



**Α.Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΩΝ**

**ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΘΕΜΑ: « ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΤΟΥΡΙΣΜΩΝ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ  
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ»**



**Εκπόνηση:** Αθανασακοπούλου Δήμητρα Α.Μ. 5026

Κίτσος Γεώργιος Α.Μ. 4991

**Εισηγητής:** Κος Σωτηρόπουλος Γεώργιος

**ΠΑΤΡΑ 2013**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή	σελ. 4
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup> :Η Έννοια του τουριστικού φαινομένου</b>	
1.1 Τα χαρακτηριστικά του τουρισμού	σελ. 6
1.2 Διακρίσεις του τουρισμού	σελ. 6
1.3. Τουρισμός και φυσικό περιβάλλον	σελ. 7
1.4 Οι επιπτώσεις του τουριστικού φαινομένου	σελ. 10
1.4.1 Οικονομικές επιπτώσεις	σελ. 10
1.4.2 Περιβαλλοντικές επιδράσεις της τουριστικής ανάπτυξης	σελ. 11
1.5 Προγραμματισμός της τουριστικής ανάπτυξης	σελ. 12
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup> <u>Ο ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ</u></b>	
I. Παράγοντες αμφισβήτησης του οργανωμένου πρότυπου τουρισμού και προώθησης νέων εναλλακτικών μορφών.	σελ. 14
II. Ορισμός του εναλλακτικού τουρισμού	σελ. 15
III. Το ΕΣΠΑ για τον εναλλακτικό τουρισμό	σελ. 16
2.2 Ανάπτυξη Δραστηριοτήτων Εναλλακτικού Τουρισμού στην Ελλάδα	σελ. 17
2.3 Είδη εναλλακτικού τουρισμού.	σελ. 18
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup></b>	
3.1. Γιατί ο αθλητισμός και η αναψυχή αποκτούν τουριστικό ενδιαφέρον	σελ. 21
3.2 .Κατηγορίες δραστηριοτήτων αθλητικού τουρισμού	σελ. 23
3.3 Επιδιώξεις από την ανάπτυξη των εναλλακτικών και ειδικών μορφών τουρισμού	σελ. 28
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup> Ο ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ</b>	
4. 1 Ο Τουρισμός Περιπέτειας	σελ. 31
4.2 Ο τουρισμός περιπέτειας στην Ελλάδα	σελ. 32
4.3 Χαρακτηριστικά αθλημάτων περιπέτειας	σελ. 34
4.4 Το Ενδιαφέρον για Τουρισμό Περιπέτειας	σελ. 35
4.5 Η Επικινδυνότητα των δραστηριοτήτων του Αθλητικού Τουρισμού	σελ. 41
4.6 ΟΡΕΙΝΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ	σελ. 42
4.6.1 Προσφορά ορεινού τουρισμού	σελ. 43

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο**

### **Μελέτη Περίπτωσης :διάσχιση φαραγγιού / *Canyoning***

5.1.1 Ορισμός	σελ. 46
5.1.2 Προϋποθέσεις για τη διάσχιση φαραγγιού	σελ. 46
5.1.3. Εξοπλισμός ασφαλείας	σελ. 46
5.1.4 Προμήθειες	σελ. 48
5.1.5. Ιδιαιτερότητες φαραγγιών	σελ. 48
5.1.6. Χρήσιμες συμβουλές	σελ. 48
5.1.7 canoe kayak	σελ. 49
5.2.1. Ιστορία	σελ. 51
5.2.2. Τα είδη του canoe-kayak	σελ. 52
5.2.3. Εξοπλισμός	σελ. 53
5.2.4. Κίνδυνοι και τραυματισμοί	σελ. 54
5.2.5 Παράγοντες πρόκλησης αθλητικών τραυματισμών	σελ. 56
5.2.6. Παράγοντες πρόληψης αθλητικών τραυματισμών	σελ. 57
5.2.7 Στατιστικά στοιχεία	σελ. 57
5.2.8. Τουριστικά πακέτα	σελ. 58

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6<sup>ο</sup>**

6.1 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ	σελ. 60
6.2 Προτάσεις	σελ. 61
<b>Επίλογος</b>	<b>σελ. 63</b>
<b>Βιβλιογραφία</b>	<b>σελ. 64</b>

## Εισαγωγή

Ο τουρισμός αποτελεί σημαντικό κοινωνικοοικονομικό φαινόμενο με θεαματική δυναμική, κυρίως, τα τελευταία πενήντα χρόνια. Στη χρονική αυτή διαδρομή ο τουρισμός άλλαξε μορφή και ένταση, ενώ συνεχώς εξελίσσεται και διαφοροποιείται σύμφωνα με τις εξελίξεις και τα εκάστοτε πρότυπα της οικονομίας και της κοινωνίας, στις οποίες δρα και αναπτύσσεται. Μπορεί, αναλογικά, ως μια πρώτη μορφή τουρισμού να αναγνωρίζεται η περιήγηση, με βάση μια ατομική αναζήτηση για τις ρίζες του παρελθόντος, την περιέργεια για άλλους πολιτισμούς και την περιπλάνηση σε άγνωστους τόπους, μια δραστηριότητα για τους λίγους (Lofgren, 1999). Όμως, στην κλίμακα και στην έκταση που έχει πάρει στη σύγχρονη εποχή, ο τουρισμός αναπτύχθηκε ως μαζικό φαινόμενο μετά τα μέσα του εικοστού αιώνα (Likorish και Jenkins, 2004). Με βάση την ατομική ανάγκη για ξεκούραση, εξελίχθηκε πλέον ως κοινωνική ανάγκη, ως «δικαίωμα» για αναψυχή, φαινόμενο με πολύ μεγάλη σημασία, από την πλευρά τόσο της παγκόσμιας οικονομίας όσο και της ανάπτυξης ενός τόπου.

Μιλώντας για τον τουρισμό θα πρέπει να τονίσουμε πως είναι πολύ διαδεδομένος τρόπος ψυχαγωγίας ειδικά στον δυτικό κόσμο, ενώ δεν πρέπει να ξεχνάμε πως αποτελεί μεγάλη βιομηχανία και σημαντική πηγή εσόδων για χώρες όπως η Γαλλία, η Ισπανία, η Ιταλία και η Ελλάδα οι οποίες είναι παραδοσιακά τουριστικές. Σημείο αναφοράς για τη χώρα μας αποτελούν οι φυσικές ομορφιές της καθώς είναι πόλος έλξης για πολλούς τουρίστες συνδυασμός ήλιος-θάλασσα βοήθησε πάρα πολύ την χώρα μας να στηριχτεί κυρίως στον τουρισμό αναψυχής ο οποίος αποτελεί μια από τις κυριότερες ελληνικές βιομηχανίες.

Παρά το γεγονός ότι η Ελληνική τουριστική πραγματικότητα οδηγεί συχνά στην διαμόρφωση της αντίληψης ότι ο τουρισμός είναι μια δραστηριότητα που αναπτύσσεται κατά τους θερινούς μήνες, εντούτοις η διεθνής πρακτική καταδεικνύει μια συνεχώς αυξανόμενη τάση διάχυσης της τουριστικής δραστηριότητας καθ' όλη την διάρκεια του έτους. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να αναδύονται διάφορες ειδικές μορφές τουρισμού, οι οποίες αποτελούν σήμερα ένα σεβαστό τμήμα της παγκόσμιας τουριστικής αγοράς. Μια σημαντική κατηγορία του τουρισμού που αναπτύσσεται κυρίως σε ορεινές περιοχές είναι ο τουρισμός περιπέτειας, της οποίας οι

δραστηριότητες έχουν μικρό ή μεγάλο βαθμό επικινδυνότητας και εμπεριέχουν έναν βαθμό κινδύνου είτε πραγματικό είτε νοητό.

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup>

## Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ

### 1.1 Τα χαρακτηριστικά του τουρισμού

Ο τουρισμός είναι αποτέλεσμα της μεμονωμένης ή ομαδικής μετακίνησης ανθρώπων σε τουριστικούς προορισμούς και τη διαμονή τους σε αυτούς με σκοπό την ικανοποίηση των τουριστικών αναγκών ή επιθυμιών τους.

Παράλληλα οι διάφορες μορφές τουρισμού ,όποιες και αν είναι αυτές περιέχουν απαραίτητα ,δύο βασικά στοιχεία:

- **το ταξίδι στον τουριστικό προορισμό**
- **την διαμονή σε αυτόν**

Θα πρέπει να πούμε πως το ταξίδι και η διαμονή λαμβάνουν χώρα εκτός του τόπου της μόνιμης διαμονής των ανθρώπων που αποφασίζουν να μετακινηθούν για τουριστικούς λόγους. Η μετακίνηση ανθρώπων σε διάφορους τουριστικούς προορισμούς είναι προσωρινού και βραχυχρόνιου χαρακτήρα και οι άνθρωποι που επισκέπτονται διάφορους τουριστικούς προορισμούς για τουριστικούς σκοπούς

### 1.2 Διακρίσεις του τουρισμού

- **Εγχώριος τουρισμός** (domestictourism): ο τουρισμός των κατοίκων μίας χώρας όταν ταξιδεύουν μόνο εντός αυτής (πχ. ένας Αθηναίος πηγαίνει στην Τρίπολη)
- **Εξερχόμενος τουρισμός** (outboundtourism): αφορά στους μόνιμους κατοίκους μίας χώρας οι οποίοι ταξιδεύουν σε μία άλλη χώρα (πχ. ένας Έλληνας που ταξιδεύει στη Γαλλία)
- **Εισερχόμενος τουρισμός** (inboundtourism): ο τουρισμός των αλλοδαπών οι οποίοι ταξιδεύουν σε δεδομένη χώρα (πχ. ένας Γάλλος που ταξιδεύει στην Ελλάδα)
- **Διεθνής τουρισμός** (internationaltourism): το σύνολο του εισερχόμενου και του εξερχόμενου τουρισμού.
- **Εσωτερικός τουρισμός** (internaltourism): το σύνολο του εγχώριου και του εισερχόμενου τουρισμού

- **Εθνικός τουρισμός:** (national tourism): το σύνολο του εγχώριου και του εξερχόμενου τουρισμού

### **1.3. Τουρισμός και φυσικό περιβάλλον**

Ενώ ο συνολικός αντίκτυπος του τουρισμού στο περιβάλλον είναι σχετικά μικρότερος από τον αντίκτυπο άλλων βιομηχανιών, η σπουδαιότητα των επιπτώσεων του έγκειται στο γεγονός ότι πολύ συχνά επιδρούν στα πιο ενδιαφέροντα, ευαίσθητα και ευπαθή τμήματα του τοπίου μιας περιοχής.

Μια επίπτωση που σε κανονικές συνθήκες θα αποτελούσε μια ασήμαντη ενόχληση του περιβάλλοντος, μπορεί να είναι μεγάλης σπουδαιότητας εξαιτίας του τμήματος στο οποίο επιδρά. Καθώς η ανησυχία για την ποιότητα του περιβάλλοντος αυξάνεται τόσο στις τάξεις των τουριστικών αγορών όσο και ανάμεσα στους κατοίκους των τουριστικών προορισμών, η ανάγκη κατανόησης των επιπτώσεων του τουρισμού στο φυσικό περιβάλλον αναγνωρίζεται ολοένα και περισσότερο.

Επειδή ο τουρισμός είναι μια ιδιαίτερα διαφοροποιημένη δραστηριότητα που λαμβάνει χώρα σε πολλά διαφορετικά περιβάλλοντα, είναι επικίνδυνο να αναφέρεται κανείς στις περιβαλλοντικές επιπτώσεις του τουρισμού σε γενικούς όρους. Είναι πιο κατάλληλο να απομονώνει κανείς εκείνους τους παράγοντες που είναι ιδιαίτεροι στην περίπτωση του τουρισμού και στη συνέχεια να εκτιμά την επίπτωση του κάθε παράγοντα ξεχωριστά.

Ένας αξιόλογος αριθμός ερευνών για τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις του τουρισμού έχει διεξαχθεί τις τελευταίες δεκαετίες. Οι περισσότερες από τις αρχικές έρευνες σε αυτό το θεματικό πεδίο δίνουν έμφαση στην ανάγκη εξέτασης των περιβαλλοντικών ζητημάτων κατά τη διάρκεια του σταδίου του σχεδιασμού της τουριστικής ανάπτυξης (Dasman, Milton and Freeman, 1973; Pigram, 1980). Άλλες μελέτες επιχείρησαν να ενοποιήσουν τα αποτελέσματα προηγούμενων ερευνών και να προτείνουν κατευθυντήριες γραμμές για το μέλλον (Mathieson and Wall, 1982; Pearce, 1989; Inskoop, 1991).

Σε γενικές γραμμές, οι περισσότεροι μελετητές συγκλίνουν πως οι επιπτώσεις του τουρισμού στο φυσικό περιβάλλον σχετίζονται με παράγοντες όπως η αντοχή του περιβάλλοντος, η ένταση της ανάπτυξης και χρήσης μιας τοποθεσίας, η αφοσίωση και η ανάμειξη των τοπικών φορέων και οι μεταβολές που επιφέρουν οι λειτουργίες του τουρισμού.

## **I.**

### **Αντοχή του οικοσυστήματος.**

Ο κάθε τύπος περιβάλλοντος αντιδρά διαφορετικά στη συρροή επισκεπτών που συνοδεύουν την τουριστική ανάπτυξη. Τα αστικά κέντρα κατά κανόνα επιδεικνύουν μεγαλύτερη αντοχή από τα φυσικά περιβάλλοντα. Οι χειρότερες περιβαλλοντικές επιπτώσεις του τουρισμού συνήθως συμβαίνουν στα οικοσυστήματα που έχουν τη μικρότερη προσαρμοστικότητα.

Τα πιο ευάλωτα οικοσυστήματα σχετίζονται με παράκτιες περιοχές (π.χ. βάλτοι και κοραλλιογενείς ύφαλοι) και ορεινά φυσικά περιβάλλοντα (Salm, 1986; Jones, 1989).

## **II. Ένταση της χρήσης μιας περιοχής.**

Τα επίπεδα της τουριστικής κίνησης, η διάρκεια της παραμονής των τουριστών και ο τύπος των τουριστικών εγκαταστάσεων που αναπτύσσονται αποτελούν παράγοντες έντασης που επηρεάζουν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις του τουρισμού.

Γενικά, η ανάγκη ανάπτυξης τουριστικής υποδομής μεγαλώνει όταν αυξάνεται και ο όγκος της τουριστικής κίνησης σε έναν προορισμό (Pearce, 1987). Με το πέρασμα του χρόνου, οι κεντρικές περιοχές αυτών των έντονα ανεπτυγμένων τουριστικών περιοχών αρχίζουν να μεταβάλλονται. Μαζί τους μεταβάλλονται και οι περιφερειακές περιοχές που χρησιμοποιούνται για την στέγαση όσων επισκέπτονται τις κεντρικές περιοχές του προορισμού (Gunn, 1988).

Αν αυτή η αναπτυξιακή δραστηριότητα δεν γίνει με συντονισμένο και προσεχτικά σχεδιασμένο τρόπο, μπορεί να επιφέρει πολλά ανεπιθύμητα προβλήματα στην αισθητική του χώρου και στην ποιότητα της υποδομής και σε τελική ανάλυση να καταστρέψει τα φυσικά περιβάλλοντα που περιστοιχίζουν αυτούς τους προορισμούς.

## **III. Ανάμειξη τοπικών φορέων.**

Οι περισσότερες μορφές τουριστικής ανάπτυξης βασίζονται στην οικονομική χρήση των φυσικών πόρων του περιβάλλοντος. Θα περίμενε κανείς πως οι υπεύθυνοι του εκάστοτε προγράμματος τουριστικής ανάπτυξης θα προσπαθούσαν να «συντηρήσουν» αυτούς τους πόρους.

Παρόλα αυτά, οι εκπρόσωποι του τουρισμού πολλές φορές φαίνεται να έχουν περιορισμένη επίγνωση των πιθανών συνεπειών της τουριστικής ανάπτυξης στο περιβάλλον. Τα προγράμματα τουριστικής ανάπτυξης στα οποία συμμετέχουν τοπικοί φορείς που στοχεύουν στην μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα του προγράμματος,



συνήθως αντιμετωπίζουν το περιβάλλον με περισσότερη ευαισθησία από εκείνα τα προγράμματα που επιδιώκουν άμεσα βραχυπρόθεσμα αποτελέσματα.

Γι' αυτό το λόγο, η συμμετοχή τοπικών φορέων στον σχεδιασμό, στη διοίκηση και στην παρακολούθηση των διαδικασιών ενός αναπτυξιακού προγράμματος γενικά θεωρείται πως συμβάλλει στην αιεφόρο ανάπτυξη του τουρισμού (WCED, 1987).

#### **IV. Μεταβολές από τις λειτουργίες του τουρισμού.**

Είναι πολύ αμφίβολο κατά πόσο ένα φυσικό περιβάλλον μπορεί να διατηρηθεί αμετάβλητο και παράλληλα να χρησιμοποιείται έντονα για τους σκοπούς του τουρισμού.

Μερικές αλλαγές στο περιβάλλον συμβαίνουν ακόμα και όταν η ανάπτυξη του τουρισμού γίνεται προσεχτικά ώστε να ελαχιστοποιήσει τις επιπτώσεις της ανθρώπινης δραστηριότητας.

Από την μεριά της διοίκησης, το ζωτικό σημείο είναι να καθοριστούν οι αλλαγές που συμβαίνουν και στην συνέχεια να ληφθούν αποφάσεις σχετικά με τις δραστηριότητες που πρέπει να πραγματοποιηθούν προκειμένου να διοικηθούν αυτές οι αλλαγές.

Ενώ οι τουριστικές δραστηριότητες και το επιχειρησιακό περιβάλλον του τουρισμού προσελκύουν την προσοχή της τουριστικής βιομηχανίας, δεν συμβαίνει το ίδιο και με τα μη-επιχειρησιακά στοιχεία του τουρισμού. Εδώ η μέτρηση των στοιχείων δεν είναι τόσο ξεκάθαρή και οι τοπικές κοινωνίες έχουν μικρότερη πρόσβαση στα μέσα μαζικής ενημέρωσης.

Οι αρνητικές επιπτώσεις του τουρισμού σπάνια φτάνουν στις σελίδες των ταξιδιωτικών εντύπων και το ενδιαφέρον για το μη-επιχειρησιακό περιβάλλον του τουρισμού κατά κανόνα περιθωριοποιείται από τις ημερήσιες διατάξεις των τουριστικών φορέων.

## 1.4 Οι επιπτώσεις του τουριστικού φαινομένου

### 1.4.1 Οικονομικές επιπτώσεις

Εξετάζοντας τα διαθέσιμα στατιστικά στοιχεία διαπιστώνεται η δυναμικότητα που έχει διεθνώς ο τουρισμός, αρχικά ως οικονομικό φαινόμενο. Το μέγεθος των οικονομικών επιπτώσεων της τουριστικής ανάπτυξης επηρεάζεται από μία σειρά παραγόντων όπως:

- **Το είδος των εγκαταστάσεων** για την εξυπηρέτηση των τουριστών και των συμπεριλαμβανόμενων δραστηριοτήτων με στόχο την προσέλκυση των επισκεπτών.
- **Την δημιουργία «καταναλωτικής» τάσης στους επισκέπτες για τη δημιουργία δαπανών.**
- **Το επίπεδο οικονομικής ανάπτυξης της χώρας υποδοχής.**

Η τουριστική ανάπτυξη συνδέεται άμεσα ή έμμεσα με μία πληθώρα οικονομικών και παραγωγικών δραστηριοτήτων.

Τομείς όπως η **απασχόληση, η περιφερειακή ανάπτυξη, το ισοζύγιο πληρωμών αλλά και ο πληθωρισμός**, επηρεάζονται βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα από τις δραστηριότητες και το βαθμό ανάπτυξης του τομέα.

Τα σημαντικότερα πλεονεκτήματα για την οικονομία από την ανάπτυξη του τουρισμού προέρχονται από το γεγονός ότι αποτελεί:

- **Τη μεγαλύτερη βιομηχανία και πηγή εισροής συναλλάγματος** σε πολλές αναπτυσσόμενες χώρες, επιτυγχάνοντας να καλύψει ένα μεγάλο ποσοστό του παθητικού ισοζυγίου τρεχουσών συναλλαγών, ενώ παράλληλα προωθεί και την ανάπτυξη και άλλων οικονομικών κλάδων.
- **Πηγή δημιουργίας θέσεων εργασίας.**
- **Πηγή αύξησης των εισοδημάτων** σε τοπικό και εθνικό επίπεδο με την αύξηση των φορολογικών εσόδων της τοπικής αυτοδιοίκησης και του κράτους.
- **Τομέα απορρόφησης μεγάλων κεφαλαίων** για την πραγματοποίηση αναπτυξιακών και επενδυτικών έργων τα οποία συνδέονται έμμεσα ή άμεσα με την τουριστική ανάπτυξη.

Παράλληλα όμως η διεθνής βιβλιογραφία καταγράφει και αρνητικές πτυχές της τουριστικής ανάπτυξης για τον οικονομικό τομέα.

