολικού ετήσιου αλλοδαπού τουρισμού. Αντίστοιχα για τουριστικές περιοχές όπως: η Τουρκία και η Κύπρος τα ποσοστά του χειμερινού τουρισμού είναι 21% και 19%, γεγονός που αποδεικνύει την υποτονική κατάσταση που επικρατεί στο χειμερινό τουρισμό της Ελλάδας.

Ένας από τους βασικότερους λόγους που συμβάλλουν στην μη ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού στη χώρα μας, είναι το γεγονός ότι η Ελλάδα υστερεί σε υποδομές που είναι απολύτως απαραίτητες για την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού και την μετατροπή της σε ανταγωνιστική χώρα και μάλιστα υστερεί κατά τρόπο πολυδιάστατο, όπως είναι τα ειδικά τεχνικά έργα που είναι άμεσα συνδεδεμένα με την εξάσκηση του χειμερινού τουρισμού καθώς και τα οδικά και συγκοινωνιακά μέσα που απαιτούνται για την καλύτερη και ευκολότερη διεξαγωγή του. Πιο αναλυτικά, στο πρώτο σκέλος, τα ειδικά τεχνικά έργα για την προώθηση του χειμερινού τουρισμού στην Ελλάδα περιορίζονται σε 19 χιονοδρομικά κέντρα και 55 καταφύγια του Ε.Ο.Τ. που αρκετά από αυτά στερούνται χιονοδρομικούς αναβατήρες, εναέρια καθίσματα, ύπαρξη μόνιμων φυλάκων και πλήρη έργα σχετικής υποδομής που περιλαμβάνουν χώρους στάθμευσης αυτοκινήτων, ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις, χώρους ψυχαγωγίας κ.λ.π. Αναφορικά, στο δεύτερο σκέλος, το οδικό και συγκοινωνιακό δίκτυο παρουσιάζει σημαντικές ελλείψεις και περιορίζεται μονάχα για τους διαθέτοντες Ι.Χ. αυτοκίνητο. Πιο συγκεκριμένα, το χαμηλό επίπεδο των εξυπηρετήσεων που παρέχουν

τα διάφορα μέσα μεταφοράς καθώς και οι συχνές και μακρόχρονες καθυστερήσεις στις εκτελέσεις των δρομολογίων, συμβάλλουν στην μεγέθυνση του συγκεκριμένου προβλήματος, ενώ η απόσταση, το μεγάλο κόστος διακίνησης σε συνδυασμό με τη διάρκεια των διακοπών φαίνεται ότι προσδιορίζουν σε μεγάλο βαθμό το σχετικό μέγεθος του χειμερινού τουρισμού στην Ελλάδα και τις ανταγωνίστριες χώρες.

Η πλημμυλής παρακολούθηση καθώς και η έλλειψη ελέγχου εφαρμογής των υποχρεώσεων που επιβάλλονται από την νομοθεσία, έχουν σαν άμεσο αποτέλεσμα την μεγέθυνση του προβλήματος.

Οι αδυναμίες του Ε.Ο.Τ. και της πολιτείας για τη σωστή διαφημιστική προβολή της χώρας, σαν έναν τουριστικό προορισμό ανάπτυξης 12 μηνών και όχι μόνον 6, καθώς και η έλλειψη προσφοράς κινήτρων στους επιχειρηματίες και τους τουρίστες, μαστίζουν τον χώρο του χειμερινού τουρισμού.

Οι κλιματολογικές συνθήκες της χώρας, όπου η μέση ηλιοφάνεια ξεπερνάει τις 315 ημέρες το χρόνο, είναι επίσης ένας σημαντικός παράγοντας που επηρεάζει τη βιωσιμότητα του χειμερινού τουρισμού.

Επιπλέον, η αποξένωση της χώρας μας από ορισμένες περιοχές προελεύσεων όπως είναι η Ωκεανία και η Η.Π.Α. έχει ως αποτέλεσμα αρνητικές επιδράσεις για την πορεία του χειμερινού τουρισμού, διότι παύει να λειτουργεί αποδοτικά η διαφημιστική ανακύκλωση που συντελείται μέσω των επισκεπτών.

Τέλος, η έλλειψη μελέτης του είδους των τουριστικών δραστηριοτήτων που θα μπορούσαν να συμβάλλουν στη βελτίωση του εποχικού προτύπου του αλλοδαπού τουρισμού στην χώρα μας στην έκταση και το βάθος που απαιτείται, τόσο από την πολιτεία, όσο και από τους ιδιωτικούς φορείς, δυσχεραίνουν την πορεία του χειμερινού τουρισμού.

## **1.8. Μέτρα ανάπτυξης του χειμερινού τουρισμού**

Για τη βιωσιμότητα και την ουσιαστική ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού πρέπει να γίνουν συντονισμένες και αποδοτικές τομές σε ένα ευρύ φάσμα πεδίων που χωλαίνουν τον κλάδο, όπως:

### Ειδικά χρηματικά κονδύλια

Το κράτος θα πρέπει να αυξήσει τον προϋπολογισμό για την ενίσχυση του χειμερινού τουρισμού. Χρειάζονται νέες πιστώσεις για την καλυτέρευση της υποδομής της χώρας, έτσι ώστε να γίνεται εύκολα προσιτά τα διάφορα χιονοδρομικά κέντρα, για όλα τα οικονομικά στρώματα τουριστών και να αυξηθούν οι τουριστικές μονάδες κοντά στα κέντρα αυτά με την κρατική ενίσχυση του ιδιωτικού φορέα.

### Δημιουργία κατάλληλης υποδομής

Με τον όρο υποδομή εννοούμε το οδικό και συγκοινωνιακό δίκτυο μιας χώρας, τις διάφορες τουριστικές εγκαταστάσεις της καθώς και ειδικά διαμορφωμένους χώρους στάθμευσης, εστίασης, αθλητισμού και ψυχαγωγίας.

Το κράτος θα πρέπει σε συνδυασμό με όλους τους αρμόδιους φορείς να μεριμνήσει για τη δημιουργία μίας σωστής και άρτιας υποδομής, η οποία θα λειτουργεί ως θέλγητρο για την προσέλκυση ενός μεγάλου αριθμού τουριστών, ικανού να αλλάξει την οικονομική κατάσταση της χώρας, ενώ παράλληλα θα πρέπει να γίνουν διάφορες αρχιτεκτονικές παρεμβάσεις και έργα, τα οποία θα συμβάλλουν στην ευκολότερη πρόσβαση των ατόμων με ειδικές ανάγκες που είναι παραγκωνισμένα από κάθε τουριστική δραστηριότητα, όπως είναι: οι καλυτέρευση του υπάρχοντος οδικού δικτύου της χώρας, η διάνοιξη νέων οδικών αρτηριών όπου κρίνεται απαραίτητο, η ανανέωση του σιδηροδρομικού δικτύου και παρότρυνση χρήσης του από τους τουρίστες και η δημιουργία συμπληρωματικών εγκαταστάσεων, όπως: εστιατόρια, χώροι άθλησης,

στάθμευσης, ψυχαγωγίας κ.λ.π.

Εκτός όμως της κλασικής υποδομής, κρίνεται απαραίτητη η δημιουργία εγκαταστάσεων ευρείας κλίμακας ιατρικών, θεραπευτικών και προληπτικών μέτρων, η οποία απαιτείται και μία υποδομή σε εξειδικευμένες υπηρεσίες που σχετίζονται με ένα σωστά εξειδικευμένο ιατρικό και παραϊατρικό προσωπικό που η παρουσία του είναι ουσιαστική και απολύτως απαραίτητη για την σωστή και ομαλή λειτουργία των χιονοδρομικών κέντρων και των διάφορων τουριστικών εκμεταλλεύσεων γύρω από αυτά.

Επίσης η ανακαίνιση ή η αναστήλωση όπου κρίνεται σκόπιμο των ήδη υπάρχουσων καταλυμάτων και των λοιπών εγκαταστάσεων στις περιοχές των χιονοδρομικών κέντρων, που σημαίνει, διαμόρφωση ξενοδοχείων πολυτελείας με ιδιαίτερη διαμόρφωση και διακόσμηση, ειδική διαμόρφωση των χιονοδρομικών κέντρων σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα κ.τ.λ.

#### Κατάλληλη προώθηση της χώρας και διαφημιστική προβολή

Το κράτος σε συνεργασία με τους φορείς τουρισμού, πρέπει να αναπροσδιορίσει τις έως τώρα διαφημιστικές καμπάνιες που πρόβαλαν την Ελλάδα έως χώρα τουριστικής ανάπτυξης μόνο κατά τη θερινή περίοδο και να μεριμνήσει για την εκτενή προβολή της και κατά τη διάρκεια της χειμερινής περιόδου, παρουσιάζοντας τα χιονοδρομικά κέντρα που διαθέτει, τα γραφικά ορεινά χωριά και τους απλούς και φιλόξενους ανθρώπους τους, το όμορφο φυσικό περιβάλλον της, την πολιτιστική, ιστορική και γαστρονομική κληρονομιά της, καθώς και τα μοναδικά προϊόντα της.

#### Παροχή κινήτρων

Τέλος, το ελληνικό κράτος με τη βοήθεια της οικονομικής και τουριστικής πολιτικής, πρέπει να προβεί στο σχεδιασμό διαφόρων διευκολύνσεων και κινήτρων που θα συμβάλλουν στην μείωση του

ανταγωνισμού που προβάλλουν οι ανταγωνίστριες χώρες και επομένως στην αύξηση των χειμερινών τουριστών.

Τέτοια κίνητρα ή διευκολύνσεις μπορεί να αποτελέσουν, τα μειωμένα εισιτήρια μεταφοράς των τουριστών, π.χ. μειωμένα αεροπορικά εισιτήρια κ.λ.π., οι μειωμένες τιμές εισόδου σε διάφορες πολιτιστικές, ψυχαγωγικές και αθλητικές εγκαταστάσεις, η παροχή δωρεάν εισιτηρίων σε οικονομικά ασθενέστερες ομάδες τουριστών κατά τη διάρκεια των λεγόμενων «νεκρών» περιόδων κ.λ.π.

### **1.9. Οφέλη από την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού**

Η ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού, συμβάλει σημαντικά

- ο στην άνοδο του οικονομικού επιπέδου των περιοχών και την ενίσχυση της τοπικής οικονομίας και του τοπικού εισοδήματος,
- ο στην ανάπτυξη της υπάρχουσας υποδομής και αναδομής, λόγω δημιουργίας αναπτυξιακών έργων,
- ο στην ενεργοποίηση του ενδογενούς δυναμικού είτε αυτό είναι έμψυχο, είτε άψυχο,
- ο στον συνδυασμό συνεργασίας των τριών τομέων της παραγωγής, δηλαδή του πρωτογενούς, δευτερογενούς και τριτογενούς τομέα
- ο στην οικονομική άνοδο περιοχών που βρίσκονταν στο περιθώριο της οικονομικής ανάπτυξης και στην αυτοδύναμη εν μέρει ανάπτυξή τους,
- ο στην ανάδειξη και αξιοποίηση ιστορικών και φυσικών μνημείων, σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο,
- ο στην αναβίωση παραδοσιακών τεχνών και εθίμων
- ο στην γνωριμία, διάδοση και εξαγωγή τοπικών προϊόντων που προέρχονται από την χειροτεχνία και την βιομηχανία
- ο στην άμβλυνση της εποχικότητας και στην καταπολέμηση της

υπερσυγκεντρωσης του τουριστικού φαινομένου στα μεγάλα τουριστικά κέντρα.

- ο στη βελτίωση του επιπέδου ποιότητας του τουριστικού ρεύματος που εισέρχεται στην περιοχή, και
- ο στη δημιουργία νέων θέσεων εργασίας τόσο κατά την κατασκευή των κατάλληλων υποδομών, όσο και κατά την λειτουργία αυτών.

### **1.10. Προοπτικές χειμερινού τουρισμού**

Η Ελληνική αγορά έχει τις βασικές προϋποθέσεις για την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού. Το σχετικά ήπιο κλίμα κατά τη διάρκεια του χειμώνα, κυρίως στην νοτιοανατολική περιοχή της χώρας και οι αμέτρητες ομορφιές του ελλαδικού τοπίου, συμβάλλουν στην ανάπτυξη αυτή.

Ο χειμερινός τουρισμός, όπως ήδη έχουμε αναφέρει, προσδιορίζεται, όπως άλλωστε οι περισσότερες μορφές τουρισμού, από την πρωτογενή και την παραγόμενη τουριστική προσφορά. Στην συγκεκριμένη περίπτωση αυτές είναι η φύση (κλίμα) και η ιστορία (αρχαιότητες, πολιτιστικά και θρησκευτικά μνημεία), σε συνδιασμό με τις τουριστικές υπηρεσίες (ξενοδοχεία, εγκαταστάσεις εστίασης και διαμονής κ.λ.π.) και τις τουριστικές δραστηριότητες (ξεναγήσεις, επισκέψεις, σπορ κ.λ.π.).

Οι διεθνείς προοπτικές για την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού εξαρτώνται από τη γενική ανάπτυξη του τουρισμού.

Είναι γνωστό ότι ο χειμερινός τουρισμός έχει ζήτηση κυρίως από τουρίστες μέσης και τρίτης ηλικίας. Το γεγονός ότι παρουσιάζεται υπογεννητικότητα με αποτέλεσμα ο πληθυσμός των μεσήλικων ατόμων και των ατόμων τρίτης ηλικίας να αυξάνεται, οδηγούν στην αισιόδοξη διαπίστωση ότι οι προοπτικές ανάπτυξης του χειμερινού τουρισμού είναι θετικές.

Οι θετικές προοπτικές ασφαλώς δεν σημαίνουν θεαματική αύξηση των αριθμών. Ο λόγος είναι το χαμηλό εισόδημα των τουριστών χειμερινού τουρισμού και επομένως το σφιχτό καταναλωτικό τους πρότυπο, που ελαχιστοποιεί το οικονομικό ενδιαφέρον των τουριστικών επιχειρηματιών για την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού. Περιορισμένο όμως είναι και το ενδιαφέρον των διάφορων κυβερνήσεων προς αυτήν την κατεύθυνση.

Ώθηση στον χειμερινό τουρισμό έδωσε η ενιαία ευρωπαϊκή αγορά το 1992 όπου με την ελευθερία διακίνησης προσώπων και κεφαλαίων διευκολύνθηκε η αγορά καταλυμάτων και η διαμονή για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα.

Παράλληλα με το θεσμό της πολυμίσθωσης είναι ευκολότερη η αξιοποίηση τουριστικών καταλυμάτων εκτός περιόδου αιχμής

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2**

### **Χιονοδρομικά κέντρα**

#### **2.1. Εισαγωγή**

Τα χιονοδρομικά κέντρα αναπτύσσονται σε περιοχές με κατάλληλη κλίση του εδάφους, επαρκή χιόνωση και άλλες ευνοϊκές κλιματολογικές συνθήκες όπως είναι: οι άνεμοι, η υγρασία κ.ά.

Άλλοι σημαντικοί παράγοντες είναι επίσης το υψόμετρο, ο γεωγραφικός παράλληλος της χώρας και η απόσταση από τα αστικά κέντρα της περιοχής.

Τα πρώτα χιονοδρομικά κέντρα δημιουργήθηκαν κατά το τέλος της δεκαετίας του τριάντα στην Κεντρική Ευρώπη, τα οποία αρχικά αναπτύσσονταν γύρω από υποτυπωδώς διαμορφωμένες πλαγιές, με στοιχειώδη εξοπλισμό.

Πολύ γρήγορα εξελίχθηκαν σε κοσμικά χειμερινά κέντρα, ενώ σταδιακά η πλούσια πελατεία τους αναμιγνύεται με χρήστες χαμηλότερων εισοδημάτων.

Κατά τις τελευταίες δεκαετίες, ο κλάδος του χειμερινού και ορεινού τουρισμού είναι, γενικότερα, συνυφασμένος με τον τουρισμό στα χιονοδρομικά κέντρα.

#### **2.2. Λειτουργία και οργάνωση χιονοδρομικών κέντρων**

Ο χρόνος λειτουργίας των χιονοδρομικών κέντρων ποικίλλει.

Στις χώρες της Βόρειας και Κεντρικής Ευρώπης τα χιονοδρομικά κέντρα λειτουργούν συνήθως από τα τέλη Νοεμβρίου ως τα τέλη Απριλίου. Στη νότια Ευρώπη ο αντίστοιχος χρόνος είναι από τα τέλη



Δεκεμβρίου έως τα μέσα Απριλίου.

Το ιδιοκτησιακό καθεστώς των sky lifts ποικίλει. Στη Βόρειο Αμερική και σε ορισμένα χιονοδρομικά κέντρα της Ευρώπης οι ιδιοκτήτες είναι ιδιώτες. Στην Ευρώπη η εκμετάλλευση των sky lifts πολλών χιονοδρομικών κέντρων είναι υπόθεση φορέων της τοπικής Αυτοδιοίκησης ή του κράτους.

Τα ξενοδοχειακά καταλύματα στο σύνολό τους σχεδόν, ανήκουν σε ιδιώτες.

Αρκετά χιονοδρομικά κέντρα διαφημίζονται από ιδιωτικές εταιρείες οι οποίες εισπράττουν σεβαστά ποσά.

Μεγάλες ξενοδοχειακές εταιρίες ανεγείρουν καταλύματα στο χώρο των πιστών ασχολούμενες ταυτόχρονα και με την προσέλκυση τουριστών. Αρκετές από αυτές προσανατολίζεται στην κατασκευή ξενοδοχείων και άλλων συγκροτημάτων σε νεοαναπτυσσόμενους χώρους.

Ένα καλά οργανωμένο χιονοδρομικό κέντρο διαθέτει:

- ικανό αριθμό αναβατήρων και πιστών
- ειδικά lifts για παιδιά
- μηχανολογικό εξοπλισμό, όπως: χιονοστρωτήρες, κανόνι για τεχνητό χιόνι κ.τ.λ.
- ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό για την παρακολούθηση της ποιότητας του χιονιού και τη συντήρηση των πιστών, τη λειτουργία και συντήρηση μηχανολογικού εξοπλισμού, καθώς επίσης και χιονοδρόμους τραυματιοφορείς
- σχολές εκμάθησης ski με έμπειρους εκπαιδευτές σε διάφορα είδη ski ή άλλα αθλήματα για διάφορες ηλικίες
- οδηγούς για ski καταβάσεων εκτός πιστών
- χώρους και εγκαταστάσεις κατάλληλες για την τέλεση χιονοδρομικών αγώνων ενοικίαση snow scooters, hang gliding, parascending

- σύστημα ιατρικής και φαρμακευτικής βοήθειας, όχι μόνο στις εγκαταστάσεις του αλλά και στην ευρύτερη περιοχή
- χώρους για την εκτέλεση διάφορων αθλημάτων, όπως: μπάσκετ, τένις, γκολφ, ιππασία, κολύμβηση κ.ά. Οι χώροι αυτοί χρησιμεύουν κυρίως για τη λειτουργία αυτών των συγκροτημάτων κατά τους θερινούς μήνες
- εξυπηρέτησης που επιτρέπουν την πρόσβαση με ελικόπτερα ή αεροπλάνα
- κέντρα εστίασης, όπως: εστιατόρια, καφετέριες κ.τ.λ.
- ξενοδοχειακά καταλύματα στο χώρο των πιστών και σε ακτίνα τριάντα χιλιομέτρων από αυτόν
- παιδικό σταθμό για τη φύλαξη των παιδιών
- ειδικά κέντρα φυσικής άσκησης και οι θεραπείες που συνδυάζουν πισίνα, γυμναστήρια, αίθουσες ανάπαυσης, μασάζ και φυσιοθεραπεία
- επαρκή δημόσια υποδομή στην περιφέρεια του, όπως: νερό, ασφαλτοστρωμένους δρόμους, χώρους στάθμευσης, αποχέτευσης, ηλεκτροφωτισμού, εκχιονιστικά μηχανήματα και συνεργεία διάσωσης.

Τα μεγάλα συμπλέγματα χειμερινών δραστηριοτήτων διαθέτουν χώρους για συναφή χειμερινά αθλήματα, όπως: οι παγοδρομίες και οι ελκηθοδρομίες.

Τα παγοδρόμια εκτός από τις διάφορες μορφές πατινάζ μπορούν να χρησιμοποιηθούν για αγώνες χόκεϊ επί πάγου και τα curling, που είναι είδος μπόουλινγκ.

Επίσης συνδυάζονται συχνά με εκθεσιακούς και συνεδριακούς χώρους, με πλήρη προγράμματα εκδηλώσεων για αθλητικά και πολιτιστικά γεγονότα, με μουσεία, βιβλιοθήκες, λέσχες, κινηματογράφους, καζίνα κ.ά..

Για την αναψυχή του τουρίστα διοργανώνεται μία σειρά

εκδηλώσεων, όπως: εκδρομές σε γειτονικές περιοχές με ιδιαιτερότητες το φυσικό και το δομημένο περιβάλλον, αναβίωση τοπικών εθίμων, χορευτικές βραδιές, πολιτιστικές εκδηλώσεις με τοπικά, εθνικά και άλλα συγκροτήματα, ημέρες προβολής τοπικών προϊόντων κ.ά.. Στις βιομηχανικές χώρες ικανό ποσοστό τουριστών σε χιονοδρομικά κέντρα, εγχώρια ή ξένα, διακινείται μέσω μεγάλων τουριστικών γραφείων.

Η διαφήμιση των χιονοδρομικών κέντρων γίνεται από το κράτος και τους εθνικούς οργανισμούς τουρισμού, τις περιφερειακές αρχές, τις δημοτικές αρχές ή τις ιδιωτικές επιχειρήσεις.

Ιδιαίτερη σημασία δίνεται στην ποιοτική παρουσίαση των διαφημιστικών εντύπων, τα οποία περιέχουν πληροφορίες όχι μόνο για το χιονοδρομικό κέντρο αλλά και για άλλα ενδιαφέροντα στην ευρύτερη περιοχή.

Επίσης γυρίζονται ταινίες που προβάλλονται σε χρονικά και τοπικά κανάλια, εκθέσεις και ημερίδες.

Τέλος, οι διαφημίσεις καταχωρούνται στον νομικό και διεθνή τύπο, ενώ διοργανώνονται και ειδικά δημοσιογραφικά ταξίδια.

### **2.3. Χιονοδρομικά κέντρα εξωτερικού**

Τις τελευταίες δεκαετίες το ski γνωρίζει συνεχή ανάπτυξη. Οι χώρες που ικανοποιούν τις στοιχειώδεις προϋποθέσεις ανεγείρουν χιονοδρομικά κέντρα, εγκαταστάσεις lifts και ξενοδοχειακά συγκροτήματα.

Η Γαλλία είναι η πρώτη σε χιονοδρομικές εγκαταστάσεις χώρα στον κόσμο, οι οποίες καλύπτουν επιφάνεια 120 τετραγωνικών χιλιομέτρων, έναντι 840 τετραγωνικών χιλιομέτρων της Ελβετίας και 790 της Αυστρίας.

Παρακάτω παρουσιάζονται μερικά από τα πιο σπουδαία χιονοδρομικά κέντρα του εξωτερικού.

## **Courchevel**

### Εισαγωγή

Σύμφωνα με το περιοδικό «Where to Ski», η Courchevel διεκδικεί τον τίτλο του πιο ακριβού χειμερινού θέρετρου στον κόσμο. Εκατομμυριούχοι καταφθάνουν με ιδιωτικά τζετ για μία διανυκτέρευση στο σαλέ τους στη «Γειτονία των Δισεκατομμυριούχων», για μερικά ψώνια στις απαστράπτουσες μπουτίκ, αλλά πάνω απ' όλα για να κάνουν σκι.

### Τόπος

Η Courchevel δεν είναι η εξέλιξη ενός παραδοσιακού χωριού όπως συμβαίνει με άλλους τόπους χειμερινών διακοπών, αφού το πρώτο που σχεδιάστηκε ήταν οι πίστες ski. Έτσι, εδώ όλα βρίσκονται σε ski distance. Δεν θα ήταν υπερβολή αν λέγαμε ότι μπορείτε να πάτε από το ξενοδοχείο για shopping ή για φαγητό με τα χιονοπέδιλά σας. Το «Παρίσι των πάγων», όπως κάποιιοι το αποκαλούν, στην καρδιά των Τριών Κοιλάδων (Trois Vallees), είναι η μεγαλύτερη αυτήν τη στιγμή περιοχή για ski στον κόσμο, με 600 πίστες, του, 5 είδη lifts που μπορούν να καλύψουν τις ανάγκες τόσο των αρχάριων, όσο και των πιο απαιτητικών εραστών του χοιρινού.

Η Courchevel είναι πραγματικός παράδεισος για τους μνημένους. Προσφέρει το μεγαλύτερο δίκτυο αναβατήρων σε παγκόσμιο επίπεδο και εξακόσια χιλιόμετρα διαδρομών με εναλλαγές κλίσεων, άριστη χιόνωση και ιδιαίτερα επιμήκεις κόκκινες διαδρομές. Για τους εξτρίμ τύπους υπάρχουν τρία διάσημα couloirs με αφετηρία την κορυφή Saulire.

Πάνω από 150 καταστήματα με κοσμήματα, είδη σπορ, καλλυντικά, σουβενίρ και ότι βάζει ο νους σας, από γαλλικά κρασιά και ντελικατέσεν ως χειμερινές κολεξιόν διάσημων μετρ της μόδας και ζωγραφιστά πέδιλα Salomon, όλα είναι συγκεντρωμένες στα μεγάλα εμπορικά κέντρα της.

Για μοναδικές γαστρονομικές απολαύσεις μην παραλείψετε το εστιατόριο Bateau Ivre (Μεθυσμένο Καράβι) του βραβευμένου με δύο αστέρια Michelin, Jean Pierre Jacobs στον 6<sup>ο</sup> όροφο του ξενοδοχείου «La Pomme de Pin», καθώς και το εστιατόριο «Le Chabichou», με θέα στο χωριό και στις πίστες και αυτό με δύο αστέρια Michelin.

### Διαμονή

Το «Kilimandjaro», χτισμένο μόλις το 2001 στο καλύτερο σημείο της Courchevel, με άμεση πρόσβαση στις πίστες, είναι ένας ναός των αισθήσεων. Τα δωμάτια είναι διακοσμημένα με παραδοσιακό στιλ όπου κυριαρχεί το ξύλο και τα ζεστά χρώματα, και εξοπλισμένα με ανέσεις τελευταίας τεχνολογίας και μόδας. Το απόλυτο must του ξενοδοχείου είναι η beauty farm του διάσημου οίκου καλλυντικών La Prairie.

## **Cortina d' Ampezzo**

### Εισαγωγή

Αποτελεί το πιο in θέρετρο της γειτονικής Ιταλίας. Ριζωμένη στην κοιλάδα του Ampezzo ήδη από το 1220, πόλη και κάτοικοι έπλασαν υποδομές, παράδοση και συμπεριφορές για να αντισταθούν στους χειμώνες και να υποκλιθούν αργότερα στους διάσημους επισκέπτες τους.

Πρωταγωνιστές της μεγάλης οθόνης, διασημότητες του σήμερα, χιλιάδες μέτρα φιλμ περιπέτειας και πάθους μετέτρεψαν την Cortina σε ένα πραγματικό θέατρο - θέρετρο. Αλλά και η αγωνιστική παράδοση που επικυρώθηκε με τον καλύτερο τρόπο, στην χειμερινή Ολυμπιάδα του 1956.

### Τόπος

Αλπικό τοπίο με δύο δολομικά σκηνικά, αυθεντική αρχιτεκτονική της Βόρειας Ιταλίας και ατμόσφαιρα πολυτέλειας. Μία μικρή πόλη με κομψά κτίρια και κατάσταση αλλά και ένα εξαιρετικό χιονοδρομικό

κέντρο 1.180 χλμ..

Η διάσημη σχολή Socrepes είναι ο εκπαιδευτικός χώρος μύησης στα μυστικά του σκι και του snowboard. Από την κορυφογραμμή Lagazuoi δοκιμάστε την κόκκινη διαδρομή που οδηγεί στην καταπληκτική περιοχή Alta Badia. Για τους εξπέρ σκιέρ δύο εξαιρετικά απότομες πίστες η Forcella και η Rossa, περιμένουν. Επίσης, προσφέρονται τεράστιες εκτάσεις για τους εραστές του snowboard.

Ιππασία, χόκεϊ, παγοδρομίες, έλκηθρα, πισίνες και χαμάμ είναι μερικές από τις δραστηριότητες που προσφέρονται στους επισκέπτες εκτός από τους ski. Οι επώνυμες βιτρίνες σαγηνεύουν τις σταρ του Χόλιγουντ και της Τσινετσιτά, και υπόσχονται μοναδικές αγορές με υπογραφή.

#### Διαμονή

Ένα πολυτελές ξενοδοχείο είναι το «Miramonti Majestic Grand Hotel». Διακοσμημένο με στιλ, σε υπέροχη τοποθεσία με θέα προς το Cristallo, μοναδικό σέρβις και εκλεπτυσμένους χώρους.

### **Zermatt**

#### Εισαγωγή

Το Zermatt διαθέτει την αίγλη ενός ιστορικού αλπικού κέντρου, συνδυασμένη με τη σύγχρονη ελβετική κομψότητα. Ποιοτικό, στιβαρό, με μοναδικές υποδομές, φιλοξενεί, χαλαρώνει, δραστηριοποιεί και ικανοποιεί. Καλύπτει τις απαιτήσεις των φανατικών σκιέρ και των υψηλών οικονομικών επισκεπτών του και παραμένει η αντάξιο του κύρους των επίλεκτων best of the Alps χιονοδρομικών κέντρων.

#### Τόπος

Ένα επιβλητικότατο τοπίο, ένα ατμοσφαιρικό μικρό χωριό με το παγκόσμια αναγνωρισμένο αλπικό φυσικό γλυπτό που διαπερνά τον

ορίζοντα με 4.500 μ. γρανίτη και αιώνιους πάγους. Οι κάτοικοι του αναπτύσσουν εντυπωσιακά τις υποδομές και φυσικό τοπίο ενώ παράλληλα, με δημοψηφίσματα, απαγορεύουν τη χρήση μέσων που ρυπαίνουν την ατμόσφαιρα.

Για τους αρχάριους τα μαθήματα ski και snowboard είναι must στην ιστορική κι ιδιαίτερα αποτελεσματική σχολή, στις παρυφές του βουνού ενώ οι μπλε, απαιτητικές διαδρομές, δημιουργούν με τις κλίμακες δυσκολίας φιλόδοξους χιονοδρόμους. Αλλά το Zermatt είναι ο ιδανικός τόπος για απαιτητικούς σκιέρ. Οι πίστες, οι απαιτήσεις και οι ταχύτητες χτυπούν κόκκινο. Εδώ άλλωστε υπάρχει η δυσκολότερη Ευρωπαϊκή πίστα Bumps, ενώ οι Schwarzsee και Stockhow είναι δύο από τις αντιπροσωπευτικές, μεγάλες και προκλητικές μαύρες πίστες. Το Rotenboden είναι ένα εξαιρετικό snowpark, ενώ μπορείτε να κάνετε και heliboarding.

Ένα πολύ ενδιαφέρον Μουσείο, το Alpine Museum, θα σας τραβήξει την προσοχή με εκθέματα που εξιστορούν την κατάκτηση των αλπικών βουνών ήδη από τον 16<sup>ο</sup> αιώνα αλλά και με ενθύμια από την πρώτη τραγική ανάβαση στο Μάτενχορν από το Βρετανό Έντουαρντ Γουάιμπερ, το 1865. Η νυχτερινή ζωή είναι ατμοσφαιρική, έντονη και η προκλητική, με in στέκια, πάνω από εκατό γκουρμέ εστιατόρια με πολλές γευστικές επιλογές, από τις οποίες ξεχωρίζει το «Rotisserie La Broche». Ετοιμαστείτε για ένα πρώτο ποτό στο φημισμένο μπαρ «Blow Crow», ενώ η συνέχεια θα δοθεί στο «Elerhant», και στο «Elsiers», που ετοιμάζουν τη σαμπάνια και τα όστρακα και ανάβουν κεριά για να φτιάξουν την πιο συναρπαστική ατμόσφαιρα.

### Διαμονή

Το «Grand Hotel Zermatterhof» είναι ένα από τα Swiss Leading Hotels. Επιβλητικό, πολυτελές, κομψό, ένα ξενοδοχείο που προσφέρει βασιλική περιποίηση, άψογο σέρβις, διακριτική και φιλική ατμόσφαιρα.

## **St. Moritz**

### Εισαγωγή

Το πιο αριστοκρατικό θέρετρο των Άλπεων, το St. Moritz, είναι ο τόπος όπου γεννήθηκε η φιλοσοφία (πάω διακοπές για σκι), και έκτοτε παραμένει πρώτος στις προτιμήσεις των παλαιών μεγάλων οικογενειών που έχουν εδώ τις βίλες τους. Παγκόσμιος τόπος συνάντησης των απανταχού Κροίσων, συλλέγει τα πάντα της ποιότητας, του κύρους, της γλιδής και συνεχώς ανανεώνει τις συνταγές ευζωίας και τις προτάσεις απόλαυσης.

### Τόπος

Υποδομές και πολυτέλεια είναι το leit-motiv του St. Moritz. Μία χιονοπολιτεία με τρεις λίμνες, ξηρό κλίμα, ιαματικά νερά, χωροθετημένη ανάμεσα σε ορεινές βουνοπλαγιές. Όμορφο σκηνικό, μοναδικά ξενοδοχεία με εξαιρετικό διάκοσμο, πολυτέλεια και φινέτσα, αλλά και οργάνωση παγοδρομιών και ελκηθροδρομιών, ιπποδρομιών και κρίκετ στον πάγο, που συνδυάστηκαν με τα σπορ της αριστοκρατίας.

Προνομακή χώροι εκπαίδευσης για αρχάριους, αποτελεσματικές σχολές σκι και, μεριμνά φύλαξης και διδασκαλίες για νηπιακής ηλικίας. Μπλε πανοραμικές διαδρομές με ήπιες κλίσεις και ποιοτικό χιόνι. Όσο για τους απαιτητικούς skiers, το St. Moritz εκσυγχρονίζει συνεχώς τις εγκαταστάσεις του και προσθέτει και νέες πίστες. Με 136 κόκκινες και 36 μαύρες πίστες αλλά και snowpark, non stop διαδρομές και απότομες πίστες, κανείς δεν μένει παραπονεμένος.

Οι ιπποδρομίες στις παγωμένες λίμνες, το skijoring, το γκολφ και το κρίκετ πάνω στον πάγο είναι μερικές μόνο από τις δραστηριότητες που διαφοροποιούν και σφραγίζουν αμετάκλητα την πρωτιά στο κοσμικό who is who του ελβετικού θερέτρου. Τα chic καταστήματα και κοσμηματοπωλεία της Via Serlas, τα γκουρμέ εστιατόρια, οι συνεχείς



εκπλήξεις, τα μπαρ και τα κλαμπ με ζωντανή μουσική, το καζίνο, πιστοποιούν το χαρακτήρα top of the world που του έχει απονεμηθεί και διατηρούν μια ατμόσφαιρα λαμπερή και μόνιμα γιορτινή.

### Διαμονή

Σκεφτείτε ότι διαθέτει τα περισσότερα ξενοδοχεία πολυτελείας στον κόσμο, το 65% των ξενοδοχείων του είναι τεσσάρων και πέντε αστέρων. Αλλά, αν θα έπρεπε να διαλέξουμε, το Badrutt's Palace είναι το αδιαμφισβήτητο must. Μεγαλοπρεπές, χτισμένο σε μία μαγευτική τοποθεσία, ένα σκηνικό που κόβει την ανάσα. Μετράει ήδη έναν αιώνα ζωής και συνδυάζει την πολυτέλεια, τη διακριτική γοητεία και την παραδοσιακή κομψότητα. Το εστιατόριο του σερβίρει πραγματικά θεσπέσιες γεύσεις.

