Ε. Ο. Σ.
ΠΑΤΡΩΝ

ορειβασία - αναρρίχηση - rafting
εκδηλώσεις - αποστολές - χιονοδρομία

85 ΧΡΟΝΙΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ
1928
2012

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ 2013 - 2014

www.eospatras.com

Emiliano

GELATERIA - PASTICCERIA

οι γεύσεις που δεν χάνω...

Σμύρνης 79 και Μεσολογγίου, Πάτρα, τηλ.: 2610 333.688

Παντανάσσης 24, Πάτρα, τηλ.: 2610 22.50.40

www.emilianopatra.gr

περιεχόμενα

> **σελ. 4** Διάφορες πληροφορίες > **σελ. 5** Λίγα λόγια για το καταφύγιο "Πρασούδι"
> **σελ. 6-17** Πρόγραμμα > **σελ. 18-19** Αναρρίχηση > **σελ. 21-22** Χιονοδρομία
> **σελ. 22-23-24** Προβολή χορηγών.

Φωτογραφίες: Α. Καννάς

Σχεδιασμός - παραγωγή εντύπου: **atto** sensible communication, **www.atto.gr**

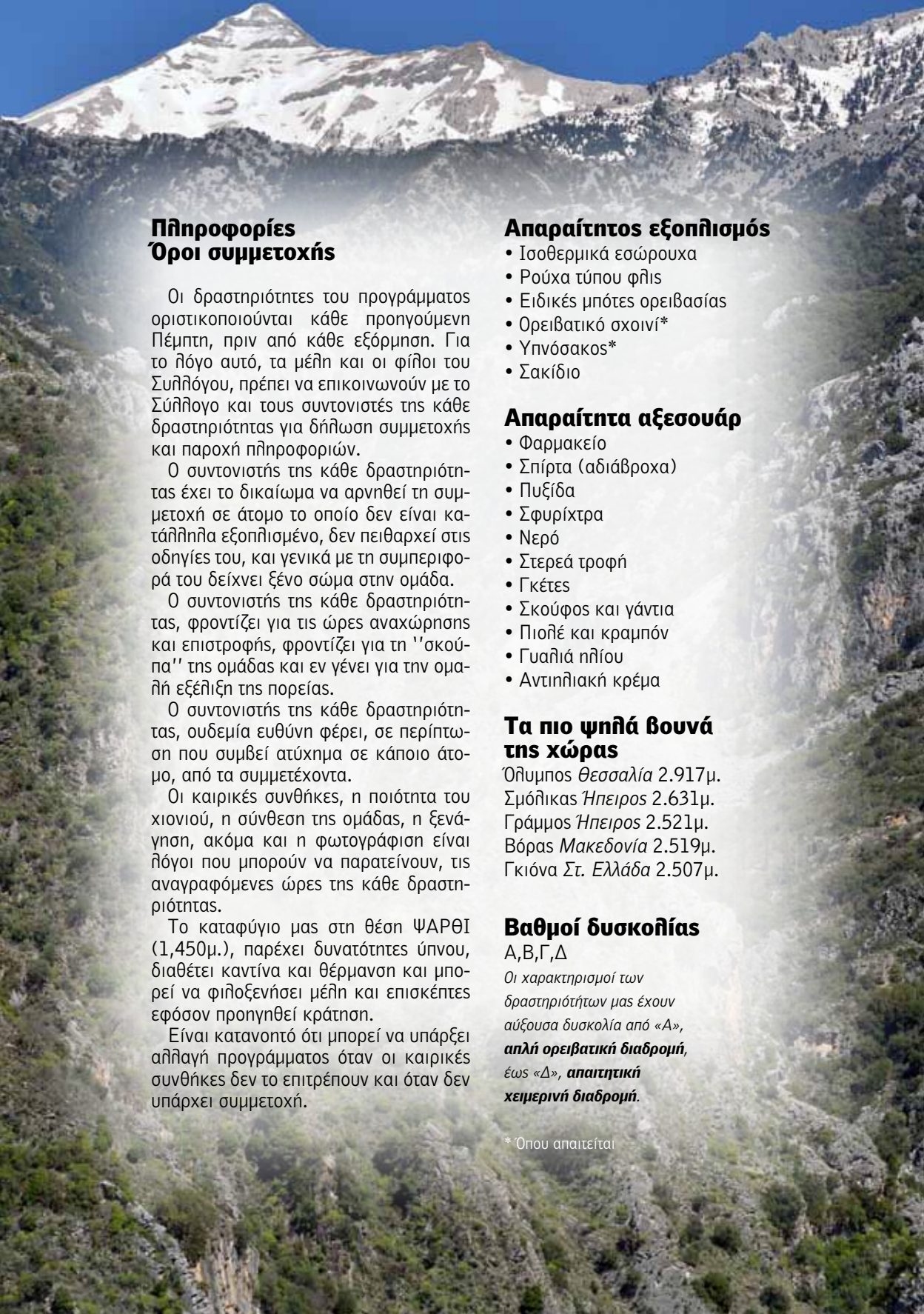
Άγγραφα - Μονή Σπηλιάς

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ **ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ** ΣΥΛΛΟΓΟΣ **ΠΑΤΡΩΝ** • ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1928