Οι αρνητικές επιπτώσεις της τουριστικής ανάπτυξης στην οικονομία των κοινοτήτων υποδοχής σχετίζεται κυρίως με:

- Τον εποχικό χαρακτήρα και τις χαμηλές αποδοχές, τα οποία χαρακτηρίζουν την πλειοψηφία των τουριστικών επαγγελμάτων.
- Την πλήρη εξάρτηση, που παρουσιάζεται σε μερικές κοινότητες υποδοχής, από τον τουρισμό με αποτέλεσμα να καθίστανται ιδιαίτερα ευάλωτες στις αλλαγές που παρουσιάζονται στην τουριστική αγορά. Εμφάνιση φαινομένων αύξηση του πληθωρισμού και της αξίας της γης.
- Αυξανόμενη τάση για εισαγωγές.

Όπως διαγράφεται και στην σχετική βιβλιογραφία, ο α priori προσδιορισμός των οικονομικών επιπτώσεων της τουριστικής ανάπτυξης δεν είναι εφικτός. Οι επιδράσεις του τουρισμού στην οικονομία διαφέρουν από περιοχή σε περιοχή και είναι ανάλογες του επιπέδου ανάπτυξης της κάθε περιοχής.

Για να είναι όμως αισθητές οι θετικές επιδράσεις του τουρισμού, συστήνεται όπως η τουριστική ανάπτυξη συνοδεύεται παράλληλα με την ορθολογιστική ανάπτυξη του πρωτογενούς και δευτερογενούς τομέα της οικονομίας.

#### **1.4.2 Περιβαλλοντικές επιδράσεις της τουριστικής ανάπτυξης**

Ο Τουρισμός έχει άμεσες θετικές και αρνητικές επιπτώσεις τόσο στο φυσικό, όσο και στο δομημένο περιβάλλον. Σύμφωνα με τους μελετητές ο τουρισμός μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για την ευαισθητοποίηση των τοπικών και εθνικών αρχών με στόχο τη θέσπιση μέτρων για την προστασία του περιβάλλοντος.

Παράλληλα με τη σωστή πληροφόρηση και ενημέρωση οι επισκέπτες έρχονται σε επαφή με τα περιβαλλοντικά θέματα των κοινοτήτων υποδοχής. Η τουριστική ανάπτυξη αποτελεί επίσης κίνητρο για τη διατήρηση, ανάδειξη και επαναχρησιμοποίηση παλαιών παραδοσιακών οικοδομών και εγκαταστάσεων για τουριστικούς και μη σκοπούς.

Αρνητικές μεταβολές στο φυσικό και δομημένο περιβάλλον προκύπτουν κυρίως, λόγω της συγκέντρωσης μεγάλου αριθμού επισκεπτών σε περιορισμένο χρονικό διάστημα. Σε αυτές τις περιπτώσεις παρατηρείται η καταπόνηση του φυσικού περιβάλλοντος.

Αυτή εκφράζεται με την εκποίηση δασών και ακτών για σκοπούς δόμησης όπως επίσης και με την εκτεταμένη ρύπανση που δημιουργείται από την εγκατάλειψη σκουπιδιών αλλά και με την ηχητική ρύπανση, φαινόμενο ιδιαίτερα έντονο στους πολυάριθμους τουριστικούς προορισμούς.

Σε σχέση με το δομημένο περιβάλλον συχνό είναι το φαινόμενο της αλλοίωσης του παραδοσιακού πολεοδομικού και αρχιτεκτονικού χαρακτήρα των κοινοτήτων υποδοχής, με τη δημιουργία τουριστικών εγκαταστάσεων, οι οποίες δεν συνάδουν με το τοπικό παραδοσιακό χρώμα.

Όπως αναφέρεται στη βιβλιογραφία η υποβάθμιση του φυσικού περιβάλλοντος των κοινοτήτων υποδοχής αποτελεί ένα από τους κύριους λόγους μείωσης της τουριστικής κίνησης. Στόχος των πολιτικών τουριστικής ανάπτυξης θα πρέπει να είναι η εξεύρεση μίας ισορροπίας ανάμεσα στον τουρισμό και τη φύση, ούτως ώστε να γίνεται εφικτή η αξιοποίηση των δυνατοτήτων τουριστικής ανάπτυξης κάθε περιοχής.

## **1.5 Προγραμματισμός της τουριστικής ανάπτυξης:**

Κατά το παρελθόν ο τουριστικός σχεδιασμός *tourism planning* θεωρούταν υπόθεση του ιδιωτικού τομέα που απαιτούσε ελάχιστη κυβερνητική ανάμιξη ή συμμετοχή, ειδικά στις χώρες με ελεύθερο οικονομικό σύστημα. Μια κοινή λανθασμένη άποψη ήταν ότι ο τουριστικός προγραμματισμός σήμαινε μόνο την ενθάρρυνση της ανέγερσης νέων ξενοδοχείων σε μια περιοχή, την προώθηση των αεροπορικών πτήσεων, την διευκόλυνση της διάβασης των συνόρων, την οργάνωση μιας διαφημιστικής εκστρατείας και την καταμέτρηση των εισπράξεων από τις τουριστικές δραστηριότητες.

Όμως, οι τουριστικοί προορισμοί, μέσα από την εμπειρία τους τα τελευταία τριάντα χρόνια, έμαθαν πως η άποψη αυτή είναι αφελής και ίσως μια τυχαία μέθοδος τουριστικού προγραμματισμού και ανάπτυξης.

Ως ένας από τους κυριότερους κλάδους της οικονομίας πολλών αναπτυσσόμενων χωρών και περιφερειών σε όλο τον κόσμο, ο τουρισμός ασκεί μια εκτεταμένη επιρροή στην οικονομία, την κοινωνική δομή και το περιβάλλον μιας περιοχής.

Οι αναπτυσσόμενες κοινωνίες που μπορεί να αντιμετωπίζουν τον τουρισμό ως ένα μέσο οικονομικής ανάπτυξης, βρίσκονται σε δύσκολη θέση, εξαιτίας των

περιορισμένων τους πόρων και των πολιτιστικών τους αναστολών. Η ανάπτυξη του τουρισμού υπό αυτές τις συνθήκες μπορεί να αναστατώσει τις ευαίσθητες ισορροπίες ανάμεσα στις οικονομικές, τις κοινωνικές και τις περιβαλλοντικές δυνάμεις.

Για τον λόγο αυτό πολλές κυβερνήσεις βλέπουν τον τουρισμό μέσα από μια καθολική άποψη, σε σχέση με τις πλήρεις επιδράσεις του στις χώρες τους, τις περιφέρειες ή τις τοπικές ενότητες, συμμετέχοντας πιο ενεργά στην τουριστική ανάπτυξη και τον σχεδιασμό.

Εκτός από την ανησυχία τους για τις ενδεχόμενες αρνητικές συνέπειες του τουρισμού στους κατοίκους και την πιθανή καταστροφή του φυσικού περιβάλλοντος, οι κυβερνήσεις ασχολούνται και με το τεράστιο κόστος της υποδομής και των δημοσίων υπηρεσιών, που θα πρέπει να προσφέρουν.

Η ανάπτυξη των προορισμών, ως θέμα, έχει γίνει αντικείμενο πολλών συζητήσεων. Η ανησυχία για το θέμα αυτό πηγάζει από την θεώρηση πως οι αρνητικές επιπτώσεις του τουρισμού είναι πολλές φορές μη αναστρέψιμες. Οι χώρες προορισμοί, οι ιδιοκτήτες γης, οι επενδυτές σε τουριστικά κέντρα και πολλοί άλλοι, έχουν ιδιαίτερο συμφέρον για την μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα και επιτυχία ενός προορισμού.

Αν αναπτυχθεί σωστά ο τουριστικός προορισμός, θα είναι περιβαλλοντικά διατηρήσιμος και οικονομικά βιώσιμος, προσφέροντας ευρείες προοπτικές στην τοπική κοινωνία. Στην αντίθετη περίπτωση, η οικονομική βιωσιμότητα του προορισμού θα είναι σύντομη, με καταγραφή απωλειών για όλους τους εμπλεκόμενους, περισσότερο όμως για την κοινωνία της οποίας η γη και το περιβάλλον θα έχουν πληγεί ίσως ανεπανόρθωτα.

Ο όρος *ανάπτυξη προορισμού* μπορεί να εφαρμοστεί ευρέως ή και συγκεκριμένα, αφού ο όρος προορισμός, μπορεί να σημαίνει μια ολόκληρη χώρα, μια περιφέρεια, μια ομάδα τουριστικών μονάδων ή και ένα μόνο τουριστικό κέντρο. (Gee, Makens&Choy 2001)

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup>

### 2.1 Ο ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

#### **I. Παράγοντες αμφισβήτησης του οργανωμένου πρότυπου τουρισμού και προώθησης νέων εναλλακτικών μορφών.**

Οι ειδικές και εναλλακτικές μορφές αποτελούν το νέο δυναμικό και αναπτυσσόμενο πρότυπο τουρισμού και αποτελούν την σύνθεση μιας τεράστιας ποικιλίας κινήτρων τουριστικών ταξιδιών, πολλά από τα οποία διαμορφώθηκαν τις τελευταίες δεκαετίες. Η σημασία της ανάπτυξης αυτών των μορφών κοινωνιολογικά έγκειται στην αντίθεση των περισσότερων από αυτές με το πρότυπο που καθόρισε την τουριστική ανάπτυξη της πρώτης μεταπολεμικής εικοσαετίας: τον οργανωμένο μαζικό τουρισμό διακοπών.

Η αντίθεση αυτή προκύπτει τόσον όσον αφορά τα κίνητρα του ταξιδιού όσο και τα οργανωτικά και αναπτυξιακά χαρακτηριστικά τους. Σε πολλές περιπτώσεις η διαφορά αυτών των μορφών δεν αφορά τον στόχο του ταξιδιού, π.χ. διακοπές, αλλά το περιεχόμενο και το νόημα που έχει η ταξιδιωτική εμπειρία στο πλαίσιο ενός ταξιδιού με παρόμοιο στόχο. Αναζητάτε άρα σε αυτές μια διαφοροποίηση των χαρακτηριστικών που έχουν επιβληθεί από τον οργανωμένο τουρισμό, ιδιαίτερα όσον αφορά την τυποποίηση και την βιομηχανοποίηση των τουριστικών εμπειριών.

Αποτελούν υπό αυτή την έννοια οι μορφές αυτές το αποτέλεσμα μιας συστηματικής αμφισβήτησης του τουρισμού του «πακέτου» και των αντίστοιχων επιπτώσεων που αυτός επιφέρει στις περιοχές υποδοχής. Οι παράγοντες που οδηγούν σε αυτήν την αμφισβήτηση είναι πολλοί και συχνά διαφορετικοί μεταξύ τους αλλά συναντώνται στην πορεία. (Τσάρτας Π., 1996)

## **II. Ορισμός του εναλλακτικού τουρισμού**

Ο εναλλακτικός τουρισμός προσδιορίζεται από εκείνες τις μορφές τουρισμού, οι οποίες συνδέονται με τις κοινωνικές και περιβαλλοντικές αξίες που επιτρέπουν τόσο στους «οικοδεσπότες» όσο και στους «φιλοξενούμενους» να υφίστανται τις θετικές αλληλεπιδράσεις και να μοιράζονται εμπειρίες.

Ο εναλλακτικός τουρισμός όπως και η «αειφόρος ανάπτυξη» είναι έννοιες που χρησιμοποιήθηκαν ευρύτατα τα τελευταία χρόνια για να ορίσουν ένα νέο είδος τουρισμού και να του δώσουν σχήμα και μορφή. Ωστόσο δεν υπάρχει ένας ορισμός του εναλλακτικού τουρισμού αποδεκτός σε διεθνές επίπεδο.

Υπάρχει όμως ένας αριθμός συνισταμένων του εναλλακτικού τουρισμού οι οποίες είναι γενικά αποδεκτές:

- 1.** αφορά στο γεγονός ότι ο εναλλακτικός τουρισμός εφαρμόζεται σε εκείνες τις μορφές τουρισμού, οι οποίες δεν καταστρέφουν το περιβάλλον και δεν επιφέροντας αρνητικές επιπτώσεις που προκαλεί ο μαζικός τουρισμός στις περιοχές που αναπτύσσεται.
- 2.** αναφέρεται στο ότι ο εναλλακτικός τουρισμός θεωρήθηκε, μικρή κλίμακα ανάπτυξης του τουρισμού, που προέρχεται και οργανώνεται από τον τοπικό πληθυσμό ή τους τοπικούς φορείς. Ο τρόπος αυτός της ανάπτυξης αφενός επιφέρει λιγότερες αρνητικές επιπτώσεις- κοινωνικές και πολιτισμικές- και αφετέρου έχει μεγαλύτερες πιθανότητες ευνοϊκής αποδοχής από τον τοπικό πληθυσμό από ότι ο μαζικός τουρισμός.
- 3.** αφορά στο γεγονός ότι μερικές μορφές τουρισμού θεωρούνται εναλλακτικές, διότι δεν εκμεταλλεύονται τον τοπικό πληθυσμό. Συγκεκριμένα, τα οικονομικά οφέλη από τις τουριστικές δραστηριότητες διοχετεύονται κυρίως προς τους μόνιμους κάτοικους της περιοχής ή προς τις μειονεκτικές περιοχές και όχι προς τις πόλεις ή τις άλλες χώρες, όπως συμβαίνει με το μαζικό τουρισμό.
- 4.** τουρισμός που δεν καταστρέφει τον πολιτισμό της κοινωνίας υποδοχής συνήθως ονομάζεται εναλλακτικός, διότι εκτός των άλλων προσπαθεί ενεργά να ενθαρρύνει το σεβασμό προς την πολιτισμική πραγματικότητα δια μέσου της εκπαίδευσης, της επιμόρφωσης και γενικότερα των οργανωμένων «συναντήσεων»

### **III. Το ΕΣΠΑ για τον εναλλακτικό τουρισμό**

Σύμφωνα με την Ελληνική τουριστική νομοθεσία ο εναλλακτικός τουρισμός συμπεριλαμβάνει το σύνολο των τουριστικών υπηρεσιών, οι οποίες διακρίνονται ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες, τις προτιμήσεις και τα κίνητρα των τουριστών, απευθύνονται σε ένα εξειδικευμένο κοινό, τηρούν τις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και συμβάλλουν στην άμβλυνση της εποχικότητας της τουριστικής ζήτησης.

Τα προγράμματα ενίσχυσης των Εναλλακτικών μορφών Τουρισμού αποσκοπούν:

- ✓ Στη διαφοροποίηση και στον εμπλουτισμό του ελληνικού τουριστικού προϊόντος με την επιχειρηματική αξιοποίηση εναλλακτικών μορφών τουρισμού.
- ✓ Στην ανάδειξη και τουριστική αξιοποίηση του φυσικού και πολιτισμικού αποθέματος.
- ✓ Στην άμβλυνση της εποχικότητας της τουριστικής ζήτησης.

Στην κατεύθυνση αυτή, μέσω των πράξεων "Εναλλακτικός Τουρισμός", ενισχύονται επενδυτικά σχέδια τα οποία συμβάλλουν στην ανάπτυξη μιας ή περισσότερων ειδικών ή/και εναλλακτικών μορφών τουρισμού, όπως:

- ✓ **Αθλητικός τουρισμός αναψυχής**
- ✓ **Θαλάσσιος τουρισμός**
- ✓ **Τουρισμός υπαίθρου**
- ✓ **Γαστρονομικός τουρισμός**
- ✓ **Τουρισμός υγείας και ευεξίας**



## **2.2 Ανάπτυξη Δραστηριοτήτων Εναλλακτικού Τουρισμού στην Ελλάδα**

**Εναλλακτικός Τουρισμός.** Μια νέα τουριστική προσέγγιση. Ανταποκρινόμενη στην διεθνή τάση για διεύρυνση και διαφοροποίηση του τουριστικού της προϊόντος, τα τελευταία χρόνια, η Ελλάδα προσφέρει ελκυστικά πακέτα και υπηρεσίες εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Με την βοήθεια σημαντικών κρατικών επενδυτικών κινήτρων οι επιχειρηματίες δημιουργούν υποδομές και υπηρεσίες σχετικές με τον τουρισμό υγείας, τον θρησκευτικό τουρισμό, τον γαστρονομικό τουρισμό, τον αθλητικό τουρισμό και τον οικοτουρισμό και αγροτουρισμό.

Σύμφωνα με πρόσφατες έρευνες, ένα σημαντικό ποσοστό (άνω του 25%) ευκατάστατων με υψηλό μορφωτικό επίπεδο Ευρωπαίων ταξιδιωτών αναζητούν πρωτότυπες βιωματικές εμπειρίες και τουριστικές υπηρεσίες πέρα από το τρίπτυχο ήλιος, θάλασσα, φιλοξενία.

Η Ελλάδα μπορεί να προσφέρει πληθώρα τέτοιων εμπειριών εκμεταλλευόμενη την ποικιλότητα των τοπίων της, τους φυσικούς της πόρους, τον πολιτισμικό και ιστορικό της πλούτο, καθώς και την παράδοση, τα ήθη και τα έθιμά της. Όλα τα προηγούμενα, συνδυασμένα με νεωτεριστική επιχειρηματικότητα, μπορούν να αναδείξουν πρωτότυπες κερδοφόρες επενδυτικές ευκαιρίες.

Πλεονέκτημα των εναλλακτικών μορφών τουρισμού είναι η δυνατότητα τους να προσελκύουν τουρίστες καθ' όλη την διάρκεια του χρόνου με αποτέλεσμα να δημιουργείται μια σταθερή πηγή εσόδων και απασχόλησης.

### **Πλεονεκτήματα Επένδυσης στον Εναλλακτικό Τουρισμό**

- ✓ Ποικίλο φυσικό περιβάλλον εξαιρετικής ομορφιάς
- ✓ •Αυξανόμενη ζήτηση για νέες τουριστικές εμπειρίες οδηγούν σε ευοίωνες προοπτικές ανάπτυξης
- ✓ Εξαιρετικός πολιτισμικός και ιστορικός πλούτος
- ✓ Αναπτυγμένη υφιστάμενη τουριστική υποδομή η οποία μπορεί να λειτουργήσει συμπληρωματικά και να υποστηρίξει προϊόντα εναλλακτικών μορφών τουρισμού.
- ✓ Ελλάδα: Ένας παγκοσμίως αναγνωρίσιμος προορισμός

Στόχος της Τουριστικής Στρατηγικής της χώρας μας είναι να μετατρέψει τον πλούτο των πόρων της σε πρότυπα, μοναδικά τουριστικά προϊόντα με την σύμπραξη Ελλήνων και ξένων επενδυτών.

Προκειμένου να εξυπηρετήσει την στρατηγική της αυτή, η Ελληνική κυβέρνηση έχει θέσει ως προτεραιότητά της και ενθαρρύνει την ανάπτυξη τουριστικής υποδομής νέων μορφών εναλλακτικού τουρισμού οι οποίες συμπληρώνουν το παραδοσιακό τουριστικό προϊόν της χώρας. Η Ελλάδα προσελκύει ετησίως περισσότερους από 17 εκατομμύρια επισκέπτες.

### **2.3 Είδη εναλλακτικού τουρισμού.**

#### **I. Οικοτουρισμός**

Η Ελλάδα με τα μαγευτικά τοπία της και ένα πλήθος μοναδικών οικοσυστημάτων όπως οι προστατευόμενες περιοχές Ramsar, αγροτικά τοπία, επιβλητικά βουνά και αμόλυντα ποτάμια, παρέχει μοναδικές ευκαιρίες για την ανάπτυξη οικοτουριστικών εμπειριών. Αυτή η ραγδαία αυξανόμενη, αγορά υπόσχεται σημαντικές αποδόσεις και υποστηρίζεται αμέριστα από την Ελληνική κυβέρνηση με την παροχή ελκυστικών κινήτρων.

#### **II. Αθλητικός Τουρισμός**

Ο τόπος που έφερε στον κόσμο τους Ολυμπιακούς Αγώνες και το 2004, διοργάνωσε από τους πιο επιτυχημένους Ολυμπιακούς Αγώνες στα χρονικά, είναι ιδανικός για την ανάπτυξη του αθλητικού τουρισμού. Από ιστιοπλοΐα και εξερεύνηση σπηλαίων, μέχρι οδοιπορία και αλεξίπτωτο πλαγιάς, η Ελλάδα είναι σε θέση να προσελκύσει λάτρεις των σπορ από όλο τον κόσμο, οι οποίοι έχουν τη δυνατότητα να ασχοληθούν με ποικίλες δραστηριότητες, ενώ παράλληλα θα απολαμβάνουν τα φυσικά θέλγητρα της χώρας, από θεαματικά τοπία μέχρι μαγευτικές παραλίες.