## **Chamonix**

### Εισαγωγή

Επιτομή της γαλλικής κομψότητας των Άλπεων, αυτή τη φορά το Chamonix, εξακολουθεί να φιγουράρει εδώ και δύο αιώνες στις πρώτες θέσεις του ευρωπαϊκού must του σκι. Ένα resort που τα συνδυάζει όλα, όχι μόνο εντυπωσιακές καταβάσεις αλλά και πολυτελή ξενοδοχεία. Γκουρμέ εστιατόρια, μπουτίκ, κλαμπ και καζίνα. Βουνό και κοσμοπολίτικη ατμόσφαιρα συνθέτουν ένα υπέροχο λευκό σκηνικό.

### Τόπος

Στις πλαγιές του Λευκού όρους, ο επιβλητικός όγκος πέφτει προστατευτικά και το Chamonix γεμίζει με δέος τούς επισκέπτες του. Η θέα είναι συγκλονιστική, ενώ η ατμόσφαιρα γεμίζει από την απόλυτη ομορφιά του τοπίου.

Με πρόγραμμα πέντε ή έξι μαθημάτων στις περιοχές Les Chosatels και Fines and Tremplin της διάσημης Σχολής σκι, θα γίνεται εξπέρ στις

καταβάσεις. Για όσους ήδη ξέρει σκι και τους αρέσουν οι προκλήσεις, ιδανικά είναι τα Le Brevent, La Flagere, Les Grands Montets. Με το Cham Ski Pass εξασφαλίζεται ελεύθερο σκι και μεταφορά με λεωφορείο, για εκπληκτικές κόκκινες και μπλε διαδρομές 150 χλμ. στις 4 συνεχόμενες περιοχές του Chamonix. Όσο δε για τις μαύρες διαδρομές του Grand Montets, αυτές είναι μοναδικές για τους γνώστες του αθλήματος.

Φεστιβάλ ταινιών και μουσικής, πεζοπορίες στο αλπικό τοπίο, πατινάζ, σκουός, αναρρίχηση αλλά και χαλάρωση σε spa. Το καλύτερο της υπόθεσης είναι μία βόλτα με ελικόπτερα για να δείτε το Mont Blanc και τη γύρω περιοχή από ψηλά. Για το φαγητό φροντίζουν τα δεκατέσσερα εστιατόρια βουνού, αλλά και όσα βρίσκονται μέσα στο χωριό. Μην παραλείψετε το Haneau Albert 1er, στο ομώνυμο ξενοδοχείο βραβευμένο με δύο αστέρια Michelin, αλλά και για πιο χαμηλές τιμές και παραδοσιακή κουζίνα επισκεφθείτε το Atmosphere. Ντίσκο και μπαρ για όλα τα γούστα αλλά και πολυτελές καζίνο. Τέλος, στο Alpine Museum θα δείτε συλλογές από λιθογραφίες, πολλούς πίνακες, γκραβούρες και ευρήματα που συνθέτουν την ιστορία της περιοχής.

#### Διαμονή

Με παράδοση σχεδόν ενός αιώνα, έχοντας φιλοξενήσει διάσημοι, ακόμα και βασιλείς, το Albert 1er είναι ένα από τα leading hotels του Chamonix. Κοντά στο κέντρο, διατηρεί τον παραδοσιακό και οικογενειακό χαρακτήρα του. Τα υπέροχα δωμάτια, το περίφημο κελάρι, ένα υψηλής γαστρονομίας εστιατόριο και το beauty center θα σας χαρίσουν μια αξέχαστη διαμονή.

## **2.4. Χιονοδρομικά κέντρα εσωτερικού**

Η Ελλάδα λόγω της μορφολογίας του εδάφους της διαθέτει έναν

αξιόλογο αριθμό χιονοδρομικών κέντρων, τα οποία χρόνο με τον χρόνο εξελίσσονται ακολουθώντας τις τελευταίες τάσεις του χώρου και ανανεώνοντας συνεχώς τις εγκαταστάσεις τους.

Χιονοδρομικά κέντρα εσωτερικού		
Νομός	Βουνό	Περιοχή
<b>Ανατολική Μακεδονία και Θράκη</b>		
Δράμας	Φαλακρό	Αγιο Πνεύμα
Καβάλας	Παγγαίο	Κοιλάδα Ορφέα
Σερρών	Βροντούς	Λαϊλιάς
<b>Κεντρική και Δυτική Μακεδονία</b>		
Γρεβενών	Βασιλίτσα	Διάσελο Βασιλίτσας
Ημαθίας	Βέρμιο	Τρία Πέντε Πηγάδια
Ημαθίας	Βέρμιο	Σέλι
Καστοριάς	Βέρνο (Βίτσι)	Οξυά
Πέλλας	Βόρας (Καϊμάκτσαλαν)	Βόρας (Καϊμάκτσαλαν)
Φλώρινας	Βέρνο (Βίτσι)	Βίγλα
<b>Ήπειρος</b>		
Ιωαννίνων	Πίνδος	Προφήτης Ηλίας
Ιωαννίνων	Πίνδος	Καρακόλι
Θεσσαλία		
Λάρισας	Όλυμπος	Βρυσοπούλες
Μαγνησίας	Πήλιο	Αγριολεύκες
Τρικάλων	Κοζιάκας	Περτουλιώτικα Λιβάδια
<b>Στερεά Ελλάδα</b>		
Βοιωτίας	Παρνασσός	Γεροντόβραχος
Ευρυτανίας	Τυμφρηστός (Βελούχι)	Διαβολότοπος
Φθιώτιδας	Παρνασσός	Κελλάρια Φτερολάκκα
<b>Πελοπόννησος</b>		
Αρκαδίας	Μέναλο	Οροπέδιο Οστρακίνας
Αχαΐας	Χελμός (Αροάνια)	Βαθιά Λάκκα
~ Το χιονοδρομικό κέντρο Χελμού περιγράφεται στη σελίδα 179		

## **Φαλακρό**

### Το βουνό

Το βουνό σύμβολο της Δράμας, το Φαλακρό, πήρε το όνομα του εξαιτίας της έλλειψης βλάστησης κυρίως στη βάση του.

Το Φαλακρό είναι ένα από τα ξεχωριστά ορεινά συγκροτήματα της ορεινής Μακεδονίας. Το διαμορφώνουν τρεις μεγάλοι ορεινοί όγκοι γύρω από τις κορυφές Άγιος Παύλος στο νοτιοδυτικό τμήμα, Άγιο Πνεύμα στο βορειοδυτικό και Προφήτης Ηλίας στο ανατολικό τμήμα, με τις εντυπωσιακές ορθοπλαγιές και τα πολλα ορειβατικά πεδία.

Το Φαλακρό αρχίζει να υψώνεται από το δυτικό άκρο του νομού Δράμας, ως σπνέχεια της ορεινής αλυσίδας που σχηματίζουν τα όρη Όρβηλος, Βροντούς και Μενοίκιο. Ο συμπαγής όγκος του ξεπερνά σε μήκος τα 45 χλμ. και απλώνεται σχεδόν σε όλο το δυτικό και νότιο τμήμα του νομού. Βόρεια και ανατολικά από το Φαλακρό απλώνεται ο ποταμός Νέστος, ενώ στα νότια βρίσκεται η πεδιάδα και η πόλη της Δράμας.

Στα χαμηλά υψόμετρα και στις πλαγιές του βουνού υπάρχουν όμορφα δάση οξυάς, μαύρης πεύκης και μακεδονίτικου έλατου, καθώς και το μοναδικό στην Ελλάδα δάσος σημύδας. Στο Φαλακρό επίσης συναντάται πολλά σπάνια για την Ελλάδα φυτά, όπως βιόλες, καμπανούλες και ίριδες. Όσον αφορά την πανίδα, συναντάται ζαρκάδια, λύκους, αγριογούρουνα, λαγούς, αλεπούδες και σκίουρους, ενώ από πουλιά συναντάται φιδαιτούς, χρυσαετούς, πετρίτες κ.ά. Η περιοχή έχει ενταχθεί στο δίκτυο Natura 2000.

Οι πρώτοι Έλληνες χιονοδρόμοι θυμούνται και διηγούνται ιστορίες για το χιονοδρομικό κέντρο του Φαλακρού. Οι διαρκείς προσπάθειες για βελτίωση το έχουν μετατρέψει σε πόλο έλξης των fan του σκι άλλα και γενικότερα όσον λατρεύουν τα χειμερινά σπορ.

Πρόκειται για το βορειότερο χιονοδρομικό κέντρο της Ελλάδας, με

αποτέλεσμα η περίοδος λειτουργίας του να είναι εξαιρετικά μακρά. Ταυτόχρονα, η μορφολογία του βουνού δίνει τη δυνατότητα στους χιονοδρόμους για δυνατές, ενώ η εξαιρετική θέα έλκει σαν μαγνήτης ακόμα και όσους δεν ενδιαφέρονται ιδιαίτερα για το σκι.

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Πρόκειται για το βορειότερο χιονοδρομικό κέντρο της Ελλάδας και έχει τη μεγαλύτερη διάρκεια χιονοδρομικής περιόδου, η οποία συνήθως διαρκεί από τον Δεκέμβρη έως και τον Απρίλιο.

Τη δημιουργία του εμπνεύστηκε ο Ορειβατικός Σύλλογος Δράμας πριν από 23 χρόνια.

Πλέον, οι σύγχρονες εγκαταστάσεις του, το γεγονός ότι ακόμα και στην περίπτωση αραιών χιονοπτώσεων, οι υψηλότερες κορυφές του κρατούν άριστης ποιότητας χιόνι, οι εναλλαγές κλίσεων, οι διαδρομές μεγάλων αποστάσεων και μεγάλης υψομετρικής διαφοράς, οι πίστες που μπορούν να καλύψουν τις ανάγκες τόσο τον αρχάριο όσο και των πιο απαιτητικών σκιέρ και η υπέροχη θέα, έχουν καταστήσει το χιονοδρομικό κέντρο του Φαλακρού ένα από τα πιο αξιόλογα της Ελλάδας, με φανατικούς οπαδούς. Οι χιονοδρομικές διαδρομές του κέντρου φτάνουν τα 13,5 χλμ., διαθέτει και πάρκο snowboard, ενώ λειτουργεί και τετραθέσια καρέκλα με δυνατότητα μεταφοράς 1.650 ατόμων την ώρα. Επίσης, στο χιονοδρομικό κέντρο θα βρείτε τρία σαλέ. Το καταφύγιο που λειτουργεί στην κεντρική θέση του Οροπεδίου του Αγίου Πνεύματος διαθέτει εστιατόριο και καφετέρια και ταυτόχρονα, ως ξενώνας, μπορεί να φιλοξενήσει 80 άτομα.

Στο χιονοδρομικό κέντρο λειτουργούν τέσσερα καταστήματα απ' όπου μπορείτε να ενοικιάσετε εξοπλισμό χιονοδρομίας, καθώς και σχολές εκμάθησης σκι.

Το parking αυτοκινήτων που διαθέτει το χιονοδρομικό κέντρο είναι συνολικής χωρητικότητας 600 θέσεων.

Το ιατρείο είναι πλήρως εξοπλισμένο για την αντιμετώπιση έκτακτων περιστατικών. Το Φαλακρό, εκτός από σκι, προσφέρεται και για άλλα σπορ όπως διαδρομές με οχήματα 4×4, πεζοπορία, ορειβασία, αναρρίχηση, αεραθλητισμό, αλλά και για περιηγήσεις. Μάλιστα, σε ό,τι αφορά την αναρρίχηση, οι fan του είδους μπορούν να προμηθευτούν δωρεάν από τη Νομαρχία τον σχετικό με τα αναρριχητικά παιδεία οδηγό, τηλεφωνώντας στο Έ 25210 62303.

### Πρόσβαση

Το βουνό και το χιονοδρομικό κέντρο προσεγγίζονται από τη Δράμα. Από εκεί συνεχίζεται από το χωριό Βώλακας. Πριν φτάσετε στον οικισμό θα συναντήσετε διασταύρωση στα δεξιά σας, απ' όπου αρχίζει ο δρόμος για το κέντρο.

Η πρόσβαση στο χιονοδρομικό κέντρο εξασφαλίζεται από άριστα ασφαλοδρομένο δρόμο, ο οποίος έχει διαπλανηθεί και διαθέτει προστατευτικές μπάρες ασφαλείας κατά μήκος της διαδρομής. Ο δρόμος παραμένει ανοιχτός ακόμα και σε περίπτωση που παρατηρούνται ακραία καιρικά φαινόμενα. Στα 12 χλμ. που χωρίζουν τη διασταύρωση από το οροπέδιο του Αγίου Πνεύματος, όπου και βρίσκεται το χιονοδρομικό κέντρο, θα έχετε την ευκαιρία να απολαύσετε μια υπέροχη διαδρομή. Η απόσταση από τη Θεσσαλονίκη στη Δράμα είναι 165 χλμ. και από την Αθήνα 675 χλμ. Το χιονοδρομικό κέντρο του Φαλακρού απέχει 42 χλμ. από το Νευροκόπι και 46 χλμ. από τη Δράμα.

Μπορείτε να επιλέξετε για την μετακίνησή σας ως τη Δράμα το αεροπλάνο ή το τρένο. Σιδηροδρομικώς, το χιονοδρομικό κέντρο Φαλακρού απέχει από την Αθήνα οχτώ ώρες, από τη Θεσσαλονίκη, δύο ώρες και τριάντα λεπτά και από την Αλεξανδρούπολη, δύο ώρες και τριάντα λεπτά.

Αεροπορικώς, μπορείτε να πάρετε την διαδρομή Αθήνα-Χρυσούπολη και μέσα σε πενήντα λεπτά να βρίσκεστε στο χιονοδρομικό

κέντρο του Φαλακρού.

### Πίστες και αναβατήρες

Οι χιονοδρομικές διαδρομές του κέντρου φτάνουν τα 13,5 χλμ. και οι πίστες του καλύπτουν τις απαιτήσεις αρχάριων αλλά και προχωρημένων. Υπάρχει επίσης και πάρκο για την πρώτη μύηση στο snowboard.

Από το 2003 λειτουργεί η νέα τετραθέσια καρέκλα με δυνατότητα μεταφοράς 1.650 ατόμων την ώρα, από το χώρο στάθμευσης των αυτοκινήτων μέχρι την κορυφή της Χιονότρυπας.

Ο πίνακας που ακολουθεί περιλαμβάνει τις πίστες που λειτουργούν στο χιονοδρομικό κέντρο Φαλακρού και τους αναβατήρες προσέγγισης.

Πίστες				
Όνομασία	Αναβατήρες	Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα	Μέσο μήκος	Είδος πίστας
<b>Τοποθεσία Άγιο Πνεύμα</b>				
Ίσιδα	Ίσιδα A	1.735/1.720	230 μ.	●
Καλλιρόη	Καλλιρόη	1.725/1.720 μ.	160 μ.	●
Ηδωνός 1	Ηδωνός Π	1.999/1.730 μ.	1.000 μ.	●
Ηδωνός 2	Ηδωνός Π	1.999/1.730 μ.	1.100 μ.	●
Ηδωνός 3	Ηδωνός Π	1.999/1.730 μ.	1.000 μ.	●
Βορινή	Ηδωνός Π	1.999/1.730 μ.	1.400 μ.	●
Μέστα 1	Μέστα	1.820/1.730 μ.	500 μ.	●
Μέστα 2	Μέστα	1.820/1.730 μ.	700 μ.	●
<b>Τοποθεσία Χιονότρυπα</b>				
Λυκούργος 1	Λυκούργος	2.105/1.950 μ.	480 μ.	●
Λυκούργος 2	Λυκούργος	2.105/1.620 μ.	1.400 μ.	●
Λυκούργος 3	Λυκούργος	2.105/1.620 μ.	1.800 μ.	●
Χιονότρυπα	Γέτας	2.232/2.042 μ.	900 μ.	●
Ανδροκλής	Γέτας	2.232/1.615 μ.	2.200 μ.	●

Πανοραμική	Μέστα	1.820/1.615 μ.	1.000 μ.	●
Δρυάς	Δρυάς	2.100/2.050 μ.	480 μ.	●
Ζυγάντης 1	T.E.A.K.	2.110/1.730 μ.	1.500 μ.	●
Ζυγάντης 2	T.E.A.K.	2.105/1.730 μ.	1.700 μ.	●
Ζυγάντης 3	T.E.A.K.	2.105/1.730 μ.	1.500 μ.	●
Λούκι	T.E.A.K.	1.790/1.730 μ.	750 μ.	●
Δύσωρο 1	Δ.Ε.Κ.	1.995/1.615 μ.	1.200 μ.	●
Λυκούργος 4	Λυκούργος	2.070/1.620 μ.	1.300 μ.	●
<b>Εναέριοι αναβατήρες</b>				
<b>Ονομασία</b>	<b>Μέση κλίση</b>	<b>Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα</b>	<b>Χρόνος (σε λεπτά)</b>	<b>Άτομα (ανά ώρα)</b>
Δύσωρο	61%	1.996/1.615 μ.	7	1.200
Ζυγάντης	29%	1.730/2.110 μ.	5	1.650
<b>Συρόμενοι αναβατήρες</b>				
<b>Ονομασία</b>	<b>Μέση κλίση</b>	<b>Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα</b>	<b>Χρόνος (σε λεπτά)</b>	<b>Άτομα (ανά ώρα)</b>
Γέτας	35%	2.042/2.232 μ.	4	900
Λυκούργος	33%	1.950/2.105 μ.	2,5	900
Μέστα	20%	1.730/1.815 μ.	2	900
Ίσιδα	6%	1.730/1.745 μ.	1,3	247
Καλλιρόη	6%	1.730/1.735 μ.	1	309
Δρυάς	7%	2.100/2.050 μ.	1,8	195
Ηδωνός	28%	1.730/1.990 μ.	4,5	510
<b>Σχολές σκι</b>				
Τσακίρης Έ 25210 36560		Giovanni Έ 6972 258128		
Σχολή σκι χιονοδρομικού κέντρου Φαλακρού Έ 25210 23692				
~ Επεξήγηση σημάτων και συντομεύσεων στη σελίδα 192				
<b>Τιμοκατάλογος</b>				
Ημερίσιες κάρτες απεριόριστων διαδρομών για σαββατοκύριακα,αργίες				



	(9:00-16:00)	(13:30-16:00)
Κανονική με χρήση της T.E.K.	20€	15€
Εκπρωτική με χρήση της T.E.K.	15€	11€
Κανονική χωρίς χρήση της T.E.K.	15€	11€
Εκπρωτική χωρίς χρήση της T.E.K.	10€	8€
Κανονική	10€	8€
Παιδιά κάτω των 10 ετών με χρήση όλων των αναβατήρων	2€	
<b>Ημερίσιες κάρτες απεριόριστων διαδρομών για τις καθημερινές</b>		
	(9:00-16:00)	(13:30-16:00)
Κανονική	10€	8€
Παιδιά κάτω των 10 ετών	2€	
Κάρτα γυμνάσια, λύκεια	5€	
<b>Εισητήρια για αποσυμπλεκόμενη εναέρια καρέκλα</b>		
	(9:00-16:00)	
Χρήση 1 διαδρομής με έκπτωση	5€	
Χρήση 1 διαδρομής	4€	
Παιδιά κάτω των 10 ετών	2€	
<b>Ετήσια κάρτα απεριόριστων διαδρομών</b>		
	(9:00-16:00)	
Κανονική	150€	
Μέλη ορειβατικών συλλόγων	100€	
Φοιτητές	100€	
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192		

Διαμονή		
<p>Πρώτη επιλογή είναι το καταφύγιο Άγιο Πνεύμα, που λειτουργεί ως ξενώνας, δίπλα στο χιονοδρομικό κέντρο. Μπορεί να φιλοξενήσει 72 άτομα και διαθέτει κεντρική θέρμανση, τζάκι, νερό και κουζίνα.</p> <p>Ξενοδοχειακά καταλύματα υπάρχουν και στη γύρω περιοχή, καθώς και στη Δράμα.</p>		
<p><b>Εσπέρια</b> Βίτσι 14, Δράμα Έ 25210 34114</p>	<p><b>Μαριάννα</b> Βοραζάνη 3, Δράμα Έ 25210 31520</p>	<p><b>Όρβηλος</b> Κάτω Νευροκόπι Έ 25230 22515</p>
<p><b>Καστάρης</b> Βόλακας Έ 25230 23813</p>	<p><b>Τάσκο</b> 1<sup>η</sup> Ιουλίου, Δράμα Έ 25210 24000</p>	<p><b>Ξενώνας Ποταμών</b> Μικρομηλιά Έ 25230 23524</p>
<p><b>Μονοπάτι Ε6</b> Βόλακας Έ 25230 23916</p>	<p><b>Κούρος</b> 3<sup>ο</sup> χλμ. εθνικής οδού Έ 25210 57200</p>	<p><b>Κυνηγετικό Στέκι</b> Μικρομηλιά Έ 25230 23435</p>
<p><b>Γρανίτης</b> Γρανίτης Έ 25230 22515</p>	<p><b>Αχίλλειο</b> Καλαμπάκι Έ 25210 51134</p>	<p><b>Νέα Ελλάς</b> Παρανέστι Έ 25240 22110</p>
<p><b>Εμπορικών</b> Εθνικής Αμύνης 8, Δράμα Έ 25210 37903</p>	<p><b>Νεοττός</b> Καλή Βρύση Έ 25220 51000</p>	<p><b>Philoxenia</b> Παρανέστι Έ 25240 22001</p>
<p><b>Ξενία</b> Εθνικής Αμύνης 10 Έ 25210 33195</p>	<p><b>Ακρίτας</b> Κάτω Νευροκόπι Έ 25230 22319</p>	<p><b>Βορέας</b> Σιδηρόνερο Έ 25210 91391</p>
Φαγητό		
<p><b>Κιούπια</b> Ηπείρου 1, Δράμα Έ 25210 45015</p>	<p><b>Μπέρδεμα Γεύσεων</b> Βεργίνας 187, Δράμα Έ 25210 47333</p>	<p><b>Το νησάκι</b> Αγ. Βαρβάρας 3, Δράμα Έ 25210 32510</p>
<p><b>Βάης</b> 10<sup>ο</sup> χλμ. εθνικής οδού Έ 25210 66312</p>	<p><b>Ήδωνας</b> Δ. Γούναρη 132, Δράμα Έ 25210 32192</p>	<p><b>Ύδραμα</b> Αγ. Βαρβάρας 14, Δράμα Έ 25210 34266</p>

Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Φαλακρού Έ 25210 23691	Α.Δ. Δράμας Έ 25210 23341	TAXI Βόλακα Έ 25230 23759	Δήμος Προ/σάνης Έ 25220 22170
Καταφύγιο Έ 25210 62224	ΚΤΕΛ Δράμας Έ 25210 32347	ΕΟΣ Νευροκοπίου Έ 25230 22399	Κ.Υ. Προ/σάνης Έ 25220 22222
Ο.Σ. Δράμας Έ 25210 33049	ΟΣΕ Δράμας Έ 25210 36569	Δήμος Νευρο/πίου Έ 25230 22210	Α.Τ. Προ/σάνης Έ 25220 22100
Δασαρχείο Δράμας Έ 25210 34074	TAXI Δράμας Έ 25210 32111	Κ.Υ. Νευρο/πίου Έ 25230 22222	TAXI Προ/σάνης Έ 25220 22240
Νομαρχία Δράμας Έ 25210 62341	Νοσο/μείο Δράμας Έ 25210 23351	Α.Τ. Νευρο/πίου Έ 25230 22100	Δήμος Παρα/στίου Έ 25240 22127
Δήμος Δράμας Έ 25210 25555	Α.Τ. Βόλακα Έ 25230 23841	TAXI Νευρο/πίου Έ 25230 22378	Κ.Υ. Παρανεστίου Έ 25240 22381
Δ.Ε.Τ.Α. Δράμας Έ 25210 48304	Α.Ι. Βόλακα Έ 25230 23701	ΕΟΣ Προσοτσάνης Έ 25220 22713	Α.Τ. Παρανεστίου Έ 25240 21003
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			

## Παγγαίο

### Το βουνό

Το Παγγαίο βρίσκεται δυτικά από την Καβάλα και είναι βουνό όχι ιδιαίτερα ψηλό, αφού το υψόμετρό του δεν ξεπερνά τα 1.956 μ..

Το βουνό έχει αρκετά πλούσια χλωρίδα και πανίδα, που σχηματίζουν αξιόλογο οικοσύστημα.

Οι πλαγιές του έως τα 700 μ. καλύπτονται κυρίως από πουρνάρια και αγριόκερδα. Στα μεγαλύτερα υψόμετρα μία πλατιά ζώνη από οξιές περικυκλώνει το βουνό, φτάνοντας έως τα 1.700 μ.. Πάνω από τη γραμμή του δάσους υπάρχουν εκτενή αλπικά λιβάδια, με κοιλάτες που κρατάνε χιόνι αρκετούς μήνες με πετρώδεις εκτάσεις, όλες ιδιαίτερα πλούσιες σε λουλούδια.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο Παγγαίου βρίσκεται στη θέση Κοιλάδα Ορφέα και αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.750 με 1.940 μ.. Αν και λειτουργεί από το 1982, στην ουσία δεν έχει αναπτυχθεί και εκσυγχρονιστεί όσο άλλα χιονοδρομικά κέντρα της χώρας.

### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο Παγγαίου διαθέτει 2 πίστες κατάβασης μήκους 400 μ.. Οι πίστες εξυπηρετούνται από συρρόμενο αναβατήρα με άγκυρα και baby lift.

Διαμονή			
Στη θέση Κοιλάδα Ορφέα και αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.750 μ. βρίσκεται το καταφύγιο Χατζηγεωργίου, δυναμικότητας 88 ατόμων, εφοδιασμένο με κουζίνα, τζάκι, θερμοσυσσωρευτές, δεξαμενή νερού και τουαλέτες, Έ 2510 835952.			
<u>Esperia</u> Καβάλα Έ 2510 229621	<u>Galaxy</u> Καβάλα Έ 2510 224521	<u>Philoxenia</u> Καβάλα Έ 2510 240070	
<u>Ωκεανίς</u> Καβάλα Έ 2510 221980	<u>Ακρόπολις</u> Καβάλα Έ 2510 223543	<u>Εγνατία</u> Καβάλα Έ 2510 244891	
Φαγητό			
Αχιλλέας Καβάλα Έ 2510 228711	Βαγγέλης Καβάλα Έ 2510 220997	Βαγγελιώ Καβάλα Έ 2510 225846	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
<u>Χ.Κ. Παγγαίου</u> Έ 2510 227727	<u>ΣΧΟ Καβάλας</u> Έ 2510 835952	<u>ΕΟΣ Καβάλας</u> Έ 2510 224294	<u>Δήμος Καβάλας</u> Έ 2510 227820
<u>Ν Καβάλας</u> Έ 2510 292000	<u>ΚΤΕΛ Καβάλας</u> Έ 2510 222294	<u>Α.Τ. Καβάλας</u> Έ 2510 223605	<u>Α.Τ. Κρηνίδων</u> Έ 2510 516202
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			

## Λαιλιάς

### Το βουνό

Τα όρη Βροντούς βρίσκονται στην άκρη της οροσειράς της Ροδόπης, έχοντας βόρεια την Όρβηλο και νότια το Μενοίκιο όρος. Το ορεινό σύμπλεγμα έχει ενταχθεί στο πρόγραμμα Natura 2000, λόγω του ιδιαίτερου φυσικού κάλλους και της πλούσιας πανίδας και χλωρίδας του, και αποτελεί τόπο αναψυχής των κατοίκων της περιοχής καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου.

Οι περισσότερες πλαγιές του βουνού είναι σκεπασμένες με δασόπευκα και οξιές, ενώ σε αρκετά σημεία συναντάμε αλπικά βοσκοτόπια και ξέφωτα, τα οποία ξεχωρίζουν για την πλούσια χλωρίδα τους και για τα αξιόλογα είδη πεταλούδων.

Η χλωρίδα είναι ιδιαίτερα πλούσια με περίπου 500 είδη φυτών και έχει περισσότερα κοινά στοιχεία με εκείνη των βουνών της Ευρώπης παρά με των βουνών της υπόλοιπης Ελλάδας.

Το βουνό φιλοξενεί ζαρκάδια, λαγούς, αγριόχοιρους, αλεπούδες, κουνάβια κ.ά., καθώς και αρκετά ερπετά. Εξαιρετικά πλούσια είναι και η ορνιθοπανίδα της περιοχής με περίπου 60 είδη.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο Λαιλιάς, το οποίο δημιουργήθηκε από τον Ορειβατικό Σύλλογο Σερρών, βρίσκεται στον ορεινό όγκο της Βροντούς.

Το ικανοποιητικό του υψόμετρο, η απουσία ομίχλης, η σημαντική χιονοκράτηση, η υπέροχη δασική έκταση που το περιβάλλει, καθώς και το γεγονός ότι μπορεί να λειτουργεί με πολλαπλές χρήσεις, φέρουν εδώ δεκάδες χιλιάδες επισκέπτες, όλες τις εποχές του χρόνου.

Η χιονοδρομική περίοδος διαρκεί από τον Νοέμβριο έως το τ' α' ζλος του Απριλίου.

### Πρόσβαση

Στο χιονοδρομικό κέντρο φτάνει κανείς από τις Σέρρες. Ο δρόμος είναι ασφαλτοστρωμένος, βατός όλο το χρόνο, δεν έχει ομίχλη και κατά τους χειμερινούς μήνες εκχιονίζεται ανελλιπώς. Απέχει 24 χλμ. από τις Σέρρες, 105 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 600 χλμ. από την Αθήνα. Μπορείται να φτάσετε με το αυτοκίνητό σας ή με τα λεωφορεία του ΚΤΕΛ.

### Πίστες και αναβατήρες

Το χιονοδρομικό κέντρο διαθέτει μία βασική πίστα αλπικού σκι και snowboard. Στη βασική πίστα υπάρχει νυχτερινός φωτισμός, γεγονός που δίνει τη δυνατότητα στους επισκέπτες του κέντρου να αποαύσουν νυχτερινό σκι. Διαθέτει επίσης 3 συρόμενους αναβατήρες.

Πίστες και αναβατήρες		
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Είδος πίστας
Εμ. Παπάς	1.250 μ.	••
Δίαθλου	2.500 μ.	
Συρόμενοι αναβατήρες		
Όνομασία	Υψόμετρο	Άτομα (ανά ώρα)
1	850 μ.	750
2	200 μ.	450
3	250 μ.	350
Σχολές σκι		
Expert Sport Έ 23210 54944		
Τιμοκατάλογος		
	Σαββατοκύριακα, αργίες	Καθημερινές
Ημερήσια ενηλίκων	8€	6€
Ημερήσια παιδιών	6€	4€
Ημερήσια αθλητών	6€	4€
Ετήσια ατομική	150€	150€

Διαμονή			
Έλενα Σέρρες Έ 23210 63103	Ελπίδα Σέρρες Έ 23210 59311	Ξενία Σέρρες Έ 23210 24752	
Φαγητό			
Ημεροβίγλι Σέρρες Έ 23210 53512	Μπαλκόνι Σέρρες Έ 23210 55149	Πέτρινο Σέρρες Έ 23210 52713	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Λαιλιά Έ 23210 54944	Δήμος Σερρών Έ 23210 83601	ΟΣΕ Σερρών Έ 23210 59112	Α.Τ. Σερρών Έ 23210 22350
ΕΟΣ Σερρών Έ 23210 53790	ΚΤΕΛ Σερρών Έ 23210 63029	Ν Σερρών Έ 23210 22633	Σαλέ Σερρών Έ 23210 58783
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			

## Βασιλίτσα

### Το βουνό

Ο ορεινός όγκος της Βασιλίτσας με υψόμετρο 2.249 μ., που απλώνεται ανάμεσα στους νομούς Ιωαννίνων και Γρεβενών, θεωρείται ξεχωριστό βουνό και ανήκει στην οροσειρά της Πύνδου. Κύριο χαρακτηριστικό της είναι τα γυμνά οροπέδια στις ψηλές κορυφές και τα πυκνά δάση που την περιβάλλουν. Δίπλα της βρίσκεται η φημισμένη Βάλια Κάλντα και γύρω της πανέμορφοι ορεινοί οικισμοί. Η Βασιλίτσα στα βόρεια χωρίζεται από τον Σμόλικα με το ρέμα της Σαμαρίνας. Οι δυτικές πλαγιές της απολήγουν στον Αώο ποταμό.

Στα χαμηλά υψόμετρα εκτείνονται δάση οξιάς, μαύρης πεύκης και ρόμπολα, ενώ στις γυμνές αλπικές κορυφές εκτείνονται ορεινά λιβάδια.

Ο χλωριδικός πλούτος του βουνού είναι εντυπωσιακός και περιλαμβάνει πολλά είδη, όπως κενταυρέες, καμπανούλες, βιόλες,

νάρκισσους, ορχιδέες, τουλίπες κ.ά..

Η παρουσία ειδών όπως η αρκούδα, ο λύκος και το αγριόγιδρο, υποδηλώνει ότι η περιοχή παραμένει καταφύγιο άγριας ζωής. Την πανίδα συμπληρώνουν ερπετά, αμφίβια και ψάρια.

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Η ιδέα για τη δημιουργία του χιονοδρομικού κέντρου της Βασιλίτσας γεννήθηκε το 1975 από τους ανθρώπους που αποτελούσαν τον ορειβατικό σύλλογο. Όταν το 1975 τοποθετήθηκε ο πρώτος αναβατήρας στο διάσελο Βασιλίτσας - Γομάρας, λίγοι ήταν εκείνοι που πίστευαν στην αξιοποίηση του βουνού ως χιονοδρομικό κέντρο αξιώσεων. Όμως, οι προσπάθειες απέδωσαν καρπούς αφού το χιονοδρομικό κέντρο πλέον εντάσσεται στο Α' κοινοτικό πλαίσιο στήριξης και αποτελεί σήμερα έναν από τους καλύτερους προορισμούς για τους χιονοδρόμους και όχι μόνο.

Δύο από τις πίστες του, η Τυμφαία και ο Δίας χαρακτηρίζονται ολυμπιακών προδιαγραφών και είναι εξαιρετικά δύσκολες. Όσο για τις υπόλοιπες πίστες, είναι όλων των κατηγοριών δυσκολίας με εκείνες που χαρακτηρίζονται μέτριας δυσκολίας να υπερτερούν. Τη Βασιλίτσα επιλέγουν πάρα πολλοί οπαδοί του snowboard καθώς υπάρχουν οι κατάλληλες εγκαταστάσεις αλλά και ο απαραίτητος εξοπλισμός.

Διαθέτει σαλέ υποδοχής των χιονοδρόμων, σχολές ski, καταστήματα πώλησης και ενοικίασης ειδών χιονοδρομίας και parking αυτοκινήτων στη βάση της τριθέσιας καρέκλας.

Το χιονοδρομικό κέντρο λειτουργεί από τον Δεκέμβριο μέχρι και τα τέλη Απριλίου από τις 9.00 το πρωί έως και τις 16.00 το απόγευμα τα σαββατοκύριακα και τις αργίες, ενώ τις καθημερινές κλείνει μία ώρα νωρίτερα. Η διαδρομή που θα ακολουθήσετε από τα Γρεβενά μέχρι το κέντρο είναι πραγματικά εκπληκτική.

Εάν στις εκδρομές σας βάζετε έως προτεραιότητα μία επίσκεψη



στους γύρω οικισμούς τότε οι Μαυραναίοι και τα Αναβρυτά, που βρίσκονται μεταξύ των Γρεβενών και της Σμίξης, σίγουρα θα σας γοητεύσουν. Το χωριό Μαυραναίοι έχει μεγάλη ιστορική σημασία, αφού πολλοί είναι αυτοί που το σχετίζουν με τη βυζαντινή Μαρώνεια. Σε απόσταση περίπου 38 χλμ. από τα Γρεβενά θα συναντήσετε το βλαχοχώρι της Σμίξης με τα παραδοσιακά πετρόχιστα σπίτια, το οποίο έχει διατηρήσει μέχρι και σήμερα ανέπαφη την παραδοσιακή του ταυτότητα.

### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο της Βασιλίτσας απέχει από την Αθήνα 420 χλμ., δηλαδή, περίπου 4 ώρες. Από την Θεσσαλονίκη 160 χλμ., δηλαδή, περίπου 1 ώρα και ένα τέταρτο. Η Βασιλίτσα απέχει 45 χλμ. από τα Γρεβενά. Ο νομός συνδέεται με την υπόλοιπη Ελλάδα μέσω ΚΤΕΛ απ' όπου μπορείτε να πάρετε περισσότερες πληροφορίες για τα σχετικά δρομολόγια στο Έ 24620 22242, ενώ αεροπορική σύνδεση υπάρχει μόνο μέσω Κοζάνης.

### Πίστες και αναβατήρες

Οι αναβατήρες και οι πίστες του κέντρου είναι:

Πίστες				
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα	Υψομετρική διαφορά	Είδος πίστας
Στρούγκα	1.040 μ.	1.642/1.825 μ.	183 μ.	••
Γαλανή	1.060 μ.	1.642/1.825 μ.	183 μ.	••
Δρόμος	1.680 μ.	1.642/1.825 μ.	183 μ.	•
Πηγές	1.060 μ.	1.800/2.113 μ.	313 μ.	••
Δίας	1.000 μ.	1.800/2.113 μ.	313 μ.	••
Λίμνες	1.850 μ.	1.800/2.113 μ.	313 μ.	••
Δίστρατο	1.630 μ.	1.800/2.113 μ.	313 μ.	••
Συνδετική	700 μ.	1.788/2.060 μ.	224 μ.	•
Ελιμεία 1	1.100 μ.	1.788/2.060 μ.	224 μ.	••
Ελιμεία 2	1.100 μ.	1.788/2.060 μ.	224 μ.	••
Δάσος	2.052 μ.	1.788/2.060 μ.	224 μ.	••
Δρόμος	2.080 μ.	1.788/2.060 μ.	224 μ.	•
Μηγδάνης	850 μ.	1.810/2.034 μ.	224 μ.	•

Τυμφαία	920 μ.	1.744/2.040 μ.	296 μ.	●●
Σαμαρίνα	1.020 μ.	1.744/2.040 μ.	296 μ.	●●
Στρατιώτης	1.080 μ.	1.744/2.040 μ.	296 μ.	●
<b>Εναέριοι αναβατήρες</b>				
<b>Όνομασία</b>	<b>Είδος</b>		<b>Μήκος</b>	
Φίλιππος	Γ		1.016 μ.	
Μέγας Αλέξανδρος	Δ		913 μ.	
<b>Συρόμενοι αναβατήρες</b>				
<b>Όνομασία</b>	<b>Είδος</b>		<b>Μήκος</b>	
Ελιμεία	Μ.Π.		1.060 μ.	
Μηγδάνης	Μ.Π.		800 μ.	
Συρόμενος αναβατήρας	Μ.Π.		980 μ.	
Baby Lift			250 μ.	
Baby Lift			210 μ.	
<b>Σχολές σκι</b>				
Alpine Zone Έ 26550 24822				
Alpine Club Έ 24620 85498				
Overland Έ 24620 85032				
~ <i>Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192</i>				
<b>Τιμοκατάλογος</b>				
	<b>Σαββατοκύριακα, αργίες</b>		<b>Καθημερινές</b>	
Κανονικό	13€		10€	
Φοιτητικό	10€		10€	
Φοιτητικό ΤΕΙ Γρεβενών	Δωρεάν		Δωρεάν	
Baby Lifts	5€		5€	
Εναέριοι αναβατήρες	3€		3€	
<b>Ειδικές τιμές για group</b>				
Φαγητό στο σαλέ	7€			
Ενοικίαση σκι και εκμάθηση από εκπαιδευτή	6€			
Χρήση αναβατήρων για άτομα από σχολικές εκδρομές	2€			
Ενοικιάσεις σκι	12€			
Ενοικιάσεις snowboard	18€			
<b>Διαμονή</b>				

Αν προτιμάτε το βουνό μπορείτε να βρείτε κατάλυμα και φαγητό στο σαλέ του χιονοδρομικού κέντρου, δυναμικότητας 35 ατόμων και στα δυο καταφύγια της περιοχής.

Το καταφύγιο Γομάρας, Έ 24620 81208, στη θέση διάσελο Βασιλίτσας, έχει δυναμικότητα 50 ατόμων και διαθέτει κεντρική θέρμανση, τζάκι, σαλέ και τουαλέτες.

Το δεύτερο καταφύγιο στη θέση διάσελο Γομαράς, Έ 24620 84100, έχει δυναμικότητα 34 ατόμων και διαθέτει κεντρική θέρμανση, σαλέ και τουαλέτες.

Μπορείτε επίσης, να διαλέξετε κάποιον από τους παραδοσιακούς και σύγχρονους ξενώνες που υπάρχουν στα κοντινά χωριά. Εκεί θα βρείτε και ταβέρνες που σερβίρουν τοπική κουζίνα. Σύγχρονα ξενοδοχειακά συγκροτήματα υπάρχουν και στην περιοχή των Γρεβενών.

<a href="#">Γούλας</a> Αλατόπετρα Έ 24620 81015	<a href="#">Κιτσούλης</a> Λάβδα Έ 24620 82232	<a href="#">Πολυνέρι</a> Πολυνέρι Έ 24620 81371
<a href="#">Τυμφαία</a> Αλατόπετρα Έ 24620 81026	<a href="#">Λάβδα</a> Λάβδα Έ 24620 85650	<a href="#">Τζάκι</a> Πολυνέρι Έ 24620 81347
<a href="#">Αίγλη</a> Γρεβενά Έ 24620 85011	<a href="#">Ζιάκας</a> Ζάκας Έ 24620 81772	<a href="#">Κυπαρίσσι</a> Σαμαρίνα Έ 24620 95253
<a href="#">Αχίλλειον</a> Γρεβενά Έ 24620 85600	<a href="#">Δρυάδες</a> Κοσμάτι Έ 24620 25677	<a href="#">Σαμαρίνα</a> Σαμαρίνα Έ 24620 95216
<a href="#">Μηλιώνης</a> Γρεβενά Έ 24620 81766	<a href="#">Παπαζήσης</a> Κοσμάτι Έ 24620 22363	<a href="#">Ελευθερία</a> Σμίξη Έ 24620 25555
<a href="#">Μητρόπολις</a> Γρεβενά Έ 24620 28088	<a href="#">Άρκτος</a> Πολυνέρι Έ 24620 82618	<a href="#">Νεφέλη</a> Σμίξη Έ 24620 84763

Φαγητό			
Ο Τάκας Γρεβενά Έ 24620 22206	Ντάγκουμας Σπήλαιο Έ 24620 83350	Νταβάρας Σαμαρίνα Έ 24620 83350	
Πανόραμα Μυρσίνα Έ 24620 61267	Ράπτης Τρίκωμο Έ 24620 82115	Η Φτελιά Σπήλαιο Έ 24620 80151	
Δίπλας Πολυνέρι Έ 24620 81427	Ντάλος Φιλιππαιοί Έ 24620 85340	Τσένης Αβδέλλα Έ 24620 85305	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Βασιλίτσας Έ 24620 84850	Ν Γρεβενών Έ 24620 22222	ΚΤΕΛ Γρεβενών Έ 24620 22242	Α.Τ. Πολυνερίου Έ 24620 81357
Σαλέ Βασιλίτσας Έ 24620 84100	Α.Τ. Γρεβενών Έ 24620 22766	Δήμος Ζάκα Έ 24620 83110	Α.Τ. Σπηλαιού Έ 24620 82212
Ο.Σ. Γρεβενών Έ 24620 28602	Τροχαία Γρεβενών Έ 24620 22941	Α.Ι. Ζάκα Έ 24620 81881	Γ.Ο. Γρεβενών Έ 24620 85032
Δήμος Γρεβενών Έ 24620 22402	TAXI Γρεβενών Έ 24620 22591	Α.Ι. Πολυνερίου Έ 24620 81358	Κ Αβδέλλας Έ 24620 85307
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			

### 3 - 5 Πηγάδια

#### Το βουνό

Τα 3 - 5 Πηγάδια, όπως και το Σέλι, βρίσκονται στον ορεινό όγκο του Βερμίου. Το Βέρμιο με υψόμετρο 2.065 μ. είναι ένα από τα μεγαλύτερα βουνά της κεντρικής και δυτικής Μακεδονίας.

Το Βέρμιο έχει πολλές κορυφές, σχετικά ομαλές πλαγιές και μήκος που ξεπερνά τα 50 χλμ. Το συγκεκριμένο βουνό με τις κατάφυτες πλαγιές είναι περικυκλωμένο από έλατα, πεύκα, βελανιδιές και καστανιές. Στους πρόποδες του φιλοξενεί τις πόλεις της Νάουσας, της Βέροιας και της

Πτολεμαΐδας και το διεκδικούν άλλα δύο γνωστά χιονοδρομικά κέντρα τα οποία βρίσκονται σε απόσταση αναπνοής, το Χρυσό Ελάφι και τα 3 - 5 Πηγάδια.

Ως προς την πανίδα, τα τελευταία χρόνια παρατηρείται ανάκαμψη στην περιοχή, καθώς το δάσος της Νάουσας βρίσκεται υπό προστασία. Έτσι συναντάται αγριόχοιρους, ζαρκάδια, αλεπούδες, κουνάβια και αρκετά είδη πουλιών, όπως φιδαιτούς, όρνια, πτεροπέρδικες κ.ά..

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο 3 - 5 Πηγάδια, ανήκει στον Δήμο Νάουσας και βρίσκεται στη δυτική πλευρά του όρους Βερμίου σε υψόμετρο 1.430 μ. έως 2.005 μ..

Η άρτια υποδομή του κέντρου το καθιστά κατάλληλο όχι μόνο για χειμερινά σπορ, αλλά και για ποικίλες άλλες δραστηριότητες, όπως ορειβασία, πεζοπορία, ορεινή ποδηλασία, αιωροπτερισμό, αλεξίπτωτο πλαγιάς κ.ά.. Ακόμη, τα 3 - 5 Πηγάδια, έχουν καθιερωθεί και ως κέντρο προετοιμασίας αθλητικών συλλόγων και εθνικών ομάδων διαφόρων αθλημάτων.

Στο χιονοδρομικό κέντρο υπάρχουν επίσης γήπεδο ποδοσφαίρου, πλήρως εξοπλισμένο ιατρείο, ελικοδρόμιο, χώρος στάθμευσης 800 αυτοκινήτων και χώρος στάθμευσης τροχόσπιτων.

#### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο απέχει 17 χλμ. από την πόλη της Νάουσας και ο ασφαλτοστρωμένος δρόμος που το συνδέει με την πόλη παραμένει πάντοτε ανοιχτός κατά τη χειμερινή περίοδο.

Θα χρειαστεί να διανύσετε λοιπόν, 539 χλμ. από την Αθήνα και 108 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη.

#### Πίστες και αναβατήρες

Στο χιονοδρομικό κέντρο θα συναντήσετε τη μεγαλύτερη πίστα της Ελλάδας που λέγεται Αριστοτέλης, αλλά και πίστες κάθε βαθμού

δυσκολίας, καθώς και πίστα snowboard. Η πίστα Αριστοτέλης είναι εγκεκριμένη από τη Διεθνή Ομοσπονδία Χιονοδρομίας για την τέλεση αγώνων Πανευρωπαϊκού και Παγκόσμιου Πρωταθλήματος.

Πίστες και αναβατήρες		
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Είδος πίστας
Αρχαρίων	200 μ.	●
Παράδεισος	2.600 μ.	●
Λούκι		●
Αριστοτέλης	2000 μ.	●
Φίλιππος	2000 μ.	●●
Πίστα δρόμων αντοχής Α	3.000 μ.	
Πίστα δρόμων αντοχής Β	5.000 μ.	
Πίστα δρόμων αντοχής Γ	10.000 μ.	
Αναβατήρες		
Είδος	Μήκος	Υψομετρική διαφορά
3 συρόμενοι	800 μ.	240 μ.
2 baby lifts	200 μ.	20 μ.
1 εναέριος διαθέσιος	1.500 μ.	535 μ.
Σχολές σκι		
Snow Land Έ 6944 444842	Martha Tours Έ 210 6544233	
Τιμοκατάλογος		
	Σαββατοκύριακα, αργίες	Καθημερινές
Κάρτα απεριορίστων διαδρομών		
Ενηλίκων	225€	225€
Μαθητών, φοιτητών	150€	150€
Παιδική	90€	90€
Δημότες Νάουσας	200€	200€
Δασκάλων, προπονητών	120€	120€
Αθλητών συλλόγων	50€	50€

Φυτωρίων συλλόγων	80€	80€
<b>Ημερήσια κάρτα απεριορίστων διαδρομών</b>		
Ενηλίκων	15€	10€
Μαθητών, φοιτητών	13€	10€
Παιδική	8€	5€
Δασκάλων, προπονητών	10€	10€
Αθλητών συλλόγων	5€	5€
Φυτωρίων συλλόγων	7€	7€
Γκρουπ εκδρομών	13€	8€
<b>Εισητήριο εναέριων αναβατήρων</b>		
Ενηλίκων	5€	
Μαθητών, φοιτητών	5€	
Παιδική	3€	
Δημότες Νάουσας	4€	
Δασκάλων, προπονητών	4€	
Γκρουπ εκδρομών	4€	
<b>Διαμονή</b>		
<p>Στη θέση 3 - 5 Πηγάδια και σε υψόμετρο 1.450 μ. λειτουργεί το ομώνυμο καταφύγιο του ΕΟΣ Νάουσας, δυναμικότητας 30 ατόμων, που προσφέρεται μόνο για τη διαμονή των αθλητών του ΕΟΣ, Ε΄ 23320 28567.</p> <p>Στην ίδια θέση και σε υψόμετρο 1.470 μ. λειτουργεί και δεύτερο καταφύγιο του ΕΟΣ Νάουσας, δυναμικότητας 80 ατόμων, που μάλιστα διαθέτει και κουζίνα, Ε΄ 23320 44446.</p> <p>Στο χώρο του χιονοδρομικού κέντρου λειτουργεί επίσης ξενοδοχείο και παραδοσιακός ξενώνας. Το ξενοδοχείο, είναι 15 δωματίων και διαθέτει εστιατόριο με παραδοσιακή κουζίνα, καφέ μπαρ, κλειστή θερμαινόμενη πισίνα, σάουνες και γυμναστήριο. Ο ξενώνας, πετρόχτιστος, είναι δυναμικότητας 80 ατόμων.</p>		
<b>Αγνάντι</b>	<b>Κορφή</b>	<b>Ανεμόεσσα</b>

Ακροχώρι Έ 23320 25542	Ακροχώρι Έ 23320 29060	Ακροχώρι Έ 23320 29501	
Ελλάς Νάουσα Έ 23320 22006	Εσπερίδες Νάουσα Έ 23320 20250	Χαγιάτι Νάουσα Έ 23320 52120	
<b>Φαγητό</b>			
Αραπίτσα Νάουσα Έ 23320 23068	Σπήλαιο Νάουσα Έ 23320 29492	Φλαμουριά Νάουσα Έ 23320 28031	
Θεοδώρα Νάουσα Έ 23320 29797	Ναουσαίικο Νάουσα Έ 23320 21120	Οινομαγειρέματα Νάουσα Έ 23320 23756	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
Χ.Κ. 3 - 5 Πηγάδια Έ 23320 44981	ΕΟΣ Νάουσας Έ 23320 28567	Δήμος Νάουσας Έ 23320 22208	ΚΤΕΛ Νάουσας Έ 23320 22223
Σαλε 3 - 5 Πηγάδια Έ 23320	Α.Τ. Νάουσας Έ 23320 22221	Ν Νάουσας Έ 23320 22200	Δήμος Βέροιας Έ 23310 22330

## Σέλι

### Το βουνό

Το Βέρμιο με υψόμετρο 2.065 μ. είναι ένα από τα μεγαλύτερα βουνά της κεντρικής και δυτικής Μακεδονίας.

Το Βέρμιο έχει πολλές κορυφές, σχετικά ομαλές πλαγιές και μήκος που ξεπερνά τα 50 χλμ. Το συγκεκριμένο βουνό με τις κατάφυτες πλαγιές είναι «περικυκλωμένο» από έλατα, πεύκα, βελανιδιές και καστανιές. Στους πρόποδες του φιλοξενεί τις πόλεις της Νάουσας, της Βέροιας και της Πτολεμαΐδας και το «διεκδικούν» άλλα δύο γνωστά χιονοδρομικά κέντρα τα οποία βρίσκονται σε απόσταση αναπνοής, το Χρυσό Ελάφι και τα 3 - 5 Πηγάδια.

Ως προς την πανίδα, τα τελευταία χρόνια παρατηρείται ανάκαμψη



στην περιοχή, καθώς το δάσος της Νάουσας βρίσκεται υπό προστασία. Έτσι συναντάται αγριόχοιρους, ζαρκάδια, αλεπούδες, κουνάβια και αρκετά είδη πουλιών, όπως φιδαιτούς, όρνια, πτεροπέρδικες κ.ά..

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Σε υψόμετρο 1.500 - 1.900 μ., το εθνικό χιονοδρομικό κέντρο Σελίου απλώνεται στη νοτιοδυτική πλευρά του Βερμίου. Υπήρξε το πρώτο χιονοδρομικό κέντρο που λειτούργησε στη χώρα μας το 1934. Εκεί διεξήχθησαν και οι πρώτοι Πανελλήνιοι Αγώνες. Επάξια επομένως φέρει τον τίτλο του πρώτου κυττάρου της αθλητικής και τουριστικής χιονοδρομίας. Το 1955 μπήκε ο πρώτος αναβατήρας και το 1968 επεκτάθηκε κατά 500 μ., φτάνοντας στα 1.250μ. Το 2002 τοποθετήθηκε καινούρια διπλή καρέκλα, μήκους 1.750 μ., με τέρμα στη Λάκκα του Αρσούμπασι.

Πέρα από τις άρτιες χιονοδρομικές εγκαταστάσεις του, τις σχολές σκι με τους έμπειρους δασκάλους, τα καταστήματα αγοράς ή ενοικίασης σύγχρονου εξοπλισμού σκι, τις παιδικές χαρές και το πλήρως εξοπλισμένο ιατρείο, και μόνο το μαγευτικό ορεινό τοπίο αρκεί για να μαγνητίσει τα βλέμματα των επισκεπτών του. Στα πλεονεκτήματα αυτά μπορούμε να συμπεριλάβουμε επίσης την άριστη ποιότητα χιονιού, τους άνετους χώρους πάρκινγκ, τα μονοπάτια πορείας και ορειβασίας.

#### Πρόσβαση

Εξαιτίας της μικρής απόστασης από τις πόλεις της βόρειας Ελλάδας, το χιονοδρομικό κέντρο Σελίου αποτελεί πόλο έλξης κυρίως των Μακεδόνων. Απέχει 95 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη, 508 χλμ. από την Αθήνα και 150 χλμ. από τη Λάρισα. Μπορείτε να φτάσετε εκεί χωρίς ιδιαίτερη ταλαιπωρία, μέσω δύο ασφαλτοστρωμένων δρόμων, από τη Βέροια και τη Νάουσα. Το κοντινότερο χωριό σε απόσταση 1,5 χλμ. είναι το Σέλι. Η πρόσβαση στο χιονοδρομικό είναι εύκολη καθώς ο δρόμος είναι πάντα ανοιχτός το χειμώνα και χωρίς πολλές στροφές.

## Πίστες και αναβατήρες

Η δυνατότητα ταυτόχρονης και άνετης άθλησης των χιονοδρόμων και η ποικιλία των πιστών με διαφορετικά επίπεδα δυσκολίας τοποθετούν το χιονοδρομικό κέντρο του Σελίου στην κατηγορία των πιο καλά οργανωμένων και προσεγγμένων χιονοδρομικών κέντρων για τα ελληνικά δεδομένα. Άλλωστε, ο αριθμός των πιστών κατάβασης ανέρχεται στις 16 και υπάρχουν και 2 πίστες δρόμων αντοχής. Οι πίστες εξυπηρετούνται από 9 αναβατήρες και διακρίνονται σε εύκολες, λιγότερο εύκολες και δύσκολες, εκ των οποίων οι 3 υπάγονται στην πρώτη κατηγορία, οι 8 στη δεύτερη και οι 5 στην τελευταία. Οι δύσκολες αποτελούν πρόκληση για τους πιο τολμηρούς και έμπειρους εραστές του χειμερινού αυτού αθλήματος.

Πίστες		
Όνομασία	Τοποθεσία	Είδος πίστας
Περσεφόνη	Ανατολική	•
Ολυμπιάδα	Κεντρική	•
Ρωξάνη	Πεύκα	•
Ήρα	Αρσούμπασι	•
Εγνατία	Περιφερειακή	•
Άρτεμις	Αρσούμπασι	•
Ερατώ	Λούκι	•
Ευρυδίκη	Συνδετικό	•
Εύκλεια	Αρσούμπασι	•
Μουσών	Δυτική	•
Ιφιγένεια	Αρσούμπασι	•
Ηλέκτρα	Αρσούμπασι	•
Δάφνη	Αρσούμπασι	•
Βέρης	I	•

Ιάσων	Π			•
Ορφέας	ΠΙ			•
<b>Αναβατήρες</b>				
<b>Όναμασία</b>	<b>Είδος</b>	<b>Μήκος</b>	<b>Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα</b>	<b>Άτομα (ανά ώρα)</b>
Φίλιππος	Δ.Ε.Κ.	1.750 μ.	1.520/1.620 μ.	900
Αλέξανδρος	Π	1.250 μ.	1.530/1.780 μ.	900
Δίας	Π	840 μ.	1.620/1.890 μ.	900
Ηρακλής	Π	840 μ.	1.620/1.890 μ.	900
Αμύντας	Π	500 μ.	1.620/1.800 μ.	700
Άρης	Π	840 μ.	1.620/1.830 μ.	900
Βέρης	Baby lift	100 μ.	1.500/1.520 μ.	
Ιάσων	Baby lift	100 μ.	1.500/1.520 μ.	
Ορφέας	Baby lift	100 μ.	1.620/1.640 μ.	
<b>Σχολές σκι</b>				
<b>Πλατίτσας</b> Έ 23310 49201				
<b>Κλαουδάτος</b> Έ 23310 49429				
<b>Τιμοκατάλογος</b>				
<b>Είδος κάρτας</b>		<b>Τιμή</b>		
Ετήσια		150€		
Ετήσια εκπαιδευτική		100€		
Ετήσια παιδική		75€		
Εβδομαδιαία		50€		
Ημερήσια αργιών		13€		
Ημερήσια καθημερινή		10€		
Ημερήσια φοιτητική αργιών		10€		
Ημερήσια φοιτητική καθημερινών		8€		
Ημερήσια μαθητική αργιών		10€		
Ημερήσια μαθητική καθημερινών		8€		

Ημερήσια παιδική	7€		
Πεζοί	4€		
Μαθητική	2€		
Baby lift	7€		
Οργανομένων αθλητικών δήμων	7€		
<b>Διαμονή</b>			
<p>Στην αφετηρία του χιονοδρομικού κέντρου και σε υψόμετρο 1.500 μ. υπάρχουν δύο καταφύγια στα οποία μπορείτε να μείνετε: το καταφύγιο του Συλλόγου Χιονοδρόμων - Ορειβατών Βέροιας, χωρητικότητας 120 κλινών, με θέρμανση, γυμναστήριο, ζεστό νερό, εστιατόριο και καφέ μπαρ, Έ 23310 26970 και το καταφύγιο του Ορειβατικού Συλλόγου Θεσσαλονίκης, χωρητικότητας 70 κλινών με θέρμανση, εστιατόριο και καφέ μπαρ, Έ 23310 49237.</p>			
<b>Βέροια</b> Βέροια Έ 23310 93112	<b>Ελιά</b> Βέροια Έ 23310 26800	<b>Βεργίνα</b> Βέροια Έ 23310 24886	
<b>Βερόη</b> Βέροια Έ 23310 22866	<b>Μακεδονία</b> Βέροια Έ 23310 66902	<b>Μέλαθρον</b> Βέροια Έ 23310 77777	
<b>Φαγητό</b>			
<p>Στο χιονοδρομικό κέντρο στην αφετηρία Διογένης, υπάρχει εστιατόριο και καφέ μπαρ του χιονοδρομικού κέντρου Σελίου, Έ 23310 49223, ενώ σε υψόμετρο 1.750 μ. λειτουργούν καφέ μπαρ στο σαλέ του χιονοδρομικού κέντρου Σελίου.</p>			
<b>Φιλίππειον</b> Βεργίνα Έ 23310 92892	<b>Μποέμισσα</b> Βέροια Έ 23310 71716	<b>Καραφωλιάς</b> Σέλι Έ 23310 49397	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
<b>Χ.Κ. Σελίου</b> Έ 23310 49226	<b>Νομαρχία Ημαθίας</b> Έ 23310 22310	<b>Ν Βέροιας</b> Έ 23310 29913	<b>ΚΤΕΛ Βέροιας</b> Έ 23310 22342

Σαλέ Σελίου Έ 23310 49209	Δήμος Βέροιας Έ 23310 22330	Α.Τ. Βέροιας Έ 23310 22233	ΚΤΕΛ Νάουσας Έ 23320 22223
------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	-------------------------------

## **Βίτσι**

### Το βουνό

Το Βίτσι ή Βέρνο, με υψόμετρο 2.128 μ. βρίσκεται στα σύνορα των νομών Καστοριάς και Φλώρινας και αποτελεί νοτιοανατολική συνέχεια του Βαρνούντα. Ο δρόμος που ενώνει τη Φλώρινα με την Καστοριά περνάει κοντά από την κορυφή του βουνού, βόρεια από το χωριό Περικοπή. Από τον αυχένα αυτό, η κορυφή του Βέρνου απέχει 1,5 ώρα με τα πόδια προς τα βόρεια. Έχει κωνικό σχήμα, μικρή κλίση και είναι γυμνή, σε αντίθεση με τις γύρο πλαγιές που είναι κατάφυτες από οξιές, έλατα και βελανιδιές. Από την κορυφή η θέα είναι εντυπωσιακή. Ανατολικά το μάτι συναντάει τη λίμνη Βεγορίτιδα και δίπλα της την πιο μικρή λίμνη των Πετρών, ενώ στα νοτιοδυτικά βρίσκεται η λίμνη της Καστοριάς και στα βορειοδυτικά η Μεγάλη και η Μικρή Πρέσπα.

Το ορεινό σύμπλεγμα του Βιτσίου αποτελεί έναν από τους πιο ενδιαφέροντες προορισμούς για τον επισκέπτη του νομού Καστοριάς. Τα πυκνά δάση του, η πλούσια και σπάνια χλωρίδα και πανίδα του αιχμαλωτίζουν το μάτι του επισκέπτη. Η περιοχή έχει μείνει ανεπηρέαστη από την ανθρώπινη δραστηριότητα, διατηρεί την ιδιαίτερη ομορφιά της άγριας φύσης, προστατεύεται ως καταφύγιο θηραμάτων και αποτελεί ιδανικό βιότοπο για την απειλούμενη υπό εξαφάνιση αρκούδα.

Από το Βίτσι πηγάζουν δύο ποταμοί, ο Βυσσινέας που εκβάλλει στη βόρεια ακτή της λίμνης της Καστοριάς και ο Ξεροπόταμος που εκβάλλει στην ανατολική ακτή της.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Στη θέση Οξιά, βορειοανατολικά από την πόλη της Καστοριάς, το Βίτσι φιλοξενεί στις νότιες πλευρές του το ομώνυμο χιονοδρομικό

κέντρο, το οποίο αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.875 μ. Από το ψηλότερο σημείο του χιονοδρομικού κέντρου η θέα είναι πανοραμική.

Το χιονοδρομικό κέντρο Βιτσίου λειτουργεί από το 1985, με τη φροντίδα του Συλλόγου Χιονοδρομίας και Ορειβασίας Καστοριάς.

Στο χώρο λειτουργούν σαλέ με εστιατόριο, χώρος στάθμευσης, καφετέρια και μπαρ, καθώς και σχολή εκμάθησης σκι και κατάστημα ενοικίασης εξοπλισμού σκι και snowboard.

Το χιονοδρομικό κέντρο Βιτσίου λειτουργεί από τα μέσα Δεκεμβρίου έως τις αρχές Απριλίου.

### Πρόσβαση

Η Καστοριά είναι σημείο αναφοράς για όσους θέλουν να επισκεφτούν το χιονοδρομικό κέντρο. Στην Καστοριά φτάνετε ή μέσω Κοζάνης ή μέσω Έδεσσας. Από την πόλη έως το χιονοδρομικό κέντρο πρέπει να διανήσετε 22 χλμ. σε δρόμο που είναι ασφαλτοστρωμένος και αποχιονίζεται τακτικά.

Η Καστοριά απέχει από την Αθήνα 575 χλμ., μέσω Κοζάνης. Από τη Θεσσαλονίκη απέχει 219 χλμ., μέσω Κοζάνης και 214 χλμ., μέσω Έδεσσας.

### Πίστες και αναβατήρες

Οι πίστες του χιονοδρομικού κέντρου Βιτσίου είναι χαραγμένες μέσα σε πυκνό δάσος. Υπάρχουν 5 πίστες για σκι και 1 για snowboard. Από αυτές οι τρεις μήκους 1.000 μ., 1.350 μ. και 1.850 μ., έχουν κοινή αφετηρία και τέρμα, εξυπηρετούνται με τον ίδιο συρόμενο αναβατήρα τύπου άγκυρα και η διαδρομή διαρκεί μόλις 4 με 5 λεπτά.

Η πίστα μήκους 1.000 μ. περιλαμβάνει και την πίστα snowboard με αναχώματα και άλματα για τους λάτρεις της χιονοσανίδας.

Η τέταρτη πίστα είναι για τους αρχάριους, ενώ υπάρχει και μία πίστα για παιδιά.

Οι δύο τελευταίες πίστεις εξυπηρετούνται πάλι από κοινό συρόμενο αναβατήρα.

Τιμοκατάλογος		
	Σαββατοκύριακα, αργίες	
Ημερήσια κάρτα πολλαπλών χρήσεων	10€	
Ημερήσια φοιτητική κάρτα	7€	
Ημερήσια παιδική κάρτα	7€	
Ετήσια κάρτα	100€	
Διαμονή		
Αγγελής Καστοριά Έ 24670 86691	Αρχοντικό Βέργουλα Καστοριά Έ 24670 23415	Κάστωρ Καστοριά Έ 24670 82160
Αιολίς Καστοριά Έ 24670 21070	Αρχοντικό Βενετούλας Καστοριά Έ 24670 22446	Μπυζάντουμ Καστοριά Έ 24670 21313
Άνεσις Καστοριά Έ 24670 83900	Καστοριά Καστοριά Έ 24670 29453	Ορέστειον Καστοριά Έ 24670 22257
La Moara Καστοριά Έ 24670 31388	Αθηνά Νυμφαίο Έ 23860 31141	Νέβεσκα Νυμφαίο Έ 23860 31442
Έντερνές Νυμφαίο Έ 23860 31230	Λα Γκάλμπα Νυμφαίο Έ 23860 31314	Τα Λινούρια Νυμφαίο Έ 23860 31133
Φαγητό		
Το κελλάρι Αμπελόκηποι Έ 24670 85910	Χαγιάτι Αμπελόκηποι Έ 24670 85107	Ομόνοια Καστοριά Έ 24670 2396
Πλατάνια Καστοριά Έ 24670 25318	Κροντήρι Καστοριά Έ 24670 28358	Αρχοντικό Νυμφαίο Έ 23860

Νέβεσκα Νυμφαίο Έ 23860 31442	Τα Λινούρια Νυμφαίο Έ 23860 31133	1986 Άργος Ορεστικό Έ 24670 44583	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Βιτσίου Έ 6944 709190	ΣΧΟ Καστοριάς Έ 24670 24884	Δήμος Καστοριάς Έ 24670 22312	Ν Καστοριάς Έ 24670 28341
ΚΤΕΛ Καστοριάς Έ 24670 83455	TAXI Καστοριάς Έ 24670 82100	Α.Τ. Καστοριάς Έ 24670 22100	Δήμος Βιτσίου Έ 24670 72201
Δήμος Ορεστίδος Έ 24670 21750	Δήμος Κλεισούρας Έ 24670 94213	Α.Ι. Κλεισούρας Έ 24670 31360	Α.Τ. Κλεισούρας Έ 24670 31361

## **Καιμακτσαλάν**

### Το βουνό

Ο Βόρας ή Καιμακτσαλάν, μεγάλο ορεινό συγκρότημα της κεντρικής Μακεδονίας, στα σύνορα με τη FYROM, βορειοδυτικά από την Έδεσσα, είναι το τρίτο ψηλότερο βουνό της Ελλάδας με υψόμετρο 2.524 μ.

Πρόκειται για άγριο βουνό, κατάφυτο στο μεγαλύτερο μέρος του με οξιές και βελανιδιές.

Το όρος Βόρας είναι γνωστό από την αρχαιότητα με αυτήν την ονομασία. Το όνομα Καιμακτσαλάν, που έχει τούρκικη προέλευση και σημαίνει «λευκή κορυφή», οφείλεται στο ότι η κορυφή του σκεπάζεται από χιόνι για περισσότερους από έξι μήνες κάθε χρόνο. Η περιοχή έχει περιληφθεί στο δίκτυο Natura 2000.

Στα χαμηλά σημεία του βουνού επικρατούν τα μεικτά δάση φυλλοβόλων και βελανιδιών. Ενώ ψηλότερα απαντώνται δάση μαύρης πεύκης, οξιάς καθώς και δασόπευκα. Η χλωρίδα της ευρύτερης περιοχής είναι από τις πλουσιότερες της χώρας. Έχουν καταγραφεί πάνω από 1.400 είδη και υποείδη, πολλά από τα οποία σπάνια και ενδημικά.



Επιπλέον, στον Βόρα συναντά κανείς και αρκετά φυτά των Άλπεων και των Βαλκανίων, σπάνια για τη χώρα μας.

Σε ό,τι αφορά την πανίδα της περιοχής, σημαντική είναι η παρουσία πολλών θηλαστικών, όπως αγριόγατοι, ζαρκάδια, λύκοι, αγριογούρουνα κ.ά.

Τέλος, η πτηνοπανίδα του βουνού είναι από τις πλουσιότερες, με όρνια, φιδαιτούς, ασπροπάρηδες, χρυσαετοί κ.ά., ενώ κατά καιρούς εμφανίζονται επίσης γυπαετοί και βασιλαετοί.

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο Καιμακτσαλάν, που αναπτύσσεται σε υψόμετρο 2.050 έως 2.480 μ., πολύ κοντά στην κορυφή Προφήτης Ηλίας, άνοιξε τις πύλες του 1995. Βρίσκεται βόρεια από την Έδεσσα, από την οποία απέχει 45 χλμ., ενώ από την Αθήνα 570 χλμ. και τη Θεσσαλονίκη 135 χλμ.

Λειτουργεί από τα τέλη Νοεμβρίου έως τις αρχές Μαΐου, καθώς βρίσκει κανείς εδώ χιόνια έως το τέλος της άνοιξης.

Στο πέτρινο σαλέ του που βρίσκεται σε υψόμετρο 2.050 μ. και έχει θέα τη λίμνη Βεγορίτιδα, λειτουργούν καταφύγιο 52 κλινών, εστιατόριο, ουζερί με τοπική παραδοσιακή κουζίνα, καφέ-μπαρ με τζάκι, ταχυφαγείο, τουριστικό περίπτερο πληροφοριών καθώς και ιατρείο. Υπάρχουν επίσης, καταστήματα πώλησης παραδοσιακών προϊόντων και καταστήματα από τα οποία μπορείτε να αγοράσετε ή να νοικιάσετε εξοπλισμό για τα χειμερινά σπορ.

Εκτός από το καφέ-μπαρ του σαλέ, τους χιονοδρόμους εξυπηρετούν το Snowbar στα 2.069 μ. και το μικρό Icebar, στη θέση Κρέμαση, απέναντι από το εκκλησάκι του Προφήτη Ηλία.