Παντανάσσης 29, 262 21 Πάτρα, τ.: 2610 273 912, 2610 273 929, φ.: 2610 273 912
web: **www.eospatras.com,** e-mail: **eospatras@gmail.com**
Ώρες γραφείου: Τρίτη - Τετάρτη - Πέμπτη - Παρασκευή 20:00 - 21:30

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΑΤΣΗΣ, **ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ** ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ, **ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ** ΧΑΡΑ ΔΗΜΟΥ, **ΕΙΔ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ** ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΚΩΤΣΑΚΗΣ, **ΤΑΜΙΑΣ** ΜΙΧΑΛΗΣ ΜΑΡΑΖΗΣ, **ΕΦΟΡΟΣ ΟΡΕΙΒΑΣΙΑΣ, ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟΥ** ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΑΛΑΦΟΥΡΗ, **ΕΦΟΡΟΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ** ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΤΖΟΥΔΑΣ, **ΕΦΟΡΟΣ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ** ΜΑΡΙΑ ΣΜΥΡΝΗ, **ΕΦΟΡΟΣ ΥΛΙΚΟΥ** ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΑΜΜΑΣΗ



Πληροφορίες Όροι συμμετοχής

Οι δραστηριότητες του προγράμματος οριστικοποιούνται κάθε προηγούμενη Πέμπτη, πριν από κάθε εξόρμηση. Για το λόγο αυτό, τα μέλη και οι φίλοι του Συλλόγου, πρέπει να επικοινωνούν με το Σύλλογο και τους συντονιστές της κάθε δραστηριότητας για δήλωση συμμετοχής και παροχή πληροφοριών.

Ο συντονιστής της κάθε δραστηριότητας έχει το δικαίωμα να αρνηθεί τη συμμετοχή σε άτομο το οποίο δεν είναι κατάλληλα εξοπλισμένο, δεν πειθαρχεί στις οδηγίες του, και γενικά με τη συμπεριφορά του δείχνει ξένο σώμα στην ομάδα.

Ο συντονιστής της κάθε δραστηριότητας, φροντίζει για τις ώρες αναχώρησης και επιστροφής, φροντίζει για τη ''σκούπα'' της ομάδας και εν γένει για την ομαλή εξέλιξη της πορείας.

Ο συντονιστής της κάθε δραστηριότητας, ουδεμία ευθύνη φέρει, σε περίπτωση που συμβεί ατύχημα σε κάποιο άτομο, από τα συμμετέχοντα.

Οι καιρικές συνθήκες, η ποιότητα του χιονιού, η σύνθεση της ομάδας, η ξενάγηση, ακόμα και η φωτογράφιση είναι λόγοι που μπορούν να παρατείνουν, τις αναγραφόμενες ώρες της κάθε δραστηριότητας.

Το καταφύγιο μας στη θέση ΨΑΡΘΙ (1,450μ.), παρέχει δυνατότητες ύπνου, διαθέτει καντίνα και θέρμανση και μπορεί να φιλοξενήσει μέλη και επισκέπτες εφόσον προηγηθεί κράτηση.

Είναι κατανοητό ότι μπορεί να υπάρξει αλλαγή προγράμματος όταν οι καιρικές συνθήκες δεν το επιτρέπουν και όταν δεν υπάρχει συμμετοχή.

Απαραίτητος εξοπλισμός

- Ισοθερμικά εσώρουχα
- Ρούχα τύπου φλις
- Ειδικές μπότες ορειβασίας
- Ορειβατικό σχοινί*
- Υπνόσακος*
- Σακίδιο

Απαραίτητα αξεσουάρ

- Φαρμακείο
- Σπίρτα (αδιάβροχα)
- Πυξίδα
- Σφυρίχτρα
- Νερό
- Στερεά τροφή
- Γκέτες
- Σκούφος και γάντια
- Πιολέ και κραμπόν
- Γυαλιά ηλίου
- Αντιηλιακή κρέμα

Τα πιο ψηλά βουνά της χώρας

Όλυμπος *Θεσσαλία* 2.917μ.
Σμόλικας *Ήπειρος* 2.631μ.
Γράμμος *Ήπειρος* 2.521μ.
Βόρας *Μακεδονία* 2.519μ.
Γκιόνα *Στ. Ελλάδα* 2.507μ.