#### **III. Τουρισμός Υγείας**

Η Ελλάδα φημίζεται για τους άριστους γιατρούς της και τους επαγγελματίες υγείας, που σπουδάζουν και εξειδικεύονται σε μερικά από τα καλύτερα πανεπιστήμια της Ευρώπης και της Βορείου Αμερικής. Το γεγονός αυτό αποτελεί στρατηγικό πλεονέκτημα για τη χώρα, καθώς οι ασθενείς ανακαλύπτουν τα οφέλη της ιατρικής φροντίδας σε χώρους όπου η εξειδίκευση συνδυάζεται με την εξοικονόμηση εξόδων και ένα ελκυστικό περιβάλλον ανάρρωσης.

Ο Οργανισμός Παγκόσμιας Υγείας κατατάσσει το σύστημα υγείας της Ελλάδας στη 14η θέση μεταξύ 191 χωρών παγκοσμίως.

Η πλαστική χειρουργική, τα κέντρα αποτοξίνωσης, οι κλινικές γονιμότητας και η αιμοκάθαρση σε ευχάριστο περιβάλλον είναι από τους τομείς που γνωρίζουν επιτυχία στον τομέα του τουρισμού υγείας. Μία από τις πιο ελκυστικές πλευρές της θεραπευτικής αγωγής στην Ελλάδα είναι η δυνατότητα ανάρρωσης σε ένα πανέμορφο περιβάλλον απολαμβάνοντας την ελληνική φιλοξενία.

#### **IV. Θρησκευτικός Τουρισμός**

Η θρησκευτική κληρονομιά της Ελλάδας προσελκύει επισκέπτες από όλο τον κόσμο, οι οποίοι επισκέπτονται εκκλησίες και μοναστήρια σε όλη τη χώρα που συχνά βρίσκονται σε περιοχές με εξαιρετικά τοπία. Ο θρησκευτικός τουρισμός συνδυάζει πνευματικά, πολιτισμικά και ιστορικά θέματα και παράλληλα αναδεικνύει την εθνική ταυτότητα της Ελλάδας.

Εκτός από τα ταξίδια σε Χριστιανικά Ορθόδοξα μοναστήρια, όπως του Όρους Άθως και των Μετεώρων, οι επισκέπτες έρχονται στην Ελλάδα για να θαυμάσουν και να μελετήσουν τα μοναδικά Βυζαντινά και μετα-Βυζαντινά αριστουργήματα, όπως εικόνες και εικονογραφίες, μωσαϊκά, τοιχογραφίες και ιερά. Τόποι θρησκευτικής λατρείας, από μικρές εκκλησίες σε νησιά έως επιβλητικοί ναοί, αποτελούν θρησκευτική κληρονομιά αιώνων, της οποίας ο πλούτος χαίρει ευρέως σεβασμού.

Για παράδειγμα, χιλιάδες επισκέπτες συρρέουν στο νησί της Πάτμου, προκειμένου να επισκεφθούν το Σπήλαιο της Αποκάλυψης, όπου λέγεται ότι ο Άγιος Ιωάννης, ο Θεολόγος, έγραψε την “Αποκάλυψη”.

Τέτοιες εμπειρίες συμπληρώνουν πιο δημοφιλείς και παραδοσιακές μορφές τουρισμού και προσφέρουν μοναδικές ευκαιρίες σε όλη την Ελλάδα.

## V. Αγροτουρισμός

Ο αγροτουρισμός εξελίσσεται σε έναν από τους πιο δυναμικούς τομείς της αγοράς του εναλλακτικού τουρισμού, καθώς οι επισκέπτες σε όλο τον κόσμο εκδηλώνουν ενδιαφέρον για την αειφόρο ανάπτυξη και τις οικολογικές πρακτικές

Ο αγροτουρισμός, βασισμένος στις αγροτικές περιοχές και στον αγροτικό τρόπο ζωής, επικεντρώνεται στην ανάπτυξη και ενίσχυση της σχέσης μας με το φυσικό περιβάλλον αλλά και με τους ανθρώπους και τις κοινότητες που κατοικούν και εξασφαλίζουν τα προς το ζην από την εκμετάλλευση της γης.

Οι επισκέπτες στο πλαίσιο του αγροτουρισμού διαμένουν και συχνά εργάζονται μαζί με τους μόνιμους κατοίκους, μαθαίνοντας με αυτό τον τρόπο αγροτικές τεχνικές σε ένα πρακτικό επίπεδο.

Πρόκειται για μια εμπειρία που αποφέρει εισοδήματα για τους επαγγελματίες του αγροτουρισμού και παράλληλα προσφέρει εκπαιδευτικές ευκαιρίες για τους επισκέπτες. Ο αγροτουρισμός αποτελεί οικονομικό παράγοντα ανάπτυξης σε συχνά εξαιρετικής ομορφιάς απομακρυσμένες περιοχές της περιφέρειας και μπορεί να αποτελέσει πόλο έλξης για τους επισκέπτες σε τοπικές γιορτές και εκδηλώσεις, να ενισχύσει την παραγωγή και πώληση τοπικών προϊόντων και να δημιουργήσει ισχυρούς διαπολιτισμικούς κοινωνικούς δεσμούς.

Επίσης, ο αγροτουρισμός μπορεί να συνδυαστεί και με άλλες μορφές εναλλακτικού τουρισμού όπως είναι ο αθλητικός, ο θρησκευτικός, ο ιστορικός τουρισμός και ο τουρισμός υγείας.

Η Ελλάδα προσφέρει πλήθος ευκαιριών σε αυτή την αναπτυσσόμενη αγορά, με μοναδικές εμπειρίες διακοπών σε αγροτικά χωριά ή με ευκαιρίες για τη δημιουργία νέων προϊόντων σύμφωνα με τοπικά ήθη και έθιμα. (Romero&Rehman, 1989)

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup>

### **3.1.Γιατί ο αθλητισμός και η αναψυχή αποκτούν τουριστικό ενδιαφέρον;**

Είναι δύσκολο να αντιληφθούμε τη σημαντική θέση που κατέχουν ο αθλητισμός και η άσκηση ως τουριστική δραστηριότητα, εάν δεν κατανοηθούν πρώτα οι λόγοι που συντελούν στην τουριστική αξιοποίηση του αθλητισμού και στον προσανατολισμό του σε τουριστικές παραμέτρους.

Τα τελευταία χρόνια πολλές κοινωνικές και οικονομικές αλλαγές έχουν συντελέσει στο να αποτελεί ο αθλητισμός ένα σημαντικό κίνητρο για να αναπτυχθεί τουριστική δραστηριότητα. Συγκεκριμένα, ο αθλητισμός ως θέαμα ή ως ενεργή εμπειρία άρχισε να προσελκύει σημαντικό οικονομικό ενδιαφέρον όταν η οικονομία της παραγωγής άρχισε να αντικαθίσταται διεθνώς από την οικονομία των υπηρεσιών (Schreiber, 1976).

Η παρουσία μεγάλων αθλητικών θέρετρων στην Ευρώπη σε συνδυασμό με την αυξανόμενη αστικοποίηση έδωσαν ώθηση στην επιθυμία πολλών για ενεργή συμμετοχή στον αθλητισμό και την αναψυχή κατά την διάρκεια των διακοπών (DeKnop, 1990).

Παράλληλα, ο σύγχρονος τρόπος ζωής, σύμφωνα με τους κοινωνιολόγους, έχει περιορίσει σημαντικά τη συναισθηματική έκφραση του ανθρώπου, οπότε ο αθλητισμός αποτελεί ένα από τα κυριότερα μέσα παροχής ελεγχόμενης ψυχαγωγίας και συγκινήσεων (Elias&Dunning, 1970).

Η σπουδαιότητα του αθλητικού τουρισμού τεκμηριώνεται επίσης και από την υψηλή προσφορά υπηρεσιών σε αρκετούς τομείς. Σήμερα, περισσότερο από ποτέ, πόλεις και κράτη θεωρούν τα μεγάλα αθλητικά γεγονότα ως μέσο για την οικονομική τους ανάπτυξη και ανταγωνίζονται για να αναλάβουν την διοργάνωση τους.

Όταν, για παράδειγμα, η Αθήνα κατέθεσε την υποψηφιότητα της για την ολυμπιάδα του 2004, ένα από τα βασικά της επιχειρήματα ήταν η παράλληλη προώθηση της πόλης των Αθηνών και της χώρας γενικότερα ως τουριστικού προορισμού αλλά και η άμεση και μακροπρόθεσμη ενίσχυση της οικονομικής της δραστηριότητας.

Ωστόσο, παραμένει υψηλό το ενδιαφέρον και για την οργάνωση λιγότερο γνωστών αθλητικών εκδηλώσεων. Σήμερα, όλο και συχνότερα, μικρές πόλεις καθιερώνουν τη διοργάνωση των δικών τους αθλητικών γεγονότων (μαραθώνιο, γύρο της πόλης, ποδηλατική συνάντηση κλπ.) με στόχο την τοπική ή ευρύτερη προβολή της πόλης ως τουριστικού προορισμού.

Η γρήγορη ανάπτυξη των δραστηριοτήτων του αθλητικού τουρισμού μπορεί επίσης να ερμηνευτεί με βάση το αυξημένο ενδιαφέρον των δυτικών κοινωνιών για τα θέματα που σχετίζονται με την υγεία.

Η αύξηση των ποσοστών συμμετοχής στην άθληση και στην άσκηση και η αυξημένη προσκόλληση (δηλαδή η αυξημένη συχνότητα και διάρκεια συμμετοχής) σε αυτές έχουν οδηγήσει στην αύξηση της ζήτησης των αθλητικών υπηρεσιών ακόμα και κατά την διάρκεια των διακοπών.

Θα μπορούσε λοιπόν, εν συντομία, να γίνει μια ανακεφαλαίωση των λόγων που ενθαρρύνουν την γενικότερη ανάπτυξη επιχειρηματικών πρωτοβουλιών οι οποίες σχετίζονται με τον αθλητικό τουρισμό, με μια αναφορά στις πέντε βασικές εξελίξεις που αναφέρουν οι Kurtzman και Zauhar (1995):

- ✓ Η δημοτικότητα των διεθνών και εθνικών αθλητικών γεγονότων έχει αυξηθεί σημαντικά στις μέρες μας (Ολυμπιακοί αγώνες, παγκόσμια κύπελλα, ευρωπαϊκά πρωταθλήματα κλπ.).
- ✓ Σήμερα, περισσότερο από ποτέ, αναγνωρίζουμε τα οφέλη που προκύπτουν από την ενεργή συμμετοχή μας σε διάφορα αθλήματα.
- ✓ Οι κυβερνήσεις αρχίζουν να αναγνωρίζουν την αξία του αθλητισμού όσον αφορά την οικονομία και τις διεθνείς σχέσεις.
- ✓ Υπάρχει μεγάλη ποικιλία προγραμματισμένων αθλητικών γεγονότων κατά τη διάρκεια όλου του έτους, οι οποίες στοχεύουν στο να ικανοποιήσουν θεατές και ασκούμενους.
- ✓ Υπάρχει μεγαλύτερη άνεση στις μετακινήσεις των μελών της αθλητικής κοινότητας στις μέρες μας, ενώ παράλληλα η επικοινωνία τους έχει ευνοηθεί σημαντικά από την τεχνολογία και την κάθε είδους υποδομή.

Γενικά, είναι αδιαμφισβήτητο ότι ο ενδεχόμενος τουρίστας έχει σήμερα στην διάθεση του περισσότερες δυνατότητες από ποτέ για να επιλέξει τον προορισμό και τον τύπο της αθλητικής εμπειρίας που επιθυμεί.

### **3.2.Κατηγορίες δραστηριοτήτων αθλητικού τουρισμού**

Έπειτα από την παρουσίαση της έννοια του αθλητικού τουρισμού, σημαντικό είναι να γίνει και μια αναφορά στις κατηγορίες δραστηριοτήτων του αθλητικού τουρισμού, ώστε να δοθεί η ευκαιρία να κατανοηθεί καλύτερα το εύρος του αθλητικού τουρισμού και να οριοθετηθούν οι γνώσεις και οι δεξιότητες που εμπεριέχονται σε αυτόν.

Επιγραμματικά, κατά την Gibson (1998), αυτές οι κατηγορίες δραστηριοτήτων είναι:

- ✓ Τουρισμός άθλησης και άσκησης.
- ✓ Τουρισμός αθλητικών γεγονότων.
- ✓ Πολιτιστικός – αθλητικός τουρισμός.

#### **I. Τουρισμός άθλησης και άσκησης**

Αυτό το είδος τουριστικής δραστηριότητας απευθύνεται στους τουρίστες που επιθυμούν να συνδυάσουν την άσκηση και άθληση με την διαμονή τους σε έναν επιλεγμένο προορισμό για διακοπές.

Για παράδειγμα, πολλοί Γερμανοί ή Άγγλοι επιλέγουν το καλοκαίρι τη χώρα μας για να ξεκουραστούν, κάνοντας συγχρόνως κολύμβηση, σέρφινγκ και ιστιοπλοΐα. Κατά τον DeKnop (1990), τα αθλήματα που επιλέγονται συχνότερα από τους ενεργούς ασκούμενους ή τους αθλητές τουρίστες στα πλαίσια των διακοπών σε κάποιο κλαμπ παραθερισμού είναι η κολύμβηση, το τένις, η ιστιοπλοΐα και το σέρφινγκ, ενώ οι πιο δημοφιλείς φυσικές δραστηριότητες των Ευρωπαίων κατά τη διάρκεια των διακοπών είναι το περπάτημα η ποδηλασία και τι σκι.

Για να κατανοηθούν όμως καλύτερα οι ανάγκες και οι συνήθειες των τουριστών που συνδέονται με τον αθλητισμό, μπορούν να χωριστούν σε τρεις υποκατηγορίες με βάση την ενασχόληση τους με τον αθλητισμό (Gibson, 1994):

1. Τουρίστες με αμιγώς αθλητικό ενδιαφέρον.
2. Τουρίστες με ενδιαφέρον για αθλητισμό, δράση και ηλιοθεραπεία.
3. Τουρίστες με ενδιαφέρον για τον αθλητισμό και για άλλες, μη αθλητικές δραστηριότητες.

Το δημογραφικό προφίλ των ατόμων που επιλέγουν να συνδυάσουν τον τουριστικό προορισμό με φυσική άσκηση βοηθάει στο να σκιαγραφιστούν οι ενδεχόμενοι αποδέκτες των υπηρεσιών του αθλητικού τουρισμού.

Σύμφωνα με έρευνες το προφίλ τους περιλαμβάνει τα παρακάτω στοιχεία: Είναι συχνά άνδρες, με υψηλό επίπεδο υγείας και εκπαίδευσης, διαθέτουν οικονομικούς πόρους και είναι συχνά ικανοποιημένοι από τις ευκαιρίες που έχουν για αναψυχή στη ζωή τους (Levinson, Darrow, Klein και McKee, 1978).

Ωστόσο, είναι κατανοητό ότι η ηλικία των ατόμων αυτών ποικίλει ανάλογα με το είδος της άθλησης. Γίνεται κατανοητό, επίσης, ότι η παροχή υπηρεσιών τουρισμού άθλησης και άσκησης απαιτεί από τον προμηθευτή καλή γνώση των ιδιαίτερων αναγκών και προσδοκιών του πληθυσμού – στόχος.

Για παράδειγμα, για πολλούς αθλητές η συμμετοχή στο αθλητικό γεγονός μπορεί να έχει μεγαλύτερη σημασία από την επιλογή του προορισμού που φιλοξενεί το γεγονός. Σε αυτή την περίπτωση, ένα πρόγραμμα που θα περιορίζει την αυθόρμητη συναναστροφή των συμμετεχόντων (αυστηρός προγραμματισμός των δραστηριοτήτων) μπορεί να προκαλέσει τη δυσαρέσκεια τους.

Επίσης, δεν θα πρέπει να παραβλεφθεί το γεγονός πως κάθε ομάδα αθλητών – τουριστών προσελκύεται από διαφορετικά χαρακτηριστικά, όταν επιλέγει προορισμούς για τουρισμό. Αυτό υποχρεώνει να ληφθεί υπόψη πως η αποτελεσματική προώθηση κάθε τουριστικού προορισμού βασίζεται στην αναγνώριση του ανάλογου αθλητικού πληθυσμού που θα επέλεγε τα χαρακτηριστικά του.

Για παράδειγμα όταν ένας προορισμός τουριστικός διαθέτει πίστα σκι μέτριας δυσκολίας και επικινδυνότητας μπορεί να είναι πιο ελκυστικός για τις γυναίκες σκιέρ, ιδιαίτερα όταν συνδυάζει και ευκαιρίες για κοινωνικές επαφές (Williams και Lattey, 1994).

Κατά τον ίδιο τρόπο, συγκεκριμένα θέρετρα για σκι μπορεί να διαθέτουν χαρακτηριστικά που μπορεί να προσελκύουν μόνο οικογενειακό αθλητικό τουρισμό.

Τέλος, δεν πρέπει να αγνοείται πως η επιλογή του τουριστικού προορισμού για αθλητικές δραστηριότητες σχετίζεται και με το επίπεδο της αθλητικής ενασχόλησης του ενδιαφερόμενου (Richards, 1996).



Έτσι, για παράδειγμα, ένας προχωρημένος αθλητής θα επιλέξει τουριστικούς προορισμούς που παρέχουν πιο δύσκολες προκλήσεις για άθληση σε σχέση με ένα αρχάριο αθλητή – τουρίστα. Στο παράδειγμα του αθλήματος του σκι, ο προχωρημένος αθλητής – τουρίστας αναμένεται να ενδιαφέρεται περισσότερο για τη δυσκολία της πίστας και την ποιότητα του χιονιού, ενώ ο αρχάριος για την τιμή και την ποιότητα των καταλυμάτων που προσφέρει ο τουριστικός προορισμός (Richards, 1996).

## **II. Ο προορισμός ως «προϊόν»**

Αρκετοί ερευνητές του τουρισμού έχουν προσπαθήσει να διευκρινίσουν τη φύση του τουριστικού προϊόντος. Κάποιες από αυτές τις προσεγγίσεις έχουν συγχωνεύσει μια πλευρά προσφοράς και μια ζήτησης που περιγράφουν πως τα πολλαπλά συστατικά ενός προορισμού αλληλεπιδρούν με τους ταξιδιώτες κατά τη διάρκεια του ταξιδιού τους.

Ο Murphy (1985) εξίσωσε προορισμούς με πεδία αγορών, όπου τα χαρακτηριστικά της ζήτησης και της προσφοράς ωθούν για προσοχή και κατανάλωση.

Το μοντέλο του Gunn (1988) για το τουριστικό σύστημα δίνει έμφαση στο τουριστικό προϊόν ως μια πολύπλοκη καταναλωτική εμπειρία που καταλήγει από μια διαδικασία που οι τουρίστες χρησιμοποιούν πολλαπλές ταξιδιωτικές υπηρεσίες κατά τη διάρκεια της επίσκεψής τους (υπηρεσίες πληροφοριών, μετακίνησης, στέγασης κλπ.).

Ο Smith (1994) επίσης αναγνωρίζει τον ρόλο τέτοιων ταξιδιωτικών υπηρεσιών στο να δημιουργήσουν την εμπειρία για ένα προϊόν και περιγράφει πως ποικίλες «εισαγωγές» από τον προορισμό μπορούν να παράγουν μια εμπειρική «εξαγωγή» για τους τουρίστες.

Ένας προορισμός μπορεί να φαίνεται ως ένα μωσαϊκό από ατομικά προϊόντα και ευκαιρίες για εμπειρίες που συμβάλλουν στο σχηματισμό μιας συνολικής εμπειρίας από την περιοχή που γίνεται η επίσκεψη.

Οι Hu&Ritchie (1993) θεώρησαν τον τουριστικό προορισμό ως «ένα πακέτο από τουριστικές παροχές και υπηρεσίες, που όπως κάθε άλλο καταναλωτικό προϊόν, συντίθεται από ένα αριθμό πολυδιάστατων χαρακτηριστικών».

Η εμπειρία ενός τουριστικού προορισμού, ωστόσο, δεν είναι αποκλειστικά προερχόμενη από την κατανάλωση ποικίλων τουριστικών υπηρεσιών.

Ο Smith (1994) υποστηρίζει την ιδέα μιας ιεραρχίας από παράγοντες που επηρεάζουν το προϊόν προορισμός σημειώνοντας πως η υποδομή τοποθετείται μέσα στο ευρύτερο μακρό – περιβάλλον του προορισμού. Το φυσικό περιβάλλον μέσα στο οποίο η συνάντηση συμβαίνει, παίζει έναν συγκεκριμένο ρόλο στην καταναλωτική εμπειρία (Bitner, 1990).

Ένας ενδιαφέρον παραλληλισμός με την εμπειρία του τουριστικού προϊόντος μπορεί να εντοπιστεί και στην εργασία στα καταστήματα λιανικών πωλήσεων. Έρευνα πάνω στις προσδοκίες και την εμπειρία των καταναλωτικών ειδών λιανικής πώλησης για τους τουρίστες, υποσημειώνει μια παρόμοια σχέση προϊόντος – εμπειρίας.