#### Πρόσβαση

Ασφαλτοστρωμένος δρόμος από την Έδεσσα οδηγεί στο χιονοδρομικό κέντρο Καιμακτσαλάν, αφού πρώτα περάσετε από την

Παναγίτσα και τον γραφικό Άγιο Αθανάσιο. Από την Έδεσσα έως το χιονοδρομικό κέντρο μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτοκίνητο ή ταξί. Στην Έδεσσα μπορείτε να φτάσετε οδικώς, σιδηροδρομικώς ή αεροπορικώς μέσω Θεσσαλονίκης.

#### Πίστες και αναβατήρες

Το χιονοδρομικό κέντρο έχει 15 πίστες με συνολικό μήκος 11 χλμ., ένα snowboard fun park με δύο πίστες, καθώς και νυχτερινή πίστα.

Τις πίστες εξυπηρετούν έξι αναβατήρες που μεταφέρουν 3.600 άτομα την ώρα, ενώ ένας ακόμα καταλήγει στην κορυφή Προφήτης Ηλίας.

Πίστες			
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Υψόμετρο αφετηρία/τέρμα	Είδος πίστας
No 5	900 μ.	2.200/2.480 μ.	•
No 6	900 μ.	2.200/2.480 μ.	•
No 1	900 μ.	2.200/2.480 μ.	•
No 2A	1.600 μ.	2.100/2.350 μ.	•
No 2B	1.600 μ.	2.100/2.350 μ.	•
No 3	1.600 μ.	2.100/2.350 μ.	•
Αγωνιστική	1.600 μ.	2.100/2.350 μ.	•
No 4	1.600 μ.	2.100/2.350 μ.	•
No 2	780 μ.	2.080/2.210 μ.	•
No 9	780 μ.	2.080/2.210 μ.	•
No 10	780 μ.	2.080/2.210 μ.	•
No 7	500 μ.	2.030/2.150 μ.	•
No 8	500 μ.	2.030/2.150 μ.	•
Αγωνιστική	500 μ.	2.030/2.150 μ.	•
Baby	2.050 μ.		•
Baby	2.050 μ.		•

Baby	2.050 μ.		•
Σπαστήρας-Κάμινο	7 χλμ.	1.680 μ.	Cross country
Θέση Σταυρός	19.9 χλμ.	1.574 μ.	Cross country
<b>Αναβατήρες</b>			
<b>Όνομασία</b>	<b>Είδος</b>	<b>Χρόνος (σε λεπτά)</b>	<b>Άτομα (ανά ώρα)</b>
Κρέμαση	Δ.Σ.	6	1.000
Σαραντόβρυση 1	Ε	12	1.200
Σαραντόβρυση 2	Μ.Σ.	12	900
Μετερίζι	Μ.Σ.	5	500
Lift 1	Σ		
Lift 2	Σ		
Lift 3	Σ		
<b>Σχολές σκι</b>			
<b>Παπατούσης</b>			
Έ 23810 26144			
~ <i>Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192</i>			
<b>Τιμοκατάλογος</b>			
	(9:00-16:00)	(μετά τις 13:00)	
<b>Ημερίσιες κάρτες</b>			
Κανονική:			
Δευτέρα-Πέμπτη, Κυριακή	10€	7€	
Παρασκευή, Σάββατο	13€	10€	
Εκπρωτική:			
Δευτέρα-Πέμπτη, Κυριακή	7€	7€	
Παρασκευή, Σάββατο	10€	10€	
Παιδική	7€	7€	
<b>Ετήσιες κάρτες</b>			
Κανονική	150€		
Αθλητών, προπονητών	100€		
Εισητήριο, απλή διαδρομή	3€		
<b>Ενοικιάσεις</b>			

Ski	13€		
Snowboard	20€		
<b>Διαμονή</b>			
<p>Το καταφύγιο που λειτουργεί στο χιονοδρομικό κέντρο Έ 23810 32000 και το οποίο ανακαινίστηκε το 2004, αποτελεί πολύ καλή επιλογή για όσους θέλουν να είναι δίπλα ακριβώς στο χιόνι.</p> <p>Στους γειτονικούς οικισμούς και στην Έδεσσα σας περιμένουν φιλόξενα μικρά ξενοδοχεία, καθώς και ενοικιαζόμενα δωμάτια, φροντισμένα με το μεράκι των ντόπιων.</p>			
<b>Μετόχι</b> Άγιος Αθανάσιος Έ 23810 31890	<b>Καταρράκτες</b> Έδεσσα Έ 23810 27237	<b>Γαλήνη</b> Λουτράκι Έ 23840 91081	
<b>Λίθος</b> Άγιος Αθανάσιος Έ 23810 31996	<b>Ξενία</b> Έδεσσα Έ 23810 29706	<b>Νέον</b> Λουτράκι Έ 23840 91170	
<b>Αλέξανδρος</b> Γιαννιτσά Έ 23820 24700	<b>Πέλλα</b> Έδεσσα Έ 23810 23541	<b>Παναγίτσα</b> Παναγίτσα Έ 23810 34158	
<b>Βαρόσι</b> Έδεσσα Έ 23810 21865	<b>Αστέρας</b> Λουτράκι Έ 23840 91239	<b>Το σπητάκι</b> Παναγίτσα Έ 23810 34319	
<b>Φαγητό</b>			
<b>Ο πλάτανος</b> Έδεσσα Έ 23810 29320	<b>Πανόραμα</b> Έδεσσα Έ 23810 26619	<b>Συνάντηση</b> Έδεσσα Έ 23810 26950	
<b>Ο σταθμός</b> Έδεσσα Έ 23810 21110	<b>Πέτρινο</b> Έδεσσα Έ 23810 34033	<b>Αρχοντικό</b> Έδεσσα Έ 23810 23945	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
<b>Χ.Κ. Έδεσσας</b> Έ 23810 32000	<b>Δήμος Έδεσσας</b> Έ 23810 22966	<b>ΟΣΕ Έδεσσας</b> Έ 23810 23510	<b>Δήμος Πέλλας</b> Έ 23820 31222

Ο.Χ. Έδεσσας Έ 23810 29161	Α.Τ. Έδεσσας Έ 23810 23333	TAXI Έδεσσας Έ 23810 23392	Α.Ι. Πέλλας Έ 23820 32555
Φ.Ο. Έδεσσας Έ 23810 23285	ΚΤΕΛ Έδεσσας Έ 23810 23511	Δήμος Αριδαίας Έ 23840 21419	Α.Τ. Πέλλας Έ 23820 22224
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			

## **Βίγλα Πισοδερίου**

### Το βουνό

Η θέση Βίγλα Πισοδερίου αποτελεί ουσιαστικά μια διάβαση στον αυχένα που σχηματίζεται ανάμεσα στα όρη Βαρνούντα και Βίτσι ή Βέρνο.

Ο Βαρνούντας με υψόμετρο 2.334 μ. βρίσκεται στη βορειοδυτικό τμήμα του νομού Φλώρινας, στα σύνορα με τη FYROM.

Το Βίτσι ή Βέρνο με υψόμετρο 2.128 μ. βρίσκεται στα σύνορα των νομών Καστοριάς και Φλώρινας.

Τα πυκνά δάση οξιάς και η σπάνια γλωρίδα και πανίδα δημιουργούν εδώ εντυπωσιακά τοπία, καθώς η περιοχή διατηρεί την ιδιαίτερη ομορφιά της.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Στη συμβολή των οροσειρών του Βαρνούντα και του Βέρνου, 19 χλμ δυτικά από τη πόλη της Φλώρινας και σε υψόμετρο 1.600 - 1.900μ. σχηματίζεται ένας ορεινός αυχέννας, όπου και βρίσκεται η διάβαση Βίγλας Πισοδερίου. Στην θαυμάσια αυτή τοποθεσία, μέσα σε ένα υπέροχο δάσος από οξιές, βρίσκεται ένα από τα καλύτερα χιονοδρομικά κέντρα της Ελλάδας. Στο χιονοδρομικό κέντρο υπάρχουν 10 πιστές ολυμπιακών προδιαγραφών ώστε να μπορούν να εξυπηρετήσουν όλες τις κατηγορίες των skier αλλά και των snowboarders, 5 αναβατήρες, 3 συρόμενοι και 2 εναέριοι, χώρος στάθμευσης 500 αυτοκινήτων, το

καταφύγιο του Συλλόγου Ορειβατών Χιονοδρόμων Φλώρινας και το ιδιωτικό σαλέ Τόττης, το οποίο λειτουργεί όλο το χρόνο.

### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο Βίγλα Πισοδερίου προσεγγίζεται από τον οδικό άξονα Φλώρινας - Πρεσπών - Καστοριάς. Η πιο κοντινή μεγάλη πόλη για το χιονοδρομικό κέντρο είναι η Φλώρινα. Από τη Φλώρινα το χιονοδρομικό κέντρο απέχει 19 χλμ.. Η Φλώρινα με τη σειρά της, απέχει από τη Θεσσαλονίκη 166 χλμ. και από την Αθήνα 592 χλμ..

### Πίστες και αναβατήρες

Τους χιονοδρόμους του κέντρου εξυπηρετούν δύο διαθέσιμοι εναέριοι αναβατήρες και ένας συρόμενος καθώς και δύο baby lifts.

Πίστες		
Όνομασία	Μήκος	Είδος πίστας
Ηρακλής (κεντρική)	1.450 μ.	•
Δύο καινούργιες	2.000 μ. καθεμία	•
Καινούργια	800 μ.	•
Αφροδίτη (περιφερειακή)	1.850 μ.	•
Δύο αρχαίων	800 μ. καθεμία	•
Τέσσερις παιδικές	200-500 μ. καθεμία	•
Περιφερειακή	6.000 μ.	•
Δρόμου αντοχής	1.500 μ.	
Δρόμου αντοχής	2.000 μ.	
Δρόμου αντοχής	2.500 μ.	
Σχολές σκι		
Martha Tours Έ 210 3310323	Trekking Hellas Έ 210 6533597	
Τιμοκατάλογος		
	Σαββατοκύριακα, αργίες	Καθημερινές

Κάρτα ενηλίκων	13€	10€	
Παιδική κάρτα	10€	7€	
Φοιτητική κάρτα	10€	7€	
Στρατιωτική κάρτα	10€	7€	
<b>Διαμονή</b>			
Στη θέση Βίγλα Πισοδερίου, σε υψόμετρο 1.650 μ. βρίσκεται το καταφύγιο Βίγλας, δυναμικότητας 55 ατόμων. Διαθέτει τζάκι, ξυλόσομπα, υδροδότηση, οργανωμένη κουζίνα και τουαλέτες μέσα στο καταφύγιο, Έ 23850 29939.			
Άγιος Γερμανός Άγιος Γερμανός Έ 23850 51397	Το Παραδοσιακό Άγιος Γερμανός Έ 23850 51266	Μιράντα Πισοδέρι Έ 23850 45970	
<b>Φαγητό</b>			
Λευτέρης Άγιος Γερμανός Έ 23850 51418	Το Τζάκι Άγιος Γερμανός Έ 23850 51470	Αρχοντικό Νυμφαίο Έ 23860 31107	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
Χ.Κ. Βίγλα Έ 23850 45800	Δήμος Φλώρινας Έ 23850 44325	TAXI Φλώρινας Έ 23850 22700	A.T. Νυμφαίου Έ 23860 31361
A.T. Φλώρινας Έ 23850 22100	ΚΤΕΛ Φλώρινας Έ 23850 22430	ΟΣΕ Φλώρινας Έ 23850 22404	A.I. Νυμφαίου Έ 23860 31360

## **Μετσόβου**

### Το βουνό

Τα χιονοδρομικά κέντρα του Μετσόβου βρίσκονται στις νότιες απολήξεις του ορεινού συμπλέγματος του Λύγκου, στην ανατολική Πίνδο.

Η σειρά των βουνών που διαμορφώνουν τον Λύγκο εκτείνεται από τα βορειοδυτικά του Μετσόβου ως τα νότια του χωριού Περιβόλι Γρεβενών.

Οι κορυφές του Λύγκου σχηματίζουν στην ουσία ένα πέταλο δυτικά από τη φημισμένη Θερμή Κοιλάδα ή αλλιώς Βάλια Κάλντα και ένα φυσικό ορεινό φράγμα ανάμεσα σε αυτή και τα μαγευτικά Ζαγοροχώρια.

Στα βόρεια υπάρχουν οι κορυφές Αβγό με υψόμετρο 2.177 μ., Πυροστιά με υψόμετρο 1.967 μ. και Μηλιά με υψόμετρο 2.177 μ., ενώ στα νότια έχουμε τις κορυφές Αφτιά με υψόμετρο 2.085 μ., Φλέγκα με υψόμετρο 2.159 μ. και Μαυροβούνι με υψόμετρο 2.050 μ.. Ανάμεσα στις κορυφές αυτές και τις νοτιότερες απολήξεις του Λύγκου, όπου και συναντάμε τα βουνά του Μετσόβου και τα χιονοδρομικά κέντρα, μεσολαβεί ο Αωός ποταμός και η τεχνητή λίμνη των πηγών του. Αυτό το συγκρότημα βουνών αποτελείται από συνεχόμενα διάσελα με υψόμετρο όχι κάτω από 1.600 μ. και επομένως μπορεί κανείς να το διασχίσει από το ένα άκρο του έως το άλλο.

Τα βουνά της περιοχής του Μετσόβου, που έχουν ενταχθεί στο δίκτυο Natura 2000, καλύπτονται κατά κύριο λόγο από οξιές, έλατα, ρόμπολα και μαυρόπευκα, ενώ έχουν ενδιαφέρουσα πανίδα και χλωρίδα, τυπική των βορειότερων τμημάτων της οροσειράς της Πίνδου.

#### Τα χιονοδρομικά κέντρα

Στους ορεινούς όγκους βορειοδυτικά από την πόλη του Μετσόβου βρίσκονται τα χιονοδρομικά κέντρα της περιοχής. Αυτά είναι τα χιονοδρομικά κέντρα Καρακόλι, Πολιτσιές και Ζυγός.

#### **Καρακόλι**

Το πρώτο χιονοδρομικό κέντρο βρίσκεται σε δάσος οξιάς, στη θέση Καρακόλι. Απέχει 1,5 χλμ. από την κωμόπολη του Μετσόβου και 59 χλμ. από τα Ιωάννινα και αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.340 μ. έως 1.520 μ.. Λειτουργεί από το 1966 και το διαχειρίζεται το Ίδρυμα Βαρόνου Μιχαήλ Τοσίτσα.

Το χιονοδρομικό κέντρο λειτουργεί μόνο από τον Ιανουάριο έως τις αρχές Μαρτίου.



Στο χιονοδρομικό κέντρο το οποίο διαθέτει και σύστημα τεχνητής χιόνωσης, υπάρχει οργανωμένο τουριστικό περίπτερο, όπου υπάρχει η δυνατότητα να νοικιάσετε εξοπλισμό χιονοδρομίας και να κάνετε μαθήματα σκι.

### **Πολιτσιές**

Το δεύτερο χιονοδρομικό κέντρο βρίσκεται 4 χλμ. βορειοδυτικά από το Μέτσοβο και 64 χλμ. από τα Ιωάννινα, στην τοποθεσία Πολιτσιές, δίπλα στο εκκλησάκι του Προφήτη Ηλία.

Αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.360 μ. έως 1.620 μ., σε περιοχή κατάφυτη από οξιές, έλατα και πεύκα. Τη διαχείριση του χιονοδρομικού κέντρου θα την αναλάβει σύντομα η Α.Ε. Χιονοδρομικά Κέντρα Μετσόβου.

Το χιονοδρομικό κέντρο στις Πολιτσιές, διαθέτει μηχανήματα διάστρωσης χιονιού και σύστημα τεχνητού χιονιού και λειτουργεί από τα μέσα Δεκεμβρίου έως τα τέλη Μαρτίου.

Διαθέτει επίσης, τουριστικό περίπτερο με εστιατόρειο και μπαρ, καθώς και όχημα με ερπύστριες για περιήγηση στην περιοχή.

Στο χώρο του κέντρου ενοικιάζεται εξοπλισμός σκι και γίνονται μαθήματα χιονοδρομίας σε αρχάριους.

### **Ζυγός**

Το χιονοδρομικό κέντρο Ζυγός, βρίσκεται στη θέση Ζυγός, νότια από τον οδικό άξονα Μετσόβου - Τρικάλων. Και εδώ υπεύθυνος φορέας είναι ο Δήμος Μετσόβου.

### Πρόσβαση

Τα χιονοδρομικά κέντρα προσεγγίζονται από τον οδικό άξονα Ιωαννίνων - Μετσόβου - Τρικάλων. Από το Μέτσοβο, για να φτάσετε στη θέση Καρακόλι, θα πρέπει να διανύσετε 1,5 χλμ., ενώ για να φτάσετε στη θέση Πολιτσιές, περίπου 4,5 χλμ..

### Πίστες και αναβατήρες

## Καρακόλι

Διαθέτει μονοθέσιο αναβατήρα τύπου καρεκλάκι, με συνολικό μήκος 1 χλμ. και διάρκεια ανάβασης από 7 έως 8 λεπτά.

Ο αναβατήρας αυτός εξυπηρετεί δύο πίστες, μια αρχαρίων και μια προχωρημένων.

## Πολιτσιές

Διαθέτει τρεις αναβατήρες, δύο συρόμενους 500 μ. και 700 μ., καθώς και baby lift 150 μ. και διάρκεια ανάβασης από 3 έως 4 λεπτά.

Οι αναβατήρες αυτοί εξυπηρετούν 5 πίστες, 2 για αρχάριους μήκους 300 μ. και 3 για προχωρημένους, 700 μ., 1.000 μ. και 1.200 μ. αντίστοιχα. Το συνολικό μήκος των πιστών αυτών είναι 3,5 χλμ.. Υπάρχει, τέλος, και πίστα αντοχής μήκους 10 χλμ..

Πίστες		
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Είδος πίστας
Τοποθεσία Καρακόλι		
No 1	1.000 μ.	•
No 2	1.200 μ.	•
Τοποθεσία Πολιτσιές		
No 1	750 μ.	••
No 2	900 μ.	••
No 3	1.200 μ.	••
No 4	350 μ.	•
No 5	150 μ.	•
Αναβατήρες		
Είδος	Μήκος διαδρομής	Τοποθεσία
Εναέριος (καρέκλα)	800 μ.	Καρακόλι
Συρόμενος (πιάτο)	700 μ.	Πολιτσιές
Συρόμενος (πιάτο)	550 μ.	Πολιτσιές
Συρόμενος (πιάτο)	150 μ.	Πολιτσιές

Σχολές σκι			
Kastora Ski Club Έ 26560 42302	Martha Tours Έ 210 6533597	Robinson Έ 26530 71041	
Trekking Hellas Έ 210 3310323	Νάκας Δημήτριος Έ 26560 41881	Πλαχούρα Ελένη Έ 6945 793243	
Μπούμπας Νικόλαος Έ 26560 41952	Παπαγγελή Καλλιόπη Έ 6977 545044	Τέσινας Δημήτριος Έ 6944 610076	
Τιμοκατάλογος			
Τοποθεσία Καρακόλι		Τοποθεσία Πολιτσιές	
Κάρτα απεριόριστων διαδρομών			
Ενήλικες	7€	Ενήλικες	10€
Παιδιά	4€	Παιδιά	6€
Διαμονή			
<p>Για τη διαμονή σας μπορείτε να επιλέξετε δύο μακρινές και τολμηρές, αλλά φυσικές λύσεις.</p> <p>Η πρώτη λύση, είναι το διώροφο πέτρινο καταφύγιο του Δήμου Μετσόβου, Έ 26560 41207, βόρεια από το Μέτσοβο, στο Μαυροβούνι, στη θέση Πέντε Λάκκοι και σε υψόμετρο 1.920 μ.. Το καταφύγιο του Δήμου Μετσόβου είναι δυναμικότητας 30 ατόμων.</p> <p>Η δεύτερη λύση, είναι το καταφύγιο στη θέση Λάριανη, σε απόσταση 2,5 χλμ. από τη Βωβούσα, με δυναμικότητα 52 ατόμων, Έ 26560 22200.</p> <p>Για τη διαμονή σας προσφέρονται επίσης πολλές δυνατότητες στο Μέτσοβο, καθώς και στα Ιωάννινα.</p>			
Du Lac Γιάννενα Έ 26510 59100	Βυζάντιο Γιάννενα Έ 26510 40453	Κάστρο Γιάννενα Έ 26510 22866	
Άδωνις Μέτσοβο Έ 26560 42300	Αθήναι Μέτσοβο Έ 26560 41725	Ακρόπολις Μέτσοβο Έ 26560 41672	

Απόλλων Μέτσοβο Έ 26560 41844	Αστέρι Μέτσοβο Έ 26560 41650	Βικτώρια Μέτσοβο Έ 26560 41771	
Γαλαξίας Μέτσοβο Έ 26560 41202	Γοδέβενος Μέτσοβο Έ 26560 41166	Διάσελο Μέτσοβο Έ 26560 41895	
Εγνατία Μέτσοβο Έ 26560 41900	Καρράς Αναστάσιος Μέτσοβο Έ 26560 41762	Κασκωράς Μέτσοβο Έ 26560 42559	
Κασσαρός Μέτσοβο Έ 26560 41800	Κιούρας Απόστολος Μέτσοβο Έ 26560 42659	Μαρία Μέτσοβο Έ 26560 41451	
Μπιτούνης Μέτσοβο Έ 26560 41217	Μπούμπα Ελένη Μέτσοβο Έ 26560 41800	Ντούρος Χρήστος Μέτσοβο Έ 26560 41316	
Ολύμπικ Μέτσοβο Έ 26560 41337	Τέστας Μέτσοβο Έ 26560 41434	Φλόκας Μέτσοβο Έ 26560 41309	
<b>Φαγητό</b>			
Γαλαξίας Μέτσοβο Έ 26560 41123	Καμάρες Μέτσοβο Έ 26560 42808	Κατώι Μέτσοβο Έ 26560 42040	
Κρυφή Φωλιά Μέτσοβο Έ 26560 41628	Μετσοβίτικο σαλόνι Μέτσοβο Έ 26560 42142	Προφήτης Ηλίας Μέτσοβο Έ 26560 41095	
Σκορπιός Μέτσοβο Έ 26560 41482	Το αρχοντικό Μέτσοβο Έ 26560 42511	Το παραδοσιακό Μέτσοβο Έ 26560 41773	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
Χ.Κ. Καρακόλι Έ 26560 41205	Χ.Κ. Πολιτισίες Έ 26560 41095	Δήμος Μετσόβου Έ 26560 41207	Κ.Υ. Μετσόβου Έ 26560 41111
ΚΤΕΛ Μετσόβου Έ 26560 41280	TAXI Μετσόβου Έ 26560 41393	Α.Τ. Μετσόβου Έ 26560 41233	ΕΟΤ Ιωαννίνων Έ 26510 41142

ΕΟΣ Ιωαννίνων Έ 26510 22138	Ν Ιωαννίνων Έ 26510 99111	ΚΤΕΛ Ιωαννίνων Έ 26510 26286	Α.Τ. Ιωαννίνων Έ 26510 26226
--------------------------------	------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

## **Βρυσοπούλες**

### Το βουνό

Οι δυτικές και νότιες πλαγιές του Ολύμπου, που βρίσκονται στη θεσσαλική πλευρά του βουνού, έχουν λιγότερα δάση από τις υπόλοιπες, λόγω καταστροφικών πυρκαγιών στην αρχαιότητα, όμως δεν υστερούν σε ομορφιά. Στο τμήμα αυτό του Ολύμπου σημαντικές κορυφές είναι ο Άγιος Αντώνιος με υψόμετρο 2.815 μ. και ο Διακόντης 2.588 μ.. Ο οικισμός Κοκκινοπηλός σε υψόμετρο 1.160 μ. θεωρείτε η δυτική πύλη του Ολύμπου. Εδώ καταλήγει το ευρωπαϊκό μονοπάτι E4, αφού διασχίσει τον Όλυμπο από τα ανατολικά προς τα δυτικά. Από το χωριό μπορεί κανείς να προσεγγίσει τις κορυφές Κίτρος και Φλάμπουρο, έχοντας μια πραγματικά αξέχαστη εμπειρία. Από το καταφύγιο στη θέση Βρυσοπούλες, ακολουθώντας πορεία προς τα δεξιά, μπορούμε να γνωρίσουμε τις ομαλές νότιες κορυφές του Ολύμπου Καλόγερος με υψόμετρο 2.701 μ., Μεταμόρφωση με υψόμετρο 2.699 μ., Κακαβράκος με υψόμετρο 2.618 μ. και Εννέα Πύργοι με υψόμετρο 2.450 μ.

Σε ό,τι αφορά τη βλάστηση, στα χαμηλά υψόμετρα επικρατούν τα αείφυλλα - πλατύφυλλα, με χαρακτηριστικό τους θάμνους, τις κουμαριές, τα πουνάρια, τις κρانيές κ.ά.. Ψηλότερα από τα 1.000 μ. επικρατούν τα μαυρόπευκα, τα έλατα και οι οξιές. Σε μεγαλύτερα υψόμετρα επικρατούν τα ρόμπολα, ενώ στα αλπικά υψόμετρα τα πετρώδη λιβάδια.

Σε ό,τι αφορά τη χλωρίδα, στον Όλυμπο έχουν καταγραφεί πάνω από 1.700 είδη φυτών, μεταξύ των οποίων και περισσότερα από 800 αγριολούλουδα.

Η πανίδα του βουνού είναι σήμερα λιγοστή, λόγω των λαθροκυνηγών. Συναντάμε πάντως αγριογούρουνα, αγριόγατους, ασβούς κ.ά..

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο στις Βρυσοπούλες είναι μέρος του Κέντρου Εκπαίδευσης Ορεινού Αγώνα και Χιονοδρόμων, στην ευρύτερη περιοχή της Ελασσόνας και ανήκει στο Γενικό Επιτελείο Στρατου. Είναι το μοναδικό χιονοδρομικό κέντρο στην περιοχή και βρίσκεται στις νοτιοδυτικές πλαγιές του Ολύμπου σε υψόμετρο 1.800 μ..

Το χιονοδρομικό κέντρο λειτουργεί από τις αρχές του Δεκεμβρίου έως τον Μάρτιο και διαθέτει μία μόνο πίστα, το ανώτερο σημείο της οποίας είναι 2,450 μ., ενώ το κατώτερο 1.900 μ..

#### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο στις Βρυσοπούλες απέχει 130 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 400 χλμ. από την Αθήνα. Από την Ελασσόνα, για να φτάσει κανείς στο χιονοδρομικό κέντρο πρέπει να διανύσει 40 χλμ., ενώ από την Ολυμπιάδα 20 χλμ. εκ των οποίων τα 17 είναι χωματόδρομος.

#### Πίστες και αναβατήρες

Το χιονοδρομικό κέντρο στις Βρυσοπούλες διαθέτει 5 πίστες καταβάσεων και 2 συρόμενους αναβατήρες.

Διαμονή		
Στη θέση Βρυσοπούλες υπάρχει καταφύγιο σε υψόμετρο 1.800 μ., που ανήκει στην Ε.Ο.Ο.Α. και μπορεί να φιλοξενήσει 60 άτομα. Διαθέτει κρεβάτια, κουζίνα, καθώς και νερό από πηγή. Άλλη μία επιλογή είναι να μείνετε σε κάποιο ξενοδοχείο της Ελασσόνας.		
Ολύμπιον Ελασσόνα Έ 24930 22278	Βερδικούσσα Ελασσόνα Έ 24930 81378	Καρυά Ελασσόνα Έ 24930 91316
Χρήσιμα τηλέφωνα		

Χ.Κ. Ελασσόνας Έ 24930 23467	Α.Τ. Ελασσόνας Έ 24930 22302	Κ.Υ. Ελασσόνας Έ 24930 22222	TAXI Ελασσόνας Έ 24930 22200
---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	---------------------------------

## Αγριολεύκες

### Το βουνό

Το Πήλιο με υψόμετρο 1.624 μ. είναι από τα λίγα κατάφυτα βουνά της Ελλάδας. Η θέση του ανάμεσα στο Αιγαίο και τον Παγασητικό, η μορφολογία του, οι υπέροχοι οικισμοί του, το κατατάσσουν στις ωμορφότερες περιοχές της χώρας.

Το Πήλιο καλύπτει το μεγαλύτερο μέρος της χερσονήσου της Μαγνησίας, ενώ οι βόρειες απολήξεις του το συνδέουν με την Όσσα. Απλώνεται σε ολόκληρο το ανατολικό μέρος του νομού Μαγνησίας, κλίνει προς τον Παγασητικό κόλπο σχηματίζοντας ένα είδος τείχους μεταξύ του κόλπου και του Αιγαίου, σχηματίζοντας μία κακοτράχαλη ακτογραμμή με ελάχιστες αμμουδιές. Η δυτική πλευρά του απλώνεται με πιο ήπιο τρόπο, φτάνοντας στην ανατολική λεκάνη της θεσσαλικής και στον Παγασητικό, με ομαλές πλαγιές, οι οποίες καταλήγουν σε αμμουδερές ακρογιαλιές.

Το Πήλιο είναι ενταγμένο στο δίκτυο Natura 2000, λόγω της πλούσιας βιοποικιλότητάς του. Στο ανατολικό και βορειοανατολικό Πήλιο, η βλάστηση είναι πυκνότερη και άγρια, λόγω των υδρατμών του Αιγαίου. Πυκνά δάση οξιάς, φλαμουριάς και βελανιδιάς απλώνονται έως τις κορυφές του. Στο βουνό, μεταξύ άλλων, φύεται μεγάλος αριθμός θεραπευτικών - φαρμακευτικών φυτών.

Αντίθετα όμως με τη χλωρίδα, η πανίδα του βουνού συνεχώς μειώνεται, λόγω κυρίως των ανθρώπινων παρεμβάσεων. Εδώ συναντά κανείς αγριογούρουνα, λαγούς, αλεπούδες, νυφίτσες κ.ά., ενώ από πουλιά, γεράκια, πέρδικες, αγριοπερίστερα κ.ά..

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο Πηλίου, ένα από τα πρώτα που λειτούργησαν στην Ελλάδα, δημιουργήθηκε από τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο Βόλου το 1967 και φιλοξένησε δύο φορές τους Βαλκανικούς Χιονοδρομικούς Αγώνες, το 1974 και το 1978. Από το 1997 και για 20 χρόνια τη διαχείρισή του έχει αναλάβει η Αναπτυξιακή Εταιρία Μαγνησίας Α.Ε..

Η κορυφή που φιλοξενεί το χιονοδρομικό κέντρο είναι οι Αγριόλευκες, σε υψόμετρο 1.471 μ.. Η θέση αυτή δικαιολογεί πλήρως το χαρακτηρισμό μπαλκόνι, καθώς προσφέρει πανοραμική θέα προς τη θάλασσα, ενώ γύρω απλώνεται δάσος με οξιές και αγριόλευκες.

Το χιονοδρομικό κέντρο στις Αγριόλευκες, διαθέτει καταφύγιο, καφέ - μπαρ, καθώς και ένα επιπλέον αναψυκτήριο. Λειτουργούν επίσης ελικοδρόμιο, 3 πάρκινγκ δυναμικότητας 800 αυτοκινήτων, σταθμός Πρώτων Βοηθειών, καθώς και σχολή σκι και κατάστημα ενοικίασης ειδών σκι και snowboard.

### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο προσεγγίζεται από τον Βόλο, ο οποίος βρίσκεται στις ανατολικές απολήξεις του Πηλίου. Στον Βόλο μπορείτε να φτάσετε με το αυτοκίνητό σας, με το ΚΤΕΛ, ή με το τρένο.

Για να φτάσετε λοιπόν στο χιονοδρομικό κέντρο Πηλίου, θα χρειαστεί να διανύσετε έως τον Βόλο 330 χλμ. από την Αθήνα και 230 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη. Το χιονοδρομικό κέντρο απέχει 27 χλμ. από τον Βόλο, 2 χλμ. από τον ορεινό οικισμό Χάνια, 12 χλμ. από την Πορταριά και 20 χλμ. από τη Ζαγορά.

### Πίστες και αναβατήρες

Το χιονοδρομικό κέντρο Πηλίου διαθέτει 2 εναέριους αναβατήρες με μονό κάθισμα και έναν διαθέσιμο εναέριο αναβατήρα, που συνδέει το χαμηλότερο σημείο των πιστών με την κορυφή.



Υπάρχουν 3 κύριες πίστες κατάβασης, πίστα για αρχάριους, καθώς και πίστα δρόμου αντοχής. Το συνολικό μήκος των πιστών είναι 12 χλμ..

Πιο συγκεκριμένα οι πίστες του κέντρου είναι οι παρακάτω.

Πίστες		
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Είδος πίστας
Θέτις	400 μ.	•
Ιάσων	350 μ.	•
Αντοχής	5.000 μ.	•
Πανόραμα	1.045 μ.	••
Αρχαρίων	250 μ.	•
Φαλκονέρα	635 μ.	•
Χιονοδιάδρομοι	2.500 μ.	
Σχολές σκι		
Les Hirondelles Έ 24210 32171		
Top Adventures Έ 24210 38035		
~ Επεξήγηση σήματος στη σελίδα 192		
Διαμονή		
<p>Πρώτη επιλογή είναι το ίδιο το χιονοδρομικό κέντρο, όπου σε υψόμετρο 1.350 μ. Λειτουργεί καταφύγιο, το οποίο μπορεί να εξασφαλίσει διαμονή σε 80 άτομα, Έ 24280 73702.</p> <p>Αν θέλετε κάτι διαφορετικό, μπορείτε να επιλέξετε έναν από τους δεκάδες πανέμορφους παραδοσιακούς πηλιορείτικους ξενώνες της περιοχής.</p>		
Αίγλη Βόλος Έ 24210 24471	Αλέξανδρος Βόλος Έ 24210 31221	Park Βόλος Έ 24210 36511
Αρχοντικό Γκαγιάννη	Στεφάνια	Αδάμ

Ζαγορά Έ 24260 23391	Ζαγορά Έ 24260 23233	Μακρινίτσα Έ 24280 99527	
Κένταυρος Μακρινίτσα Έ 24280 99075	Πανδώρα Μακρινίτσα Έ 24280 99404	Πέτρινο Μακρινίτσα Έ 24280 99966	
Δεσποτικό Πορταριά Έ 24280 99046	Ξενία Πορταριά Έ 24280 99980	Αλέκα Τσαγκαράδα Έ 24260 49380	
Βίλα εξοχή Τσαγκαράδα Έ 24260 49497	Μάνθος Χάνια Έ 24280 96402	Πηλέας Χάνια Έ 24280 96431	
<b>Φαγητό</b>			
<p>Η πηλιορείτικη κουζίνα σίγουρα θα σας ενθουσιάσει, με πρώτο και καλύτερο το φημισμένο σπεντζοφάι.</p> <p>Όμορφα εστιατόρια και ουζερί σας περιμένουν σε κάθε χωριό του Πηλίου, καθώς και στον Βόλο.</p>			
Μονοσάνδαλος Βόλος Έ 24210 37525	Το καναράκι Βόλος Έ 24210 44448	Ο Πέτρος Ζαγορά Έ 24260 23666	
Παλιός σταθμός Μηλιές Έ 24230 86425	Διακουμής Πορταριά Έ 24280 99898	Κριτσά Πορταριά Έ 24280 99121	
Αλέκα Τσαγκαράδα Έ 24260 49380	Δειπνοσοφιστής Τσαγκαράδα Έ 24260 49825	Ρομβία Τσαγκαράδα Έ 24260 49308	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
Χ.Κ. Πηλίου Έ 24280 73719	Δήμος Αγριάς Έ 24280 91388	Δήμος Βόλου Έ 24210 23421	Δήμος Πορταριάς Έ 24280 99920
Α.Τ. Πορταριάς Έ 24280 99105	Α.Ι. Πορταριάς Έ 24280 99106	Δήμος Ζαγοράς Έ 24260 22305	Α.Τ. Ζαγοράς Έ 24260 22529

## Περτουλιώτικα Λιβάδια

### Το βουνό

Ο Κόζιακας με υψόμετρο 1.901 μ. αποτελεί ένα από τα ωραιότερα βουνά της Θεσσαλίας. Απλώνεται δυτικά από τα Τρίκαλα, σχηματίζοντας μια συνεχόμενη κορυφογραμμή, με πολλές κορυφές, επιμηκή οροπέδια γεμάτα αγριολούλουδα και ατελείωτα ρέματα. Βρίσκεται στο ανατολικότερο τμήμα της νότιας Πίνδου. Αρχίζει νοτιοδυτικά από την Καλαμπάκα, συνεχίζεται με βορινή κατεύθυνση για να καταλήξει στον οικισμό Πύλη, στα όρια των νομών Τρικάλων και Καρδίτσας.