Βαθμοί δυσκολίας

Α,Β,Γ,Δ

*Οι χαρακτηρισμοί των δραστηριοτήτων μας έχουν αύξουσα δυσκολία από «Α», **απλή ορειβατική διαδρομή**, έως «Δ», **απαιτητική χειμερινή διαδρομή**.*

* Όπου απαιτείται

Λίγα λόγια για το καταφύγιο "**Πρασούδι**"

Φέτος το καλοκαίρι ζήσαμε ένα μικρό θαύμα. Σε υψόμετρο 1.780μ. στην θέση ΠΡΑΣΟΥΔΙ το καταφύγιο Ι. ΔΙΑΚΙΔΗΣ ή ότι είχε απομείνει απ' αυτό, έδωσε την θέση του σ' ένα καινούριο, λιθόκτιστο, διώροφο, όμορφο κτίσμα.

Απόμειναν τα θεμέλια του παλιού καταφυγίου, με την εξάγωνη πέτρα, σαν καλαίσθητη πεζούλα, στην μπροστινή πλευρά να μας το θυμίζει.

Είμαστε η τελευταία γενιά που έμαθε σκι κι έκανε αγώνες στον Παναχαϊκό και ιδιαίτερα στο Πρασούδι. Είναι φυσικό, επομένως, να έχουμε ωραίες αναμνήσεις κι ένα ιδιαίτερο δέσιμο με το παλιό καταφύγιο.

Όταν το 1935 ολοκληρώθηκε το καταφύγιο στο ΨΑΡΘΙ και ταυτόχρονα αυξάνονταν οι δυνατότητες και οι απαιτήσεις της αγωνιστική χιονοδρομίας, ξεκίνησε το 1938, το κτίσιμο του καταφυγίου στο Πρασούδι. Ο πόλεμος και η κατοχή το άφησαν μισοτελειωμένο.

Οι μεταπολεμικές διοικήσεις και τα μέλη του Συλλόγου, το κράτησαν με πολύ κόπο και θυσίες σαν ένα μικρό καταφύγιο - στέκι, για τον ορειβάτη και τον χιονοδρόμο.

Τα τελευταία χρόνια, η κατάσταση του ήταν μη αναστρέψιμη. Το βλέπαμε να καταρρέει και σκεφτόμασταν το πρόβλημα που θα μεταθέταμε στις επόμενες γενιές.

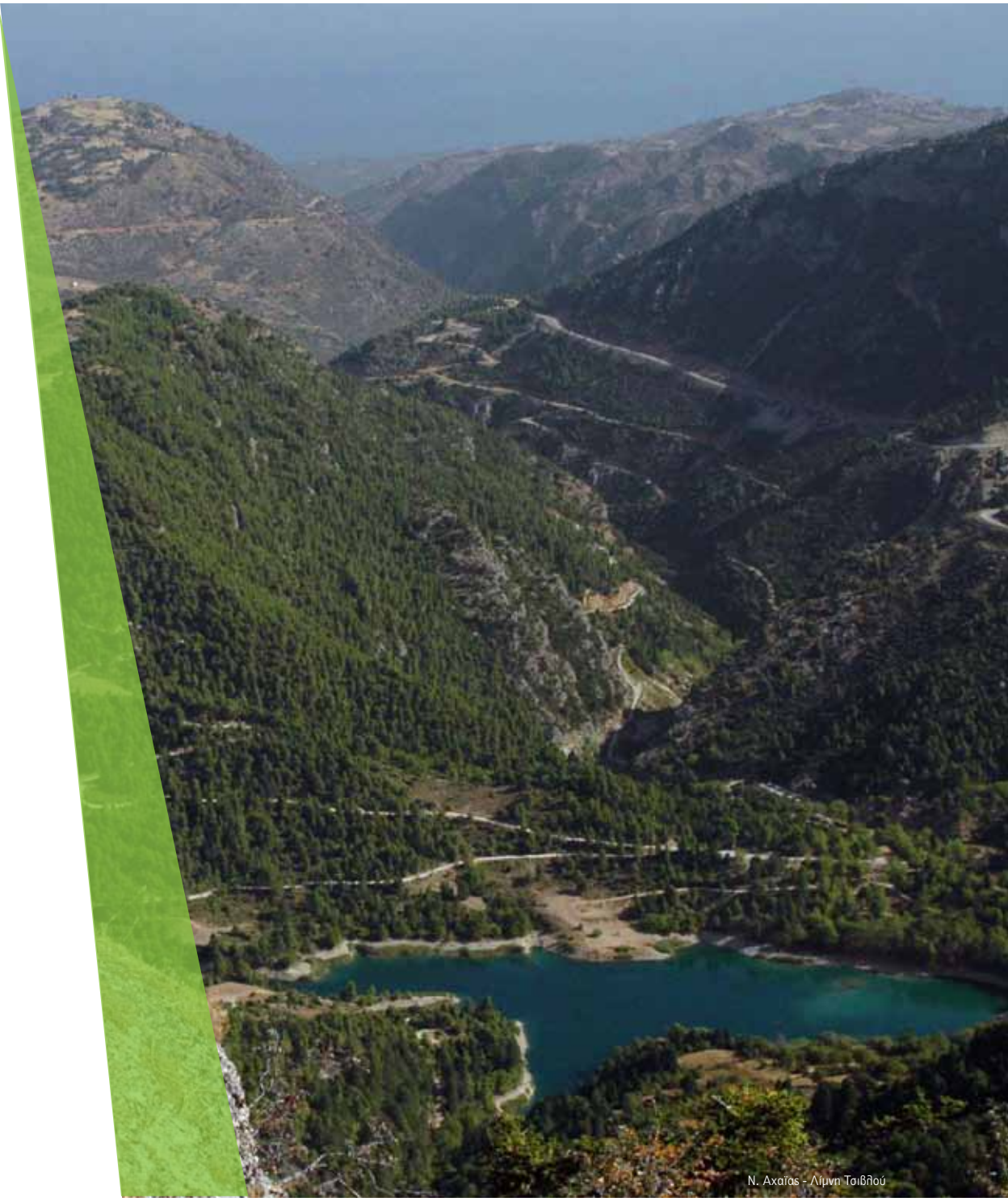
Είκοσι ετών προσπάθειες όλων των διοικήσεων, για την κατοχύρωση της ιδιοκτησίας, για την ενημέρωση διαφόρων φορέων και την εξεύρεση πόρων με υποσχέσεις και απογοητεύσεις, με μικρά ή μεγαλύτερα βήματα, βρήκαν τη δικαίωση τους.