Σε αυτή την κατεύθυνση, οι καταναλωτές ταξιδεύουν σε συγκεκριμένες εμπορικές τοποθεσίες και πραγματοποιούν αγορές (λιανικό εμπόριο) σε συγκεκριμένο μέρος ή εμπορικό περιβάλλον. Οι εντός τέτοιων τοποθεσιών υπηρεσίες είναι σημαντικοί παράγοντες στις εντυπώσεις των καταναλωτών. Έτσι έχουμε ταξιδιωτική εμπειρία η οποία μπορεί να αφορά στην επίσκεψη σε συγκεκριμένα μέρη για την κατανάλωση του «περιβάλλοντος» του προορισμού πρωταρχικά και στη συνέχεια το μεγαλύτερο μέρος των καταναλωτών αυτών να επισκέπτονται εμπορικές τοποθεσίες ώστε να καταναλώσουν ή να αγοράσουν τα προϊόντα και τις υπηρεσίες που είναι διαθέσιμες.

Η σημαντικότητα της ατμόσφαιρας σε μια τουριστική εμπειρία είναι δεμένη με την εικόνα προορισμού, ορισμένη από τον Kotler, Heider&Rein (1993) ως «το σύνολο των πεποιθήσεων, ιδεών και εντυπώσεων που ένας άνθρωπος μπορεί να έχει από ή για ένα μέρος». Κάπως έτσι η εικόνα είναι το σύνολο των συσχετισμών και των τμημάτων πληροφοριών που συνδέονται με τον προορισμό, τα οποία μπορούν να συμπεριλάβουν πολλαπλά συστατικά του προορισμού καθώς και προσωπικές αντιλήψεις. Από τότε, δεν αποτελεί έκπληξη πως η έρευνα για την εικόνα έχει παράγει μια ποικιλία από πολύπλοκα πρότυπα τα οποία συνιστούν περαιτέρω ανάλυση.

Δυστυχώς, παλιότερες τουριστικές ερμηνείες για το περιβάλλον του προϊόντος έχουν επίσης έλλειψη της απαραίτητης συνθετικότητας ώστε να ξεκινήσουν να αποσαφηνίζουν τα ποικίλα χρώματα και την ατμόσφαιρα που βλέπουμε σε πολλές εικόνες προορισμών ανά τον κόσμο.

Ένα πληρέστερο μοντέλο του περιβάλλοντος του προϊόντος προορισμός δίνουν οι Kotler, Bowen&Makens (1996). Αυτοί προτείνουν πως έξι περιβαλλοντικοί παράγοντες σχηματίζουν το «μακρό – περιβάλλον» του προορισμού και είναι οι: δημογραφικές, οικονομικές, φυσικές, τεχνολογικές, πολιτικές και πολιτιστικές

δυνάμεις, οι οποίες κάποιοι πιστεύουν πως προσκρούουν πάνω στις εμπειρίες των επισκεπτών και την αίσθηση τους για έναν προορισμό. Σε αυτήν την αίσθηση, συγκεκριμένα φυσικά, πολιτιστικά και οικονομικά χαρακτηριστικά ενός προορισμού σχηματίζουν μια περιβαλλοντική επιρροή η οποία άμεσα επηρεάζει τις αντιλήψεις και τις εμπειρίες των τουριστών.

Παράλληλα με αυτά, θεωρείται πως τα στοιχεία του προορισμού μπορούν και σε πολλές περιπτώσεις το κάνουν, δημιουργούν μια περιβαλλοντική πάνω στους επισκέπτες. Φυσικά στοιχεία του προορισμού μπορούν να συμπεριλάβουν φιγούρες όπως μια τοποθεσία ή μια εγκατάσταση, φυσικά σκηνικά τοπία, χλωρίδα και πανίδα ή φυσικές συνθήκες όπως ο καιρός. Κοινωνικοί παράγοντες όπως η φιλικότητα των ντόπιων, η ομιλούμενη γλώσσα, οι οικογενειακές δομές, τα επαγγέλματα, τα αστικά πλάνα και η κατανομή του πληθυσμού είναι επίσης χαρακτηριστικά του προορισμού που μπορούν με τη σειρά τους να σχηματίσουν μέρος του «μακρό – περιβάλλοντος» του προορισμού.

Το επίπεδο χρήσης ή έλλειψης της υποδομής και της τεχνολογίας σε έναν προορισμό (π.χ. παροχές νερού και ενέργειας, χρήσης της τεχνολογίας των υπολογιστών και των επικοινωνιών κλπ.) είναι επίσης ορατές φιγούρες των υποανάπτυκτων ή ανεπτυγμένων τουριστικών προϊόντων που μπορούν να δράσουν μέσα στην ταξιδιωτική εμπειρία των επισκεπτών.

Οι οικονομικές συνθήκες και τα δομικά στοιχεία που χαρακτηρίζουν μια χώρα όπως το τρέχον συνάλλαγμα, η εμπορική συμπεριφορά και η τιμολόγηση, είναι τα περαιτέρω χαρακτηριστικά του προϊόντος που μπορούν και αυτά με τη σειρά τους να επηρεάσουν τις ταξιδιωτικές εμπειρίες και σκέψεις για έναν προορισμό (Dieke, 1991 & Stevens 1992).

Ο πολιτισμός είναι ένας ακόμη σημαντικός παράγοντας σχηματισμού πολλών τουριστικών εμπειριών. Ο αυθεντικός ντόπιος πολιτισμός, η ιστορία του τόπου, οι κοινωνικές δομές και τα έθιμα μπορούν να παρέχουν μια πλούσια εμπειρική εικόνα για τους εισερχόμενους τουρίστες (Cohen, 1988).

Και τέλος, η πολιτική διάσταση είναι ένας ακόμη παράγοντας κλειδί που συνεισφέρει στην φύση του προϊόντος προορισμού.

Για παράδειγμα η πολιτική σταθερότητα, η εξωτερική πολιτική ή η κυβερνητική πολιτική σε σημαντικά ζητήματα όπως τα ανθρώπινα δικαιώματα ή οι δημοκρατικές εκλογές μπορούν να καθορίσουν τις τουριστικές αντιλήψεις, τις τουριστικές ροές και τις συμπεριφορές των ταξιδιωτών.

Πέρα από αυτά, ο κυβερνητικό έλεγχος, η ανταπόκριση του στον τουρισμό και η περιποίηση (φροντίδα) των τουριστών (π.χ. αιτήσεις καρτών visa, λιμένες εισόδου, βιομηχανική υποστήριξη, συγκεκριμένες συνθήκες εισόδου των τουριστών κλπ.) μπορούν επίσης να επηρεάσουν το περιβάλλον του προορισμού στο οποίο οι τουρίστες αποκτούν τις δικές τους εμπειρίες.

Είναι λογικό πως πολλαπλά χαρακτηριστικά από αυτούς τους παράγοντες μπορούν να συνεισφέρουν σε μια περιβαλλοντική επίδραση. Το προϊόν του προορισμού αφορά και τις περιβαλλοντικές επιδράσεις ενός τοπίου – προορισμού, όπως και την επιρροή στην υποδομή των υπηρεσιών πάνω στην τουριστική εμπειρία. Τα δυο αυτά συστατικά θα είναι ωφέλιμο κάποια στιγμή να συγχωνευτούν ώστε να εξαχθούν πιο έγκυρα συμπεράσματα για την αντιληπτή ικανοποίηση των επισκεπτών όταν πια επιστρέφουν στον τόπο της μόνιμης κατοικίας τους.

### **3.3 Επιδιώξεις από την ανάπτυξη των εναλλακτικών και ειδικών μορφών τουρισμού.**

Η χρήση των ειδικών και εναλλακτικών μορφών τουρισμού αποτελούν τον βασικό άξονα της τοπικής τουριστικής ανάπτυξης με στόχο την ισορροπία ανάμεσα στην **κοινωνία, οικονομία και περιβάλλον.**

**✓ *Επιδιώξεις στην οικονομία :***

- i.** Απασχόληση: Ο τουρισμός είναι τομέας έντασης εργασίας και δημιουργεί συχνά πολλές θέσεις απασχόλησης.
- ii.** Περιφερειακή ανάπτυξη: συμβάλλει στην ανάπτυξη των περιφερειών
- iii.** Πολλαπλασιαστικές επιδράσεις στην οικονομία: υπάρχουν θετικές επιδράσεις σε πολλούς κλάδους όπως βιομηχανία, εμπόριο, μεταφορές
- iv.** Αξιοποίηση των τοπικών προϊόντων

**✓ *Επιδιώξεις στην κοινωνία και τον πολιτισμό:***

- i.** Επαγγελματική και κοινωνική κινητικότητα: διάχυση εισοδημάτων, υπηρεσίες με παράλληλη στροφή στον τουρισμό
- ii.** Αποτελεσματική επικοινωνία ντόπιων με τους τουρίστες
- iii.** Ενεργητική συμμετοχή και δραστηριοποίηση των τουριστών

**✓ *Επιδιώξεις στο περιβάλλον:***

- i.** Προστασία του φυσικού περιβάλλοντος
- ii.** Προστασία της κοινωνικής-πολιτιστικής κληρονομιάς: διατήρηση και προώθηση του τοπικού πολιτισμού.

Τέλος μέσω από την ανάπτυξη των ειδικών και εναλλακτικών μορφών τουρισμού επιτυγχάνεται η επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου. Δηλαδή προωθείται η ανάπτυξη ενός ολοκληρωμένου και σύνθετου τουριστικού προϊόντος που

δεν επηρεάζεται από την εποχικότητα, αλλά διαχέεται η τουριστική κίνηση σε μεγαλύτερη διάρκεια του έτους.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup>

### Ο ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ

#### 4.1.Ο Τουρισμός Περιπέτειας

Ως τουρισμός περιπέτειας ορίζεται «η δραστηριότητα αναψυχής που λαμβάνει χώρα σε έναν ασυνήθιστο, εξωτικό, απομονωμένο ή δυσπρόσιτο προορισμό και χαρακτηρίζεται από έναν βαθμό ρίσκου για αυτόν που την πραγματοποιεί, αλλά και από την ανάγκη για βαθύτερη γνώση του κόσμου και του ίδιου του ανθρώπου» (ΕΤΑ 2001: 21)

Ανάλογα με τον βαθμό ρίσκου και το επίπεδο των ικανοτήτων που απαιτούνται για τέτοιου τύπου αθλητικές τουριστικές δραστηριότητες, αυτές διακρίνονται σε δύο κατηγορίες: στον τουρισμό ήπιας περιπέτειας (softadventuretourism) ο οποίος απαιτεί στοιχειώδεις δεξιότητες και εμπεριέχει μικρό ρίσκο και στον τουρισμό ακραίας περιπέτειας (extreme ή hardadventuretourism) ο οποίος απαιτεί σημαντική εμπειρία, εξοικείωση με την φύση και τους κινδύνους της και καλή φυσική και πνευματική κατάσταση.

Ο τουρισμός περιπέτειας είναι μια νέα, συνεχώς αναπτυσσόμενη, μορφή τουρισμού που προσελκύει κυρίως κατοίκους των μεγαλουπόλεων με υψηλή οικονομική επιφάνεια, οι οποίοι αναζητούν μια διέξοδο από τους έντονους εργασιακούς ρυθμούς, το στρες και την ρουτίνα που αντιμετωπίζουν στην πόλη. Εντάσσεται στο λειτουργικό πλαίσιο των αθλητικών δραστηριοτήτων με επαγγελματικό ή ερασιτεχνικό χαρακτήρα που ενεργοποιούν την τουριστική δραστηριότητα και δεν σχετίζεται με τα μεγάλα αθλητικά γεγονότα που λαμβάνουν χώρα σε τακτά χρονικά διαστήματα

Σήμερα, τέτοιου τύπου τουριστικές δραστηριότητες είναι εφικτές για όλες τις ηλικίες και προσφέρονται σε όλα τα μέρη του πλανήτη (π.χ. Ν. Ζηλανδία, το Νεπάλ, η Κένυα, η Τανζανία) όπου υπάρχουν αξιόλογοι περιβαλλοντικοί πόροι (Jafari 2000).

## 4.2.Ο τουρισμός περιπέτειας στην Ελλάδα

Η Ελλάδα είναι μια κατ' εξοχήν ορεινή χώρα, αφού στην επικράτειά της υπάρχουν περισσότερα από 300 μεγαλύτερα ή μικρότερα βουνά. Ο σημαντικότερος ελληνικός ορεινός άξονας είναι η οροσειρά της Πίνδου, που σχηματίζει τη «ραχοκοκαλιά» της ηπειρωτικής χώρας και έχει ως φυσική συνέχεια τα βουνά της Πελοποννήσου και της Κρήτης.

Εξάλλου, τα περισσότερα νησιά αποτελούν, στην πραγματικότητα, τις βουνοκορφές της καταποντισμένης Αιγηίδος, που κάποτε συνέδεε την ηπειρωτική

Ελλάδα με τη Μικρά Ασία. Το ψηλότερο βουνό της χώρας είναι ο (φημισμένος από την ελληνική μυθολογία) Όλυμπος (στη Μακεδονία), που φτάνει τα 2.917m (κορυφή Μύτικας), ενώ περίπου 40 ορεινά συγκροτήματα, σ' όλη τη χώρα, υπερβαίνουν σε υψόμετρο τα 2000 m.

Τα ελληνικά βουνά χαρακτηρίζονται από την ποικιλομορφία τους, τα σπάνια τοπία και τα μοναδικά δάση τους, μερικά από τα οποία είναι από τα παλαιότερα φυσικά δάση της Ευρώπης. Λόγω του απαράμιλλου φυσικού τους πλούτου (σε χλωρίδα και πανίδα) πολλά από αυτά προστατεύονται ως Εθνικοί Δρυμοί, ενώ παράλληλα, τις τελευταίες δεκαετίες, με τις υποδομές που δημιουργήθηκαν αποτελούν ιδανικούς προορισμούς για όσους θέλουν να απολαύσουν δραστηριότητες τουρισμού.

Ενώ η απαράμιλλου φυσικού κάλλους καταγάλανες παραλίες εκ των οποίων οι 404 είναι βραβευμένες με «Γαλάζια Σημαία», δίνουν την δυνατότητα στον τουρίστα να δραστηριοποιηθεί στα θαλάσσια σπορ.

Η γεωμορφολογία της Ελλάδας ενδείκνυται για την υλοποίηση πληθώρας υπαίθριων δραστηριοτήτων τα οποία αποκαλούμε “extremesports” ή αθλήματα αδρεναλίνης .

Τα τελευταία χρόνια, οι ρυθμοί της ζωής στην πόλη, οδηγούν όλο και περισσότερους στο να αναζητούν κάτι έντονο και συναρπαστικό... ως εκ τούτου και στην χώρα μας, έχουν οργανωθεί αρκετές σχολές, που διαθέτουν έμπειρους εκπαιδευτές και κατάλληλο εξοπλισμό, ώστε ο καθένας να μπορεί να πραγματοποιήσει ανάλογα με τις δυνατότητές του και τη φυσική του κατάσταση, αυτές τις δραστηριότητες.



Έτσι λοιπόν, είναι πολύ εύκολο να συμμετάσχει κάποιος , σε μια από αυτές τις δραστηριότητες, αφού απευθυνθεί στα έγκυρα και πιστοποιημένα από την ΗΑΤΤΑ (Πανελλήνια Ένωση Τουριστικών Γραφείων και Πρακτόρων) γραφεία, όπου θα δοθούν στον αρχάριο οι σωστές οδηγίες και ο κατάλληλος εξοπλισμός, ώστε η πρώτη επαφή με τα σπορ αυτά να είναι ευχάριστη και να νιώσει την αδρεναλίνη από την πρώτη στιγμή, χωρίς ανασφάλεια.

Όσο για τους πιο έμπειρους, αυτοί μπορούν να φτάσουν ακόμα πιο μακριά, νιώθοντας τα όρια του εαυτού τους, βελτιώνοντας τις τεχνικές τους, και πάντα με ασφάλεια, να προσεγγίσουν την φύση, και να βλέπουν μέρη που με κανένα άλλο τρόπο δεν θα μπορούσαν να φτάσουν. Με λίγα λόγια να γνωρίσουν από κοντά τον τουρισμό περιπέτειας. Τα περιορισμένα άλλα πυκνά σε βλάστηση δάση τα οποία έχουν χαρακτηριστεί ως οικοσυστήματα και προστατεύονται από διάφορες συνθήκες.

Τα παραπάνω συναντούνται στην ηπειρωτική χώρα, τα νησιά, οι παραλίες και οι ακρογιαλιές δεν παρουσιάζουν ενδιαφέρον ως προς τον τουρισμό περιπέτειας.

Η ηπειρωτική Ελλάδα είναι από τα πιο κατάλληλα μέρη στον κόσμο για την δραστηριοποίηση των "extremegames". Σ' αυτό βοηθά πολύ το κλίμα και το επιβλητικό τοπίο της ελληνικής φύσης καθώς λες και είναι ειδικά διαμορφωμένο για δράση και περιπέτεια. Οι κακοτράχαλοι δρόμοι και μονοπάτια μέσα από δάση σκιερά και ξεχασμένα χωριά συνθέτουν έναν κόσμο άγριας φυσικής ομορφιάς και περιπέτειας.

Εξάλλου στην Ελλάδα βρίσκονται και μερικά από τα καλύτερα ποτάμια και πιο κατάλληλα για rafting και canoe-kayak. Τα τελευταία 5 χρόνια βλέπουμε τα γραφεία που παρέχουν εξορμήσεις τουρισμού περιπέτειας στην Ελλάδα, να οργανώνονται χρόνο με τον χρόνο καλύτερα και να παρέχουν στους καταναλωτές υψηλής ποιότητας προγράμματα με άριστη υποστήριξη.

Κορυφαία στον χώρο της είναι η εταιρεία TrekkingHellas που προσφέρει τις υπηρεσίες της σ' όλον τον ελλαδικό χώρο. Πολύ καλές εταιρείες είναι επίσης οι: PaddlerClub, Μετάβαση, Αδρεναλίνη και Forestland. Οι παραπάνω εταιρείες έχουν τις βάσεις τους στην Αθήνα έχοντας όμως και γραφεία υποστήριξης στις περιοχές δράσης τους παρέχοντας στους πελάτες τους τον κατάλληλο εξοπλισμό. Μερικές από αυτές έχουν και δικά τους καταλύματα και ξενώνες. Όσο αφορά το προσωπικό αυτό

βασίζεται κυρίως σε ανθρώπους με μεράκι και αγάπη για την φύση και την περιπέτεια.

Επίσης βλέπουμε να γίνεται ένα «πάντρεμα» μεταξύ ανθρώπων με γνώσεις και σπουδές στον τουρισμό με ανθρώπους με γνώσεις και σπουδές στον αθλητισμό. Σε γενικές γραμμές πάντως το προσωπικό κρίνεται ως άριστο.

Στόχος των δραστηριοτήτων περιπέτειας είναι η ενδυνάμωση της έντασης των βιωμάτων και συνεπώς η αύξηση της σημασίας των διακοπών. Επειδή ο τομέας αυτός της animation δημιουργεί ακραίες καταστάσεις, προκύπτει ότι αυτές οι προσφορές της animation πρέπει να είναι καλά οργανωμένες, προετοιμασμένες και ασφαλείς. Οι δραστηριότητες που προάγουν την φυσική ικανότητα (ευρωστία) του ανθρώπου έχουν σαν αποτέλεσμα φυσικά οφέλη.

Αυτά αποκομίζονται από τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες αναψυχής με σκοπό την δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου τους.

### **4.3 Χαρακτηριστικά αθλημάτων περιπέτειας.**

Τα κύρια χαρακτηριστικά των αθλημάτων αδρεναλίνης είναι η δράση, η περιπέτεια και η δάμαση των στοιχείων της φύσης όσο αυτό είναι εφικτό. Τα προγράμματα υπαίθριων δραστηριοτήτων αναψυχής χαρακτηρίζονται από το ότι δεν έχουν σαν κεντρικό στόχο τη σωματική και κινητική βελτίωση, ανάπτυξη, ενδυνάμωση των συμμετεχόντων, αλλά την ικανοποίηση και ευχαρίστηση αυτών, με αποτέλεσμα τα οφέλη να προκύπτουν αβίαστα.

Επιπρόσθετα, προσφέρουν ερεθίσματα και παρακίνηση στους συμμετέχοντες για διαβίου-άσκηση, χωρίς απαιτήσεις και προσδοκίες υψηλής απόδοσης. Καθοριστικό ρόλο σε αυτό παίζει μια από τις βασικές αρχές των υπαίθριων δραστηριοτήτων, η οποία αναφέρει ότι «καθένας συμμετέχει ως το σημείο που θέλει και επιλέγει» (Priest&Guss 1997). Η πίεση λοιπόν της απόδοσης, βελτίωσης ή εξάσκησης αντικαθίσταται από την ελεύθερη επιλογή και έκφραση του ατόμου. Η επιτυχία ενός προγράμματος υπαίθριας αναψυχής βασίζεται στη σύνδεση της δραστηριότητας με κάποιο συναίσθημα, ώστε ο συμμετέχων να βιώσει καλύτερα την εμπειρία και να αποκομίσει περισσότερα.