Ολόκληρο σχεδόν το βουνό καλύπτεται από δάση, με εξαίρεση τις πιο ψηλές κορυφές. Στα χαμηλά υψόμετρα επικρατούν πλατύφυλλα φυλλοβόλα δένδρα, βελανιδιές, πλατάνια και θαμνώδης βλάστηση.

Στα ψηλότερα, κυρίως στις ανατολικές πλαγίες, συναντάμε δάση καστανιάς και οξιάς, ενώ στις δυτικές πλαγίες, συναντάμε πυκνά δάση από έλατα.

Ο Κόζιακας φιλοξενεί αρκετές θέσεις με οικολογικό ενδιαφέρον, γι' αυτό έχει ενταχθεί στο δίκτυο Natura 2000.

Το βουνό αποτελεί καταφύγιο πολλών ειδών, όπως της αρκούδας, του λύκου, της αλεπούς, του λαγού, του σκίουρου κ.ά.. Αξιόλογη είναι και η παρουσία των μεγάλων αρπακτικών και κυρίως του γύπα.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Στη θέση Πεπτουλιώτικα Λιβάδια λειτουργεί το χιονοδρομικό κέντρο Πετρουλίου. Αναπτύσσεται σε υψόμετρο 1.170 μ. έως 1.340 μ. και είναι ανοιχτό όλο το χρόνο.

Στο χώρο του χιονοδρομικού κέντρου λειτουργούν δύο σαλέ. Για τους επίδοξους χιονοδρόμους υπάρχουν σχολές σκι, καταστήματα πώλησης και ενοικίασης ειδών σκι, πάρκινγκ και ιατρείο.

### Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο Πετρουλίου προσεγγίζεται από τα Τρίκαλα, όπου φτάνετε εύκολα από το εθνικό οδικό δίκτυο. Από εκεί ασφαλτοστρωμένος δρόμος οδηγεί στην Πύλη, την Ελάτη και το Πετρουλί. Από το Πετρουλί θα χρειαστείτε άλλα 3 χλμ. για να φτάσετε στο χιονοδρομικό κέντρο.

Τα Τρίκαλα απέχουν 335 χλμ. από την Αθήνα και 216 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη. Από τα Τρίκαλα έως το χιονοδρομικό κέντρο Πετρουλίου η απόσταση είναι περίπου 50 χλμ..

#### Πίστες και αναβατήρες

Οι σκιέρ που φτάνουν εδώ εξυπηρετούνται από 3 πίστες συνολικού μήκους 1,8 χλμ.. Η μεγαλύτερη από αυτές ονομάζεται Βασίλης Τσιτσάνης.

Το χιονοδρομικό κέντρο διαθέτει εναέριο διθέσιο αναβατήρα μήκους 1.000 μ., με δυναμικότητα 660 ατόμων την ώρα, 2 συρόμενους αναβατήρες τύπου άγκυρα και 1 baby lift μήκους 350 μ..

Τιμοκατάλογος		
	Σαβατοκύριακα, αργίες	Καθημερινές
<b>Κάρτα απεριόριστων διαδρομών</b>		
Ημερήσια	12€	8€
Παιδική	8€	5€
2 διαδρομών	5€	3€
Οικογενειακή κάρτα	12€	8€
Εβδομαδιαία	50€	40€
<b>Κάρτα περιήγησης</b>		
Ενηλίκων	5€	5€
Παιδική	3€	3€
Group (άνω 40 ατόμων)	3€	3€
Ετήσια	150€	150€
<b>Διαμονή</b>		

<p>Στη θέση Μπακόλα, κάτω από την ψηλότερη κορυφή του Κόζιακα και σε υψόμετρο 1.736 μ., βρίσκεται το καταφύγιο Χατζηπέτρος, το οποίο διαθέτει 16 κρεβάτια, κουβέρτες, τζάκι, ξυλόσομπες, οργανωμένη κουζίνα καθώς και τουαλέτες μέσα στο καταφύγιο, Έ 24230 75306.</p> <p>Βεβαίως υπάρχουν και άλλες γραφικές επιλογές στη γύρω περιοχή.</p>			
<p><b>Γιαμάνδες</b> Ελάτη Έ 24340 71208</p>	<p><b>Δρυάδες</b> Ελάτη Έ 24340 71275</p>	<p><b>Κόζιακας</b> Ελάτη Έ 24340 71100</p>	
<p><b>Λιγκέρι</b> Ελάτη Έ 24340 71454</p>	<p><b>Μπακάση</b> Ελάτη Έ 24340 31227</p>	<p><b>Μπάκου</b> Ελάτη Έ 24340 71208</p>	
<p><b>Φαγητό</b></p>			
<p><b>Ευτυχία</b> Ελάτη Έ 24340 71290</p>	<p><b>Καλαμάρας</b> Ελάτη Έ 24340 71080</p>	<p><b>Στέκι</b> Ελάτη Έ 24340 71204</p>	
<p><b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b></p>			
<p><b>Χ.Κ. Πετρουλίου</b> Έ 24340 91385</p>	<p><b>ΚΤΕΛ Τρικάλων</b> Έ 24310 73130</p>	<p><b>ΟΣΕ Τρικάλων</b> Έ 24310 27214</p>	<p><b>ΣΟΧ Τρικάλων</b> Έ 24310 28943</p>

## Παρνασσός

### Το βουνό

Ο Παρνασσός πήρε το όνομά του από τον μυθικό ήρωα Παρνασσό, γιό του Ποσειδώνα και της νύμφης Κλεοδώρας, η οποία έζησε στην περιοχή και ίδρυσε το Μαντείο της Πειθούς. Τοποθεσίες όπως η Αράχωβα, οι Δελφοί, η Άμφισσα, η Γραβιά κ.ά. πιστοποιούν την μακροχρόνια σύνδεση του βουνού με σημαντικές στιγμές της ελληνικής ιστορίας και μυθολογίας.

Ο Παρνασσός βρίσκεται στην κεντρική Ελλάδα, στα όρια των νομών Φωκίδας και Βοιωτίας και θεωρείται η νοτιότερη προέκταση της Πίνδου. Το βουνό χωρίζεται σε δύο ορεινά συγκροτήματα: τον ανατολικό ή κυρίως Παρνασσό και τον δυτικό.

Στον ανατολικό δεσπόζουν οι περισσότερες και πιο απόκρημνες

κορυφές, όπως η Λιάκουρα με υψόμετρο 2.457 μ., ο Γεροντόβραχος με 2.367 μ. και ο Τσάρκος με 2.414 μ.

Ο δυτικός Παρνασσός είναι πιο ομαλός και καλύπτεται σε μεγάλη έκταση από δάση, ενώ παρουσιάζει απότομες κλίσεις και στα νότια και στα βορειοδυτικά. Τμήμα του έκτασης 36.000 στρεμμάτων έχει χαρακτηριστεί ως Εθνικό Πάρκο.

Ο Παρνασσός είναι βουνό πλούσιο σε ερπετά, έντομα και πουλιά που ξεπερνούν τα 80 είδη. Υπάρχουν επίσης, αρκετά είδη θηλαστικών, όπως αγριογούρουνα, λύκοι, αλεπούδες κ.ά..

Τέλος, στον Παρνασσό υπολογίζεται ότι φυτρώνουν περισσότερα από 1.000 είδη φυτών.

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Στην περιοχή λειτουργούν τρία χιονοδρομικά κέντρα: τα Κελλάρια, η Φτερόλακκα και ο Γεροντόβραχος.

Το χιονοδρομικό κέντρο άνοιξε τις πύλες του το 1976, όποτε και άρχισαν να λειτουργούν οι εγκαταστάσεις της Φτερόλακκας. Το 1981 ολοκληρώθηκαν και οι εγκαταστάσεις στα Κελλάρια, ενώ το 1987 μπήκε σε λειτουργία ο Ερμής, το lift που συνδέει τις δύο αυτές εγκαταστάσεις. Και τα δύο αυτά χιονοδρομικά κέντρα που βρίσκονται σε υψόμετρο 1.600 έως 2.300 μ., ανήκουν από το 2000 στην Ελληνικά Τουριστικά Ακίνητα Α.Ε., ενώ ο Γεροντόβραχος, που βρίσκεται στη βορειοδυτική πλαγιά του βουνού σε υψόμετρο από 1.750 έως 2.250 μ. ανήκει στον Αθηναϊκό Όμιλο Φίλων Σκι.

Η υποδομή που προσφέρει το χιονοδρομικό κέντρο επιτρέπει την άνετη εξυπηρέτηση ενός μεγάλου αριθμού επισκεπτών.

Παρά την πολυκοσμία, ειδικά τα σαββατοκύριακα, οι χώροι στάθμευσης και υποδπχής, το ελικοδρόμιο, η καφετέρια, το μπαρ, το εστιατόριο, οι πρώτες βοήθειες, η οδική βοήθεια και το τμήμα baby sitting στη θέση Κελλάρια, κάνουν την εξόρμησή σας πιο άνετη.

## Πρόσβαση

Το χιονοδρομικό κέντρο προσεγγίζεται από την εθνική οδό Αθηνών-Λαμίας. Αφού περάσετε από τη Λιβαδειά, συνεχίζεται προς την Αράχοβα, η οποία απέχει 35 χλμ. από τη Λιβαδειά. Από την Αράχοβα ξεκινούν οι δρόμοι που φτάνουν στα τρία χιονοδρομικά κέντρα. Πιο συγκεκριμένα το χιονοδρομικό κέντρο Παρνασσού απέχει από την Αθήνα 162 χλμ. δηλαδή περίπου 2,5 ώρες, ενώ εάν ξεκινήσετε από τη Θεσσαλονίκη θα χρειαστεί να καλύψετε 370 χλμ. έως την Αράχοβα και από εκεί άλλα 26 χλμ. για τη Φτερόλακκα, 23 χλμ. για τα Κελλάρια και 17 χλμ. για τον Γεροντόβραχο.

## Πίστες και αναβατήρες

Στη Φτερόλακκα και στα Κελλάρια λειτουργούν 20 πίστες, συνολικού μήκους 14 χλμ. Οι 16 είναι πίστες κατάβασης, μήκους 600 μ. έως 4 χλμ.. Από αυτές οι 13 είναι μπλέ και κόκκινες, ενώ οι τρεις είναι μαύρες. Λειτουργούν επίσης τηλεκαμπίνα και εναέριοι και συρόμενοι αναβατήρες. Πιο αναλυτικά η κατάσταση έχει ως εξής:

Πίστες				
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Υψόμετρο αφητηρία/τέρμα	Είδος πίστας	Τοποθεσία
Αφροδίτη	870 μ.	1.750/1.950 μ.	●	Κελλάρια
Βάκχος	1.310 μ.	1.950/2.250 μ.	●●	Κελλάρια
Αίολος	800 μ.	1.950/2.100 μ.	●	Κελλάρια
Περικλής	565 μ.	2.100/2.210 μ.	●	Κελλάρια
Τηλέμαχος	585 μ.	1.960/2.060 μ.	●	Κελλάρια
Οδυσσέας	890 μ.	1.960/2.060 μ.	●	Κελλάρια
Δίας	325 μ.	2.160/2.250 μ.	●	Φτερόλακκα
Ηνίοχος	925 μ.	1.840/2.160 μ.	●	Φτερόλακκα
Ήρα	850 μ.	1.640/1.840 μ.	●	Φτερόλακκα

Ερμής	1.000 μ.	2.180/1.950 μ.	●	Κελλάρια
Μεδεών	300 μ.	1.650/1.750 μ.	●	Φτερόλακκα
Απόλλων	150 μ.	2.180/1.950 μ.	●	Κελλάρια
Παν	320 μ.	1.650/1.750 μ.	●	Φτερόλακκα
Πυθία	520 μ.	1.750/1.800 μ.	●	Φτερόλακκα
Σαχάρα	1.500 μ.	1.840/1.890 μ.	●	Περιφερειακή
Περιφερειακή	3.000 μ.	1.860/2.000 μ.		
Ηρακλής	1.066 μ.	1.840/2.260 μ.	●	Κελλάρια

### Εναέριοι αναβατήρες

Τοποθεσία	Ονομασία	Άτομα (ανά ώρα)	Είδος
Κελλάρια	Ηρακλής	1.440	Τηλεκαμπίνα (4 θέσεων)
Κελλάρια	Αφροδίτη	900	Τελεσιέζ (τριθέσιο καρεκλάκι)
Κελλάρια	Βάγκχος	900	Τελεσιέζ (διθέσιο καρεκλάκι)
Κελλάρια	Αίολος	900	Τελεσιέζ (τριθέσιο καρεκλάκι)
Κελλάρια	Ερμής	2.500	Εναέριος τετραθέσιος
Φτερόλακκα	Ηνίοχος	900	Τελεσιέζ (τριθέσιο καρεκλάκι)
Φτερόλακκα	Ήρα	1.200	Τελεσιέζ (τριθέσιο καρεκλάκι)

### Συρόμενοι αναβατήρες

Τοποθεσία	Ονομασία	Άτομα (ανά ώρα)	Είδος
Κελλάρια	Περικλής	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Κελλάρια	Τηλέμαχος	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Κελλάρια	Οδυσσέας	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Κελλάρια	Απόλλων	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Φτερόλακκα	Δίας	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Φτερόλακκα	Πυθία	700	Τελεσκή (συρόμενο)
Φτερόλακκα	Παν	900	Τελεσκή (συρόμενο)
Φτερόλακκα	Μεδεών	700	Τελεσκή (συρόμενο)

### Σχολές σκι

<b>Pro Shop</b> Έ 6946 156601	<b>Sotos Ski</b> Έ 22670 32373	<b>Οικονόμου</b> Έ 6944 601146
----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------



Snow Line Έ 22670 32098	Parnass Ski Έ 22760 22646	Πάππος Έ 22670 31552
Τιμοκατάλογος		
	Σαββατοκύριακα, αργίες	Καθημερινές
Εισητήριο τηλεκαμπίνας	5€	3€
Εισητήριο αναβατήρα	5€	3€
Ημερήσια κάρτα, θέση Κελλάρια	25€	8-12€
Ημερήσια κάρτα, θέση Φτερόλακκα	15€	8-12€
Ημερήσια παιδική κάρτα	2€	2€
Εβδομαδιαία ονομαστική κάρτα	60€	60€
Ετήσια ονομαστική κάρτα	250€	250€
Ετήσια V.I.P. κάρτα	1.000€	1.000€
Διαμονή		
<p>Το χιονοδρομικό κέντρο δεν διαθέτει καταλύματα ύπνου. Οι επισκέπτες του εξυπηρετούνται στα χαμηλά υψόμετρα, από τις γύρω περιοχές, οι οποίες απέχουν από το χιονοδρομικό κέντρο περίπου 20 - 25 χλμ. Η Αράχοβα, οι Δελφοί, ο Επτάλοφος και άλλοι κοντινοί οικισμοί διαθέτουν πλήθος καταλυμάτων, για κάθε γούστο και βαλάντιο.</p> <p>Ο Παρνασσός διαθέτει δύο καταφύγια. Το πρώτο βρίσκεται στη θέση Σαραντάρι, σε υψόμετρο 1.900 μ., είναι δυναμικότητας 25 ατόμων και ανήκει στην Ελληνική Ομοσπονδία Ορειβασίας και Αναρρίχησης. Το δεύτερο βρίσκεται στη θέση Κοντόκερδο, σε υψόμετρο 1.700 μ., μπορεί να εξυπηρετήσει 22 άτομα και το διαχειρίζεται ο Ορειβατικός Σύνδεσμος Αθήνας.</p>		
Λεωνίδα Αμφίκλεια Έ 22340 22544	Αντίκυρα Αντίκυρα Έ 22670 42156	Ηριδανός Αντίκυρα Έ 22670 41319

Πανόραμα Αμφίκλεια Έ 22340 22111	Αύρα Αντίκυρα Έ 22670 41280	Ανεμόλια Αράχοβα Έ 22670 31640	
Φαγητό			
1907 Αράχοβα Έ 22670 31889	Ακουαρέλα Αράχοβα Έ 22670 32660	Καραούλι Αράχοβα Έ 22670 31001	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Παρνασσού Έ 22340 22692	TAXI Αράχοβας Έ 22670 31566	Α.Ι. Δελφών Έ 22650 82307	Δήμος Άμφισσας Έ 22650 28623
Δήμος Αράχοβας Έ 22670 31250	ΚΤΕΛ Αράχοβας Έ 22670 31356	Α.Τ. Δελφών Έ 22650 82222	Ν Άμφισσας Έ 22650 28400
Α.Ι. Αράχοβας Έ 22670 31300	Δήμος Δελφών Έ 22650 82310	TAXI Δελφών Έ 22650 82000	Α.Τ. Άμφισσας Έ 22650 28623
Α.Τ. Αράχοβας Έ 22670 31333	Τ.Α. Δελφών Έ 22650 82220	Α.Μ. Δελφών Έ 22650 82312	ΚΤΕΛ Αθήνας Έ 210 8317173

## Καρπενήσι

### Το βουνό

Το Βελούχι ή Τυμφρηστός απλώνεται πάνω από το Καρπενήσι και αποτελεί το πέρασμα που ενώνει τα βουνά της βόρειας Ελλάδας με την οροσειρά της Πίνδου. Κατά τις περιόδους της Τουρκοκρατίας και της Γερμανικής Κατοχής, αποτέλεσε καταφύγιο διωκόμενων και ανταρτών, αλλά και ορμητήριο κατά των κατακτητών.

Ο Τυμφρηστός είναι το τρίτο σε ύψος βουνό της Στερεάς Ελλάδας, με υψόμετρο 2.315 μ. και το ψηλότερο των νότιων Αγράφων, με εκτεταμένη αλπική ζώνη και πλούσια βλάστηση, υπέροχα δάση από έλατα στις βόρειες πλαγίες του και πολλές πηγές.

Πρόκειται για βουνό απλό στη μορφολογία, αρχίζει από τη ράχη Τυμφρηστού σε υψόμετρο 1.180 μ. και τελειώνει στις όχθες του

Ταυρωπού ποταμού. Το μεγαλύτερο μέρος του βρίσκεται στο νομό Ευρυτανίας και μόνο ένα μικρό μέρος του στο νομό Φθιώτιδας. Οι νότιες πλαγιές του βουνού είναι γυμνές και φέρουν έντονα τα σημάδια των επεμβάσεων του ανθρώπου στο φυσικό περιβάλλον. Αντιθέτως, οι βόρειες όσο και οι δυτικές πλαγιές καλύπτονται από πυκνά δάση κυρίως κεφαλονίτικου έλατου. Στις ψηλές κορυφές απαντώνται αλπικά και υποαλπικά λιβάδια.

Η περιοχή έχει ενταχθεί στο πρόγραμμα Natura 2000 και η σπουδαιότητα της είναι μεγάλη, λόγω των απειλούμενων πουλιών που φιλοξενεί. Εδώ συναντάμε φιδαιτούς, μπούφους, σπιζαετούς κ.ά., ενώ από τα θηλαστικά ξεχωρίζουν οι λύκοι, τα κουνάβια, τα ζαρκάδια, οι ασβοί κ.ά..

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο Καρπενησίου βρίσκεται σε υψόμετρο 1.840 μ., στη θέση Διαβολότοπος του Τυμφρηστού, σε απόσταση 12 χλμ. από το Καρπενήσι.

Υπήρξε το πρώτο χιονοδρομικό κέντρο που δημιουργήθηκε από ιδιώτες. Ιδρύθηκε το 1974 και από τότε διαρκώς βελτιώνεται.

Στις εγκαταστάσεις του χιονοδρομικού κέντρου θα βρείτε καταστήματα πώλησης και ενοικίασης εξοπλισμού ειδών σκι και μηχανοκίνητων ελκλήθρων, ενώ για τους αρχάριους υπάρχουν σχολές σκι με χρήση baby lift. Επίσης, λειτουργούν σαλέ 100 ατόμων με εστιατόριο και καφετέρια, καθώς και πρώτες βοήθειες στις πίστες. Το χιονοδρομικό κέντρο επίσης διαθέτει σύνδεση μέσω Internet, προκειμένου να ενημερώνεστε για τις καιρικές συνθήκες και την κατάσταση που επικρατεί στις πίστες, τρία μηχανήματα αποχιονισμού, δύο μηχανήματα διάστρωσης πιστών και πέντε μηχανοκίνητα έλκηθρα χιονιού.

Πλεονέκτημα του χιονοδρομικού κέντρου είναι ότι προσφέρει για μεγάλη χρονική περίοδο χιόνι καλής ποιότητας και τη δυνατότητα για

απολαυστικές νυχτερινές καταβάσεις στις πίστες του.

### Πρόσβαση

Το βουνό βρίσκεται πάνω από το Καρπενήσι και η προσέγγισή του είναι εύκολη από την πρωτεύουσα του νομού Ευρυτανίας. Για να φτάσετε εκεί, προτιμήστε τη διαδρομή που περνάει από τη Λαμία και τη ράχη Τυμφρηστού. Το Καρπενήσι απέχει από την Αθήνα 284 χλμ., από τη Θεσσαλονίκη 368 χλμ..

### Πίστες και αναβατήρες

Στο χιονοδρομικό κέντρο λειτουργούν 11 πίστες όλων των επιπέδων δυσκολίας με κυμαινόμενη υψομετρική διαφορά 1.800 - 2.040 μ.. Διαθέτει επίσης, 7 αναβατήρες με δυνατότητα εξυπηρέτησης 5.150 ατόμων την ώρα.

Πίστες			
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Υψομετρική διαφορά	Είδος πίστας
Άνεμος 1.α.	1.150 μ.	183 μ.	•
Άνεμος 1.β.	1.100 μ.	183 μ.	•
Άνεμος 2.α.	250 μ.	60 μ.	•
Άνεμος 2.β.	600 μ.	82 μ.	•
Άνεμος 2.γ.	1.400 μ.	185 μ.	••
Τάκης Φλέγκας	400 μ.	52 μ.	•
Θησέας	670 μ.	80 μ.	••
Ηρακλής 1	1.000 μ.	205 μ.	••
Ηρακλής 2	800 μ.	205 μ.	••
Ηρακλής 3	1.100 μ.	205 μ.	•
Baby lift	1.800 μ.		
Αναβατήρες			
Όνομασία	Μήκος	Είδος	Άτομα (ανά ώρα)
Άνεμος 1	889 μ.	Δ.Ε.	739

Άνεμος 2	757 μ.	Δ.Ε.	721
Θησέας		Σ	
Τάκης Φλέγκας	376 μ.	Δ.Ε.	720
Ηρακλής 1	750 μ.	Δ.Ε.	800
Baby lift	100 μ.	Κ.Σ.	
<b>Σχολές σκι</b>			
Saloon Park Έ 22370 24606		Active Έ 22370 80150	
~ <i>Επεξήγηση συντόμευσης στη σελίδα 192</i>			
<b>Τιμοκατάλογος</b>			
	<b>Σαββατοκύριακα, αργίες</b>	<b>Καθημερινές</b>	
Ετήσια κάρτα	160€	160€	
Εκπρωτική κάρτα	12€	8€	
Παιδική κάρτα	10€	5€	
Εισητήριο αναβατήρα	10€	8€	
<b>Διαμονή</b>			
<p>Μία λύση για τη διαμονή σας είναι το σαλέ του χιονοδρομικού κέντρου, το οποίο μπορεί να φιλοξενήσει 100 άτομα, Έ 22370 22002.</p> <p>Στη θέση Διαβολότοπος και σε υψόμετρο 1.840 μ. υπάρχει το καταφύγιο Τάκης Φλέγκας, το οποίο έχει χωρητικότητα 30 ατόμων, διαθέτει τζάκι, σόμπες πετρελαίου, υδροδότηση από δεξαμενή, κρεβάτια, κουβέρτες και οργανωμένη κουζίνα, Έ 22370 22002.</p> <p>Επίσης μπορείτε να διαλέξετε κάποιον από τους παραδοσιακούς ξενώνες της περιοχής ή κάποιο από τα σύγχρονα ξενοδοχεία της πόλης.</p>			
<b>Αλεξάνδρα</b> Καρπενήσι Έ 22370 24132	<b>Λευκό Όρος</b> Καρπενήσι Έ 22370 80331	<b>Σμέλη</b> Καρπενήσι Έ 22370 80150	
<b>Φαγητό</b>			
Φωλιά Καρπενήσι	Κελάρι Καρπενήσι	Κεφαλόβρυσο Καρπενήσι	

Έ 22370 24405	Έ 22370 23303	Έ 22370 22755	
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Καρπενησίου Έ 22370 23506	ΕΟΣ Καρπενησίου Έ 22370 23051	Α.Τ. Καρπενησίου Έ 22370 23666	Ν Καρπενησίου Έ 22370 80680
ΚΤΕΛ Καρπενησίου Έ 22370 80013		Δήμος Καρπενησίου Έ 22370 21012	

## **Οστρακίνα**

### Το βουνό

Το Μαίναλο καταλαμβάνει το κέντρο της Πελοποννήσου και το μεγαλύτερο μέρος του νομού Αρκαδίας. Το βουνό αποτελείται από δύο τμήματα, τα οποία χωρίζονται μεταξύ τους από την κοιλάδα του Καρδαρά. Στα βόρεια της κοιλάδας βρίσκεται ο κύριος όγκος του ορεινού συγκροτήματος, με τις ψηλότερες κορυφές.

Ολόκληρο το Μαίναλο, εκτός από τις περιοχές των ψηλότερων κορυφών του, είναι σκεπασμένο από δάση, στα οποία κυριαρεί το έλατο. Η βλάστηση συμπληρώνεται με συστάδες δρυών, πρίνων, πεύκων, κέρδων, καθώς και με μεγάλη ποικιλία θάμνων και ποωδών φυτών.

Η γλωρίδα του βουνού δεν έχει καταγραφεί πλήρως, υπολογίζεται όμως, ότι αρκετά είδη φυτών φύονται στις πλαγίες και τις κορυφές του.

Η πανίδα του βουνού και η ορνιθοπανίδα έχουν σήμερα υποβαθμιστεί, εξαιτίας των ανθρώπινων παρεμβάσεων. Από θηλαστικά συναντάμε αλεπούδες, κουνάβια κ.ά., καθώς και πολλά πουλιά, εντομοφάγα, χειρόπτερα και τρωκτικά.

Το Μαίναλο έχει ενταχθεί στο πρόγραμμα Natura 2000.

### Το χιονοδρομικό κέντρο

Το χιονοδρομικό κέντρο βρίσκεται στο οροπέδιο της Οστρακίνας, σε υψόμετρο 1.600 μ.. Επί αρκετά χρόνια λειτούργησε με την συμβολή του

ΕΟΣ Τρίπολης, ενώ σήμερα λειτουργεί με ευθύνη του κυρίου Θανάση Κλαουδάτου.

Το χιονοδρομικό κέντρο λειτουργεί από τις αρχές Δεκεμβρίου έως τα τέλη Απριλίου.

### Πρόσβαση

Η πρόσβαση του βουνού είναι εύκολη από τον ασφαλτόδρομο Τρίπολης - Πάτρας, τον γνωστό οδικό άξονα 111. Στο 18<sup>ο</sup> χλμ., στον Νέο Καρδαρά, πινακίδα αριστερα σας ενημερώνει ότι, ακολουθώντας αυτή τη διαδρομή, σε 10 χλμ. φτάνετε στο χιονοδρομικό κέντρο της Οστρακίνας. Περίπου 28 χλμ. χωρίζουν την Οστρακίνα και το χιονοδρομικό κέντρο Μαινάλου από την Τρίπολη. Η απόσταση από την Αθήνα είναι 190 χλμ., από την Πάτρα 170 χλμ. και από τη Θεσσαλονίκη 620 χλμ..

### Πίστες και αναβατήρες

Στο Μαίναλο υπάρχουν για τους επισκέπτες 5 πίστες καταβάσεων και 4 αναβατήρες.

Πίστες		
Όνομασία	Είδος	
Αετός 1	●●	
Αετός 2	●●	
Αετός 3	●●	
Ανατολική	●●	
Αρκτούρος	●●	
Αναβατήρες		
Όνομασία	Είδος	Μήκος
Αετός	Σ	600 μ.
Αρκτούρος	Σ	380 μ.
Κριός	Σ	160 μ.
Χελώνα	Baby lift	
Σχολές σκι		
Viva Activa	Trekking Hellas	No Limits

Έ 2710 226993	Έ 210 3310323	Έ 210 6100539	
<b>Τιμοκατάλογος</b>			
	<b>Σαββατοκύριακα,αργίες</b>	<b>Καθημερινές</b>	
<b>Ημερήσια κάρτα απεριορίστων διαδρομών</b>			
Ενηλίκων	15€	8€	
Νέων έως 18 ετών	8€	5€	
Ετήσια κάρτα	140€	140€	
<b>Διαμονή</b>			
<p>Στο οροπέδιο οστρακίνας και σε υψόμετρο 1.554 μ. βρίσκεται το ανακενισμένο καταφύγιο του ΕΟΣ Τρίπολης, δυναμικότητας 40 ατόμων. Διαθέτει γεννήτρια ηλεκτρικού ρεύματος, κουβέρτες, τζάκι, θέρμανση, υδροδότηση από δεξαμενή, τουαλέτες μέσα στο καταφύγιο, καθώς και οργανωμένη κουζίνα, Έ 27960 22227.</p> <p>Μπορείτε επίσης να επιλέξετε ανάμεσα στους πανέμορφους παραδοσιακούς ξενώνες της περιοχής, στο Λεβίδι, τη Δημητσάνα, τη Βυτίνα, την Καρίταινα ή τη Στεμνίτσα.</p>			
<b>Αίγλη</b> Βυτίνα Έ 27950 22216	<b>Βίλα Βάλος</b> Βυτίνα Έ 27950 22210	<b>Μαίναλον</b> Βυτίνα Έ 27950 22217	
<b>Ξενώνας Καζάκου</b> Δημητσάνα Έ 27950 31660	<b>Πύργος Ξενίου</b> Δημητσάνα Έ 27950 31750	<b>Σοφής Ανδρέας</b> Δημητσάνα Έ 27950 31303	
<b>Ανατολή</b> Λεβίδι Έ 27960 22123	<b>Βρένθη</b> Καρίταινα Έ 27910 31650	<b>Τρικολώνιον</b> Στεμνίτσα Έ 27950 81297	
<b>Φαγητό</b>			
<b>Κληματαριά</b> Βυτίνα Έ 27950 22226	<b>Ο Θόλος</b> Δημητσάνα Έ 27950 31514	<b>Το Χάνι</b> Λεβίδι Έ 27960 22004	
<b>Χρήσιμα τηλέφωνα</b>			
<b>Χ.Κ. Οστρακίνας</b>	<b>ΕΟΣ Τρίπολης</b>	<b>ΟΣΕ Τρίπολης</b>	<b>ΚΤΕΛ Τρίπολης</b>



Έ 27960 22227	Έ 2710 232243	Έ 2710 241696	Έ 2710 222560
Ν Τρίπολης	Α.Τ. Τρίπολης	TAXI Τρίπολης	Δήμος Λεβιδίου
Έ 2710 238542	Έ 2710 223039	Έ 2710 226220	Έ 27960 22211

## 2.5. Ορεινά καταφύγια

Τα περισσότερα και πιο οργανωμένα βουνά της Ελλάδας διαθέτουν καταφύγια σε μικρή σχετικά απόσταση από τα οργανωμένα χιονοδρομικά κέντρα, που ο τουρίστας μπορεί να επισκεφτεί.

Τα περισσότερα από αυτά είναι σε καλή κατάσταση, με θέρμανση, ηλεκτρικό ρεύμα, εξοπλισμένες κουζίνες και πλήρη υδρευτικό και αποχετευτικό σύστημα για την καλύτερη εξυπηρέτηση των επισκεπτών, ενώ λίγα από αυτά μπορούν να φιλοξενήσουν μεγάλο αριθμό ατόμων.

Ορεινά καταφύγια			
<b>Αττική</b>			
Μπάφι Πάρνηθα	Φλαμπούρι Πάρνηθα	Τσάκος Κιθαίρωνας	
<b>Ήπειρος</b>			
Γκαμήλα Γκαμήλα	Μιτσικέλι Μιτσικέλι		
<b>Εύβοια</b>			
Δίρφης Δίρφης	Οχή Οχή		
<b>Μακεδονία</b>			
Άγιο Πνεύμα Φαλακρό	Άνω Μηλιά Πιερία	Μπαρτισέβα Φαλακρό	Κάκκαλος Όλυμπος
Καραμπουρούνης Βροντούς	Δεσκάτης Καμβούνια	Μπούντολας Όλυμπος	Αποστολίδης Όλυμπος
Γομαράς Βασιλίτσα	Γρεβενών Βασιλίτσα	Χορός Φαλακρό	Χοριάτης Χοριάτης
Κουρί Φαλακρό	Κοζάνης Πιερία	Λαγομάνας Πιερία	Ροδόλιβος Παγγαίο
Χατζηγεωργίου Παγγαίο	Σαρακατσάνα Πιερία	Σελί Βέρμιο	Σπήλιος Αγαπητός Όλυμπος
3 πηγάδια Βέρμιο	Βέροιας Βέρμιο	Βίγλας Βέρμιο	Βουρινού Βουρινού
<b>Πελοπόννησος</b>			
Λεοντόπουλος	Οστρακίνας	Γεροκωστόπουλος	Ταύγετου

Χελμός	Μαίναλο	Παναχαϊκό	Ταύγετου
Ζηρείας Κυλλήνη			
Στερεά Ελλάδα			
Παυλιανή Οίτη	Γραμμένη οξυά Γραμμένη οξυά	Περδίκης Γκιώνα	Καρπενησίου Καλιακούδα
Παρνασσός Παρνασσός	Τάκης Φλέγκας Βελούχι	Τράπεζα Οίτη	Βαρδουσίων Βαρδουσία
Θεσσαλία			
Κοζιάκας Κοζιάκας	Αγριόλευκες Πήλιο	Κατούνα Κατούνα	Κίσσαβου Κίσσαβος
Τριγγιάς Τριγγιά	Βρυσοπούλες Όλυμπος		
Θράκη			
Δήμου Ροδόπη	Λειβαδίτη Ροδόπη		

## 2.6. Χιονοδρομικοί και ορειβατικοί σύλλογοι

Για την καλύτερη και ομαλότερη λειτουργία των χιονοδρομικών κέντρων δημιουργήθηκαν διάφοροι χιονοδρομικοί και ορειβατικοί σύλλογοι, οι οποίοι ειδικεύονται σε θέματα ορειβασίας και αλпинισμού και προσφέρουν πλήθος πληροφοριών, σχετικά με χειμερινά σπορ, τον εξοπλισμό που απαιτείται, τις καιρικές συνθήκες που επικρατούν κ.λ.π.