Συναίσθημα που συχνά συνδέονται με τις υπαίθριες δραστηριότητες είναι η ικανοποίηση, η ευχαρίστηση, η δυσκολία, η ευκολία, η επιτυχία, η αποτυχία, η απογοήτευση, ή η αποθάρρυνση,

τα οποία συντελούν στο να κατανοήσει ο συμμετέχων την εμπειρία (βίωμα).

Κατά τους Priest και Gass (1997), ο συμμετέχων μαθαίνει μέσα από τα παρακάτω βιώματα:

- 1. Στοχασμό , εξερεύνηση της δραστηριότητας (και εμπειρίας)**
- 2. Αξιολόγηση της δραστηριότητας (και εμπειρίας)**
- 3. Ανάλυση λαθών, αποτυχιών (και εμπειρίας)**
- 4. Επίδραση των αποφάσεων που παίρνονται κατά τη δραστηριότητα (και εμπειρία)**
- 5. Πρόληψη συνεπειών**
- 6. Κατανόηση εμπειριών και μεταφορά βιωμάτων στην καθημερινή ζωή.**

Για να επέλθουν επομένως, μέγιστα οφέλη από τις υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχής, χρειάζεται να αναγνωριστούν οι ανάγκες και οι τρόποι με τους οποίους μαθαίνει το άτομο μέσα από την εμπειρία που βιώνει.

Αυτή η αναγνώριση αποτελεί και τη μεγαλύτερη πρόκληση για το μέλλον της αναψυχής (Weiskopf 1982). Οι Gray και Gebben (1974), περιγράφοντας την αναψυχή ως συναισθηματική κατάσταση, η οποία εκρέει από διάφορα συναισθήματα (επιδεξιότητας, επίτευξης, προσωπικής αξίας, κ.α.), συνδέουν την αναψυχή και συναισθήματα και αποκαλύπτουν ένα χώρο γεμάτο ψυχολογικά οφέλη .

#### **4.4**

### **Το Ενδιαφέρον για Τουρισμό Περιπέτειας**

Σε αυτό το είδος του τουρισμού το ενδιαφέρον του κοινού στρέφεται κυρίως προς τα σπορ περιπέτειας

Ο τουρισμός περιπέτειας αναφέρεται στη ζωή στο ύπαιθρο και διακρίνεται από απρόβλεπτα περιστατικά και πολλές φορές ενέχει ταλαιπωρίες και κινδύνους .Είναι μια αναμέτρηση του ανθρώπου με τον εαυτό του και τα στοιχεία της φύσης.Σε αυτή τη μορφή τουρισμού συμπεριλαμβάνονται πολλές εναλλακτικές μορφές τουρισμού όπως ο περιηγητικός, ο ορειβατικός και ο αναρριχητικός τουρισμός.

Για την ανάπτυξη αυτών των μορφών είναι απαραίτητη η δημιουργία κατάλληλης υποδομής. Για παράδειγμα είναι αναγκαία η ύπαρξη και βελτίωση μονοπατιών

προσπέλασης και σηματοδοτημένων διαδρόμων, καταφυγίων, ορειβατικών κέντρων καθώς και καταλυμάτων. Απαραίτητη επίσης είναι η αναβάθμιση των υπολοίπων υπηρεσιών όπως ιατρεία κτλ. Ακόμα προτεραιότητα πρέπει να δοθεί και στη βελτίωση των επαρχιακών δικτύων.

Μια άλλη μορφή που βασίζεται στην προσφορά στους τουρίστες περιπέτειας ευκαιριών παρατήρησης και απόκτησης εμπειριών σε περιοχές με άγρια πανίδα είναι και ο τουρισμός άγριας ζωής (wildlifetourism).

Τα συνηθέστερα αθλήματα περιπέτειας είναι.

- ▼ **Ορειβασία.** Η ορειβασία περιλαμβάνει την ορεινή πεζοπορία σε υψόμετρο, δηλαδή αναβάσεις σε κορυφές βουνών και διασχίσεις ορεινών όγκων ,μονοήμερες η πολυήμερες που πολλές φορές χρειάζεται να χρησιμοποιηθεί και η τεχνική της αναρρίχησης .
- ▼ **Trekking.** Το trekking είναι μια μορφή πολυήμερης πεζοπορίας μέσα σε μονοπάτια και διαδρομές στο βουνό που γίνεται με τη συνοδεία επαγγελματιών οδηγών βουνού.
- ▼ **Kayak.** Το Kayak είναι ατομικό άθλημα που γίνεται στα ποτάμια οι λίμνες με το ομώνυμο σκάφος. Ο βαθμός δυσκολίας ποικίλη ανάλογα με τα χαρακτηριστικά του ποταμού η της λίμνης .
- ▼ **Rafting.** Με το Rafting γίνεται κατάβαση ποταμού με φουσκωτά σκάφη που την εύθυνη διακυβέρνησης έχουν ειδικά εκπαιδευμένοι οδηγοί .
- ▼ **Αναρρίχηση.** Η Αναρρίχηση είναι η ανάβαση ατόμων (σχοινοσυντροφιά ) σε επιφάνεια βράχου (ορθοπλαγιά),χρησιμοποιώντας το φυσικό ανάγλυφο, δηλαδή τις εσοχές και προεξοχές του. Για λόγους ασφάλειας σε περίπτωση πτώσης χρησιμοποιείτε ειδικός εξοπλισμός και ειδικές τεχνικές.
- ▼ **Αλεξίπτωτο πλάγιας το Αλεξίπτωτο πλάγιας.** (parapente) γίνεται με ειδικά αλεξίπτωτα από ένα ψηλό σημείο απογειώσεις προς ένα χαμηλότερο, με την εκμετάλλευση των ανοδικών ρευμάτων.
- ▼ **Ποδήλατο βουνού.** Το Ποδήλατο βουνού γίνεται σε ορεινούς δρόμους και μονοπάτια με ειδικά ποδήλατα σε μονοήμερες η πολυήμερες διαδρομές με έμφαση στην τεχνική ικανότητα στην υπερνίκηση εμποδίων και δύσκολων σημείων.

Στη συνέχεια γίνεται μια σύντομη περιγραφή από τις γνωστότερες αθλητικές δραστηριότητες τουρισμού περιπέτειας (Διανέλλος 1994:149-160, Σφακιανάκης 2000:203-206, ΕΤΑ 2001:23-24):

#### **✓ Πεζοπορία (trekking)**

Με τον όρο αυτό εννοούμε κάθε είδους πορείας με τα πόδια στη φύση, από έναν απλό περίπατο σε μονοπάτια, δασικούς δρόμους ή στις όχθες ποταμών (river trekking), μέχρι πολυήμερες διασχίσεις οροσειρών. Αποτελεί ίσως τον πιο άμεσο τρόπο επαφής με την φύση αφού συνδυάζει την απλότητα και σχετική ευκολία του περπατήματος με την δυνατότητα πρόσβασης σε, κατά τα' άλλα, δυσπρόσιτες περιοχές, υψηλής οικολογικής αξίας.

#### **✓ Ορειβασία (mountaineering)**

Είναι η ανάβαση, διάσχιση και κατάβαση οποιουδήποτε μέσου ή ψηλού βουνού που χαρακτηρίζεται από τις διακυμάνσεις στο βαθμό δυσκολίας που μπορεί να συναντήσει αυτός που την πραγματοποιεί. Τα βατά τμήματα του βουνού δεν απαιτούν ειδικές τεχνικές γνώσεις και σύνεργα, ενώ στα δύσβατα είναι απαραίτητη η χρήση ειδικού εξοπλισμού και η ανάλογη εμπειρία από τους ορειβάτες.

#### **✓ Διάσχιση φαραγγίων (canyoning)**

Είναι μια εξειδικευμένη τουριστική δραστηριότητα περιπέτειας η οποία μπορεί να συνδυάσει πάνω από μια από τις υπόλοιπες μορφές. Συνήθως απαιτεί χρήση εργαλείων και τεχνικών ορειβασίας, πεζοπορίας αλλά και κατάβαση απότομων βράχων (rappel) και αναρρίχησης, για παράδειγμα σε απότομους καταρράχτες. Οι διαδρομές σε φαράγγια ποικίλουν σε βαθμό δυσκολίας.

#### **✓ Αναρρίχηση (climbing)**

Είναι η προώθηση πάνω σε βράχο με χρήση μόνο του ανάγλυφου του, δηλαδή των τυχαίων εσοχών και προεξοχών του. Υπάρχουν βέβαια ασφάλειες και σχοινιά, όχι όμως για την υποβοήθηση της ανάβασης, αλλά για την αποφυγή ατυχήματος σε περίπτωση πτώσης.

Η αναρρίχηση μπορεί να λάβει χώρα και σε πάγο ή σε μικτά πεδία (πάγο και βράχια) οπότε εμπίπτει στην κατηγορία του αλμπινισμού.

#### **✓ Κατάβαση απότομων βράχων (rappel)**

Είναι η κατάβαση κάθετων βράχων, μικρού η μεγάλου υψόμετρου με την χρήση σχοινιών και ειδικού εξοπλισμού. Και το rappel όπως και η αναρρίχηση απαιτούν την ομαδική προσπάθεια και την συνεργασία.

#### **✓ Ποδήλατο βουνού (mountain bike)**

Είναι ένας ιδανικός συνδυασμός σωματικής άσκησης και επαφής με την φύση. Τα ειδικά σχεδιασμένα ποδήλατα μπορεί κανείς να τα προμηθευτεί από εξειδικευμένες σχολές. Και στο mountain bike είναι απαραίτητος ο ενδυματολογικός εξοπλισμός.

#### **✓ Εξερεύνηση σπηλαίων (caving)**

Είναι η ξενάγηση και εξερεύνηση των σπηλαίων και των ορυχείων υπό την καθοδήγηση, συνήθως, έμπειρων σπηλαιολόγων. Είναι απαιτούμενες οι τεχνικές γνώσεις σε θέματα κυρίως αναρρίχησης και rappel αλλά και ο κατάλληλος εξοπλισμός.

#### **✓ Πλεύση σε ποταμό με σχεδία (rafting)**

Είναι η κατάβαση ποταμού με φουσκωτή βάρκα. Διακρίνεται σε rafting ορμητικών ποταμών (white river rafting) και rafting σε ήπιους ποταμούς. Το πλήρωμα αποτελείται από 6 έως 8 κωπηλάτες και υπάρχει πάντα επαγγελματίας οδηγός που κατευθύνει την βάρκα. Προϋποθέτει την καλή φυσική κατάσταση των συμμετεχόντων και τη στοιχειώδη γνώση κολύμβησης.

#### **✓ Πέταγμα με αλεξίπτωτο πλαγιάς (paragliding ή parapente)**

Πρόκειται για την απλούστερη πτητική συσκευή χωρίς κινητήρα. Ο πιλότος έχει τη δυνατότητα να πλοηγήσει το αλεξίπτωτο πλαγιάς με δυο χειρολαβές που πάντα κρατάει κατά την πτήση. Έγινε πολύ δημοφιλές εξ' αιτίας του μικρού βάρους και όγκου του. Προσφέρει μεγάλες δυνατότητες ανεμοπορίας για όσους επιθυμούν να ασχοληθούν βαθύτερα αλλά απαιτεί και την κατάλληλη εκπαίδευση. Οι δυνατότητές του είναι κάπως περιορισμένες στις δυσμενείς καιρικές συνθήκες. Με το Parapente μπορεί κανείς να ασχοληθεί όλο το χρόνο, εφόσον οι καιρικές συνθήκες το επιτρέπουν (άνεμος κάτω από 3 μποφόρ και ποτέ με βροχή).

## ✓ Τζιπ Σαφάρι

Το Σαφάρι με τζιπ είναι μια από τις πιο δημοφιλείς δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στην ύπαιθρο πολλών τουριστικών προορισμών, μαζί με την ποδηλασία, ορεινή ποδηλασία, αλεξίπτωτο πλαγιάς και ιππασία.

Το Σαφάρι με τζιπ είναι ιδανικό για να εξερευνήσει κανείς τους δασώδεις λόφους και κοιλάδες, την ειρηνική κορυφή των βράχων και τις αμμώδεις παραλίες ενός προορισμού, οι οποίες απαιτούν τη χρήση αυτού του μεταφορικό μέσου. Αυτές οι ενδιαφέρουσες περιοχές βρίσκονται εκτός δρόμου και αξίζει κανείς να τις επισκεφτεί με το σαφάρι.

Αν και η ηλιοθεραπεία και η ανεμελιά είναι οι ιδανικότερες δραστηριότητες για οποιεσδήποτε διακοπές, το σαφάρι με τζιπ, δίνει την ευκαιρία να προσθέσετε μια επιπλέον νότα συγκίνησης στο ταξίδι. Χωρίς να εμπεριέχει καθόλου κινδύνους, τα μονοπάτια για περπάτημα είναι αρκετά προσεγμένα και υπάρχουν πολλοί οδηγοί που περιγράφουν τα δρομολόγια και τις περιοχές του σαφάρι.

## ✓ Ιστιοπλοΐα

Η ιστιοπλοΐα πήρε το όνομά της από το ιστίο. Το ιστίο ήταν ένα κομμάτι πανί που χρησιμοποιούσαν στα παλιά χρόνια οι ναυτικοί. Τα λεγόμενα ιστία δηλαδή τα πανιά αυτά, δένονταν στα κατάρτια των σκαφών για να δίνουν ώθηση. Τότε σε κατάσταση νηνεμίας τα πράγματα ήταν αρκετά δύσκολα, γιατί έπρεπε να επέμβει ο άνθρωπος και η μυϊκή του δύναμη τραβώντας τα κουπιά. Τώρα με βάση την εξέλιξη των εποχών τα πράγματα στην ιστιοπλοΐα είναι πιο εύκολα, λόγω των μηχανών που χρησιμοποιούνται σε τέτοιες περιπτώσεις.

Στις μέρες μας η ιστιοπλοΐα είναι ένα από τα πιο ενδιαφέροντα, δημοφιλή, και συναρπαστικά θαλάσσια αθλήματα που υπάρχουν. Τα πλεονεκτήματα αυτού του αθλήματος πολλά, εφόσον καταφέρνει και συνδυάζει την άμεση επαφή με τη φύση και πιο συγκεκριμένα με τη θάλασσα, και φυσικά την σωστή σωματική διάπλαση του πληρώματος.

Σαν άθλημα η ιστιοπλοΐα χρειάζεται πολύ εκπαίδευση και αρκετή μυϊκή δύναμη εφόσον πρέπει να μπορεί κανείς να κινείτε γρήγορα, και να προσαρμόζει ανάλογα το σκάφος του πάνω στον άνεμο και στα ρεύματα τις δύστροπης θάλασσας.

Η ραγδαία ανάπτυξη και το ενδιαφέρον που παρατηρούνται τα τελευταία χρόνια πάνω στην συγκεκριμένο άθλημα έχουν καταστήσει την ανάγκη στους ειδικούς να φτιάξουν δυο κατηγορίες **ιστιοπλοϊκών σκαφών**.

Στην πρώτη κατηγορία της ιστιοπλοΐας βρίσκουμε τα σκάφη τριγώνου. Τα σκάφη αυτά έχουν τα ίδια τεχνικά και κατασκευαστικά χαρακτηριστικά. Φυσικά είναι πιο μικρά και για το λόγο ότι είναι πολύ μικρότερες οι αποστάσεις που διανύουν αλλά και γιατί το πλήρωμά τους δεν μπορεί να ξεπερνά τους τρεις αθλητές.

Στην δεύτερη κατηγορία της ιστιοπλοΐας κατατάσσονται τα σκάφη ανοιχτής θάλασσας, τα οποία δεν έχουν κάποια δεδομένα στοιχεία που πρέπει να ακολουθούν, και αυτό γιατί το κάθε εργοστάσιο κατασκευής τέτοιων σκαφών, ακολουθεί την δική του φόρμα για την κατασκευή τους. Σε αυτά τα σκάφη το πλήρωμά τους μπορεί να είναι πολυμελή αφού υπάρχει η δυνατότητα να επιβαίνουν μέχρι και δεκαπέντε αθλητές. Η δεύτερη κατηγορία της ιστιοπλοΐας, δηλαδή τα σκάφη ανοιχτής θάλασσας χωρίζονται επίσης σε άλλες τρεις υποκατηγορίες, στις οποίες εντάσσονται τα αθλούμενα σκάφη με βάση κάποια δεδομένα.



#### 4.5.Η Επικινδυνότητα των δραστηριοτήτων του Αθλητικού Τουρισμού

Όπως είναι αντιληπτό, οι τουριστικές δραστηριότητες που αναλύθηκαν παραπάνω χαρακτηρίζονται στη μεγάλη τους πλειοψηφία ‘ενεργητικές’ και παρά το γεγονός ότι πολλοί συγγραφείς μιλούν για έναν βαθμό ‘νοητού’ ρίσκου (perceived risk) που εμπεριέχουν (Inskeep, 1991).

Όμως, υπάρχουν ενδείξεις ότι ορισμένες απ’ αυτές παρουσιάζουν έναν σημαντικό βαθμό πραγματικού ρίσκου για την υγεία και την ασφάλεια των συμμετεχόντων.

Τα τουριστικά ατυχήματα θεωρούνται ένας από τους κύριους λόγους θνησιμότητας και παθολογίας στους τουρίστες που ταξιδεύουν στο εξωτερικό. Για τους σκωτσέζους και για τους αμερικάνους αποτελούν τη δεύτερη βασικότερη αιτία θανάτου κατά την διάρκεια των διακοπών (Bentley-Page – Laird 2001).

Το τουριστικό ατύχημα που έγινε στον ποταμό Λούσο της Αρκαδίας είναι ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα που δείχνει το βαθμό επικινδυνότητας των δραστηριοτήτων τουρισμού περιπέτειας και την ανεπάρκεια της κρατικής μηχανής να πάρει μέτρα προστατευτικά για να αποτρέψει τέτοιου είδους συμβάντα.

Τα ατυχήματα στα οποία εμπλέκονται τουρίστες αποτελούν αντικείμενο ελάχιστων ακαδημαϊκών δημοσιευμάτων και μελετών, παρά το οφθαλμοφανές πρόβλημα της ασφάλειας των τουριστών και του ενδεχόμενου σοβαρής δυσφήμισης ενός τουριστικού προορισμού που αυτά μπορούν να προκαλέσουν.

Παρόλο που πολλές έρευνες έχουν εστιάσει στο θέμα της ασφάλειας των τουριστών, σε σχέση όμως με άλλες παραμέτρους όπως την εγκληματικότητα, τις αεροπορικές πτήσεις, την ποιότητα της διατροφής, τα αφροδίσια νοσήματα, κ.λπ., λίγες είναι αυτές που καταπιάνονται επισταμένως με τους κινδύνους για ατυχήματα που διατρέχουν οι τουρίστες που συμμετέχουν σε συγκεκριμένες τουριστικές δραστηριότητες, όπως αυτές που ευρέως εντάσσονται στην κατηγορία του «ενεργητικού» τουρισμού ή του τουρισμού «περιπέτειας» (Bentley & Page, 2001)

Ο χιονοδρομικός τουρισμός, η ορειβασία και πάνω απ’ όλα οι αθλητικές δραστηριότητες τουρισμού περιπέτειας στις περισσότερες εκφάνσεις του, εγκυμονούν

πολλούς κινδύνους για τους τουρίστες που συμμετέχουν είτε αυτοί διαθέτουν την απαιτούμενη εμπειρία και τις τεχνικές γνώσεις είτε όχι.

Κάποιες από τις παραπάνω δραστηριότητες, βέβαια, χαρακτηρίζονται από υψηλότερο βαθμό ρίσκου. Η αναρρίχηση, κάποιες μορφές σκι, η εξερεύνηση σπηλαίων είναι επίσης κάποιες από τις, υψηλού κινδύνου, τουριστικές δραστηριότητες.

Επομένως, ανακύπτει το πολύ σημαντικό ζήτημα του βαθμού κρατικής παρέμβασης, αλλά και του επιπέδου ελέγχου των δραστηριοτήτων αυτών, από σώματα και φορείς που σχετίζονται με την υγεία και την ασφάλεια.

Κάποιοι διεθνείς Κώδικες Ασφάλειας της τουριστικής βιομηχανίας έχουν εφαρμοστεί στις πιο «επικίνδυνες» τουριστικές δραστηριότητες. Ωστόσο, υπάρχει ανάγκη επέκτασής τους και στις υπόλοιπες. Η μετάθεση της ευθύνης στις, συχνά, αναξιόπιστες επιχειρήσεις τουρισμού που εξειδικεύονται σε δραστηριότητες που αναφέρθηκαν, δεν θα λύσει το σχετικό πρόβλημα. Χωρίς την προστασία της νομοθεσίας, οι υποθέσεις τουριστικών ατυχημάτων θα οδηγούνται στα γρανάζια της γραφειοκρατίας της δικαιοσύνης.

#### 4.6. ΟΡΕΙΝΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

**Ορισμός:** Ανήκει στις εναλλακτικές μορφές τουρισμού και περιλαμβάνει κάθε τουριστική εκδήλωση που ασκείται στο ορεινό περιβάλλον.

##### **Δραστηριότητες:**

- ✓ Πεζοπορία, χιονοδρομία, σπηλαιολογία, αναρρίχηση, ποδηλασία, ιπασία, τοξοβολία, αθλητικός προσανατολισμός (orienteering), διάσχιση φαραγγιών (Canyoning).
- ✓ Δραστηριότητες σε ποτάμια και λίμνες (κολύμβηση, rafting, canoekayak).
- ✓ Δραστηριότητες του αέρα (αλεξίπτωτο πλαγιάς).
- ✓ Παρατήρηση χλωρίδας, πανίδας και μορφολογίας πετρωμάτων, γεωλογία.

Οι πιο πάνω δραστηριότητες λειτουργούν μόνες ή σε διάφορους συνδυασμούς που συνεχώς διευρύνονται δημιουργώντας ανάλογες δράσεις. Επίσης συνδυάζονται με άλλες μορφές ορεινού τουρισμού όπως οικοτουρισμός και αγροτουρισμός.

#### **4.6.1. Προσφορά ορεινού τουρισμού:**

Ο ορεινός τουρισμός σε αντίθεση με το μαζικότουρισμό προσφέρει: Ενεργή συμμετοχή έναντι της παθητικότητας του επισκέπτη, κινητικότητα σε όλες τις εποχές του χρόνου έναντι της στατικότητας των καλοκαιρινών διακοπών. Οι δραστηριότητες ασκούνται σ' όλα τα σημεία του χώρου αντίθετα με τις κλασσικές τουριστικές περιοχές.

Με τον ορεινό τουρισμό πετυχαίνουμε τα παρακάτω:

- § Αποκέντρωση των κλασσικών τουριστικών περιοχών.
- § Ανάπτυξη των ορεινών περιοχών.
- § Παράταση της τουριστικής περιόδου μιας περιοχής.
- § Δημιουργία νέων επαγγελμάτων στις ορεινές περιοχές με συνέπεια την παραμονή του πληθυσμού στο τόπο του.

#### **Ορεινή Ελλάδα:**

Αν παρατηρήσουμε το γεωφυσικό χάρτη της Ελλάδας «ανακαλύπτουμε» ότι η Ελλάδα διαθέτει ένα πλούσιο ορεινό ανάγλυφο γεμάτο από βουνοκορφές, λίμνες, ποτάμια και σπήλαια. Επιγραμματικά θα αναφερθούμε στα κυριότερα ορεινά συγκροτήματα της χώρας μας που είναι:

- Ø Η οροσειρά της Ροδόπης, Φαλακρού, Ορβήλου, Μπέλες
- Ø Τα βουνά της Αλμωπίας: Βόρας, Τζένα, Βέρμιο, Πάικο
- Ø Οι ορεινοί όγκοι Ολύμπου, Κίσσαβου, Πιερίων, Πηλίου.
- Ø Η οροσειρά που σχηματίζεται από τα βουνά: Βαρνούντας, Βίτσι, Σινιάτσικο, Βούρινος, Καμβούνια.
- Ø Η οροσειρά της Πίνδου.
- Ø Τα βουνά της Στερεάς Ελλάδας Βαρδούσια, Παρνασσός, Τυμφρηστός, Γκιώνα, Οίτη, Παναιτωλικό.
- Ø Τα βουνά της, Πελοποννήσου: Ζήρια, Χελμός, Ντουρντουβάνια, Παναχαϊκό, Ερύμανθος, Μαίναλο, Αρτεμίσιο, Πάρνωνας, Ταύγετος
- Ø Τα βουνά της Κρήτης Λευκά Όρη, Ψηλορείτης, Δίκητη (Λασιθιώτικα).

Ø Και αναλυτικά θα μιλήσουμε για την δική μας ορεινή περιοχή που περιλαμβάνει τα ορεινά συγκροτήματα Δυτικής Ροδόπης, Φαλακρού, Όρβηλου και Μενουκίου.



### **Πεζοπορία:**

Τα βουνά της περιοχής μας εδώ και πολλά χρόνια τα επισκέπτονται πεζοπόροι ντόπιοι, της υπόλοιπης Ελλάδας αλλά και του εξωτερικού. Διαθέτουν πεζοπορικές διαδρομές κάθε είδους (μονοπάτια που διασχίζουν δάση και φαράγγια ή ανεβαίνουν σε ψηλές κορυφές), μεγάλης ή μικρής διάρκειας και αρκετές απ' αυτές είναι σηματοδοτημένες.

Για τις πιο ενδιαφέρουσες διαδρομές υπάρχει πλούσια βιβλιογραφία σε σχετικά έντυπα και περιοδικά, αλλά και οι τοπικοί Ορειβατικοί Σύλλογοι διατελούν, δίνοντας ανάλογες πληροφορίες.

## Συμπερασματικές παρατηρήσεις

Ο αθλητικός τουρισμός που περιλαμβάνει δραστηριότητες περιπέτειας απαιτεί ένα ευρύ φάσμα φυσικών πόρων, ανάλογα με τη συγκεκριμένη δραστηριότητα που πραγματοποιείται σε κάθε περίπτωση.

Έτσι, σε ένα προορισμό που επιδιώκει την ανάπτυξη μιας συγκεκριμένης μορφής χειμερινού – ορεινού τουρισμού πρέπει να υπάρχουν κάποιοι ή ένας συνδυασμός από τους ακόλουθους φυσικούς πόρους:

- ✓ ορεινέςεκτάσεις (trekking, mountaineering, mountainbiking),
- ✓ φαράγγια (canyoning),
- ✓ ποταμοί (rafting, canoeing, kayaking),
- ✓ σπήλαια (caving),
- ✓ βραχώδεις όγκοι (climbing, rappel), κ.λπ.

Όμως, πέρα από τους φυσικούς πόρους, είναι αναγκαία η ύπαρξη κατάλληλων συνθηκών στην ευρύτερη περιοχή πραγματοποίησής τους.

Πιο συγκεκριμένα, είναι απαραίτητη η ύπαρξη κάποιων καταλυμάτων που θα αποτελούν σημείο εκκίνησης για τους συμμετέχοντες στις συγκεκριμένες δραστηριότητες, ένα ανεπτυγμένο δίκτυο υπηρεσιών και υποδομών στην ευρύτερη περιφέρεια, επαρκής κάλυψη σε θέματα προληπτικής και θεραπευτικής ιατρικής, ένα οργανωμένο δίκτυο πληροφόρησης (τουριστικά περίπτερα, χάρτες, σηματοδότηση), καθώς και συμπληρωματικές υποδομές για παράλληλη υποστήριξη υπηρεσιών και άλλων ειδικών μορφών τουρισμού.

Ακόμα, απαιτείται η ενεργοποίηση της κρατικής παρέμβασης για τη δημιουργία των κατάλληλων, κατά περίπτωση, υποδομών που αποτελούν τη βάση της ανάπτυξης αυτών των δραστηριοτήτων, καθώς και η λήψη μέτρων πολιτικής για την ασφάλειας ή της μείωσης του υψηλού ρίσκου που πολλές δραστηριότητες εμπεριέχουν.

Τέλος, ο Νομός Αρκαδίας διαθέτει αξιόλογους φυσικούς πόρους που μπορούν να αξιοποιηθούν και μέσω των αθλητικών δραστηριοτήτων του τουρισμού περιπέτειας να δώσουν ώθηση στην τουριστική ανάπτυξη, να ενεργοποιήσουν την τοπική επιχειρηματική δραστηριότητα και να συμβάλλουν, στο μέτρο του εφικτού, στην άμβλυνση της τουριστικής εποχικότητας.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο**

### **Μελέτη Περίπτωσης :διάσχιση φαραγγιού / *Canyoning***

#### **5.1.1 Ορισμός**

Η λέξη canyoning είναι αγγλική, σημαίνει «διάσχιση φαραγγιού», και περιγράφει μια σύνθετη δραστηριότητα που συνδυάζει πεζοπορία, αναρρίχηση, κατάβαση βράχων, πέρασμα ποταμού και κολύμπι, ενώ όταν απαντώνται καταρράκτες, περιλαμβάνει και άλματα από ύψος στο νερό. Στην Ελλάδα, παρόλο που η διάσχιση φαραγγιού είναι μία σχετικά νέα δραστηριότητα, αναπτύσσεται γρήγορα και κερδίζει πολλούς και φανατικούς οπαδούς.

#### **5.1.2 Προϋποθέσεις για τη διάσχιση φαραγγιού**

Η διάσχιση φαραγγιού γίνεται πάντα από μικρές ομάδες με επικεφαλής έναν έμπειρο οδηγό και έπειτα από σωστό προγραμματισμό, ενώ τα άτομα που συμμετέχουν πρέπει να έχουν καλή φυσική κατάσταση, να γνωρίζουν κάποιες βασικές τεχνικές αναρρίχησης και να ξέρουν κολύμπι.

Για την διάσχιση του φαραγγιού ξεκινάμε από την είσοδο του φαραγγιού, που είναι συνήθως και το ψηλότερο σημείο, ακολουθώντας τη ροή του ποταμού, για να καταλήξουμε στην έξοδο είναι στο χαμηλότερο σημείο του φαραγγιού. Πολλές φορές χρειάζεται όμως να βαδίσουμε και μέσα στο ποτάμι, ακόμα και να κολυμπήσουμε. Υπάρχουν φυσικά εμπόδια, όπως π.χ. μικροί καταρράκτες και βάραθρα, τα οποία κατεβαίνουμε με τη βοήθεια ορειβατικού εξοπλισμού και σχοινιών. Το ύψος των φαραγγιών κυμαίνεται από 5 έως και 50 μέτρα και για να μπορέσει κανείς να ανταπεξέλθει, κρίνεται απαραίτητη η γνώση της τεχνικής «ραπέλ». Το πόσο θα διαρκέσει μια διάσχιση φαραγγιού εξαρτάται από το μήκος του φαραγγιού χαρακτηριστικά και τις δυσκολίες του, τις καιρικές συνθήκες και τον αριθμό ατόμων (περισσότερα άτομα, περισσότερος χρόνος).

#### **5.1.3. Εξοπλισμός ασφαλείας**

Σημαντικό ρόλο φυσικά παίζει ο εξοπλισμός αν και δεν είναι άλλος από αυτόν

που χρησιμοποιούμε στην αναρρίχηση, ενώ ο οδηγός-συνοδός πρέπει να έχει μαζί του χάρτη της περιοχής, πυξίδα, φακό, σπύρτα ασφαλείας και φαρμακείο. Παρακάτω είναι αναλυτικά όλος ο εξοπλισμός που πρέπει να έχει κανείς μαζί του:

- **Ζώνη ορειβατικού τύπου («Μποντριέ»)** καθώς είναι μια ειδική ζώνη που περιλαμβάνει δύο ρυθμιζόμενους ιμάντες για τα πόδια και πάνω της στερεώνονται τα караμπίνερ ασφαλείας.
- **Καταβατήρες** που χρησιμοποιούνται στις καταβάσεις («ραπέλ»), και πρόκειται για δύο μεταλλικούς κρίκους συνδεδεμένους μεταξύ τους. Στερεώνεται στο караμπίνερ της ζώνης και μέσα από αυτό περνά με ειδική τεχνική το σχοινί που χρησιμοποιούμε στις καταβάσεις.
- **Καραμπίνερ** ονομάζονται κρίκοι διαφόρων μεγεθών από συμπαγές αλουμίνιο, που χρησιμοποιούνται παντού στην αναρρίχηση. Ένα τμήμα τους, που λέγεται «πύλη», ανοίγει με πίεση προς τα μέσα και κλείνει αυτόματα, αν το αφήσουμε, χάρη σε ένα ελατήριο στο εσωτερικό του.
- **Κράνη** που χρησιμοποιούνται στη διάσχιση φαράγγιού και πρέπει να είναι ελαφριά και να έχουν τρύπες από τις οποίες να διαφεύγει το νερό.
- **Σετάκια** τα οποία αποτελούνται από δύο караμπίνερ, συνδεδεμένα με έναν ιμάντα ο οποίος μπορεί να φτάσει και τα επτά με οκτώ μέτρα.
- **Σφυρί-σφήνες** διαφόρων μεγεθών που στερεώνονται στο βράχο και που στο άκρο τους έχουν υποδοχή στην οποία στερεώνονται τα караμπίνερ.

29

- **Σχοινιά ορειβατικού τύπου** τα οποία είναι κατασκευασμένα από νάιλον ίνες που τυλίγονται γύρω από τον «πυρήνα» του σκοινιού, κατασκευασμένος και αυτός από ανθεκτικές ίνες. Λέγονται «δυναμικά» γιατί, σε αντίθεση με τα κανονικά σχοινιά, έχουν τη δυνατότητα να «τεντώνονται» υπό πίεση και να απορροφούν μέρος της δύναμης σε περίπτωση πτώσης.

Για συμπληρωματικό εξοπλισμό το κάθε μέλος της ομάδας διάσχισης πρέπει μόνο του να φροντίσει για:

- **Παπούτσια** που πρέπει να παρέχουν καλή στήριξη στους αστραγάλους, αλλά ταυτόχρονα να είναι ελαφριά, για την περίπτωση που θα χρειαστεί να κολυμπήσουμε, καθώς και αντιολισθητικά (π.χ., ένα ζευγάρι αθλητικά παπούτσια του μπάσκετ).
- **Ρουχισμό** που για τους καλοκαιρινούς μήνες αρκούν τα εξής: αθλητικό μπλουζάκι, σορτς (ή μαγιό) και καπέλο. Επειδή όμως τα φαράγγια είναι μέρη υγρά και κρύα ακόμη και το καλοκαίρι, πρέπει να έχουμε μαζί μας μια αλλαξιά ισοθερμικά

εσώρουχα και κάλτσες, ελαφρύ αδιάβροχο και κάποιο μπουφάν ή ένα ελαφρύ τζάκετ. Τους χειμερινούς μήνες καλό θα είναι να έχουμε μαζί μας και τη στολή από νεοπρένιο (wet suit) για την αποφυγή της υποθερμίας, στην περίπτωση που θα χρειαστεί να μπούμε στο ποτάμι.

- **Σακίδιο** από αδιάβροχο ή υδατοστεγές υλικό ενώ καλό είναι επίσης να προστατεύουμε το περιεχόμενό του βάζοντάς το σε αδιάβροχες σακούλες ή σε ειδικούς αεροστεγείς σάκους. Πολλοί εκδρομείς μεταφέρουν και ένα αεροστεγές πλαστικό δοχείο που βοηθά το σακίδιο να επιπλέει στο νερό. Μπορούμε επίσης να ανοίξουμε τρύπες σε αυτό για την εύκολη διαφυγή του νερού.

#### **5.1.4 Προμήθειες**

Για τη διάσχιση ενός φαραγγιού συνήθως χρειάζονται λίγες μόνο ώρες. Επειδή όμως μπορεί να υπάρξει καθυστέρηση, πρέπει το κάθε μέλος της ομάδας να έχει φαγητό και νερό για μία επιπλέον ημέρα. Κατά προτίμηση: ξηρούς καρπούς, σοκολάτες, αποξηραμένα φρούτα και μπισκότα, τροφές με μεγάλη περιεκτικότητα σε θερμίδες, αλλά μικρές σε όγκο και βάρος.

#### **5.1.5.Ιδιαιτερότητες φαραγγιών**

Τα φαράγγια αποτελούν πρόκληση για όσους θέλουν να τα διασχίσουν. Οι δυσκολίες που παρουσιάζουν αφενός είναι το στοιχείο της γοητείας τους αφετέρου όμως θα πρέπει να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη πριν από τη διάσχισή τους. Αυτό που πρέπει να γνωρίζουμε είναι ότι είναι μέρη υγρά και κρύα, ακόμη και κατά τους καλοκαιρινούς Μήνες, έτσι, πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στο θέμα του ρουχισμού, γιατί υπάρχει πάντα ο κίνδυνος της υποθερμίας, όταν θα χρειαστεί να περάσουμε μέσα από τα κρύα νερά του ποταμού. Όσο για την ολισθηρότητα των βράχων πρέπει να γνωρίζουμε ότι τα βράχια είναι γλιστερά λόγω του νερού ή της υγρασίας και γι αυτό μπορεί εύκολα να προκληθεί κάποιο ατύχημα και γι αυτό χρειάζονται συνεχής συγκέντρωση και προσοχή.

#### **5.1.6. Χρήσιμες συμβουλές**

- Πριν ξεκινήσουμε την διάσχιση φαραγγιού μελετάμε από πριν τη διαμόρφωση και την τοπολογία του φαραγγιού. Πρέπει να είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε ανά



πάσα στιγμή που ακριβώς βρισκόμαστε μέσα στο φαράγγι.

- Ελέγχουμε τον εξοπλισμό, φροντίζοντας να έχουμε μαζί μας όλα τα απαραίτητα.
- Ποτέ δεν βιαζόμαστε κατά τη διάρκεια της κατάβασης, ειδικά στην περίπτωση που πρέπει να χρησιμοποιήσουμε σχοινιά, πρέπει να είμαστε απολύτως σίγουροι ότι όλα είναι στη σωστή θέση και ότι όλα τα άτομα της ομάδας ξέρουν τι πρέπει να κάνουν.
- Σε περίπτωση που συναντήσουμε καταρράκτη, πρέπει να γνωρίζουμε πώς να βουτάμε στο νερό από ψηλά: Ένα άτομο της ομάδας κατεβαίνει και ελέγχει το βάθος του νερού στο σημείο της πτώσης και ελέγχει για τυχόν εμπόδια στο βυθό (κλαδιά, πέτρες). Για πτώσεις περίπου πέντε μέτρων, πηδάμε με τα πόδια, έχοντας τα χέρια κολλημένα στο κορμί και τα γόνατα ελαφρώς λυγισμένα για να αποσβήσουν τη δύναμη της βουτιάς.

### **5.1.7. Canoe-Kayak**

Τα κανό είναι ελαφριά, μακρόστενα σκάφη χωρίς καρίνα, που κινούνται με τη μυϊκή δύναμη ενός ή περισσοτέρων κωπηλατών οι οποίοι χρησιμοποιούν κουπί διπλό ή μονό. Αρχικά, οι ιθαγενείς της Αμερικής έφτιαχναν τα κανό από ελαφρύ ξύλινο σκελετό, που τον έντυναν με φλοιούς δένδρων, και τα στεγανοποιούσαν με ρετσίνι. Τα κανό ήταν προσαρμοσμένα στις ανάγκες των κατασκευαστών τους και στη νομαδική τους ζωή. Συνήθως χωρούσαν έναν ή δύο κωπηλάτες και κάποιο φορτίο και ήταν μάλιστα τόσο ελαφριά, ώστε ο κωπηλάτης μπορούσε να μεταφέρει πάνω στο κεφάλι του το κανό του αρκετά χιλιόμετρα, όταν οι συνθήκες τον ανάγκαζαν να βγει από το νερό. Υπήρχαν όμως και πολεμικά κανό που χωρούσαν πολύ περισσότερα άτομα (μέχρι και 30).

Τα καγιάκ είναι μικρότερα σε μέγεθος από τα κανό, με σουβλερή πλώρη και πρύμνη και συνήθως με ένα μόνο άνοιγμα. Εκεί κάθεται ο κωπηλάτης που χρησιμοποιεί διπλό μονοκόμματο κουπί, με τα πόδια απλωμένα και χωμένα στο μπροστινό μέρος. Έτσι, το κορμί του από τη μέση και πάνω φαίνεται να αποτελεί προέκταση του σκάφους. Οι Εσκιμώοι κατασκεύαζαν τα καγιάκ τους από δέρματα φώκιας ή άλλων ζώων σε ξύλινο (ή από μπανέλες φαλαινών) σκελετό και κατόπιν τα

άλειφαν με λίπος ζώων για να γίνουν αδιάβροχα. Στην κυριολεξία καγιάκ σημαίνει "βάρκα κυνηγιού". Ο κωπηλάτης φορά ένα αδιάβροχο κάλυμμα γύρω από τη μέση του (spray skirt) το οποίο στερεώνεται στο καγιάκ, καλύπτοντας το άνοιγμα και εμποδίζοντας τα νερά να μπουν στο σκάφος.

Το καγιάκ λόγω κατασκευής είναι πολύ ελαφρύ και ευέλικτο και τουμπάρει εύκολα. Ο κωπηλάτης σε αυτή την περίπτωση έχει δύο επιλογές: μπορεί να κάνει μια περιστροφή μέσα στο νερό (eskimo roll), χρησιμοποιώντας τους γοφούς και το κουπί και να ξαναβγεί στην επιφάνεια, ή να βγει από το καγιάκ, να το γυρίσει στην κανονική του θέση, να το αδειάσει από τα νερά και να ξαναμπεί σε αυτό. Όπως καταλαβαίνετε, η πιο εύκολη και πρακτική λύση είναι το roll και δεν νοείται αθλητής του καγιάκ να μη γνωρίζει τουλάχιστον τη βασική αυτήν τεχνική.