Οι χιονοδρομικοί και ορειβατικοί σύλλογοι της Ελλάδας δίδονται στον πίνακα που ακολουθεί:

Χιονοδρομικοί σύλλογοι			
Ανατολικής περιφέρειας			
Σ.Χ.Ο. Καβάλας Έ 2510 835952	Ε.Ο.Σ. Δράμας Έ 25210 33054	Ε.Ο.Σ. Ροδολίβους Έ 23240 71252	Ε.Ο.Σ. Σερρών Έ 23210 23724
Χ.Ο. Βόλακα Έ 23210 23724	Σ.Χ.Ο. Έσπερος Έ 2310 455535	Ε.Ο.Σ. Θεσα/νίκης Έ 2310 278288	Σ.Χ.Ο. Βέροιας Έ 23310 26970
Ε.Ο.Σ. Λάρισας Έ 2410 535097	Ε.Ο.Σ. Βόλου Έ 24210 255696		
Δυτικής περιφέρειας			
Ε.Ο.Σ. Νάουσας Έ 23320 28567	Φ.Ο.Ο. Γιαννιτσών Έ 23820 23121	Σ.Χ. Σκύδρας Έ 23810 81453	Χ.Ο. Έδεσσας Έ 23810 29161
Χ.Ο. Αλμωπίας Έ 23840 24232	Σ.Χ.Ο. Φλώρινας Έ 23850 29939	Χ.Ο.Σ. Γρεβενών Έ 24620 28602	Σ.Χ.Ο. Καστοριάς Έ 24670 24884
Ε.Ο.Σ. Μετσόβου Έ 26560 41689			

<b>Νότιας περιφέρειας</b>			
Ε.Ο.Σ. Καρπε/σίου Έ 22370 23051	Ε.Ο.Σ. Λαμίας Έ 22310 26786	Χ.Ο. Λαμίας Έ 22310 21022	Ε.Ο.Σ. Αμφίκλειας Έ 22340 22640
Α.Χ.Ο. Αταλάντης Έ 22330 23327	Χ.Ο. Επταλόφου Έ 22340 61363	Σ.Χ.Ο. Αράχωβας Έ 22670 31118	Α.Χ.Ο. Διστόμου Έ 22670 42588
Ε.Ο.Σ. Λειβαδιάς Έ 22610 20711	Α.Χ.Ο. Λειβαδιάς Έ 22610 28771	Ε.Ο.Σ. Αθηνών Έ 210 3212355	Ε.Ο.Σ. Σπάρτης Έ 27310 22574
Ε.Ο.Σ. Πατρών Έ 2610 273912			
<b>Ορειβατικοί σύλλογοι</b>			
<b>Αττικής</b>			
Ε.Ο.Σ. Αχαρνών Έ 210 2461528	Σ.Ε.Ο. Αθηνών Έ 210 3834817	Π.Ο. Αθηνών Έ 210 8218401	Ε.Ο.Σ. Αθηνών Έ 210 3212355
Ο.Σ. Αθηνών Έ 210 3238775	Ο.Λ. Αιγάλεω Έ 210 5909459	Ε.Ο.Σ. Ελευσίνας Έ 210 5545430	Φ.Ο. Πειραιά Έ 210 4170814
Ε.Ο.Σ. Πειραιά Έ 210 4118400	Ε.Ο.Σ. Ηλιούπολης Έ 210 9911537	Ε.Π.Ο.Σ. Φυλής Έ 210 2411148	Ο.Σ. Σπάτων Έ 210 6633190
<b>Εύβοιας</b>			
Σ.Ε.Ο. Χαλκίδος Έ 22210 29211	Ε.Ο.Σ. Χαλκίδος Έ 22210 25230		
<b>Ηπείρου</b>			
Ε.Ο.Σ. Άρτας Έ 26810 28280	Ε.Ο.Σ. Ιωαννίνων Έ 26510 22138	Ε.Ο.Χ.Σ. Παπίγκου Έ 26530 41138	Ε.Ο.Σ. Πρέβεζας Έ 26820 21156
<b>Θεσσαλίας</b>			
Ε.Ο.Σ. Ελασσόνας Έ 24930 23467	Ο.Λ. Καλαμπάκας Έ 24320 22386	Ο.Χ.Σ. Καρδίτσας Έ 24410 70946	Σ.Ο. Λάρισας Έ 2410 535531
Ε.Ο.Σ. Λάρισας Έ 2410 535097	Ε.Ο.Σ. Αγχιάλου Έ 24210 77722	Σ.Ο.Χ. Τρικάλων Έ 24310 28943	Ε.Ο.Σ. Βόλου Έ 24210 25696
Ε.Ο.Σ. Αλμυρού Έ 24220 22409	Σ.Π.Ο. Τρικάλων Έ 24310 72077		
<b>Θράκης</b>			
Ε.Ο.Σ. Νευρο/πίου Έ 25230 22558	Ε.Ο.Σ. Δράμας Έ 25210 42822	Ε.Ο.Σ. Ξάνθης Έ 25410 24818	Ε.Ο.Σ. Κομοτηνής Έ 25310 29411
<b>Μακεδονίας</b>			
Σ.Χ.Ο. Βέροιας Έ 23310 26970	Ε.Ο.Σ. Ναούσης Έ 23320 28567	Α.Ο.Λ. Βέροιας Έ 23310 20437	Σ.Ε.Ο. Φλώρινας Έ 23850 26377
Χ.Ο.Σ. Γρεβενών Έ 24620 28602	Σ.Χ.Ο. Καστοριάς Έ 24610 82666	Σ.Ο.Χ. Καβάλας Έ 2510 835952	Ε.Ο.Σ. Καβάλας Έ 2510 224294
Ε.Ο.Σ. Κοζάνης Έ 24610 25600	Ε.Ο.Σ. Νιγρίτας Έ 23220 24924	Χ.Ο.Ο. Πτο/μαΐδας Έ 24630 27501	Σ.Ε.Ο. Κοζάνης Έ 24610 25909
Ε.Ο.Σ. Κατερίνης Έ 23510 23102	Σ.Ε.Ο. Κατερίνης Έ 23510 31311	Ε.Ο.Σ. Λιτόχωρου Έ 23520 84544	Ε.Ο.Σ. Θε/νίκης Έ 2310 278288
Σ.Ε.Ο. Θε/νίκης Έ 2310 224710	Α.Χ.Ο.Σ. Σερρών Έ 23210 28113	Ε.Ο.Σ. Δράμας Έ 25210 33049	Ε.Ο.Σ. Έδεσσας Έ 23810 25816
Σ.Ο.Χ. Φλώρινας Έ 23850 29939	Φ.Ο.Ο. Γιαννιτσών Έ 23820 23121		
<b>Πελοποννήσου</b>			
Χ.Ο.Ο. Άργους	Ε.Ο.Σ. Αιγίου	Ε.Ο.Σ. Καλαμάτας	Σ.Ο.Χ. Καλ/ρύτων

Έ 27510 27700	Έ 26910 22308	Έ 27210 28370	Έ 26920 22611
Ε.Ο.Σ. Κορίνθου Έ 27410 25694	Ε.Ο.Σ. Πατρών Έ 2610 273912	Ε.Ο.Σ. Σπάρτης Έ 27310 22574	Ε.Ο.Σ. Τριπόλεως Έ 2710 232243
Ε.Ο.Σ. Ξυλ/αστρου Έ 27430 22918			
Στερεάς Ελλάδας (πλην Αττικής)			
Ε.Ο.Σ. Αργινίου Έ 26410 45512	Ε.Ο.Σ. Αμφίκλειας Έ 22340 22640	Ε.Ο.Σ. Αμφισσας Έ 22650 28577	Σ.Χ.Ο. Αράχωβας Έ 22670 31118
Ε.Ο.Σ. Καρ/νησίου Έ 22370 23051	Ε.Ο.Σ. Λαμίας Έ 22310 26786	Ε.Ο.Σ. Λειβαδιάς Έ 22610 20711	Α.Χ.Ο. Λειβαδιάς Έ 22610 28771
Ε.Ο.Σ. Ναυπάκτου Έ 26340 23072	Σ.Χ.Ο. Ιτέας Έ 22650 32973	Χ.Ο.Ο. Λαμίας Έ 22310 21022	
~ Επεξήγηση συμβόλων στη σελίδα 192			

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Πολλά από τα χιονοδρομικά κέντρα της Ελλάδας στερούνται βασικής υποδομής, γεγονός που τα κάνει να μην είναι ανταγωνιστικά σε σχέση με αυτά της Γαλλίας, της Ιταλίας, της Ελβετίας και άλλων χωρών που ειδικεύονται στο χειμερινό τουρισμό.

Σε πολλά από αυτά συναντάμε μία εικόνα εγκατάλειψης και αδιαφορίας για εκσυγχρονισμό και ουσιώδεις αλλαγές.

Η χώρα μας θα πρέπει να επαναπροσδιορίσει την τουριστική της πολιτική ώστε να μπορέσει να ξεπεράσει τα ποικίλα προβλήματα που αντιμετωπίζει πάνω στο θέμα των χιονοδρομικών κέντρων της και των λοιπών υποδομών της.

Συνεπώς θα πρέπει να δώσει έμφαση στην εκσυγχρόνιση των χιονοδρομικών κέντρων της, στον εμπλουτισμό των παρεχόμενων υπηρεσιών και στην ανάπτυξη αυτών, σε συνδυασμό με την ανάπτυξη των γύρω τουριστικών περιοχών, οι οποίες μπορούν να δώσουν διέξοδο στα αδιέξοδα της τουριστικής οικονομίας.

Οι ενέργειες των αρμόδιων φορέων πρέπει να βασίζονται επομένως στην μελέτη των σύγχρονων τάσεων του διεθνούς τουρισμού και των νέων δεδομένων και να αποβλέπουν στην ουσιαστική βελτίωση της παρούσας κατάστασης.

Θα πρέπει λοιπόν να μεριμνήσουν για πολλά σημαντικά πράγματα, όπως:

- τη δημιουργία μεγαλύτερων χώρων στάθμευσης, έτσι ώστε να εξυπηρετείται καλύτερα μεγαλύτερος αριθμός επισκεπτών
- τη δημιουργία παιδικών σταθμών, όπου οι τουρίστες θα μπορούν να εμπιστευτούν τα παιδιά τους και να απολαύσουν λίγες ώρες ξεγνοιασιάς μακριά από τα οικογενειακά βάρη
- τη δημιουργία ειδικής υποδομής για υποδοχή τουρισμού αναπήρων

και επιβολή παρεμβάσεων στις ήδη υπάρχουσες υποδομές, υπό τη μορφή αρχιτεκτονικών αλλαγών και ειδικών παρεχόμενων υπηρεσιών

- την αναβάθμιση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών
- τη δημιουργία παράλληλης υποδομής σχετική με ψυχαγωγία, αθλητισμό κ.λ.π., κοντά στα χιονοδρομικά κέντρα
- τον εκσυγχρονισμό των καταφυγίων που βρίσκονται στα χιονοδρομικά κέντρα, με πλήρως οργανωμένες κουζίνες, εσωτερικές τουαλέτες, θέρμανση, ηλεκτροδότηση και υδροδότηση, έτσι ώστε να προσφέρεται στους τουρίστες ένας ικανοποιητικός τρόπος διαμονής με ποικιλία παρεχόμενων υπηρεσιών
- τον εκσυγχρονισμό των χιονοδρομικών κέντρων με μηχανήματα και αναβατήρες τελευταίας τεχνολογίας, καθώς και πρόσληψη ειδικευμένου προσωπικού που θα συμβάλλει στη σωστή λειτουργία και συντήρησή τους
- τη δημιουργία σύγχρονων ιατρικών κέντρων κοντά στα χιονοδρομικά κέντρα για την αντιμετώπιση εκτάκτων περιστατικών, που θα είναι πλήρως εξοπλισμένα, θα πληρούν όλους τους κανόνες υγιεινής και θα λειτουργούν υπό την επίβλεψη καταρτισμένων ατόμων
- τη δημιουργία σύγχρονων ξενοδοχειακών εγκαταστάσεων στα χιονοδρομικά κέντρα με απόλυτα εκπαιδευμένο προσωπικό που θα προσφέρουν ανταγωνιστικά πακέτα διακοπών για την προσέλκιση όλο και περισσότερων τουριστών

Έτσι λοιπόν, θα πρέπει οι αρμόδιοι φορείς,

- να δώσουν έμφαση στον ποιοτικό τουρισμό
- να αναγνωρίσουν την αξία του χειμερινού τουρισμού και τα οφέλη που πηγάζουν από αυτόν, έτσι ώστε ο ντόπιος πληθυσμός να ενδιαφερθεί και να ενεργοποιηθεί στο τουριστικό πρόγραμμα και να αναλάβει πλήρως την ευθύνη της άριστης φιλοξενίας και εξυπηρέτησης των τουριστών

- να εξασφαλίσουν την απαραίτητη προστασία στο βασικό τουριστικό κεφάλαιο δηλαδή, τη φύση, το περιβάλλον, την πολιτιστική κληρονομιά κ.λ.π.
- να δημιουργήσουν την απαραίτητη υποδομή που χρειάζεται για την ανάπτυξη των χιονοδρομικών κέντρων και της γύρω περιοχής
- να παρέχουν την απαραίτητη εκπαίδευση και οικονομοτεχνική υποστήριξη σε όλους όσους θέλουν να ασχοληθούν με τον τουρισμό και
- να προβάλουν τις διάφορες περιοχές της χώρας σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο, με μεθοδικότητα και υπευθυνότητα.

Είναι γνωστό ότι οι παρεμβάσεις μόνο σε έναν τομέα δεν επαρκούν, αν δεν συνδέονται από αντίστοιχες παρεμβάσεις σε όλους τους άλλους τομείς που συμβάλλουν στη διαμόρφωση του τελικού προϊόντος. Είναι προφανής η ανάγκη ολοκληρωμένης αντιμετώπισης του φάσματος των παρεμβάσεων αυτών την κατάλληλη χρονική στιγμή για την επίτευξη ολοκληρωμένου τουριστικού χειμερινού προϊόντος.

Οι παρεμβάσεις αυτές πρέπει να αφορούν τιμές όπως:

- προγραμματισμό, χωροθέτηση
- έργα ειδικής υποδομής
- έργα ανωδομής
- νομοθετικές ρυθμίσεις
- οικονομικές ενισχύσεις και κίνητρα
- τεχνογνωσία
- μελέτες και έρευνες
- εκπαίδευση, επιμόρφωση προσωπικού
- οργάνωση υπηρεσιών και marketing και
- προβολή και διαφήμιση

Παρακάτω αναφέρονται επιγραμματικά κάποιες συμπληρωματικές προτάσεις βελτίωσης του υπάρχοντος τουριστικού χειμερινού προτύπου.

- μελέτη και έρευνα της ελληνικής τουριστικής αγοράς
- μελέτη και έρευνα της αλλοδαπής τουριστικής αγοράς, ως προς τα κίνητρα των πελατών, τις νέες αγορές και τα νέα δεδομένα του κλάδου κ.ά.
- εκσυγχρονισμός, συμπλήρωση και εξειδίκευση υποδομής
- εκσυγχρονισμός της τουριστικής εκπαίδευσης, παρεμβάσεις στην επιμόρφωση και διευρυμένη τουριστική εκπαίδευση
- σχέσεις με τους tour operators, διαπραγματευτική ικανότητα Ελλήνων επιχειρηματιών τουρισμού, ελληνικές εταιρείες διάθεσης τουριστικών προϊόντων
- προβολή διαφοροποιημένου τουριστικού προϊόντος, ενημέρωση αλλοδαπής πελατείας, νέες δυνατότητες, εμπλουτισμός της τουριστικής προσφοράς
- λήψη προγραμματικών και επενδυτικών αποφάσεων από το δημόσιο και ιδιωτικό τομέα και
- χωροταξιακός σχεδιασμός, σχεδιασμός τουριστικών δραστηριοτήτων σε νέες τουριστικές περιοχές και πρόβλεψη πολεοδομικών κινήτρων για προγραμματισμό και έλεγχο της τουριστικής ανάπτυξης.





## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3**

### **Καλάβρυτα**

#### **3.1. Εισαγωγή**

Τα Καλάβρυτα είναι μία πόλη που γεωγραφικά ανήκει στην Αχαΐα.

Το όνομα της περιοχής των Καλαβρύτων έχει συνδεθεί ιδιαίτερα με την ιστορία της νεότερης Ελλάδας, αφού από τα Καλάβρυτα ξεκίνησε το 1821 η επανάσταση των Ελλήλων κατά της Τουρκοκρατίας, ενώ κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου πολέμου έγιναν στόχος των γερμανικών δυνάμεων κατοχής. Το 1943, οι Γερμανοί εκτέλεσαν όλους τους άνδρες της πόλης και έκαψαν όλα τα σπίτια και τις εκκλησίες.

Εκτός από τα γεγονότα του 1821 και του 1943, τα Καλάβρυτα, έπειτα από τις ανασκαφές που έγιναν στους αρχαίους Λουσούς, προκύπτει ότι κατοικούνταν ήδη από την Μυκηναϊκή εποχή.

Ολόγυρα από τα Καλάβρυτα, σκαρφαλωμένες στις πλαγιές του Χελμού και του Ερύμανθου, υπάρχουν 75 κοινότητες και οικισμοί, οι περισσότεροι κτισμένοι μέσα σε δάση με έλατα και πλατανιές, που περιμένουν τον επισκέπτη να τα γνωρίσει.

Σήμερα, αποτελούν μια γραφική πόλη με εξαιρετικές φυσικές ομορφιές και αφετηρία για περιηγήσεις στις γύρω περιοχές.

Ο πληθυσμός των Καλαβρύτων πριν από την καταστροφή τους, ήταν 15.000 κάτοικοι. Το 1981 έπεσε δραματικά στους 2.015 και το 1991 στους 2.111. Σήμερα οι κάτοικοί του είναι περίπου στους 3.000, ενώ τα Σαββατοκύριακα με τους επισκέπτες ο πληθυσμός φτάνει στους 20.000.

#### **3.2. Προφίλ τουριστών Καλαβρύτων**

Στα Καλάβρυτα καταφθάνουν τουρίστες από όλα τα μέρη της Ελλάδας, για να θαυμάσουν από κοντά τις ομορφιές της φύσης ή να εξασκήσουν κάποιο χειμερινό άθλημα.

Πρόκειται για ανθρώπους οι οποίοι αναζητούν ατελείωτες ώρες ξεγνοιασιάς δίπλα στη φύση, χωρίς όμως να απαρνηθούν τις πολυτέλειες και τις ανέσεις που τους προσφέρει η πόλη, αφού τα Καλάβρυτα είναι ένας τουριστικός προορισμός που δεν αφήνει παραπονεμένο κανέναν επισκέπτη.

Κατά κύριο λόγο, τα Καλάβρυτα δέχονται το μεγαλύτερο μέρος των επισκεπτών τους από την πόλη της Πάτρας και της Αθήνας, αφού η απόσταση που χρειάζεται κανείς να διανύσει από την Πάτρα για να φτάσει στην πόλη των Καλαβρύτων είναι μόλις 82 χλμ., ενώ από την Αθήνα η απόσταση είναι 203 χλμ..

Ένα ικανοποιητικό ποσοστό της τάξεως του 40% επισκέπτεται τα Καλάβρυτα επειδή λατρεύει να επιδίδεται στην εξάσκηση κάποιου χειμερινού αθλήματος, ενώ οι περισσότεροι από αυτούς επισκέπτονται τα Καλάβρυτα για καθαρά λόγους αναψυχής και διαφυγής από την καθημερινότητα και τη ρουτίνα. Κάποιοι άλλοι πάλι τα προτιμούν επειδή τους αρέσει να ασχολούνται με την παρατήρηση της φύσης, ενώ τέλος ένα μικρό ποσοστό της τάξεως του 6% τα επισκέπτεται λόγω της ιστορίας τους και ένα 4% λόγω των θρησκευτικών μνημείων του.

Όσον αφορά το μορφωτικό τους επίπεδο, μπορούμε να πούμε ότι ποικίλει ανάλογα με την περιοχή προέλευσής τους και την ηλικία τους. Πιο συγκεκριμένα σύμφωνα με μελέτες έχει παρατηρηθεί ότι αυτοί που προέρχονται από τις περιοχές γύρω από τα μεγάλα αστικά κέντρα διαθέτουν ένα μορφωτικό επίπεδο που φτάνει κυρίως μέχρι τη βαθμίδα της υποχρεωτικής και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και λιγότερο τριτοβάθμιας, κυρίως στις νεότερες ηλικίες. Για αυτούς που προέρχονται από τα μεγάλα αστικά κέντρα μπορούμε να πούμε ότι το μορφωτικό τους

επίπεδο είναι κυρίως τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, από τους οποίους οι περισσότεροι κατέχουν τεχνολογική εκπαίδευση και ένα ικανοποιητικό ποσοστό πανεπιστημιακή.

Όσον αφορά το κοινωνικό τους προφίλ μπορούμε να πούμε ότι ισχύουν σε γενικές γραμμές αυτά που ισχύουν και στο μορφωτικό, αφού τις περισσότερες φορές η κοινωνική ταυτότητά ενός ατόμου καθορίζεται από το εκπαιδευτικό του επίπεδο.

Η ηλικίες των τουριστών των Καλαβρύτων ποικίλουν. Οι τουρίστες των Καλαβρύτων είναι περισσότερο μεταξύ 30 και 45 ετών που έρχονται στα Καλάβρυτα με τις οικογένειες τους. Ακολουθούν αυτοί που κυμούνται από 19 έως 29 χρονών και τέλος αυτοί που η ηλικία τους ξεπερνά τα 46 χρόνια.

Από παραπάνω μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η ποιότητα αυτών των τουριστών από μορφωτικής, κοινωνικής και ηλιακής άποψης και σε συνδυασμό με το γεγονός ότι οι περισσότεροι από αυτούς αποτελούν τουρίστες Σαββατοκύριακου, είναι χαμηλή, αφού δεν μπορούν να αλλάξουν ουσιαστικά το τουριστικό προφίλ των Καλαβρύτων και να αποφέρουν ριζικές αλλαγές στην οικονομική και αναπτυξιακή δομή τους.

### **3.3. Αξιοθέατα**

Τα ιστορικά και όμορφα Καλάβρυτα έχουν σχεδόν αλλάξει όψη αφότου άρχισε να λειτουργεί το χιονοδρομικό κέντρο.

Σήμερα μοιάζει να κυριαρχεί έδω η ατμόσφαιρα ενός σύγχρονου και διαρκώς αναπτυσσόμενου τουριστικού θερέτρου, αν και δεν λείπουν και αρκετά παραδοσιακά στοιχεία.

Στην πόλη που σηματοδότησε την Έναρξη της Ελληνικής Επανάστασης του 1821 βρίσκονται προτομές ηρώων αγωνιστών, όπως η **προτομή του προεστού Ανδρέα Ζαΐμη** που κοσμεί την Πλατεία

Ζαΐμαίων και οι **προτομές των Νικόλαου και Θανάση Πετιμεζά** που μπορεί να θαυμάσει κανείς στην Πλατεία Πετιμεζαίων. Επίσης, μπορείτε να θαυμάσετε το ιστορικό **ξενοδοχείο Χελμός**, στην πλατεία του οποίου βρίσκεται ο **πλάτανος των Τριών Γερόντων**, το **κάστρο της Ωρίας**, καθώς και το **παλάτι της Παλαιολογίνας**.

Το Αρχοντικό της Παλαιολογίνας αποτελεί ένα σημαντικό πολιτιστικό απόθεμα για την πόλη των Καλαβρύτων.

Στις ιστορικές πηγές αναφέρεται ότι το αρχοντικό πιθανώς κτίστηκε από το Θωμά Παλαιολόγο, όταν καταστράφηκε το περίφημο φράγκικο φρούριο του Geoffroy de Tournay και το έτος 1440 πέρασε στον αδελφό του Κωνσταντίνο, επί του οποίου τα Καλάβρυτα είχαν εξελιχθεί σε σπουδαίο πνευματικό κέντρο.

Την ίδια περίοδο, ο Κωνσταντίνος Παλαιολόγος πιθανώς δώρισε το Παλάτι στην πριγκίπισσα Αικατερίνη Παλαιολόγου κόρη ευγενών από τη Χαλανδρίτσα και συγγενή της αυτοκρατορικής οικογένειας.

Είναι περίεργο, ότι παρ' όλες τις μετέπειτα δραματικές περιπέτειες του έθνους, το θρυλικό «Αρχοντικό της Παλαιολογίνας» έχει σωθεί από όλες τις καταστροφές της πόλης, με μόνη τη φθορά του χρόνου και κάποιες μεταλλαγές από τους Τούρκους να το έχουν επηρεάσει. Ο τελευταίος ιδιοκτήτης του κ. Βασίλειος Τσαπάρης, προσέφερε το κτίριο στο Δήμο Καλαβρύτων, για να διασωθεί και να αξιοποιηθεί ως, πολιτιστικό κέντρο.

Το κτίριο διαρθρώνεται σε τρεις ορόφους, με συνολικό καθαρό εμβαδόν 530 τ.μ. Η μελέτη του εκπονήθηκε από εργαστήριο Αρχιτεκτονικής και Σχεδιασμού του χώρου, του τμήματος Πολιτικών Μηχανικών του Πανεπιστημίου Πατρών με επιστημονικό υπεύθυνο τον καθηγητή κ. Διονύσιο Βέρρα. Προέβλεπε τη δομική και μορφολογική αποκατάσταση του μνημείου και την προσαρμογή του σε πολιτιστικό κέντρο του Δήμου Καλαβρύτων.

Το έργο ολοκληρώθηκε υπό την επίβλεψη της Διεύθυνσης Αναστήλωσης Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Μνημείων του Υπουργείου Πολιτισμού και χρηματοδοτήθηκε από το Π.Ε.Π. Δυτικής Ελλάδος με το ποσό των 337.000.000 δρχ., με τη συμμετοχή της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Η Δημοτική Πολιτιστική Επιχείρηση πρότεινε στο Δημοτικό Συμβούλιο Καλαβρύτων να αναλάβει τη λειτουργία του αρχοντικού, δημιουργώντας έναν «πολυχώρο» δραστηριοτήτων για συνέδρια, ημερίδες, συναντήσεις, διαλέξεις και προβολές, καθώς και τη φιλοξενία μόνιμων περιοδικών εκθέσεων με ιστορικό και λαογραφικό χαρακτήρα.

Το καλοκαίρι του 2003 άνοιξε για πρώτη φορά μετά την ανακατασκευή του για να φιλοξενήσει την Έκθεση Φωτογραφίας του διάσημου Έλληνα φωτογράφου-περιηγητή Σπύρου Μελετζή με θέμα «Ελλάδα και Έλληνες & Αντίσταση». Από τότε έχει φιλοξενήσει κατά καιρούς εκθέσεις ζωγραφικής, συνέδρια, ημερίδες κλπ.

Αξίζει, επίσης, να επισκεφτεί κανείς τη **Δημοτική Πινακοθήκη Κωνσταντίνου Φάσσου**, η οποία ιδρύθηκε ύστερα από απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου Καλαβρύτων, μετά το θάνατο του, στις 30/9/1984, με 49 ζωγραφικούς πίνακες, τον **Πύργο του Αρναούτογλου** και το **Δημοτικό Μουσείο Καλαβρυτινού Ολοκαυτώματος**.

Το Δημοτικό Σχολείο Καλαβρύτων κτίστηκε στις αρχές του 20ου αιώνα, άρχισε να λειτουργεί το 1906. Αποτελεί δείγμα τετρατάξιου σχολείου με νεοκλασικά μορφολογικά στοιχεία και συγκεκριμένη τυπολογία. Κτίστηκε σύμφωνα με το πρώτο κρατικό πρόγραμμα ανέγερσης σχολικών κτιρίων το οποίο διαμορφώθηκε από τον νονομηχανικό του Υπουργείου Παιδείας Δημήτριο Καλλία και θεσμοθετήθηκε με το Νόμο ΒΤΜΘ/1895. Από τα πρώτα χρόνια λειτουργίας του διέθετε δασκάλους για όλες τις τάξεις και ήταν εφοδιασμένο με εποπτικά μέσα για τη διδασκαλία των ιστορικών,

γλωσσικών, τεχνικών και πρακτικών μαθημάτων. Κατά την περίοδο της Κατοχής διέκοψε τη λειτουργία του. Χρησιμοποιήθηκε ως σχολείο μόνο από το Σεπτέμβριο μέχρι το Δεκέμβριο του 1943. Αυτή ήταν η μικρότερη σχολική χρονιά στη μακρόχρονη συμβολή του στην εκπαίδευση.

Στις 13 Δεκεμβρίου του 1943 κάηκε ολοσχερώς από την πυρκαγιά που προκάλεσαν οι Γερμανοί κατακτητές. Μετά την απελευθέρωση ανακατασκευάστηκε σύμφωνα με το αρχικό του σχέδιο. Επαναλειτούργησε το 1955. Το 1986 κηρύχθηκε ως ιστορικό διατηρητέο μνημείο από το Υπουργείο Πολιτισμού και αποφασίστηκε να στεγάσει το Δημοτικό Μουσείο Καλαβρυτινού Ολοκαυτώματος, Έ 26920 22646.

Το Δημοτικό Σχολείο Καλαβρύτων ήταν ένα από τα πιο ευρύχωρα δημόσια κτίρια της πόλης με μεγάλο προαύλιο χώρο. Κατά την περίοδο της Κατοχής από το 1941 έως το τέλος του Απριλίου 1943, επιτάχθηκε από τους Ιταλούς και μετατράπηκε σε στρατόπεδο συγκέντρωσης πολιτικών κρατουμένων της Πελοποννήσου. Σε αυτόν το χώρο παρέμειναν κρατούμενοι πεντακόσιοι Έλληνες και Ελληνίδες. Κατά το διάστημα του περιορισμού τους υπέστησαν πολλές κακουχίες και ορισμένοι δεν επιβίωσαν. Τον Απρίλιο 1943 οι κρατούμενοι μεταφέρθηκαν σε άλλα σημεία της χώρας και το στρατόπεδο συγκέντρωσης έκλεισε. Στη συνέχεια το κτίριο χρησιμοποιήθηκε ως τόπος στρατοπέδευσης του Ιταλικού τάγματος Καλαβρύτων. Μετά τη συνθηκολόγηση των Ιταλών, στις 9 Σεπτεμβρίου 1943, το Δημοτικό Σχολείο επαναλειτούργησε.

Το βράδυ της 17ης Οκτωβρίου 1943, μετά τη μάχη των Ρωγών Κερπινής, οι αντάρτες οδήγησαν στο χώρο του σχολείου τους Γερμανούς αιχμαλώτους, οι οποίοι παρέμειναν εκεί επί ένα 24ώρο.

Στον ίδιο χώρο γράφτηκε μέρος του δράματος των Καλαβρύτων στις 13 Δεκεμβρίου 1943. Εδώ συγκεντρώθηκαν οι κάτοικοι της πόλης από τους Γερμανούς και έγινε διαχωρισμός του ανδρικού πληθυσμού και των

εφήβων άνω των 13 ετών από τα γυναικόπαιδα και τους ηλικιωμένους. Ενώ οι άνδρες οδηγήθηκαν στο λόφο του Καππή, τα μικρά παιδιά, οι γυναίκες και οι ηλικιωμένοι κρατήθηκαν στο εσωτερικό του κτιρίου, το οποίο πυρπολήθηκε.

Υπό το κράτος του πανικού οι έγκλειστοι παραβίασαν τις πόρτες και διέφυγαν.

Στο λόφο του Καππή, λοιπόν, λίγο πιο έξω από την πόλη, μπορείτε να δείτε ένα από τα ξεχωριστά μνημεία της πόλης και Ιερό Προσκύνημα, το **μνημείο της Μεγάλης Θυσίας**, ανατολικά της πόλης των Καλαβρύτων, 500 μ. από το κέντρο, στο δρόμο προς το χιονοδρομικό κέντρο.

Εκεί, σήμερα, βρίσκεται ένας μεγάλος Σταυρό που θυμίζει το αποτρόπαιο έγκλημα των Γερμανών στις 13 Δεκεμβρίου 1943, οι οποίοι εκτέλεσαν όλους τους άνδρες άνω των 13 ετών. Στις στήλες που περιβάλλουν τον κεντρικό χώρο αναγράφονται τα ονόματα των οικογενειών των Εκτελεσθέντων. Στην κατακόμβη είναι αναρτημένα μικρά καντήλια ισάριθμα με τις οικογένειες αυτές.

Παράπλευρα της κατακόμβης δεσπόζει το πέτρινο γλυπτό της πονεμένης μάνας, έμβλημα του Δήμου και σύμβολο της ανθρώπινης καρτερικότητας που φιλοτέχνησε η τότε σπουδάστρια της σχολής Καλών Τεχνών Άννα Βαφεία. Έχει συμβολικό χαρακτήρα για τις γυναίκες ηρωίδες των Καλαβρύτων, τη Μάνα, την αδελφή, τη γιαγιά, την κόρη, που με υπερπροσπάθεια αγωνίστηκαν να ξαναστήσουν την ολοσχερώς κατεστραμμένη πόλη.

Στην περιοχή μπορείτε να επισκεφτείτε ακόμα, δύο από τις σημαντικότερες και ιστορικότερες μονές του ελλαδικού χώρου. Σε απόσταση 5 χλμ. νότια από τα Καλάβρυτα βρίσκεται η ιστορική μονή της **Αγίας Λαύρας**, Έ 26920 22363, όπου κατά την παράδοση και τα στοιχεία που υπάρχουν, η ιστορία της Μονής αρχίζει από τους χρόνους

της Αυτοκρατορίας Νικηφόρου Φωκά.

Η Μονή ιδρύθηκε από τον ασκητή Ευγένιο που ήρθε από το Άγιο Όρος. Αρχίσε να οικοδομείται το 961 μ.Χ. στη θέση Παλαιομονάστηρο, δυτικά της θέσης της σημερινής Μονής. Με την πάροδο του χρόνου απέκτησε υλική υποδομή και έμπυχο δυναμικό. Έτσι σε κάποιο χρονικό διάστημα είχαν συγκεντρωθεί 960 μοναχοί. Επί Τουρκοκρατίας ήταν κέντρο Εθνικής Δράσης.

Το 1585 πυρπολήθηκε από τους Τούρκους, όπου και καταστράφηκε ολοσχερώς. Το 1600 αρχίζει πάλι να οικοδομείται. Στις 19 Μαρτίου 1689 άρχισε η ανέγερση του νέου κτιρίου, με βυζαντινό ρυθμό, λιθόκτιστο, τρίκογχο κτίσμα, αγιορείτικου τύπου σε απλούστερη μορφή. Από τότε η Μονή τη~ Αγίας Λαύρας, έως το 1943, έχει υποστεί πολλές πυρκαγιές και λεηλασίες. Στις 14 Μαΐου 1826 ο Ιμπραήμ διέταξε την πυρπόληση της Μονής. Το 1828 άρχισε πάλι η οικοδόμηση της μονής. Στις 24 Ιουλίου 1844 η Μονή καταστρέφεται από ισχυρό σεισμό. Το 1850 άρχισε πάλι να ανοικοδομείται. Το καθολικό της έγινε με ρυθμό βασιλικής με τρούλο και γύρω-γύρω πολλά κελιά.

Το 1821 αποτέλεσε το κέντρο της Εθνεγερσίας κατά των Τούρκων με την ύψωση του Λαβάρου και την ορκωμοσία των αγωνιστών από τον Παλαιών Πατρών Γερμανό.

Νέες διώξεις, εκτελέσεις και καταστροφές είδε το μοναστήρι απ( τα Ναζιστικά στρατεύματα το σκληρό Δεκέμβριο του 1943. Έκαψαν τη μονή, λεηλάτησαν τις αποθήκες και εκτέλεσαν τρεις μοναχούς, που δεν είχαν εγκαταλείψει το Μοναστήρι. Οι μοναχοί που είχαν κρυφτεί λίγο πω μακριά ξαναγύρισαν όταν είχαν απομακρυνθεί τα στρατεύματα, φέρνοντας μαζί τους τα κειμήλια και το λάβαρο που διέσωσαν και άρχισαν ξανά από την αρχή την επισκευή και ανοικοδόμηση.

Το 1950, η Μονή με προσφορές πιστών και ενίσχυση από το κράτος ανοικοδομήθηκε εξ' ολοκλήρου. Τα τελευταία χρόνια λειτουργεί με



καθοδήγηση του ηγούμενου Φιλάρету Κωνσταντακόπουλου.

Ο πολυτιμότερος θησαυρός που βρίσκεται στο μοναστήρι είναι το Λάβαρο της ορκωμοσίας των αγωνιστών του 1821, η πρώτη δηλαδή σημαία του Ελληνικού Έθνους. Επιπλέον, ο Επιτάφιος του 1754 Κεντημένος στη Σμύρνη, η εικόνα του Αγίου Γεωργίου κεντημένη στην Κωνσταντινούπολη από την Κωκώνα του Ρολογά, ευαγγέλιο δωρισμένο από την αυτοκράτειρα της Ρωσίας Αικατερίνη Β' τη Μεγάλη, τα χρυσοκέντητα άμφια του Παλαιών Πατρών Γερμανού, εγκόλπια, ξυλόγλυπτοι σταυροί και λειψανοθήκες αγίων.