Τα κανό και τα καγιάκ ήταν εργαλεία επιβίωσης για τους Ινδιάνους και τους Εσκιμώους, απολύτως προσαρμοσμένα στον τρόπο ζωής τους. Στην Ευρώπη έγιναν γνωστά το 19ο αιώνα, όταν ένας Βρετανός δικηγόρος, ο John MacGregor, μελέτησε τα σκάφη αυτά, σχεδίασε ένα δικό του και άρχισε να γυρίζει στα ποτάμια και τις λίμνες της Ευρώπης. Ο MacGregor απέκτησε φήμη ταξιδιωτικού συγγραφέα, ενώ πολλοί άρχισαν να τον μιμούνται και να ανακαλύπτουν τις φυσικές ομορφιές πάνω σε ένα κανό. Ο MacGregor ίδρυσε το Royal Canoe Club το 1865 και σε λίγο χρόνο άρχισαν τα οργανωμένα ταξίδια με κανό από φυσιολάτρες. Τα κανό και τα καγιάκ σήμερα φτιάχνονται από μια ποικιλία υλικών και έχουν πολλές διαφορετικές χρήσεις πάντως κυριαρχούν τα μοντέρνα πλαστικά και το φάιμπερ γκλας. Το μήκος τους κυμαίνεται από δυόμισι έως τέσσερα μέτρα και χρησιμοποιούνται κυρίως για αναψυχή και άθληση. Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι, για κατέβασμα ποταμών (whitewater) και περιήγηση (touring), και για έναν ή περισσότερους κωπηλάτες. Τα κανό και τα καγιάκ απέκτησαν μεγάλη δημοτικότητα τα τελευταία χρόνια, εφόσον επιτρέπουν στον άνθρωπο να έλθει σε επαφή με τη φύση με ένα συναρπαστικό τρόπο, μόνος ή με παρέα, σε μονοήμερες ή και πολυήμερες εκδρομές και σε ρυθμούς που ορίζει ο ίδιος.

### 5.2.1. Ιστορία

Το Canoeing και Kayaking, έχουν τις ρίζες τους, στις παλιές ανθρώπινες κουλτούρες. Τα πρώτα canoes, χρονολογούνται στο 6000π. Χ. , κυρίως σαν μέσο μεταφοράς. Οι Αμερικανοί είχαν ένα «έφορο έδαφος» για την ανάπτυξη του canoe, με τους εγχώριους Αμερικανούς, να χρησιμοποιούν ύφασμα και δέρματα ζώων, για να καλύψουν την ξύλινη κουφάλα του canoe, όσο οι Εσκιμώοι είχαν ήδη αναπτύξει το kayak, στο οποίο μπορούσαν να καθίσουν έως και 2 κουπιά, σε συγκεκριμένες θέσεις. Και τα δύο, και τα canoes και τα kayaks, έπρεπε να είναι ελαφριά, αεροδυναμικά και εύκολα στο να ελίσσονται, μέσα από απότομα ποτάμια.

Η ρίζα της λέξης που ξέρουμε εμείς σήμερα ως "canoe" , προέρχεται από τη λέξη Kenu που σημαίνει «λάκκος». Άλλη μία ιστορία, είναι ότι η λέξη canoe, προέρχεται από τη λέξη "canoa" , η οποία προέρχεται από τους εγχώριους (Arawaks) της Καραϊβικής, μέσω του Κολόμβου. Όμως υπάρχουν ακόμα αναφορές, ότι η λέξη "canoa" ήταν μία ήδη υπάρχουσα λέξη, στα Πορτογαλικά, για αυλάκι- τροφής ζώων. Τα canoes, χρησιμοποιούσαν περισσότερο οι άνθρωποι που ζούσαν στην Καραϊβική, για να ταξιδεύουν από το ένα νησί στο άλλο. Ήταν μεγάλοι κορμοί δέντρων. Τα Canoe ξεκίνησαν να εξυπηρετούν τις ανάγκες μεταφοράς μέσα από κανάλια νερού. Το Canoe ήταν το μέσο μεταφοράς, για μεγάλες αποστάσεις, όπως από τη Βόρεια Αμερική, στον Αμαζόνιο και την Πολυνησία.

Όπως συνέβη και με το basketball, έτσι και με το Canoeing, η αποφασιστικότητα ενός ανθρώπου, βοήθησε στο να γίνει αυτή η ανθρώπινη δραστηριότητα σε άθλημα! Στα μέσα του 19ου αιώνα, ένας Σκωτσέζος, ο James MacGregor, έφτιαξε το Rob Roy, ένα canoe με πανί, κατάρτι και κουπιά. Το χρησιμοποίησε για να πραγματοποιήσει διάφορες αποστολές στην Ευρώπη και την Παλαιστίνη, για να κάνει το άθλημα γνωστό, στο ευρύ κοινό. Μέσα σε δύο δεκαετίες, το canoeing, έγινε ένα ανταγωνιστικό άθλημα στην Αγγλία και έτσι ξεκίνησαν να εξαπλώνονται τα γνωστά «clubs» , τόσο στη Δύση, όσο και στις ΗΠΑ.

Στις αρχές του 21ου αιώνα, το άθλημα έγινε γνωστό σε πολλές χώρες τις Ευρώπης και έκανε την είσοδό του στους Ολυμπιακούς αγώνες του Παρισιού το 1924. Μέχρι τους Ολυμπιακούς του Βερολίνου το 1936, όπου αναγνωρίστηκε σαν ένα πολύ ανταγωνιστικό άθλημα! Έως τότε λίγα ήταν εκείνα τα αθλήματα που κέντριζαν το ενδιαφέρον του κόσμου. Είναι ένα άθλημα που απαιτεί ισορροπία και τεχνική, στον εξοπλισμό. Οι πρώτοι canoers, χιλιάδες χρόνια πριν, θα ήταν δύσκολο να το αναγνωρίσουν σήμερα...

### 5.2.2. Τα είδη του canoe-kayak

Η διεθνής Ομοσπονδία canoe, είναι η παγκόσμια οργάνωση canoeing, που δημιουργεί τους ακριβείς κανόνες του canoe/kayak. Η διεθνής Ομοσπονδία, αναγνωρίζει αρκετά ανταγωνιστικά και μη, τύπους του canoeing, από τις οποίες το Sprint και το Slalom είναι τα μόνα δύο, που συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς αγώνες. Η Ομοσπονδία του canoe, των ΗΠΑ, προτείνει να αναγνωριστούν και άλλα είδη. Όπως είναι τα παρακάτω:**Sprint**: Είναι το παλαιότερο στυλ, το οποίο συχνά καλείται και "Flatwater

Racing". Περιλαμβάνει:

- **Kayak: K1** - single seat kayak, **K2** - double seated kayak, **K4** - 4 seated kayak
- **Canoe: C1** - single kneeling canoe, **C2** - double kneeling canoe, **C4** - 4 person kneeling canoe

Οι αγώνες Flatwater είναι πάνω από 200m, 500m, 1000m, και μεγάλες αποστάσεις όπως 2 km ή 6 km.

• **Slalom**: Οι διαγωνιζόμενοι, χρονομετρούνται, σε μία κατάβαση, στα απότομα σημεία. Επιπλέον περνάνε με τα canoes ή τα kayaks μέσα από «πύλες», συμπεριλαμβανομένης και των κινήσεων, αντίθετα στο ρεύμα, κάθετα στο ρεύμα και σεφάροντας ή αντέχοντας στα κύματα. Και πάλι, υπάρχουν τμήματα kayak και canoe:

- **Kayak: K1** - single kayak
- **Canoe: C1** - solo canoe, **C2** - tandem canoe

• **Marathon**: Αγώνες μεγάλων αποστάσεων, πάνω όμως σε ήρεμα νερά,

περιλαμβανομένων μιας ή δύο διαδρομών. Οι αποστάσεις των διαδρομών ποικίλουν από 2 miles μέχρι 125 miles (201 km) . Διαχωρίζεται στα «Thames», και στα 260-miles (420 km) , ο επονομαζόμενος «δυσκολότερος αγώνας» , ο «Texas Water Safari» . Η διεθνής Ομοσπονδία έχει θεσπίσει κανόνες όπου αναφέρεται ότι ένας μαραθώνιος, δεν μπορεί να περιέχει απότομα σημεία πάνω από βαθμό δυσκολίας II, στην International Scale of River Difficulty. Οι πιο «extreme» διαδρομές βρίσκονται στη South Africa. Στην Αυστραλία υπάρχει ο πιο διάσημος αγώνας μαραθωνίου ο επονομαζόμενος «Hawkesbury Canoe Classic» .

- **Canoe polo:** Ένας αγώνας μεταξύ δύο ομάδων, αποτελούμενες από 5 παίκτες.
- **Whitewater racing** (επίσης γνωστός και σαν Wild Water Racing): Οι διαγωνιζόμενοι κάνουν κατάβαση βαθμών από II έως IV, με canoes ή kayaks.
- **Canoe sailing:** Αγώνας με canoe, χρησιμοποιώντας τη βοήθεια του πανιού

### 5.2.3. Εξοπλισμός

- Τα κουπιά είναι το βασικό εργαλείο του κωπηλάτη, τα οποία και παίζουν καθοριστικό ρόλο τόσο στις επιδόσεις όσο και στην απόλαυση. Τα κουπιά (μονά ή διπλά) κατασκευάζονται από διάφορα υλικά (ξύλο, αλουμίνιο, διάφορα μοντέρνα πλαστικά) και συνδυασμούς (π.χ., αλουμίνιο για το κυρίως κουπί και πλαστικό για τα πτερύγια) και μπορεί να είναι μονοκόμματα ή σπαστά. Τα δεύτερα μπορούν να συναρμολογηθούν και να αποσυναρμολογηθούν σε δύο-τρία κομμάτια γεγονός που τα κάνει βολικότερα στη μεταφορά και στην αποθήκευση. Τα σπαστά κουπιά συνήθως παίζουν το ρόλο του εφεδρικού κουπιού που πρέπει να έχουμε μαζί μας και όχι του κυρίως κουπιού, για λόγους ασφαλείας. Το κουπί λειτουργεί υπό συνεχείς πιέσεις και πρέπει να είναι συμπαγές και ανθεκτικό και έχουν μήκος από δύο έως δυόμισι μέτρα ενώ τα πτερύγιά τους μπορεί να είναι συμμετρικά ή ασύμμετρα. Ασύμμετρα είναι τα πτερύγια των οποίων η κόψη στο άκρο της είναι λοξή και έτσι δίνουν έναν απαλότερο ρυθμό στον κωπηλατικό

παλμό γιατί, όταν βυθίζονται στο νερό, μειώνεται το στρίψιμο του κουπιού στα χέρια μας. Ένα άλλο στοιχείο των κουπιών είναι η παραλληλία των πτερυγίων καθώς στα παλιά κλασικά κουπιά, τα πτερύγια ήταν παράλληλα μεταξύ τους. Αυτού του τύπου τα κουπιά παρουσιάζουν ένα μειονέκτημα: αν φυσά άνεμος, το πτερύγιο που είναι έξω από το νερό προβάλλει αντίσταση, και έτσι μειώνεται η αποτελεσματικότητα και αυξάνεται η κούραση. Για το λόγο αυτό τα μοντέρνα κουπιά έχουν τα πτερύγιά τους υπό γωνία που μπορεί να φτάνει τις 90 μοίρες, δηλαδή, όταν το ένα πτερύγιο είναι σε οριζόντια θέση, το άλλο να είναι σε κάθετη. Έτσι, όταν το ένα κουπί βρίσκεται στο νερό, το άλλο πτερύγιο δεν προβάλλει αντίσταση στον αέρα.

- *Το σωσίβιο-γιλέκο* είναι απολύτως υποχρεωτικό. Τα σωσίβια είναι ειδικά κατασκευασμένα με βαθύ κόψιμο στις μασχάλες για να μην εμποδίζουν την κωπηλασία, και εκτός από τη σωστική τους χρήση, προστατεύουν το σώμα του κωπηλάτη από χτυπήματα και απώλεια θερμότητας.
- *Το κράνος* είναι προαιρετικό σε διαδρομές σε ήρεμα νερά (λίμνες, ήρεμη θάλασσα) αλλά απαραίτητο σε διαδρομές στις οποίες υπάρχει κίνδυνος, όπως σε κατάβαση άγριων ποταμών (whitewater, rodeo).
- *Τα Spray skirts (για καγιάκ)* είναι ειδικές θήκες από νάilon ή νεοπρένιο που φορά ο κωπηλάτης στη μέση του και στερεώνει τις άκρες στο σκάφος. Μοιάζουν με καπέλο που έχει μεγάλο γείσο και το πάνω μέρος του είναι τρύπιο (εκεί περνά το σώμα του ο κωπηλάτης). Έτσι, καλύπτεται το άνοιγμα της θέσης που κάθετα και δεν μπαίνει νερό στο σκάφος, σε περίπτωση που τουμπάρει το σκάφος και χρειαστεί να γίνουν οι απαραίτητες μανούβρες (roll).
- *Όσον αφορά τον ρουχισμό* υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία ρούχων και στολών που καλύπτει όλες τις ανάγκες του κωπηλάτη για κάθε χρήση και καιρό. Παντελόνια, τζάκετ και ολόσωμες φόρμες από διάφορα μοντέρνα υλικά προστατεύουν και κρατούν ζεστό το σώμα, ενώ ταυτόχρονα το διατηρούν στεγνό. Επίσης υπάρχουν ειδικά εσώρουχα και κάλτσες.
- *Παπούτσια* ειδικά ελαφριού τύπου (πέδιλα, μποτάκια κ.ά.) από νεοπρένιο και

άλλα μοντέρνα υλικά για άνεση και στεγνά πόδια.

Άλλα αξεσουάρ:

- Τσαντάκι πρώτων βοηθειών: ειδικά σχεδιασμένο για τις ανάγκες των κωπηλατών, με το περιεχόμενο ασφαλισμένο σε αδιάβροχη θήκη.
- Σχοινιά και καραμπίνες ρυμούλκησης.
- Λουρίδες πρόσδεσης.
- Ειδικές βάσεις μεταφοράς (με ρόδες και χωρίς).
- Αδιάβροχα και υδατοστεγή δοχεία μεταφοράς.
- Αδιάβροχη θήκη για χάρτες.
- Μαξιλαράκια από αφρώδες υλικό για προστασία του σκάφους κατά τη μεταφορά.
- Αδιάβροχα σακίδια μεταφοράς εφοδίων σε πολλούς τύπους και μεγέθη.
- Θέσεις και πατάκια για πιο ξεκούραστο κάθισμα.
- Χειροκίνητες αντλίες για άδειασμα νερού από το σκάφος.
- "Χταπόδια" (ελαστικοί μάντες και δίχτυα πρόσδεσης εφοδίων στο σκάφος).
- Διάφορα υλικά επισκευής για μικροζημιές που μπορούν να συμβούν στην επιφάνεια του σκάφους.
- Αυτοκόλλητα σήματα και γράμματα για ιδιαίτερο στόλισμα του σκάφους.

#### **5.2.4. Κίνδυνοι και τραυματισμοί**

Η πρώτη μορφή κωπηλασίας στη σύγχρονη εποχή εμφανίστηκε μετά το Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, όταν κωπηλάτες εξερευνούσαν τους ποταμούς με μεγάλο αριθμό στρατιωτικών σχεδίων με πλαστική επένδυση και κανό καλυμμένα με καμβά και ξύλινο πλαίσιο. Το κανό-καγιάκ επίσημα ως Ολυμπιακό άθλημα πρωτοεμφανίστηκε το 1936. Από τότε έχει σημειωθεί μεγάλη πρόοδος, τόσο στις υλικοτεχνικές υποδομές όσο και στις τεχνικές προπόνησης. \_ωστόσο, παρά τη βελτίωση των συνθηκών και της μέριμνας, παραμένει ένα άθλημα με πολλούς τραυματισμούς, που μειώνουν την απόδοση των αθλητών ή, σε σοβαρότερες περιπτώσεις, τους θέτουν για μεγάλα

διαστήματα εκτός προπόνησης και αγώνων. Γίνεται σαφές ότι η πρόληψη είναι καλύτερη από την αποκατάσταση και πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη προσοχή σε αυτόν τον τομέα.

### **5.2.5 Παράγοντες πρόκλησης αθλητικών τραυματισμών**

Οι παράγοντες που έχουν ενοχοποιηθεί περισσότερο για την πρόκληση τραυματισμών από τους υπεύθυνους της άθλησης και τους αρμόδιους για τη θεραπεία και την αποκατάσταση είναι:

\_ Ο μη κατάλληλος αγωνιστικός χώρος.

Η υπέρβαση των ορίων αντοχής και ελαστικότητας των μυών, των συνδέσμων και των τενόντων.

\_ Η μικρή μυϊκή ισχύς.

\_ Οι υποτροπές παλαιών τραυματισμών.

\_ Η ασυντόνιστη κίνηση και ασυνεργία των μυών. Η μη αυστηρή τήρηση και σεβασμός των κανόνων που διέπουν το άθλημα.

\_ Οι δυσμενείς περιβαλλοντικές συνθήκες (θερμό-υγρό περιβάλλον, ψυχρή ατμόσφαιρα, αυξημένη σχετική υγρασία).

\_ Η εσφαλμένη τεχνική εκτέλεση των κινήσεων σε κάθε άθλημα, ιδιαίτερα στα τεχνοδυναμικά.

\_ Ο μη σωστός υγιεινός αθλητικός τρόπος ζωής.

\_ Η έλλιπής πρόσληψη θρεπτικών συστατικών τροφής και υγρών.

\_ Η συνεχής εφαρμογή, άνευ διαλειμμάτων, εντατικών προπονήσεων, όταν μάλιστα δεν ακολουθούνται από ανάληψη-ξεκούραση (υπέρχρηση).

\_ Η μη χρησιμοποίηση προληπτικών μέσων και προληπτικών επιδέσεων των αρθρώσεων.

\_ Η έλλειψη αγωνιστικότητας και ενθουσιασμού των αθλούμενων.

\_ Η έλλειψη προσοχής και ενδιαφέροντος του υπεύθυνου προπονητή.

\_ Η μη σωστή οργάνωση και εξοπλισμός των αθλητικών εγκαταστάσεων, καθώς και η μη τήρηση των παραδεκτών προδιαγραφών ασφάλειας και υγιεινής των



αγωνιστικών χώρων.

### **5.2.6 . Παράγοντες πρόληψης αθλητικών τραυματισμών**

Οι παράγοντες που συμβάλλουν στην πρόληψη των αθλητικών κακώσεων είναι:

- \_ Η γενική και ειδική προθέρμανση.
- \_ Η καλή φυσική κατάσταση.
- \_ Οι ορθές και ειδικές διατακτικές ασκήσεις.
- \_ Οι προληπτικές ιατρικές εξετάσεις.
- \_ Ο αθλητικός προστατευτικός μηχανισμός.
- \_ Η σωστή αθλητική διατροφή.

### **5.2.7 Στατιστικά στοιχεία**

Την άνοιξη του 1996 πραγματοποιήθηκε έρευνα σχετικά με τους τραυματισμούς στο άθλημα, στην οποία συμμετείχαν αθλητές κανό-καγιάκ που αγωνίζονταν στις 4 τοπικές σειρές για κατάταξη στην Ολυμπιακή ομάδα Κανό-Καγιάκ των ΗΠΑ. Οι 54 αθλητές που ανταποκρίθηκαν ανέφεραν συνολικά 271 ξεχωριστούς τραυματισμούς κατά τη διάρκεια της καριέρας τους. Από την επεξεργασία των στοιχείων προέκυψε, επίσης, πως το 56% των τραυματισμών συνέβη κατά τη διάρκεια της προπόνησης, το 40% κατά τη διάρκεια αναψυχής και μόλις το 4% κατά τη διάρκεια του αγώνα. Οι πιο συχνοί τραυματισμοί ήταν τα διαστρέμματα (32%), οι τενοντίτιδες (20%), και οι χρόνιοι μυώ -σκελετικοί πόνοι (14%). Απλοί μώλωπες (9%) και μολύνσεις (8%) εμφανίστηκαν με μέτρια συχνότητα, ενώ σοβαροί τραυματισμοί, όπως εξάρθρατα (3%) και ρήξεις (2%), ήταν ακόμα πιο σπάνιοι. Από τους τραυματισμούς που καταγράφηκαν, το 70% αναφέρθηκε πως ήταν υποτροπιάζοντες ή χρόνιοι. Η αντιμετώπιση συμπεριελάμβανε

ανάπαυση (37%), φυσικοθεραπεία (23%), ιατρική παρέμβαση (34%), και χειρουργική παρέμβαση (6%). Οι οξείες τραυματισμοί συμβαίνουν συνήθως λόγω της μεταφερόμενης δύναμης του νερού στα άνω άκρα και αφορούν συνήθως θλάσεις, διαστρέμματα κλπ.

Οι χρόνιοι τραυματισμοί είναι πολύ συχνοί στους αθλητές κανό-καγιάκ, καταλαμβάνοντας το 25-40% όλων των τραυματισμών. Η συντριπτική πλειοψηφία αυτών των τραυματισμών συμβαίνουν στα άνω άκρα, πιο συχνά στον ώμο και στον καρπό . Παρακάτω θα γίνει σύντομη αναφορά στους πιο συχνούς τραυματισμούς στο canoe-kayak:Θλάση, διάστρεμμα, Σύνδρομο υπερχρήσης, Οσφυαλγία

### **5.2.8. Τουριστικά πακέτα**

Όπως είναι λογικό, πολλά τουριστικά πακέτα διοργανώνονται με θέμα το canoe-kayak.

Ενδεικτικά:

Τιμή: €14

\_διάρκεια: 2 ημέρες

Τοποθεσία: Λάδωνας

Η εμπειρία αυτή συνδυάζει 2 από τις πιο αγαπημένες δραστηριότητες στη φύση! Απολαύστε τη φύση με μία μαγευτική βόλτα με τα canoe στα ήρεμα νερά της λίμνης Λάδωνα, όπου θα θαυμάσετε τα φανταστικά ορεινά τοπία, θα ξενοιάσετε και θα χαλαρώσετε εντελώς. Περάστε από φανταστικές διαδρομές με το ποδήλατο μέσα από πολλά δέντρα και τεχνικά μονοπάτια, σε λίμνες αλλά και μέσα σε παραδοσιακά χωριά και νησιώτικα καλντερίμια. Η εμπειρία αυτή περιλαμβάνει ένα πλήρες γεύμα στις όμορφες εγκαταστάσεις και 1 διανυκτέρευση σε πέτρινες κατοικίες στις όχθες του ποταμού.

Το πακέτο περιλαμβάνει 1 διανυκτέρευση, 1 πλήρες γεύμα μενού, ποδήλατα βουνού σε άριστη κατάσταση, κράνος, έμπειρος συνοδός, σνακ στην λίμνη, kayak και φουσκωτά σκάφη ειδικού τύπου, τον απαραίτητο τεχνικό εξοπλισμό, ρουχισμό (ανάλογα την εποχή), εκπαίδευση και ασφάλιση.

Οι γραφικές ξύλινες εγκαταστάσεις, βρίσκονται στις όχθες του Λάδωνα (περίπου 2μιση ώρες από την Αθήνα) και αποτελούνται από κυλικείο, τραπεζαρία για φαγητό και ποτό, αποδυτήρια αντρών/γυναικών με ανεξάρτητα WC και ντους με ζεστό νερό, χώρο παραλαβής εξοπλισμού, αποθηκευτικούς χώρους και parking. Θα μείνετε σε παραδοσιακές πέτρινες κατοικίες που βρίσκονται δίπλα στις εγκαταστάσεις κοντά στο χωριό Δαφνή Καλαβρύτων. Είναι πλήρως εξοπλισμένες, διαθέτουν σε ένα ενιαίο χώρο διπλό και μονό κρεβάτι, καναπέ-κρεβάτι, τραπεζαρία, σαλονάκι με τζάκι, τουαλέτα, κουζίνα και αυτόνομη θέρμανση. Στο πακέτο περιλαμβάνεται η διαμονή σε 1 κατοικία που εξυπηρετεί από 2 έως 4 άτομα . Αν θέλετε 1 κατοικία για 2 άτομα και άλλη 1 για 3, αγοράστε 1 πακέτο για 2 άτομα και 1 για 3 κ.ο.κ. Υπάρχουν 6 διαθέσιμες κατοικίες. Η εμπειρία αυτή είναι το ιδανικό δώρο για ζευγάρια, για την παρέα ή για ολόκληρη την οικογένεια\_\_**4.4.6. Το canoe-kayak στην Ελλάδα**

Μπορεί κανείς να κάνει Κανό-Καγιάκ σε όλη την Ελλάδα, στα ποτάμια, στις λίμνες και στις παραλίες της, να ταξιδέψει μόνος ή με παρέα, ακόμα και να συνδυάσει τα ταξίδια αυτά με κατασκήνωση. Μέρη που προσφέρονται για τέτοιου είδους δραστηριότητες είναι η Λίμνη Πλαστήρα, ο Λάδωνας, η Χαλκιδική, η Χίος, η Κρήτη, τα Ζαγόρια, η Μυτιλήνη, η Μάνη, το Λεωνίδιο Άργους, το Ξυλόκαστρο, η Αστυπάλαια.

Πολλά είναι και τα γραφεία ταξιδιών (γενικού και ειδικού τύπου) που προσφέρουν οργανωμένα προγράμματα εκδρομών αποκλειστικά με κανό ή καγιάκ, ή σύνθετα ολιγοήμερα προγράμματα που συνδυάζουν πεζοπορία, κατάβαση ποταμών αλλά και άλλες δραστηριότητες τιμές είναι αρκετά προσιτές λόγω του ανταγωνισμού που υπάρχει στο χώρο. Με τιμές από 25 έως 50 ευρώ μπορεί κάποιος να κάνει canoe-kayak.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6<sup>ο</sup>

### 6.1 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ –

Τα αθλήματα περιπέτειας και ο τουρισμός περιπέτειας γενικά, είναι μια κατηγορία του τουρισμού που δεν έχει αναπτυχθεί ακόμα στα επιθυμητά επίπεδα καθώς υπάρχει ακόμα έλλειψη γνώσης αλλά και έλλειψη του απαιτούμενου ενδιαφέροντος από το κοινό. Ο μαζικός τουρισμός “κυριαρχεί” ως τουριστική επιλογή με αποτέλεσμα ο τουρισμός περιπέτειας, όπως και σχεδόν όλες οι υπόλοιπες εναλλακτικές μορφές τουρισμού, να έχει μείνει πίσω στην προτίμηση του κοινού. Ο τουρισμός περιπέτειας είναι μεν στις πρώτες προτιμήσεις από την κατηγορία του εναλλακτικού τουρισμού, αλλά σε μεγάλη απόσταση από την κύρια κατηγορία που δεν είναι άλλος από τον μαζικό τουρισμό δε.

Θα πρέπει όμως να αναρωτηθούμε, για ποιο λόγο ο τουρισμός περιπέτειας έχει τόσο μεγάλη απόσταση από τον μαζικό τουρισμό; Η απάντηση μπορούμε να πούμε ότι είναι σχετικά εύκολη:

- Η διαφήμιση του τουρισμού περιπέτειας δεν είναι ακόμα στα επιθυμητά επίπεδα με αποτέλεσμα ο υποψήφιος τουρίστας να έχει άγνοια επί του θέματος, με αποτέλεσμα να επιλέγει με ευκολία το μαζικό τουρισμό, από τον οποίο βομβαρδιζόμαστε καθημερινά με πολλές διαφημίσεις.
- Υπάρχουν πάρα πολλές επιλογές στον μαζικό τουρισμό ανάλογα με τα γούστα του καθενός, με αποτέλεσμα να καλύπτει και τον πιο απαιτητικό τουρίστα.
- Ο μαζικός τουρισμός προσφέρεται σε πολύ πιο χαμηλές τιμές σε σχέση με τον τουρισμό περιπέτειας, ο οποίος να μεν κλιμακώνεται σε διάφορες τιμές αλλά ακόμα βρίσκεται σε υψηλά επίπεδα για να προσελκύσει τον αριθμό τουριστών που επιθυμεί.

Ένα άλλο θέμα που απασχολεί τον τουρίστα, όσον αφορά τον τουρισμό περιπέτειας έχει να κάνει με το θέμα του περιβάλλοντος και την καταστροφή που δέχεται μέσω αυτής της τουριστικής κατηγορίας. Ο τουρισμός περιπέτειας είναι μια κατηγορία που έχει να κάνει αποκλειστικά με την φύση, επομένως η καταστροφή του

φυσικού πλούτου είναι δυστυχώς αναπόφευκτη.

Καταλήγουμε λοιπόν στο συμπέρασμα ότι ο τουρισμός περιπέτειας είναι ένας πολλά υποσχόμενος τομέας και ενδεχομένως το πρώτο βήμα για την καταπολέμηση του μαζικού τουρισμού. Όμως θα πρέπει να γίνουν ακόμα πολλά βήματα προόδου έτσι ώστε αρχικά να τραβήξει το ενδιαφέρον του κοινού και να τους αποσπάσει την προσοχή από τον μαζικό τουρισμό, και μετέπειτα να στρέψει καθαρά την προσοχή τους προς τον τουρισμό περιπέτειας.

## 6.2 Προτάσεις

Αρχικά θα πρέπει να πούμε ότι ένα από τα σημαντικότερα κομμάτια στον τουρισμό, αλλά και σε οποιοδήποτε προϊόν που οι κατασκευαστές του επιθυμούν σωστή και άμεση προώθηση, είναι η διαφήμιση. Γνωρίζουμε όλοι πάρα πολύ καλά ποια είναι η επιρροή της διαφήμισης προς το καταναλωτικό κοινό και ποια τα αποτελέσματα της. Στον μαζικό τουρισμό η διαφήμιση είναι ένα πολύ επιτυχημένο κομμάτι με αποτέλεσμα να επηρεάζονται πολλές απόψεις. Το ίδιο θα πρέπει να συμβεί και στον τουρισμό περιπέτειας με σκοπό την προώθηση των αθλημάτων αλλά και όλου του τουριστικού πακέτου.

Ένα άλλο κομμάτι που θα πρέπει να απασχολήσει όσους ασχολούνται με τον τουρισμό περιπέτειας είναι το θέμα του περιβάλλοντος. Το περιβάλλον δυστυχώς δέχεται ισχυρά χτυπήματα από την καθημερινότητα των ανθρώπων, και θα είναι πραγματικά κρίμα να δεχτεί και από τα αθλήματα περιπέτειας. Θα πρέπει να κατασκευαστούν ειδικά διαμορφωμένα πάρκα και εγκαταστάσεις έτσι ώστε να μπορούν να υποδεχτούν τους τουρίστες που θέλουν να ασχοληθούν με τα αθλήματα περιπέτειας. Τέτοια πάρκα είναι οι εθνικοί δρυμοί, τα οποία είναι ειδικά κατασκευασμένα πάρκα με σκοπό να δέχονται τουρίστες, αλλά και άλλες κατηγορίες ανθρώπων όπως μαθητές από σχολεία στο πλαίσιο περιβαλλοντικών εκδρομών. Έτσι μέσω των εθνικών δρυμών προωθείται και η σωστή αντίληψη για το περιβάλλον,

αλλά και ο σωστός τρόπος πραγματοποίησης των αθλημάτων. Επιπλέον θα προσφέρει και πολλές θέσεις εργασίας, βοηθώντας έτσι την τοπική κοινωνία με προβλήματα ανεργίας.

Μέσα σε όλο το πλαίσιο προστασίας του περιβάλλοντος θα μπορούσαν να προταθούν και άλλες λύσεις όπως η χρήση λεωφορείων για την μεταφορά των τουριστών, μειώνοντας έτσι τη χρήση αυτοκινήτου για την μεταφορά, μειώνοντας αισθητά τη χρήση καυσαερίου αλλά και την καταστροφή του εδάφους από τα λάστιχα.

Ένα από τα βασικά κομμάτια που απασχολούν τους τουρίστες είναι αδιαμφισβήτητα το οικονομικό σκέλος του τουρισμού περιπέτειας. Όπως έχει αναφερθεί και σε προηγούμενα κομμάτια της εργασίας, τα αθλήματα περιπέτειας είναι διασκεδαστικά προσφέροντας δράση και αύξηση αδρεναλίνης όμως μιλάμε για ακριβές δραστηριότητες. Στην πλειοψηφία τους τα αθλήματα περιπέτειας είναι ιδιαίτερος ακριβά και αυτό γιατί ο εξοπλισμός είναι ακριβός. Αυτός είναι και ένας από τους βασικούς λόγους που ο μαζικός τουρισμός γνωρίζει αυτήν την επιτυχία. Μπορεί να προσφέρει αρκετές ανέσεις σε ιδιαίτερες ελκυστικές τιμές. Μία καλή λύση θα ήταν να προσφέρεται στον τουρίστα ο εξοπλισμός έτσι ώστε να μην χρειάζεται να αγοράζει ολόκληρο τον εξοπλισμό.

## Επίλογος

Η ανάπτυξη του τουρισμού σε μια χώρα αναπόφευκτα θα προκαλέσει ορισμένες επιδράσεις που κάθε άλλο παρά απαρατήρητες μπορούν να περάσουν και τούτο γιατί θα επέλθουν μεταβολές στη χρήση της γης, καθώς επίσης στα οικονομικά, κοινωνικά, πολιτιστικά και περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά των περιοχών τους που αναπτύσσονται τουριστικά. Μερικές απ' αυτές τις επιδράσεις δεν μπορούν να αποφευχθούν τελείως, γι' αυτό και είναι πολύ σημαντικό οι αρμόδιοι για τον προγραμματισμό της τουριστικής ανάπτυξης θα πρέπει πάντοτε να συγκρατούν τις πραγματικότητες αυτές στο νου τους.

Ο τουρισμός έχει καταστεί πλέον η μεγαλύτερη βιομηχανία στον κόσμο και ένα οικονομικό και κοινωνικό φαινόμενο μεγάλης σημασίας. Η πρωτοφανής ανάπτυξη του τουρισμού κατά το δεύτερο μισό του αιώνα μας και ιδιαίτερα τις τελευταίες τρεις δεκαετίες έχει προκαλέσει μια πληθώρα οικονομικών, κοινωνικών, πολιτιστικών και περιβαλλοντικών επιδράσεων στις χώρες υποδοχής και φιλοξενίας τουριστών.

Όλη η προσοχή έχει πέσει πάνω στον μαζικό τουρισμό με αποτέλεσμα οι εναλλακτικές μορφές τουρισμού να μην προωθούνται όσο θα έπρεπε και κατ' επέκταση ο τουρισμός περιπέτειας να μην γνωρίζει την άνθηση που του αρμόζει.

Εν κατακλείδι, συμφωνούμε ότι ο τουρισμός περιπέτειας δεν μπορεί να προσφέρει το κλασσικό πακέτο του μαζικού τουρισμού, δηλαδή "ήλιο και θάλασσα", αλλά με την θέληση για δράση ο τουρίστας μπορεί να διαλέξει ανάμεσα σε πάρα πολλές επιλογές έτσι ώστε να περάσει χαρούμενες και δραστήριες διακοπές. Αρκεί να δοθεί η δέουσα προσοχή από τους υπεύθυνους στους τομείς που πρέπει και έτσι ο τουρισμός περιπέτειας θα γνωρίσει την άνθηση που του αρμόζει...

## Βιβλιογραφία

### Ελληνική

Διανέλλος Α. «Δραστηριότητες ήπιων μορφών τουρισμού» σελ. 149-156. Πρακτικά Συνεδρίου Τουριστικής Ανάπτυξης Περιφέρειας Δυτικής Μακεδονίας 1994.

ΕΤΑ «Μελέτη χειμερινού – ορεινού τουρισμού». Αθήνα 2001.

Τσάρτας, Π., (1996), Τουρίστες, Ταξίδια, Τόποι: Κοινωνιολογικές Προσεγγίσεις στον Τουρισμό, Εκδόσεις Εξάντας

Σφακιανάκης Μ. “Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού”, Έλλην, Αθήνα, 2000.

Ανδριώτης, Κ., (2003), Ο εναλλακτικός τουρισμός και τα διαφοροποιημένα χαρακτηριστικά του, *ΤΟΠΟΣ Επιθεώρηση Χωρικής Ανάπτυξης, Σχεδιασμού και Περιβάλλοντος*, σ.σ. 139-154.

Αποστολόπουλος, Κ., Σδράλη, Ξ., (2007), Ήπιες μορφές τουρισμού, Σημειώσεις.

Αργυριάδης, Γ. (1996). "Νομοθετικό πλαίσιο για την προστασία του περιβάλλοντος".

Ομιλία κατά τη διάρκεια της ημερίδας: "Αστυνομία και περιβάλλον", Γενική Αστυνομική Διεύθυνση Θεσσαλονίκης σε συνεργασία με Α.Π.Θ. - Τ.Ε.Ι.Θ. - MESAEP, Ιούνιος 1996, Θεσσαλονίκη.

Βαρβαρέσος, Σ., (2000), *Τουρισμός, έννοιες, μεγέθη, δομές, η ελληνική πραγματικότητα.*, Εκδόσεις Προπομπός.

Γιαννακάρας, Δ. (1996). "Η συμβολή της Αστυνομίας στην προστασία του περιβάλλοντος". Ομιλία κατά τη διάρκεια ημερίδας: "Αστυνομία και περιβάλλον", Γενική Αστυνομική Διεύθυνση Θεσσαλονίκης σε συνεργασία με Α.Π.Θ. - Τ.Ε.Ι.Θ. – MESAEP, Ιούνιος 1996, Θεσσαλονίκη.

Ηγουμενάκης Ν., Κραβαρίτης Κ., Λύτρας Π., (1998,1999), *Εισαγωγή στον τουρισμό*, Εκδοτικός Οίκος Interbooks.

Καραγιάννης, Σ., και Έξαρχος, Γ., (2006), *Τουρισμός – Τουριστική Οικονομία, Ανάπτυξη, Πολιτική*, Εκδόσεις: Κέντρο Τεχνολογικής Έρευνας Κρήτης, Ηράκλειο, σελ. 40.

Κουκούρης Κ., Αναζητήσεις στη Φ.Α. & τον Αθλητισμό, 3 (2005), 272-274.



Κουρτέσας, Γ., (2005), *Σημειώσεις Τουριστικής Κοινωνιολογίας*, Σχολή \_διοίκησης Οικονομίας, Τμήμα Τουριστικών Επιχειρήσεων.

Λαζαρίδης, Δ. (1999). Ενσύρματο σκι, το οικολογικό σκι. *Νέα οικολογία*, 7, 56.

Λογοθέτης, Μ., (1988), *Αγροτικός τουρισμός: Μια εναλλακτική λύση*, ΑΤΕ & Λογοθέτης, Μ., Αθήνα.

Μπελογιάννης Χ., κ.ά., Αναζητήσεις στη Φ.Α. & στον Αθλητισμό, 3 (2007), 421.

Σφακιανάκης Μ. “*Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού*”, Έλλην, Αθήνα, 2000.

Τσάρτας, Π., (1996), *Τουρίστες, Ταξίδια, Τόποι: Κοινωνιολογικές Προσεγγίσεις στον Τουρισμό*, Εκδόσεις Εξάντας.

### **Ξενόγλωσση**

Bentley T.A., Page S.J., Laird I.S. “Accidents in the New Zealand Adventure Tourism Industry”, *Safety Science*, 38, pp 31-48, 2001.

Bentley T. & Page S. “Scoping the Extend of Adventure Tourism Accidents”, *Annals of Tourism* , Vol. 28, no.3.pp 705-726, UK, 2001.

Dieke, P. U. C. (1991). Policies for tourism development in Kenya. *Annals for Tourism Research*, τεύχος 18(2), σ. 269-294.

GeeY. C., MakensC. J. &ChoyL. J. D., *Τουριστική και Ταξιδιωτική Βιομηχανία*, έκδοσηIII, εκδ. ΈΛΛΗΝ, Αθήνα 2001.

Inskeep Edward, “Tourism Planning, an Integrated and Sustainable Development Approach”, J. Willie & Sons, New York, 1991

JafariJafar, “Encyclopedia of Tourism”, Routledge, N.Y., 2000

Knop P. de, Standeven J., «Sport Tourism: A New Area of Sport Management», *European Journal for Sport Management*, τόμος 1, τεύχος 5, 1998, σ. 30-45.

Pigram John J. (1980), *Enviromental Implications of Tourism Development*. *Annals of Tourism Research*, VII (44)

Romero C. &Rehman T. 1989, Multiple Criteria Analysis for Agricultural Decisions  
New York, NY: Elsevier Science Publishing Co. Inc.

Schreiber R., “Sports interest: A Travel Definition”, The travel Research Association,  
7th Annual Conference Proceedings, εκδ. FL: TTRA, Boca Raton 1976.

Stevens, B. F. (1992). Price value perceptions of travelers. Journal of Travel  
Research, τεύχος 31, σ. 44-48.

Lofgren, 1999

Likorish και Jenkins, 2004

Dasman, MiltonandFreeman, 1973; Pigram, 1980

MathiesonandWall, 1982; Pearce, 1989-Inskeep, 1991

Gee, Makens&Choy 2001)

(Elias&Dunning, 1970

Kurtzman και Zauhar (1995):

### **Ηλεκτρονικές Πηγές**

<http://www.espa.gr/el/Pages/Proclamations>

<http://www.investingreece.gov.gr/>

<http://max-travel.gr/el/excursions/>

<http://www.vip-yachts.gr/sailing.aspx>

<http://www.waterski.gr>

<http://www.3smagazine.gr/>

<http://www.e-paideia.net/>

<http://www.in.gr/>

<http://www.vip-yachts.gr/sailing.aspx>

<http://www.ioksailing.gr/>

<http://www.adrenalinesports.gr>

<http://www.cityeye.gr>

<http://www.kozas4urplace.gr>

<http://magazine.dynamicsports.gr>

<http://www.snowclub.gr/>

<http://www.athens24.gr>

<http://www.athensdaedalus.com>

<http://www.kitesurfing.gr>

<http://sigrion.blogspot.com>

<http://kitesurfing.yolasite.com/>

<http://www.riverland.gr>

<http://www.visitgreece.gr>

<http://www.trike.gr>