Επίσης, ξεχωρίζει η κάρα του «Αγίου Αλεξίου του ανθρώπου του Θεού», πολιούχου της Μαρτυρικής Πόλης των Καλαβρύτων, η μνήμη του οποίου τιμάται στις 17 Μαρτίου, και είναι δωρεά του Αυτοκράτορα Εμμανουήλ Παλαιολόγου το 1398. Υπάρχουν επίσης, η κάρα του Αγίου Φιλάρету του Ελεήμονος, του Αγίου Παντελεήμονος, της Αγίας Παρασκευής, των Αγίων Αναργύρων κλπ.

Εκτός από τα σημαντικά ιερά κειμήλια και λείψανα που υπάρχουν στην Ιερά Μονή, πολύ σημαντικός θησαυρός είναι τα 3.000 έντυπα στη βιβλιοθήκη της. Το αρχαιότερο χρονολογείται από το 1502. Στη συγκρότηση της βιβλιοθήκης συνέβαλαν σημαντικά ο Κύριλλος Λαυριώτης το 1796 και ο Καλαβρυτινός δάσκαλος μοναχός Γρηγόριος Ιωαννίδης το 1929.

Στο δεσπόζοντα λόφο, βόρεια της Μονής της Αγίας Λαύρας, υψώνεται το λαμπρότερο μνημείο του Έθνους. Είναι το **Ηρώο των αγωνιστών της Επανάστασης του 1821**, που θυσιάστηκαν για την ανεξαρτησία του Ελληνικού Έθνους από τον Τουρκικό Ζυγό. Τα αποκαλυπτήρια του μνημείου στη σημερινή του μορφή πραγματοποιήθηκαν στις 24 Μαρτίου 1971.

Το Ηρώο αποτελείται από σύνθεση τριών ανδριάντων που παριστάνουν τη συμμετοχή του κλήρου και των αγωνιστών στην

Επανάσταση του 1821 και την Ελευθερία του Ελληνικού Έθνους από τον Τούρκο Κατακτητή.

10 χλμ. βόρεια από την πόλη βρίσκεται η μονή του **Μεγάλου Σπηλαίου**, Ε΄ 26920 23130, η οποία είναι χτισμένη σε ένα εντυπωσιακό τοπίο στην είσοδο μιας φυσικής σπηλιάς στη δεξιά όχθη του Βουρραϊκού.

Χτίστηκε το 362 από τους Θεσσαλονικείς αδερφούς, Συμεών και Θεόδωρο. Είδαν ξεχωριστά ο καθένας μια οπτασία με την εντολή να μεταβούν στην Αχαΐα και να βρουν την ιερή εικόνα της Παναγίας από μαστίχα και κερί, φιλοτεχνημένη από τον Ευαγγελιστή Λουκά.

Περιπλανήθηκαν στην περιοχή της Ζαχλωρούς, μέχρι που συνάντησαν την βοσκοπούλα Ευφροσύνη, η οποία τους οδήγησε στο σπήλαιο που βρισκόταν η Ιερή Εικόνα. Με μεγάλη ευλάβεια οι δύο μοναχοί πήραν την εικόνα έξω από το σπήλαιο και καθάρισαν από τα φυτά τον ιερό χώρο, και γύρω από αυτόν άρχισαν να χτίζουν ναό και μικρά κελιά.

Το μοναστήρι του Μεγάλου Σπηλαίου υπήρξε φάρος της Ορθοδοξίας και φρούριο κατά των Τούρκων κατακτητών. Δέχτηκε πολλές επιθέσεις αλλά ποτέ δεν κατακτήθηκε. Καταστράφηκε τέσσερις φορές από πυρκαγιές, το 840, το 1400, το 1640 και το 1934, πάντα όμως η εικόνα της Παναγίας έμενε ανέπαφη. Κατά την επίθεση του Ιμπραήμ τον Ιούνιο του 1827 είναι γνωστή η ηρωική απάντηση του ηγούμενου Δαμασκηνού: « ... δια να προσκυνήσωμεν είναι αδύνατον... αν έλθης εδώ να μας πολεμήσης και μας νικήσης, δεν είναι μεγάλο κακόν, διότι θα νικήσης παπάδες, αν όμως νικηθής ... θα είναι εντροπή σου...»

Το μαύρο Δεκέμβριο του 1943, τα Ναζιστικά στρατεύματα την 8η του μήνα λεηλάτησαν, έκαψαν το μοναστήρι και εκτέλεσαν 16 άτομα, μοναχούς, επισκέπτες και υποτακτικούς. Ακόμη, εκτέλεσαν 9 μοναχούς στη θέση Ψηλός Σταυρός.

Παρ' όλες τις καταστροφές, τις πυρκαγιές και τις λεηλασίες η Μονή

του Μεγάλου Σπηλαίου υψωνόταν ακόμα καλύτερη και μεγαλοπρεπής. Σήμερα υψώνεται σε οκτώ ορόφους συνεχίζοντας την ιστορική πνευματική πορεία τους.

Τα τελευταία χρόνια λειτουργεί με καθοδήγηση του ηγούμενου Ιερωνύμου.

Η Μονή διαθέτει μεγάλο πλούτο κειμηλίων, μεταξύ των οποίων εξαιρετική θέση κατέχει η εικόνα της Παναγίας, που φιλοτέχνησε ο Ευαγγελιστής Λουκάς. Επίσης, διαθέτει ένα σπάνιο λάβαρο με τις μορφές τριών βυζαντινών αυτοκρατόρων, εθνικές στολές, ένα πολύτιμο σταυρό με Τίμιο Ξύλο, λειψανοθήκες με οστά Αγίων και των ιδρυτών της Μονής, Ευαγγέλια σε περγαμηνές κλπ. Διαθέτει επίσης βιβλιοθήκη με περισσότερους από 3.000 τόμους, καθώς και πλήθος χειρογράφων.

Πάνω από το χωριό Βλασία, υψώνεται βουνό κατάφυτο από έλατα, στην κορυφή του οποίου βρίσκεται η **μονή του Αγίου Νικολάου**, Έ 26920 41248, που κτίστηκε σύμφωνα με την παράδοση τον 7<sup>ο</sup> αιώνα μ.Χ. από μοναχό που ήρθε από το Άγιο Όρος. Ο πρώτος Καλόγερος μάλιστα είδε στον ύπνο του θεϊκό όραμα που του όριζε τη θέση για να χτιστεί η μονή.

Απέναντι από τη Μονή είναι οι τόποι που ονομάζονται Χαρκόσκαλα και Αγγελόκαστρο. Πάνω σε αυτούς υπήρχαν τείχη βυζαντινά για να φυλάξουν το μοναστήρι από τους επιδρομείς, που ήταν πολλοί εξαιτίας του πλούτου του.

Η Μονή τρεις φορές έγινε στάχτη και τρεις φορές ξαναχτίστηκε. Τελευταία ανακαίνιση στο καθολικό της έγινε το 1892.

Στο παρελθόν είχε φτάσει να έχει περίπου 100 μοναχούς. Με τα χρόνια σταδιακά άλλαζε και σήμερα είναι εντελώς έρημη. Η βασιλική με τον ωραίο τρούλο που έχει το καθολικό της δεσπόζει στο κέντρο της αυλής, αλλά το μεγαλύτερο ενδιαφέρον συγκεντρώνει το παμπάλαιο παρεκκλήσι της Γέννησης της Θεοτόκου και θησαυροφυλάκιο της μονής,

όπου μεταξύ άλλων κειμηλίων φυλάσσεται και το παλιό ξυλόγλυπτο τέμπλο του καθολικού.

Στον οδικό άξονα Καλαβρύτων - Αιγίου μέσω Πτέρης, σε απόσταση 30 χλμ. από την πόλη των Καλαβρύτων, σε μια καταπράσινη τοποθεσία, με άφθονα και κρύα νερά, βρίσκεται το **εκκλησάκι της Παναγίας της Πλατανιώσσας**, Έ 26920 22406, που έχει σχηματιστεί μέσα στο κοίλωμα ενός τεράστιου πλατάνου, ο οποίος προήλθε από τρία πλατάνια που φύτεψαν μαζί, και με την πάροδο του χρόνου ενώθηκαν και δημιούργησαν το αξιοθαύμαστο αριστούργημα της φύσης.

Το ιστορικό αυτό πλατάνι έχει ύψος 25 μ. περίπου, περίμετρο στη βάση του 16 μ. και στο μέσο του 12,65 μ. και έχει χωρητικότητα 20 ατόμων. Υπάρχει ένα μικρό τέμπλο με δυο κίονες οι οποίοι σχηματίζουν την Ωραία Πύλη.

Η εικόνα της Παναγίας Βρεφοκρατούσας είναι αποτυπωμένη πάνω στο πλατάνι, σε ύψος 3 μ. από το έδαφος στο εσωτερικό του κοιλώματος.

Στη δεξιά όχθη του ποταμού Σελινούντα, απέναντι από το χωριό Λαπαναγοί του Δήμου Καλαβρύτων και σε απόσταση 30 χλμ. από την πόλη των Καλαβρύτων, ορθώνεται το **μοναστήρι της Μακελλαριάς**, Έ 26920 41247, το οποίο είναι αφιερωμένο στην Κοίμηση της Θεοτόκου. Χτίστηκε από το στρατηγό του Ιουστινιανού Βελισσάριο το 532 μ.Χ., όπως φαίνεται από επιγραφή που σώζεται μέχρι σήμερα, ώστε να εξιλεωθεί από τη σφαγή κατά την περίφημη «Στάση του Νίκα» στην Κωνσταντινούπολη. Στο μέσο του μοναστηριού είναι χτισμένος ο ναός της Παναγίας, βυζαντινού ρυθμού, σταυροειδής με ωραίο ξυλόγλυπτο τέμπλο, πάνω στο οποίο βρίσκεται η θαυματουργή εικόνα της Παναγίας. Είναι έργο βυζαντινής εποχής που θαυμάζεται από όλους, γιατί όπου κι αν σταθεί ο προσκυνητής τα μάτια Της είναι γυρισμένα προς αυτόν.

Το μοναστήρι καταστράφηκε από τους Τούρκους το 1458, και ανακαινίστηκε από τον ιερομόναχο Νεόφυτο.

Το αρχικό όνομα του μοναστηριού ήταν Παναγία η Λιθοστρωτιάτισσα, επειδή είναι χτισμένο πάνω σε βράχο. Το όνομα Μακελλαριά, το πήρε από το μακελειό που έγινε, όταν πήγαν να το κατακτήσουν οι Τούρκοι το 1458.

Ο πολυτιμότερος θησαυρός του είναι η θαυματουργή εικόνα της Παναγίας και το κιούπι με το θαυματουργό λάδι. Επίσης καρυοφύλλια, γιαταγάνια, κουμπούρες των οπλαρχηγών και παλικάριών της ξακουστής μάχης της Καυκαρίας, με τα οποία κατατρόπωσαν τον Ιμπραήμ το 1827 και στολές των αγωνιστών του 1821.

Σημαντικά κειμήλια του μοναστηριού έχουν κλαπεί από τη ληστεία που έγινε το Σεπτέμβριο του 1980, τα οποία αποτελούνταν από, τα άχραντα Πάθη που περιλάμβανε ένα κιτίο χειροποίητο από σύρμα χρυσό πλεγμένο στη Ρωσία, που εντός του φυλάσσονταν τεμάχιο από το ακάνθινο στεφάνι, τεμάχιο της χλαμύδας και κομμάτια τιμίου ξύλου και σπόγγου, επίχρυσες και χρυσές λειψανοθήκες με ιερά λείψανα 150 Αγίων, ιερά Ευαγγέλια επίχρυσα και αργυρά του 15<sup>ου</sup> και 16<sup>ου</sup> αιώνα, εικόνες φορητές του 16<sup>ου</sup> και 17<sup>ου</sup> αιώνα και στολές χειροποίητες και χρυσοκέντητες από την Ρωσία.

Αξίζει να αναφέρουμε, ότι σε μικρή απόσταση από τη Μονή, ακολουθώντας ένα μικρό φιδίσιο μονοπάτι, ο επισκέπτης οδηγείτε στο μικρό **εκκλησάκι της Μεταμορφώσεως του Σωτήρος**, το οποίο είναι φτιαγμένο μέσα σε ένα μικρό σπήλαιο λίγο πιο χαμηλά από το σημερινό μοναστήρι και από όπου ρέει αστείρευτο όλο το χρόνο από το βράχο, αγίασμα.

Ξεχωριστή εμπειρία είναι και η επίσκεψη στο νέο **τηλεσκόπιο Αρίσταρχος**, Έ 210 3490106, ο λευκός θόλος του οποίου δεσπόζει στην περιοχή.

Το τηλεσκόπιο Αρίσταρχος του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών, είναι το μεγαλύτερο τηλεσκόπιο των Βαλκανίων και το δεύτερο

μεγαλύτερο της Ηπειρωτικής Ευρώπης, με διάμετρο κατόπτρου 2,3 μ.. Το συναντάται λίγο πιο κάτω από την κορυφή της Νεραϊδόραχης του Χελμού, δίπλα από τις εγκαταστάσεις του χιονοδρομικού κέντρου Καλαβρύτων και σε υψόμετρο 2.340 μ.

Μερικά από τα χαρακτηριστικά του τηλεσκοπίου είναι το μεγάλο οπτικό πεδίο που είναι ιδανικό για συμμετοχή σε διεθνή προγράμματα, η πολύ καλή ποιότητα οπτικών, τα οποία έχουν ευκρίνεια ειδώλων, δυνατότητα τηλεχειρισμού και προγραμματιζόμενη λειτουργία μέσω δικτύου από την έδρα του Αστεροσκοπείου στην Αθήνα ή και από άλλα συνεργαζόμενα Αστεροσκοπεία της Ελλάδας ή και του εξωτερικού, εξοπλισμός με υπερσύγχρονα αστρονομικά όργανα, όπως κάμερες CCD και φασματογράφοι υψηλής και ενδιάμεσης ευκρίνειας.

Οι λόγοι που προτιμήθηκε η κορυφή του Χελμού για ένα τόσο σύγχρονο και σημαντικό εγχείρημα του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών είναι ότι υπάρχει παροχή λειτουργικής υποδομής λόγω της εγκατάστασης του Χιονοδρομικού Κέντρου όπου είναι εύκολη η οδική πρόσβαση, παροχή ρεύματος και τηλεφώνου και δεν υποφέρει από τη φωτορύπανση των πόλεων, αφού οι μεγάλες πόλεις βρίσκονται πίσω από τα βουνά. Επίσης είναι μια από τις σκοτεινότερες περιοχές της Ευρώπης, το τηλεσκόπιο είναι πάνω από τα σύννεφα – σε μεγάλο ποσοστό ετησίως και μπορεί να παρατηρεί είδωλα τα οποία είναι εξαιρετικής ποιότητας. Ακόμη, το υψόμετρο των 2.340 μ. που είναι τοποθετημένο το τηλεσκόπιο, είναι κατάλληλο να παρατηρεί και στο υπέρυθρο φως και να ερευνά για ύπαρξη πλανητών του γαλαξία μας, αστρικές εκρήξεις, χημική σύσταση, δομή και δυναμική γαλαξιών, καθώς επίσης και σμήνη γαλαξιών.

Η λειτουργία του τηλεσκοπίου είναι οπτοηλεκτρομηχανική, φιλική με το περιβάλλον. Η εγκατάσταση διάταξης μέτρησης του επιπέδου υπόβαθρου αερίων ρύπων και αερίων φαινομένου θερμοκηπίου, πολύ

σημαντικές για την προστασία του περιβάλλοντος. Επίσης παρέχει μετεωρολογικά στοιχεία στο Χιονοδρομικό Κέντρο.

Η εγκατάσταση του τηλεσκοπίου με το όνομα Αρίσταρχος έχει εκπαιδευτικό χαρακτήρα, είτε για εκπαίδευση φοιτητών επί τόπου αλλά και μέσω δικτύου, είτε για επιμόρφωση κοινού, όπως σχολεία, πανεπιστήμια, πολιτιστικούς φορείς κ.λ.π., είτε για παροχή επιστημονικών και τεχνολογικών υπηρεσιών υψηλής ποιότητας σε εκπαιδευτικούς και κοινωνικούς φορείς.

Το τηλεσκόπιο έχει ενταχθεί στο Πανευρωπαϊκό Πρόγραμμα Opticon, στο οποίο συμμετέχουν τα μεγαλύτερα και πιο σύγχρονα τηλεσκόπια της Ευρώπης και υπάρχει ενδιαφέρον χρησιμοποίησης του τηλεσκοπικού φακού από ερευνητικά ιδρύματα για επιστημονική συνεργασία και έρευνα.

Μέχρι σήμερα έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον για επιστημονική συνεργασία και υποστήριξη, το University of Sheffield, U.K., το University of Southampton, U.K., το University of Manchester, U.K., το Πανεπιστήμιο Πατρών, Ελλάδα, το Isaak Newton Group, La Palma, το Special Astrophysical Observatory, Russia, το University of Odessa, Ukraina, το University of Sofia, Bulgaria και το Astronomical Observatory of Jugoslavia.

Η Νεραιδόρραχη αποζημιώνει πολλαπλά τον ορειβάτη, επισκέπτη των Καλαβρύτων, καθώς στις πλαγιές της βρίσκονται το ορειβατικό καταφύγιο και τα **Ύδατα της Στυγός**, που σύμφωνα με τη μυθολογία, χάριζαν την αθανασία. Τα νερά τους πηγάζουν από τη Νεραιδόρραχη και πέφτουν από επιβλητικούς απότομους βράχους 200 μ., σχηματίζοντας έναν από τους μεγαλύτερους καταρράκτες της Πελοποννήσου.

Βορειοανατολικά από τα Καλάβρυτα βρίσκεται το πανέμορφο και απόκρημνο **φαράγγι του Βουρραϊκού**, το οποίο σχηματίστηκε από τον ομώνυμο ποταμό, πλούσιο σε πανίδα και χλωρίδα και ανέγγιχτο από την

ανθρώπινη παρέμβαση.

**Ο Οδοντωτός σιδηρόδρομος Διακοπτού - Καλαβρύτων** και η μοναδική διαδρομή του μέσα από το φαράγγι του Βουραϊκού ποταμού αποτελούν ένα από τα ωραιότερα φυσικά αξιοθέατα της χώρας μας. Έχει χαρακτηριστεί η θεαματικότερη σιδηροδρομική γραμμή των Βαλκανίων.

Το τοπίο στο βόρειο τμήμα της Πελοποννήσου χαρακτηρίζεται από ακροκαλοπαγές τείχιοι που αυλακώνεται από παράλληλες χαράδρες ξεκινώντας από τα εσωτερικά υψίπεδα και φτάνουν λίγα χιλιόμετρα πριν το επίπεδο της θάλασσας. Σ' αυτό το κροκαλοπαγές τείχος είναι σκαμμένο το φαράγγι του Βουραϊκού.

Το όνομα του φαραγγιού μνημονεύει τη Βούρα, σημαντική πόλη της αρχαιότητας που πρωτοστάτησε στην ίδρυση της Αχαϊκής Συμπολιτείας.

Στα κάθετα τοιχώματα του φαραγγιού διασώζονται πολύ ενδιαφέρουσες και σπάνιες φυτοκοινωνίες μοναδικών ειδών, χαρακτηριστικές των βραχωδών βιότοπων της ανατολικής Μεσογείου. Ανάμεσα στα είδη είναι η καμπανούλα των βράχων *Campanula versicolor*, το αρωματικό *Teucrium pollium*, τη μικρή φτέρη *Ceterach officinarum* και από τα σπανιότερα είδη το τοπικό ενδημικό *Achillea unbelata* ssp *monoccephala*, την ενδημική των βουνών της βόρειας Πελοποννήσου *Auēnia moreana* και της *Asperōa arcadiensis*, είδος ενδημικό του Χελμού, της Ζήρειας και της Γκιώνας.

Το πιο αξιομνημόνευτο στοιχείο του φαραγγιού είναι το μικρό τρενάκι που το διασχίζει απ' άκρη σ' άκρη. Η κατασκευή του οδοντωτού σιδηροδρόμου αποφασίστηκε στα χρόνια της Τρικουπικής διακυβέρνησης, στο πλαίσιο του μεγαλεπήβολου σχεδίου σιδηροδρομικής σύνδεσης όλης της Ελλάδας. Αυτό το έργο υποστηρίχθηκε από το φίλο του Τρικούπη και τοπικό πολιτευτή Ασημάκη Φωτήλα. Η γραμμή κατασκευάστηκε από γαλλική εταιρεία, ενώ συνέδραμαν και Ιταλοί τεχνίτες, που είχαν αποκτήσει μεγάλη



εμπειρία σε ανάλογα έργα στις Άλπεις. Το έργο τελείωσε το 1895 και τα εγκαίνια έγιναν την επόμενη χρονιά με την συμμετοχή του τότε βασιλιά. Η πρώτη μηχανή ήταν ατμοκίνητη και σε κάθε στάση υπήρχαν υδατόπυργοι για την αναπλήρωση του νερού.

Το **Διακοπτό** απέχει από τα Καλάβρυτα 22 χλμ., η διαδρομή διαρκεί μια ώρα και η ταχύτητα του συρμού κυμαίνεται από 30 έως 40 χλμ. ανά ώρα στην απλή γραμμή και 6 έως 15 στα δόντια. Η μεγάλη κλίση της γραμμής δεν επιτρέπει την κυκλοφορία ενός συμβατικού συρμού, γι' αυτό ανάμεσα στις σιδηροτροχιές τοποθετήθηκε ένας οδοντωτός άξονας που επιτρέπει με τη λειτουργία ενός μηχανισμού, να ανέβει από το επίπεδο της θάλασσας στο σταθμό των Καλαβρύτων με υψόμετρο 750 μ. Έχει το μικρότερο μήκος σε πλάτος γραμμών στην Ευρώπη (0,75 μ.). Σήμερα το τρένακι με δυο μικρά βαγόνια και την ντηζελοηλεκτρική μονάδα στο κέντρο ξεκινά από το σταθμό του Διακοπτού.

Δίπλα από τις γραμμές του τρένου υπάρχει μονοπάτι που παλιότερα χρησιμοποιούνταν από τους κατοίκους της περιοχής, σήμερα η ίδια χάραξη έχει σηματοδοτηθεί με σύμβολα του Ευρωπαϊκού Μονοπατιού E4 που χρησιμοποιείται από πεζοπόρους Έλληνες αλλά και ξένους. Το κατέβασμα απαιτεί περίπου 6 ώρες και το ανέβασμα περίπου 7 με 8 ώρες.

Κάθε χρόνο την τρίτη Κυριακή του Μαΐου διοργανώνεται από το Σύλλογο Ορειβασίας και Χιονοδρομίας Καλαβρύτων, το Πανελλήνιο Πέρασμα του φαραγγιού του Βουρραϊκού με τη συμμετοχή εκατοντάδων ορειβατών και πεζοπόρων.

Μετά από ένα χρόνο διακοπής των δρομολογίων του οδοντωτού, λόγω εργασιών ανακαίνισης και αντικατάστασης των σιδηροτροχιών επαναλειτούργησε τον Ιούνιο του 2004.

Αν κινηθείτε ανατολικά από το χιονοδρομικό κέντρο, έχετε αρκετές ενδιαφέρουσες επιλογές.

Βορειοδυτικά συναντάμε μια από τις λίγες ορεινές λίμνες της

Πελοποννήσου, τη **λίμνη Τσιβλού**, σε υψόμετρο περίπου 800 μ., η οποία δημιουργήθηκε μετά από κατολίσθηση που έφραξε τον ποταμό Κράθη.

Νοτιοανατολικά, βρίσκεται η γραφική **Ζαρούχλα**, χωριό με αρκετές τουριστικές εξυπηρετήσεις. Τα πέτρινα σπίτια του 19<sup>ου</sup> αιώνα και 20<sup>ου</sup>, οι πύργοι του Παπαδημητρόπουλου και του Φωτήλα, οι εκκλησίες της Παναγίας και της Αγίας Τριάδας και πάνω από όλα το πανέμορφο δάσος, είναι στοιχεία που ελκύουν τον επισκέπτη της Ζαρούχλας.

Κατάληξή σας μπορεί να είναι ο **Φενεός**, στην ευρύτερη περιοχή του οποίου συναντάμε ερείπια της αρχαίας πόλης, το φράγμα Φενεού – Δόξας, καθώς και τη μονή του Αγίου Γεωργίου.

Νοτιοδυτικά από το χιονοδρομικό κέντρο Καλαβρύτων συναντάμε ένα ακόμα φανταστικό δημιούργημα της φύσης, το **Σπήλαιο των Λιμνών**, Ε 26920 31001, το οποίο βρίσκεται κοντά στο χωριό Καστριά του Δήμου Λευκασίου Αχαιάς επί του επαρχιακού δρόμου Πατρών-Καλαβρύτων - Κλειτορίας - Τριπόλεως. Απέχει μόλις 17 χλμ. από τα Καλάβρυτα και 9 χλμ. από την Κλειτορία.

Το σπήλαιο είναι ένα σπάνιο δημιούργημα της φύσης. Εκτός από τους λαβυρινθώδεις διαδρόμους, τις μυστηριώδεις στοές και τους παράξενους σταλακτιτικούς σχηματισμούς του, έχει κάτι αποκλειστικά δικό του: τις αλλεπάλληλες κλιμακωτές λίμνες (εκτείνονται σε τρεις ορόφους), που το καθιστούν μοναδικό στο είδος του στον κόσμο!

Αποτελεί παλαιά κοίτη υπόγειου ποταμού με εξερευνημένο μήκος 1.980 μ. Όταν λειώνουν τα χιόνια, το σπήλαιο μετατρέπεται σε υπόγειο ποταμό με φυσικούς καταρράκτες. Κατά τους θερινούς μήνες ένα τμήμα του σπηλαίου ξηραίνεται και αποκαλύπτονται πρωτότυπες δαντελωτές λιθωματικές λεκάνες και φράγματα ύψους μέχρι και 4 μ. Το υπόλοιπο σπήλαιο διατηρεί μόνιμα νερό σε 13 γραφικές λίμνες. Τα τοιχώματά του είναι στολισμένα με πολύχρωμα σταλακτιτικά και σταλαγματικά συμπλέγματα, ενώ από τις πανύψηλες οροφές, κρέμονται πολυέλαιοι,

μέδουσες και παραπετάσματα, με ωραιότατες πτυχώσεις. Οι καθρεπτισμοί τους στα ήρεμα νερά των λιμνών συναρπάζουν τον επισκέπτη.

Το αξιοποιημένο μήκος του σπηλαίου προς το παρόν ανέρχεται σε 500 μ. Περιλαμβάνει εγκατάσταση καλλιτεχνικού φωτισμού. Ο επισκέπτης μπαίνει στο σπήλαιο από τεχνητή σήραγγα, που καταλήγει κατ' ευθείαν στο δεύτερο όροφο. Οι διαστάσεις του τμήματος αυτού προκαλούν δέος, έκσταση και θαυμασμό. Η διάβαση των λιμνών γίνεται από υπερυψωμένες τεχνητές γέφυρες.

Στον κάτω όροφο του σπηλαίου βρέθηκαν απολιθωμένα οστά ανθρώπου και διαφόρων ζώων, μεταξύ των οποίων και ιπποπόταμου. Το τμήμα αυτό προορίζεται για βιοσπηλαιολογικό εργαστήριο διεθνούς προβολής.

Το 1964 κάτοικοι των Καστριών ανέβηκαν για πρώτη φορά στο δεύτερο όροφο με ξυλόσκαλες από αναβαθμίδα ύψους 9 μ. Η εξερεύνηση έγινε από τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύνδεσμο με τον καθηγητή Ι. Μελέντη και η χαρτογράφηση από την Ελληνική Σπηλαιολογική Εταιρία με την Σπηλαιολόγο Άννα Πετροχειίλου. Η αξιοποίηση του σπηλαίου άρχισε από το 1981 από τον Ε.Ο.Τ. και συνεχίσθηκε από την πρώην Κοινότητα Καστριών. Σήμερα, την ευθύνη της λειτουργίας του έχει ο Δήμος Λευκασίου και η Δημοτική Επιχείρηση «Σπήλαιο των Λιμνών» Καστριών.

Το σπήλαιο λειτουργεί καθημερινά από 9:30 π.μ. έως 4:30 μ.μ., ενώ γίνεται παράταση του ωραρίου κατά τις αργίες και τους θερινούς μήνες.

Σε μικρή απόσταση από το σπήλαιο βρίσκεται ο **αρχαιολογικός χώρος των Λουσών**, όπου σώζονται ερείπια ιερού της Άρτεμης.

Αν συνεχίσετε την περιήγησή σας προς την ίδια κατεύθυνση, μπορείτε να κάνετε μία στάση στο **Πλανητέρο**, κοντά στις πηγές του Αροάνιου ποταμού. Εδώ έχετε την ευκαιρία να απολαύσετε το υπέροχο

τοπίο, καθώς και πέστροφες ή σολομούς σε κάποια από τις ταβέρνες που λειτουργούν στις όχθες του ποταμού.

Κατάληξη της περιήγησής σας μπορεί να αποτελέσει η γραφική Κλειτορία, ένα από τα πιο γνωστά και τουριστικά αναπτυγμένα χωριά της περιοχής, με πλούσια ιστορία και αξιόλογα αρχαιολογικά ευρήματα.

### **3.4. Πολιτιστικά δρώμενα**

#### Εισαγωγή

Η Ελλάδα είναι μια χώρα με εξαιρετικά πλούσια πολιτιστική παράδοση και λαϊκό πολιτισμό.

Έτσι, ο επισκέπτης σ' αυτήν έχει πολλές ευκαιρίες να εμπλουτίσει το ταξίδι του, παρακολουθώντας τις πολυποίκιλες πολιτιστικές ή αθλητικές εκδηλώσεις, που πραγματοποιούνται σε κάθε περιοχή της χώρας, να συμμετάσχει στα δρώμενα, τα οποία συνδέονται με γοητευτικά έθιμα και να γνωρίσει άγνωστες αλλά ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες πτυχές της ελληνικής ιστορικής και λαϊκής κληρονομιάς.

Τα Καλάβρυτα, είναι ένα από τα μέρη που μπορούν να προσφέρουν αρκετές επιλογές πολιτιστικού και ιστορικού ενδιαφέροντος.

#### Πανελλήνιο πέρασμα στο Φαράγγι του Βουραϊκού

Κορυφαία διοργάνωση του Συλλόγου Ορειβάσις Χιονοδρομίας - Αναρρίχησης Προστασίας Περιβάλλοντος Καλαβρύτων αποτελεί το Πανελλήνιο Πέρασμα στο Φαράγγι του Βουραϊκού που πραγματοποιείται κάθε χρόνο το προτελευταίο Σαββατοκύριακο του Μάιου, με τη συμμετοχή εκατοντάδων πεζοπόρων από όλη την Ελλάδα. Το κεντρικό σύνθημα είναι: «Να γίνει ο Χελμός εθνικός δρυμός και το φαράγγι του Βουραϊκού να προστατευθεί ως μοναδικό μνημείο της φύσης».

Το Μάιο του 2004 πραγματοποιήθηκε το 240 Πανελλήνιο Πέρασμα στο Φαράγγι του Βουραϊκού και πλαισιώθηκε με εκδηλώσεις που

αναφέρονταν:

- ο Στην προστασία του φυσικού και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος του Ορεινού Όγκου Χελμού - Βουραϊκού, ως επιτακτική ανάγκη για την ανάπτυξη της περιοχής.
- ο Στην ανακαίνιση και λειτουργία του Οδοντωτού.
- ο Στην καταγραφή και επίλυση των Οικολογικών προβλημάτων περιοχής Καλαβρύτων.

Το 2005 οι εκδηλώσεις για το 25ο Πανελλήνιο Πέρασμα στο Φαράγγι του Βουραϊκού θα πραγματοποιηθούν το Σαββατοκύριακο 21 & 22 Μαΐου.

Θρησκευτική Εορτή του πολιούχου των Καλαβρύτων Αγίου Αλεξίου



Την Πέμπτη 17 Μαρτίου 2005 εν όψει της Θρησκευτικής εορτής του Αγίου Αλεξίου θα πραγματοποιηθεί η Τελετή υποδοχής και λιτάνευσης τω' Ιερών Λειψάνων και της Σεπτής εικόνας του Αγίου, σύμφωνα με το ακόλουθο πρόγραμμα:

Τετάρτη, 16 Μαρτίου 2005

Ωρα 9.00 μ.μ.: Αγρυπνία στην Ιερά Μονή Αγίας Λαύρας.

Πέμπτη, 17 Μαρτίου 2005

Ωρα 7.00 π.μ.: Ακολουθία του Όρθου στον Καθεδρικό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου Καλαβρύτων.

Ωρα 8.15 π.μ.: Υποδοχή των Ιερών Λειψάνων και της Σεπτής εικόνας του Αγίου εκ της Αγίας Λαύρας στον προαύλιο χώρο του Καθεδρικού Ναού της πόλης Τελετή Αρχιερατικής Θείας Λειτουργίας.

Ωρα 10.45 π.μ.: Εκκίνηση της πομπής, με επικεφαλής τον κλήρο και

τις αρχές της πόλης και λιτάνευση των Ιερών Λειψάνων και της Σεπτής εικόνας του Αγίου Αλεξίου στους δρόμους: 25ης Μαρτίου - Συγγρού - Γεωργακόπουλου - Καλλιμάνη - Λοχ. Καποτά - 25ης Μαρτίου. Ώρα 11.15 π.μ.: Αναχώρηση της πομπής για την Ιερά Μονή της Αγίας Λαύρας.

#### Επιμνημόσυνη δέηση και προσκλητήριο Πεσόντων του 1943

Κάθε χρόνο, στις 13 Δεκεμβρίου, μετά το μνημόσυνο στον καθεδρικό ναό της πόλης των Καλαβρύτων, στο λόφο του Καπή, καταλήγει η πένθυμη πομπή, όπου τελείται επιμνημόσυνη δέηση εις μνήμην των ανδρών που εκτελέστηκαν από τους Γερμανούς στις 13 Δεκεμβρίου του 1943.

#### Εορτασμός Εθνικής Επετείου (25<sup>η</sup> Μαρτίου)

Η 25<sup>η</sup> Μαρτίου ορίστηκε έως μέρα εθνικού πανηγυρισμού με το διάταγμα που εξέδωσε ο βασιλιάς Όθων την 27<sup>η</sup> Μαρτίου του 1838.

Ο Δήμος Καλαβρύτων γιορτάζει την απελευθέρωση της πόλης στις 21 Μαρτίου και στις 25 Μαρτίου στη Μονή της Αγίας Λαύρας, με σειρά εκδηλώσεων.

Στις 21 Μαρτίου λοιπόν, πραγματοποιείται δοξολογία στον Καθεδρικό Ναό της πόλης των Καλαβρύτων, κεντρική ομιλία, τρισάγιο στο μνημείο πεσόντων ηρώων, κατάθεση στεφάνων. Τήρηση σιγής ενός λεπτού στην μνήμη ένδοξων ηρώων, ανάκρουση Εθνικού Ύμνου, παρέλαση μαθητών των Δημοτικών Σχολείων, του Γυμνασίου, Λυκείου και Τ.Ε.Ε. Καλαβρύτων προ των επισήμων και αναπαράσταση της μάχης και κατάληψης των Καλαβρύτων από το Θεατρικό Όμιλο Καλαβρύτων «Πάνος Μίχας».

Στις 25 Μαρτίου, πραγματοποιείται τρισάγιο στο Πανελλήνιο Ηρώων Αγωνιστών του 1821, κατάθεση στεφάνων, τήρηση σιγής ενός λεπτού, ανάκρουση του Εθνικού Ύμνου, δοξολογία στον προαύλιο χώρο του ιστορικού Ναού της Μονής Αγίας Λαύρας, κεντρική ομιλία, αναπαράσταση της ορκωμοσίας των Αγωνιστών και κήρυξη της

Επανάστασης του 1821, από το Θεατρικό Όμιλο Καλαβρύτων «Πάνος Μίχας».

#### Ποδηλατικός Γύρος Θυσίας

Κάθε χρόνο, στις 25 Μαρτίου, ο Δήμος Καλαβρύτων διοργανώνει ενόψει του εορτασμού της Εθνικής Επετείου του 1821, ποδηλατικό γύρο Θυσίας στη διαδρομή Πάτρα - Χαλανδρίτσα - Καλάβρυτα - Αγία Λαύρα. Στο τέλος γίνεται απονομή επάθλων στους νικητές.

### **3.5. Χιονοδρομικό κέντρο Καλαβρύτων**

#### Εισαγωγή

Κοσμοπολίτικη ατμόσφαιρα, αλλά και παραδοσιακά στοιχεία συνθέτουν την εικόνα που παρουσιάζουν τα Καλάβρυτα, τα οποία, αναμφισβήτητα, αποτελούν έναν από τους καλύτερους χειμερινούς προορισμούς.

Πρόκειται για περιοχή που συνεχώς αναπτύσσεται, προσφέροντας στους επισκέπτες πολλές εναλλακτικές λύσεις για χαλάρωση και αναψυχή.

Στα πλεονεκτήματα των Καλαβρύτων κατατάσσεται η μικρή απόσταση που τα χωρίζει από την Αθήνα, ενώ το γεγονός ότι στις πλαγιές του Χελμού έχει δημιουργηθεί ένα από τα πιο σύγχρονα χιονοδρομικά κέντρα προσθέτει πόντους και τα έχει μετατρέψει σε πόλο έλξης χιλιάδων χιονοδρόμων. Ταυτόχρονα, η γύρω περιοχή προσφέρεται για εξορμήσεις που μένουν αξέχαστες. Θα συναντήσετε λίμνες και καταρράκτες, γραφικά χωριά που διατηρούν αναλλοίωτη την παραδοσιακή αρχιτεκτονική και μνημεία της αρχαίας αλλά και της νεότερης ιστορίας. Και όλα αυτά μέσα σε ένα επιβλητικό τοπίο που δημιουργεί ο ορεινός όγκος του Χελμού, το οποίο κόβει την ανάσα.

#### Το βουνό

Ο Χελμός με υψόμετρο 2.355 μ. είναι ένας από τους κυριότερους ορεινούς όγκους του νομού Αχαΐας. Οι αρχαίοι ονόμαζαν το βουνό Αροάνια Όρη από τον ήρωα Αροανίωνα, που έδωσε το όνομά του και στον ομώνυμο ποταμό.

Ο Χελμός είναι το μεσαίο από τα τρία ορεινά συγκροτήματα που δεσπόζουν στη βόρεια Πελοπόννησο, με το Παναχαικό προς τα δυτικά και τη Ζήρια προς τα ανατολικά.

Ο κύριος όγκος του βουνού σχηματίζει ένα πολύμορφο συγκρότημα, στο κέντρο του οποίου ξεχωρίζει η ψηλότερη κορυφή, που ονομάζεται Ψηλή κορυφή και έχει υψόμετρο 2.335 μ.. Γύρω απλώνονται οι κορυφές Νεραιδόρραχη με υψόμετρο 2.341 μ., Αετορράχη με υψόμετρο 2.252 μ., Νεραιδάλωνο 2.335 μ., Προφήτης Ηλίας 2.282 μ. κ.ά..

Στην ανατολική πλευρά του Χελμού σχηματίζεται ένα είδος πέταλου, που περιβάλλει τη χαράδρα των Υδάτων της Στυγός, για να καταλήξει στην ιστορική πεδιάδα του Φενεού.

Οι φυσικές ομορφιές του, τα ποτάμια, το φαράγγι του Βουρραϊκού και οι υπέροχες κορυφές του, καθιστούν τον Χελμό τόπο που προσφέρεται κατεξοχήν για ξεκούραση, αναψυχή και φυσιολατρικές αναζητήσεις.

Ολόκληρη η περιοχή του Χελμού περιλαμβάνει 17 οικότοπους, ενώ η βλάστηση εδώ εναλλάσσεται, ανάλογα με την τοποθεσία και το υψόμετρο. Στα χαμηλά αναπτύσσονται μεσογειακή θαμνώνες, με κυρίαρχα είδη το πουρνάρι, την αρία και το φιλλύκι. Έως τα 700 μ. κυριαρχούν τα πλατάνια, οι λεύκες, οι σχίνοι και οι δρύες, ενώ μεταξύ 700 με 2.000 μ. συναντάται δάση ελάτης και πεύκης. Ακολουθεί αλπική ζώνη στην οποία κυριαρχούν τα λιβάδια και οι βραχώδεις σχηματισμοί.

Ο Χελμός αποτελεί βιότοπο φιλοξενίας σπάνιων ειδών χλωρίδας. Υπολογίζεται ότι περισσότερα από 1.500 είδη φυτών φυτρώνουν εδώ, από τα οποία τα 14 είναι τοπικά ενδημικά του βουνού.



Πολύ αξιόλογη είναι και η πανίδα της περιοχής. Υπάρχουν 16 είδη θηλαστικών, ενώ σημαντικός είναι και ο αριθμός των ερπετών. Ιδιαίτερα φιλόξενο, τέλος, είναι το βουνό για τα πουλιά, γι' αυτό και περιλαμβάνεται στον κατάλογο των σημαντικών περιοχών για τα πουλιά. Έχουν παρατηρηθεί τουλάχιστον 100 είδη πουλιών, από τα οποία ξεχωρίζει ο γύπας, ο χρυσαετός, ο νεροκότσιφας, η πτεροπέρδικα κ.ά..

#### Το χιονοδρομικό κέντρο

Στη βορειοδυτική πλευρά του Χελμού, λειτουργεί από το 1988 το χιονοδρομικό κέντρο Καλαβρύτων, το οποίο αποτελεί Δημοτική Επιχείρηση. Εκτείνεται σε υψόμετρο από 1.700 μ. έως 2.340 μ.) και λειτουργεί καθημερινά από τις 8:30 έως τις 16:00, από τα μέσα Δεκεμβρίου μέχρι και τα τέλη Απριλίου.

Πρόκειται για ένα κέντρο με σύγχρονες εγκαταστάσεις σκι, όπου ο επισκέπτης θα βρει άνετους χώρους για πάρκινγκ συνολικού εμβαδού 30.000 τ.μ., σαλέ υποδοχής και εστίασης, καφετέριες, εστιατόρια, καταστήματα πώλησης και ενοικίασης εξοπλισμού σκι, καθώς και οργανωμένο σταθμό πρώτων βοηθειών.

Το χιονοδρομικό κέντρο διαθέτει 8 αναβατήρες και 13 πίστες όλων των κατηγοριών, ενώ υπάρχει δυνατότητα για νυχτερινό σκι.

Ταυτόχρονα, θα βρείτε ειδική πίστα για moguls ski, πάρκο για snowboard cross country ski, το μοναδικό πάρκο στην Ελλάδα snow tubes, το πάρκο snowmobiles, αλλά και πτήσεις με αλεξίπτωτο πλαγιάς. Και οι δραστηριότητες και εκδηλώσεις καθ' όλη τη διάρκεια της χειμερινής περιόδου δεν σταματούν μόνο σε αυτά.

#### Πρόσβαση

Το βουνό και το χιονοδρομικό κέντρο προσεγγίζονται με αυτοκίνητο από την Αθήνα μέσω της εθνικής οδού Αθήνας – Πάτρας. Λίγο πριν από το Διακοφτό, αν έρχεστε από Αθήνα ή 91 χλμ. μετά την Πάτρα, αν έρχεστε από την πρωτεύουσα της Πελοποννήσου, στρίβετε αριστερά ή

δεξιά αντίστοιχα και κατευθύνεστε προς τα Καλάβρυτα. Επίσης, μπορείτε να φτάσετε στο Διακοφτό με τον ΟΣΕ το ΚΤΕΛ, ή το αυτοκίνητό σας και από εκεί με τον οδοντωτό σιδηρόδρομο να συνεχίσετε ως τα Καλάβρυτα, παίρνοντας από το φαράγγι του Βουρραϊκού σε λιγότερο από 1 ώρα.

Το χιονοδρομικό κέντρο απέχει 14 χλμ. από την πόλη των Καλαβρύτων, 448 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 203 χλμ. από την Αθήνα.

#### Πίστες και αναβατήρες

Το χιονοδρομικό κέντρο Καλαβρύτων είναι το δεύτερο μεγαλύτερο χιονοδρομικό κέντρο της χώρας, με 8 αναβατήρες, οι οποίοι εξυπηρετούν 12 χιονοδρομικές πίστες συνολικού μήκους 20 χλμ..

Πίστες και αναβατήρες			
Όνομασία	Μήκος διαδρομής	Υψομετρική διαφορά	Είδος πίστας
Ερμής Νο1	110 μ.	10 μ.	●
Αχιλλέας Νο1	900 μ.	150 μ.	●
Δάφνη Νο 1	1.000 μ.	200 μ.	●
Δάφνη Νο 2	1.250 μ.	200 μ.	●
Ηρακλής Νο1	160 μ.	10 μ.	●
Στύγα Νο1	1.400 μ.	490 μ.	●
Στύγα Νο2	2.300 μ.	490 μ.	●
Θέτις Νο1	450 μ.	60 μ.	●
Θέτις Νο2	350 μ.	60 μ.	●
Άρτεμις Νο1	1.900 μ.	300 μ.	●
Άρτεμις Νο2	800 μ.	300 μ.	●
Άρτεμις Νο3	1.500 μ.	450 μ.	●
Πήγασος	100 μ.	10 μ.	snowtubes
Αναβατήρες			

Όνομασία	Είδος	Μήκος	Υψομετρική διαφορά
Ερμής	Μ.Σ.	150 μ.	10 μ.
Αχιλλέας	Τ.Ε.	900 μ.	150 μ.
Δάφνη	Μ.Σ.	1.000 μ.	200 μ.
Ηρακλής	Μ.Σ.	180 μ.	10 μ.
Στύγα	Δ.Ε.	1.400 μ.	490 μ.
Θέτις	Μ.Σ.	300 μ.	60 μ.
Άρτεμις	Δ.Σ.	1.000 μ.	300 μ.
Πήγασος	Μ.Σ.	150 μ.	10 μ.
<b>Σχολές σκι</b>			
Martha Tours Έ 210 6533597	Trekking Hellas Έ 210 3310323	Ski Bill Έ 26920 23027	Ski Center Έ 26920 22667
Ski Time Έ 26920 22030	Snow Shop Έ 26920 22465	Ski Surf Club Έ 2610 338740	Κλαουδάτος Έ 26920 24090
~ Επεξήγηση συντομεύσεων στη σελίδα 192			
<b>Τιμοκατάλογος</b>			
<b>Ετήσια κάρτα απεριόριστων διαδρομών</b>			
Ενηλίκων	300€		
Παιδιών	250€		
<b>Ημερήσια κάρτα απεριόριστων διαδρομών</b>			
Διάρκεια (σε ημέρες)	19 - 59 ετών	4 - 18 ετών	60 - 74 ετών
Μισή	17€	12€	15€
1	22€	16€	20€
2	42€	30€	38€
3	59€	41€	51€
4	76€	53€	66€
5	93€	64€	81€
6	109€	76€	95€
7	125€	87€	109€

8	136€	94€	118€
9	147€	102€	128€
10	157€	110€	137€
11	169€	118€	147€
12	180€	126€	157€
13	193€	134€	168€
14	201€	140€	175€
15	207€	144€	180€
<b>Εισητήριο επισκεπτών</b>			
10€			
<b>Προσφορές</b>			
Ατομικό εισητήριο διαρκείας		250€	
Οικογενειακό εισητήριο διαρκείας		400€	
<b>Διαμονή</b>			
<b>Ξενοδοχεία</b>			
<b>Ανεράδα</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24777	<b>Άνεσις</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23070	<b>Κυναίθα</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22609	<b>Χελμός</b> Καλάβρυτα Έ 26920 29222
<b>Λήδα</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24780	<b>Μ. Αλέξανδρος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22221	<b>Στύγα</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24535	<b>Φιλοξένια</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22422
<b>Ενοικιαζόμενα δωμάτια - διαμερίσματα</b>			
<b>Εποχές</b> Καλάβρυτα Έ 26920 29200	<b>Άρτεμις</b> Καλάβρυτα Έ 26920 29300	<b>Αφροδίτη</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23600	<b>Βαρδακαστάνης</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22305
<b>Δαφάλιας</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22422	<b>Δρυάδες</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23840	<b>Ευτυχία</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22133	<b>Ζέξος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23652
<b>Θεολόγος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22432	<b>Θέτις</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22605	<b>Ίριδα</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23834	<b>Καράμπελας</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22189
<b>Κάστρο</b>	<b>Κρηνίδες</b>	<b>Κύναιθα</b>	<b>Μητσοπούλου</b>

Καλάβρυτα Έ 26920 23027	Καλάβρυτα Έ 26920 23143	Καλάβρυτα Έ 26920 22331	Καλάβρυτα Έ 26920 22481
<b>Μοντάζ</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24700	<b>Πένταρχος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23038	<b>Πολυξένη</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23051	<b>Σαλέ</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23400
<b>Σταθμός</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22360	<b>Σφαραγκούλιας</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22609	<b>Τζόβολος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22292	<b>Αροάνιος</b> Κλειτορία Έ 26920 31308
<b>Φαγητό</b>			
<b>Εστιατόρια</b>			
<b>Βαρβιτσιώτης</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22049	<b>Η Στάνη</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23000	<b>Κάστρο</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24205	<b>Ο Αυστραλός</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23070
<b>Εσπερίδες</b> Καλάβρυτα Έ 26920 29222	<b>Λιχουδιές</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24470	<b>Ο Έλατος</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22541	<b>Περί ορέξεως</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24444
<b>Σπιτικό</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24260	<b>Τα 3 αδέρφια</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22989	<b>Το Κουτούκι</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24006	<b>Αλέξης</b> Ανω Βλασία Έ 26920 41325
<b>Σνακ</b>			
<b>Ελληνικές γεύσεις</b> Καλάβρυτα Έ 6973 499445	<b>Παραπέντε</b> Καλάβρυτα Έ 26920 24530	<b>Στέκι</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22629	<b>Panini</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22886
<b>Διασκέδαση</b>			
<b>Μπαρ</b>			
<b>Αρχοντικό</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22690	<b>Aventure</b> Καλάβρυτα Έ 6973 058817	<b>Διαδρομές</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22449	<b>Λευκή πύλη</b> Καλάβρυτα Έ 6946 943548
<b>Neve Blue</b> Καλάβρυτα Έ 26920 29222	<b>Σκηνικό</b> Καλάβρυτα Έ 26920 22407	<b>7η Τέχνη</b> Καλάβρυτα Έ 6945 754032	<b>Slalom</b> Καλάβρυτα Έ 26920 23856
<b>Καφετέριες</b>			

Αχαικόν Καλάβρυτα Έ 26920 24400	Breslers Καλάβρυτα Έ 26920 24459	Γρι γρι Καλάβρυτα Έ 26920 22305	Διάπλασις Καλάβρυτα Έ 26920 23860
Διαχρονικό Καλάβρυτα Έ 26920 22476	Ελλάς Καλάβρυτα Έ 26920 22301	Έντεχνο Καλάβρυτα Έ 26920 24533	Ερμείδης Καλάβρυτα Έ 26920 22346
Κεντρικό Καλάβρυτα Έ 26920 22762	Montana Καλάβρυτα Έ 26920 22444	Party Καλάβρυτα Έ 6937 253220	Σκάρπας Καλάβρυτα Έ 26920 23048
Παραδοσιακά προϊόντα			
Καταστήματα παραγωγής και πώλησης τοπικών προϊόντων			
Αβραμόπουλος Παραδοσιακά γλυκά Καλάβρυτα Έ 26920 22058	Αλεξόπουλος Γαλακτοκομικά Προϊόντα Καλάβρυτα Έ 26920 22009	Αλεξόπουλος Εργαστήριο Χωριάτικων Ζυμαρικών Καλάβρυτα Έ 26920 22424	Αλεξόπουλος Πρατήριο Παραδοσιακών Προϊόντων Καλάβρυτα Έ 26920 22697
Ερμείδης Παραδοσιακά γλυκά Καλάβρυτα Έ 26920 22346	Πετρόπουλος Γαλακτοκομικά Προϊόντα Καλάβρυτα Έ 26920 23830	Ταγάρης Παραδοσιακά Προϊόντα Καλάβρυτα Έ 26920 22251	Παπαγιαννόπουλος Αμπελουργική, οινοποιητική «Τετράμηθος» Άνω Διακοπτό Έ 26910 97500
Εργοστάσια επεξεργασίας γάλακτος			
Μενεγάτος Καλάβρυτα Έ 26920 22297	Ταγάρης Καλάβρυτα Έ 26920 22205		
Χρήσιμα τηλέφωνα			
Χ.Κ. Καλαβρύτων Έ 26920 24451	Σαλε Καλαβρύτων Έ 26920 23050	ΣΟΧ Καλαβρύτων Έ 26920 22611	ΕΟΣ Καλαβρύτων Έ 26920 22611
Δήμος Καλαβρύτων Έ 26920 22380	Ν Καλαβρύτων Έ 26920 22222	TAXI Καλαβρύτων Έ 26920 22127	ΚΤΕΛ Καλαβρύτων Έ 26920 22224
ΟΣΕ Καλαβρύτων Έ 26920 22245	Α.Τ. Καλαβρύτων Έ 26920 23333	Δήμος Διακοφτού Έ 26920 41270	Δήμος Ακράτας Έ 26960 22929

Δήμος Λευκασίου Έ 26920 31294	Κ.Υ. Κλειτορίας Έ 26920 31207	Α.Τ. Κλειτορίας Έ 26920 31206
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

### 3.6. Ορειβατικός Σύλλογος Καλαβρύτων



#### Ίδρυση

Μία αυτόνομη ομάδα ανήσυχων Καλαβρυτινών ιδρύουν το 1931 το Ορειβατικό τμήμα στα Καλάβρυτα, που ξεκινάει σαν αυτόνομη ορειβατική ομάδα. Εντάσσεται αμέσως μετά, στον Ελληνικό Ορειβατικό Σύνδεσμο (Ε.Ο.Σ.) που έχει έδρα την Αθήνα και δημιουργεί αργότερα την Ελληνική Ομοσπονδία Ορειβατικών Συλλόγων με τελικό τίτλο «Ελληνική Ομοσπονδία Ορειβασίας Αναρρίχησης» (Ε.Ο.Ο.Α.), η οποία έχει πλούσια δράση για εκείνη την εποχή.

Στις 13 Δεκεμβρίου 1943 με το Ολοκαύτωμα των Καλαβρύτων σβήνει κάθε σπίθα πολιτιστικής ζωής, μαζί και η δράση του Ορειβατικού.

Επαναδραστηριοποιείται μετά την απελευθέρωση, για να γίνει το πιο ζωντανό κομμάτι της μεταπολεμικής ιστορίας των Καλαβρύτων. Το 1967 η ντόπια χούντα σταματά τη λειτουργία του για δεύτερη φορά.

#### Επαναλειτουργία

Δέκα χρόνια αργότερα η νέα γενιά των Καλαβρυτινών επαναλειτουργεί τον Ορειβατικό ως «Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο - Τμήμα Καλαβρύτων». Το 1991, μετονομάζεται σε «Σύλλογο Ορειβασίας και Χιονοδρομίας Καλαβρύτων» και ξεκινάει μία νέα δραστηριότητα. Ήταν εμπνευστής και κύριος μοχλός συνεχούς πίεσης προς τα αρμόδια

υπουργεία και το Δήμο Καλαβρύτων και ξεκίνησε όλες τις διαδικασίες για να ιδρυθεί και να λειτουργήσει το Χιονοδρομικό Κέντρο στο Χελμό.

#### Δραστηριότητες

Από το 1984 έως το 1994 συμμετείχε στο Διοικητικό Συμβούλιο της Δημοτικής Επιχείρησης Χιονοδρομικό Κέντρο Καλαβρύτων, ως τακτικό μέλος.

Το 1997, μετά από είκοσι χρόνια συνεχούς δράσης, εναρμονιζόμενος με τις διεθνείς εξελίξεις μετονομάζεται σε «Σύλλογο Ορειβασίας - Χιονοδρομίας - Αναρρίχησης Καλαβρύτων». Προσθέτει ακόμη στο τίτλο του: «Προστασίας Περιβάλλοντος» .

Είναι αυτός που κίνησε όλες τις διαδικασίες προς τα συναρμόδια Υπουργεία (Υ.ΠΕ.ΧΩ.Δ.Ε., Γ.Γ. Δασών, κλπ.) για να ξεκινήσει να υλοποιείται από το 1997 το πρόγραμμα για την προστασία του οικοσυστήματος ΧΕΛΜΟΣ - ΦΑΡΑΓΓΙ ΒΟΥΡΑΙΚΟΥ ΠΟΤΑΜΟΥ και να αρχίσει να λειτουργεί στα Καλάβρυτα το «Κέντρο Πληροφόρησης Επισκεπτών Διοίκησης και Διαχείρισης».

Το 2002, συμπληρώνοντας τα 71 χρόνια δράσης του και με το σύνθημα «ΠΑΝΤΑ ΨΗΛΑ» έχει μπροστά του ένα φωτεινό μέλλον για το καλό του Αθλητισμού και του Πολιτισμού στα Καλάβρυτα και την Επαρχία.

Διοικητικό συμβούλιο	
Ερμείδης Χαρίλαος, Πρόεδρος	Αρμπής Βασίλης, Αντιπρόεδρος
Παπαγεωργίου Φάνης, Γραμματέας	Μπαχάς Λεωνίδα, Έφορος Αναρρίχησης
Σουρούκης Κώστας, Ταμίας	Γιαννέλος Θανάσης, Έφορος Ορειβασίας
Ζυγούρας Τάκης, Αναπληρωτής Γραμματέας	Κοκκότης Βασίλης, Έφορος Χιονοδρομίας



Κούγιας Γιώργος, Έφορος εκδηλώσεων – υλικού καταφυγίου

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Τα Καλάβρυτα αποτελούν αναμφισβήτητα έναν ιδανικό τουριστικό προορισμό για ονειρεμένες χειμερινές αποδράσεις. Ωστόσο παρουσιάζουν σημαντικά προβλήματα σε πολλούς τομείς, τα οποία πρέπει οπωσδήποτε να βρουν άμεσα λύσεις.

Τα Καλάβρυτα, όπως ήδη έχουμε αναφέρει, είναι ένα γραφικό χωριό με πληθυσμό που δεν ξεπερνά τους 2.000 κατοίκους. Με την τουριστική διακίνηση που σημειώνεται κατά τους χειμερινούς μήνες, ο πληθυσμός τους ξεπερνά τις 10.000, με αποτέλεσμα οι υπάρχουσες ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις και οι εγκαταστάσεις εστίασης να μην μπορούν να ικανοποιήσουν τις ανάγκες των τουριστικά μετακινόμενων ατόμων, αφού οι δυνατότητες σίτισης και στέγασης είναι περιορισμένες και οι ήδη υπάρχουσες τις περισσότερες φορές δεν μπορούν να ανταπεξέλθουν αποτελεσματικά, λόγω της σημαντικής έλλειψης προσωπικού, της κακής οργάνωσης και της στοιχειώδους υποδομής.

Στα μείον των παραπάνω επιχειρήσεων περιλαμβάνονται και η έλλειψη εξειδίκευσης, η προχειρότητα και η λητότητα των εγκαταστάσεων, του εξοπλισμού και των παρεχόμενων υπηρεσιών, καθώς και το μεγάλο κόστος, κάνοντας έτσι αδύνατη την προσέλκυση ικανοποιητικού αριθμού τουριστών, αλλά και τουριστών με μεγάλα οικονομικά αποθέματα.

Το κακό οδικό δίκτυο που οδηγεί στην πόλη των Καλαβρύτων αποτελεί ανασταλτικό παράγοντα προσέλκυσης τουριστών, σε συνδυασμό με την μη επαρκή ύπαρξη χώρων στάθμευσης.

Επιπλέον, το χαμηλό επίπεδο των εξυπηρετήσεων των εσωτερικών μεταφορών που παρέχουν τα χερσαία μέσα μεταφοράς και ειδικότερα αυτό των υπεραστικών και αστικών λεοφοριών, με τις συχνές και μακρόχρονες καθυστερήσεις στην εκτέλεση των δρομολογίων και οι

αρκετά υψηλές τιμές των εισητηρίων, εντείνουν σημαντικά το πρόβλημα.

Ακόμα, η κακή ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών στα ξενοδοχειακά συγκροτήματα που υπάγονται κάτω από την πρώτη κατηγορία και ειδικότερα το χαμηλό επίπεδο εξυπηρέτησης δωματίου, το λεγόμενο room service, η κακή εξυπηρέτηση και η χαμηλή ποιότητα και ποσότητα φαγητών και ποτών, η κακή εμφάνιση και κατάσταση των κοινοχρηστων χώρων και χώρων υγιεινής, καθώς και η κακή κατάσταση του ξενοδοχειακού εξοπλισμού όσον αφορά τα κλινοσκεπάσματα και την επίπλωση, είναι μερικά σημαντικά σημεία που χρειάζονται άμεσες και ουσιαστικές αλλαγές.

Επομένως, τα Καλάβρυτα, παρά την αρκετά μεγάλη τουριστική ανάπτυξή τους, μπορούμε να πούμε ότι χρειάζονται αρκετές παρεμβάσεις έτσι ώστε να ανεβάσουν το επίπεδο των παρεχόμενων υπηρεσιών και να μπορέσουν να προσελκίσουν περισσότερα τουριστικά κύματα και σαφώς πιο ποιοτικά. Μερικές από αυτές είναι:

- αξιοποίηση διάφορων περιοχών γύρω από την πόλη των Καλαβρύτων που θα μπορούσαν να αποτελέσουν πόλο έλξης τουριστών και ανάδειξη αυτών μέσα από ιδιαίτερα μελετημένα διαφημιστικά πακέτα
- άμεση πρόσληψη περισσότερου εργατικού δυναμικού για την καλύτερη και ταχύτερη εξυπηρέτηση των τουριστών
- εξειδίκευση και εκπαίδευση προσωπικού
- εκσυγχρονισμός του εξοπλισμού των χώρων εστίασης και σίτισης
- δημιουργία περισσότερων ξενοδοχειακών συγκροτημάτων και εστιατορίων έτσι ώστε να εξυπηρετείτε ο μεγάλος όγκος τουριστών
- τήρηση απαραίτητων όρων υγιεινής
- δημιουργία χώρων στάθμευσης

- καλύτερευση του οδικού δικτύου των Καλαβρύτων
- μείωση κόστους εισητηρίων μεταφοράς και κόστους παραμονής
- σωστή σχέση μεταξύ ποιότητας και τιμής
- εμπλουτισμός παρεχόμενων υπηρεσιών
- αναβάθμιση παρεχόμενων υπηρεσιών
- διαφημιστική προβολή κ.ά..

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Επεξήγηση συντομεύσεων και σημάτων				
<b>Σηματοδότηση</b>				
=	=	=	=	=
Πίστα για αρχάριους	Εύκολη πίστα	Λιγότερο εύκολη πίστα	Δύσκολη πίστα	Πολύ δύσκολη πίστα
<b>Συντομεύσεις</b>				
<b>Χρήσιμων τηλεφώνων</b>				
N	Νοσοκομείο			
K	Καταφύγειο			
K.Y.	Κέντρο Υγείας			
A.I.	Αγροτικό Ιατρείο			
A.M.	Αρχαιολογικό Μουσείο			
A.Δ.	Αστυνομική Διεύθυνση			
A.T.	Αστυνομικό Τμήμα			
T.A.	Τουριστική Αστυνομία			
Γ.Ο.	Γραφείο Οικοτουρισμού			
X.K.	Χιονοδρομικό Κέντρο			
E.O.Σ.	Ελληνικό Ορειβατικός Σύλλογος			
Δ.Ε.Τ.Α.	Δημοτική Επιχείρηση Τουριστικής Ανάπτυξης			
<b>Χιονοδρομικών και ορειβατικών συλλόγων</b>				
Π.Ο.	Πεζοπορικός Όμιλος			
Ο.Λ.	Ορειβατική Λέσχη			
Ο.Σ.	Ορειβατικός Σύλλογος			
Ο.Χ.	Όμιλος Χιονοδρόμων			
Χ.Ο.	Χιονοδρομικός Όμιλος			
Σ.Χ.	Σύλλογος Χιονοδρόμων			
Σ.Ο.	Σύλλογος Ορειβατών			
Φ.Ο.	Φυσιολατρικός Όμιλος			

Φ.Ο.Ο.	Φυσιολατρικός Ορειβατικός Όμιλος
Ο.Χ.Σ.	Ορειβατικός Χιονοδρομικός Σύλλογος
Σ.Ο.Χ.	Σύλλογος Ορειβασίας Χιονοδρομίας
Σ.Χ.Ο.	Σύλλογος Χιονοδρομίας Ορειβασίας
Σ.Π.Ο.	Σύλλογος Πεζοπορίας Ορειβασίας
Σ.Ε.Ο.	Σύλλογος Ελλήνων Ορειβατών
Χ.Ο.Ο.	Χιονοδρομικός Ορειβατικός
Χ.Ο.Σ.	Χιονοδρομικός Ορειβατικός Σύλλογος
Α.Ο.Ο.	Αθλητικός Ορειβατικός Όμιλος
Α.Ο.Λ.	Αναρριχητική Ορειβατική Λέσχη
Α.Χ.Ο.Σ.	Χιονοδρομικός Ορειβατικός Σύλλογος
Ε.Π.Ο.Σ.	Ορειβατικός Σύλλογος
Ε.Ο.Χ.Σ.	Ορειβατικός Χιονοδρομικός Σύλλογος
Αναβατήρων	
Α	Άγκυρα
Δ	Διθέσιος
Ε	Εναέριος
Π	Πιάτο
Σ	Συρόμενος
Τ	Τριθέσιος
Δ.Ε.	Διθέσιος
Δ.Σ.	Διθέσιος
Κ.Σ.	Κινητός Συρόμενος
Μ.Π.	Μονοθέσιο πιάτο
Μ.Σ.	Μονοθέσιος Συρόμενος
Δ.Ε.Κ.	Διθέσια Εναέρια Καρέκλα
Τ.Ε.Κ.	Τετραθέσια Εναέρια Καρέκλα
Τ.Ε.Α.Κ.	Τετραθέσια Εναέρια Αποσυμπλεκόμενη Καρέκλα
Επεξήγηση βασικών όρων	
Baby lift	Ειδικοί συρόμενοι αναβατήρες για παιδιά
Lift	Αναβατήρας
Moguls ski	Αγώνισμα κατάβασης σε πίστα με βουναλάκια

Snowtube	Ειδική σαμπρέλα για να γλιστράς στο χιόνι
Snowmobile	Μηχανάκι χιονιού
Άγκυρα	Αναβατήρας με εξάρτημα σε σχήμα άγκυρας που μπαίνει ανάμεσα στα πόδια και ανεβάζει τον σκιέρ στην κορυφή της πίστας
Δέστρα	Μηχανισμός που συνδέει την μπότα με τα σκι, αλλά απελευθερώνει την πρώτη υπό πίεση
Καρεκλάκι	Κάθισμα που σε ανεβάζει στην κορυφή της πίστας
Πιάτο	Αναβατήρας με εξάρτημα σε σχήμα δίσκου που μπαίνει ανάμεσα στα πόδια και ανεβάζει τον σκιέρ στην κορυφή της πίστας
Τελεφερίκ	Ηλεκτροκίνητο ή μηχανοκίνητο μέσο μεταφοράς ατόμων
Τηλεκαμπίνα	Τετραθέσιο εναέριο κουβούκλιο σε σχήμα αυγού που σε ανεβάζει στην κορυφή της πίστας
Εναέριος αναβατήρας	Εναέριος σχοινοσυρμός για τη μεταφορά στις πίστες
Συρόμενος αναβατήρας	Συρόμενος σχοινοσυρμός για τη μεταφορά στις πίστες
Διαστρωτήρας (ρατράκ)	Μηχάνημα που στρώνει την πίστα
Εκχιονιστήρας πίστας	Ερπυστριοφόρο όχημα με εκχιονιστήρα για να στρώνει το χιόνι
Τεχνητή χιόνωση	Τεχνητό χιόνι που γίνεται από νερό σε μορφή ψεκασμού και με τη χρήση πεπιεσμένου αέρα σε ψυχρό περιβάλλον
Πίστα	Χιονόδρομος όπου κινείται ο σκιέρ
Πίστα αρχαρίων	Πίστα ομαλή ή πλάγια για αρχαρίους
Πίστα αντοχής (langlauf)	Πίστα ήπιας κλίσης για cross country ski
Έλκηθρο	Μικρό όχημα στερεωμένο σε ολισθητήρες, ώστε να κυλά πάνω στο χιόνι

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### Ελληνική

- & Τουριστική γεωγραφία, Λογοθέτης Μιλτιάδης
- & Τουριστική γεωγραφία της Ελλάδος, Πετρόπουλος Αλέξανδρος
- & Τουριστική γεωγραφία Ελλάδος, Ζαφειροπούλου Αναστασία  
(σημειώσεις)
- & Τουριστική Οικονομία, Λάσκαρης (σημειώσεις)

### Περιοδικά

- & Τουρισμός και Οικονομία, τεύχος: 269, Δεκέμβριος 2001
- & Route, τεύχος: Χειμώνας 2006
- & Χρυσός συν-οδηγός 2005
- & Χρυσός συν-οδηγός 2006

### Πτυχιακές εργασίες

- & 1517: Ητουριστική ανάπτυξη των ελληνικών βουνών και μορφές τουρισμού (Φοιτητής: Παναγιώτης Περούκας, 1993)
- & 1525: Συμβολή και δυνατότητα ανάπτυξης του ορεινού και χειμερινού τουρισμού στην Ελλάδα (Φοιτήτρια: Κατερίνα Παναγιωτοπούλου. Εισηγητής: Σ. Λάσκαρης, 1995)
- & 2027: Ορεινός και χειμερινός τουρισμός. Επενδύσεις και κίνητρα για την επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου στην Ελλάδα (Φοιτήτριες: Αγαθή Χιόνη, Κωνσταντίνα Μητσέλου. Εισηγητής: Ι. Καμπισόπουλος, 1995)
- & 2033: Η συμβολή και οι διαφαινόμενες δυνατότητες ανάπτυξης του χειμερινού τουρισμού στην Ελλάδα (Φοιτήτρια: Ελένη Τσαγκά. Εισηγητής: Σ. Λάσκαρης, 1994)



## Πηγές

& Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Αχαΐας

## Ιστοσελίδες Internet

& [www.gnto.gr](http://www.gnto.gr)

& [www.ktel.org](http://www.ktel.org)

& [www.mountains.gr](http://www.mountains.gr)

& [www.kalavrita.gr](http://www.kalavrita.gr)

& [www.kalavrita-ski.gr](http://www.kalavrita-ski.gr)

& [www.kastriacave.gr](http://www.kastriacave.gr)

& [www.astro.noa.gr](http://www.astro.noa.gr)

& [www.3-5pigadia.gr](http://www.3-5pigadia.gr)

& [www.parnassos-eot.gr](http://www.parnassos-eot.gr)

& [www.ellada.com](http://www.ellada.com)

& [www.greece.com](http://www.greece.com)

& [www.eot.gr](http://www.eot.gr)

## Δελτία Τύπου Ε.Ο.Τ

& 18/02/06: Κυρίαρχοι στόχοι τουριστικής πολιτικής

& 09/01/06: Ημερίδα Υ.Τ.Α. με θέμα αναβάθμιση τουριστικού προϊόντος

& 04/10/05: Προώθηση ρυθμίσεων

& 07/09/05: Μέτρα για την ανάπτυξη του χειμερινού τουρισμού

& 13/07/05: Θεσμικές πρωτοβουλίες για τον εμπλουτισμό του τουριστικού προϊόντος

& 21/12/04: Παρουσίαση διαφημιστικού πακέτου