Με επικεφαλή τον ακούραστο Πρόεδρό μας, πανταχού παρόντα, τον μεθοδικό κι

επίμονο Αντιπρόεδρο, τον θαρραλέο κι οργανωτικό μηχανικό και μέλος μας Βασίλη Βλασταρά κι όλο το συμβούλιο αποκοντά, με τον ζήλο και το πείσμα που διακρίνει του ανθρώπους του βουνού, είδαμε να ξαναγεννιέται το καταφύγιο, μέσα στον Αύγουστο & Σεπτέμβριο.

Χτίστηκε, στεγάστηκε, μπήκαν πόρτες και παράθυρα και κλείστηκε για τον χειμώνα. Την Άνοιξη με το λιώσιμο του χιονιού, έπεται η συνέχεια.

Ο ΠΑΛΙΟΣ



Ν. Αχαΐας - Λίμνη Τσιβλού

Οκτώβριος - Νοέμβριος

ΚΥΡΙΑΚΗ 13/10
ΟΡΟΣ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ
Διαδρομή: Ρωμανού – Υδραγωγείο – Βλαχέρνα – Καταφύγιο
Βαθμός Δυσκολίας: Α+
Ώρες πορείας: 5
Συντονιστής: Θ. Κωτσάκης

ΤΕΤΑΡΤΗ 16/10
Ομιλία στα γραφεία του Ε.Ο.Σ. Πατρών με θέμα:
ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ: ΟΡΟΣ ΚΑΙ ΠΟΤΑΜΟΣ ΨΩΦΙΣ (ΑΡΧΑΙΑ ΨΩΦΙΔΑ)
Μια αρχαία Αρκαδική πόλη στις νότιες υπώρειες του Ερυμάνθου.
Ομιλήτρια: Δρ. Αρχαιολογίας κα Γεωργία Αλεξοπούλου, Αρχαιολόγος στην ΣΤ΄ΕΠΚΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 20/10
ΟΡΟΣ ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ
Ανάβαση στον Πρ. Ηλία ύψ. 2.124μ.
Βαθμός Δυσκολίας: Β
Ώρες πορείας: 8
Συντονιστές: Γ. Τσόγκας – Χ. Λυμπεράτος

ΚΥΡΙΑΚΗ 27/10
ΜΑΚΡΥΝΟΡΟΣ ΥΨΟΣ: 1515Μ.
(ΚΟΡΥΦΗ Η ΑΓΡΙΔΙ)
Μακρόστενο βουνό με όψη βουνοσειράς στη Βόρεια πλευρά της Αιτωλίας
Βαθμός Δυσκολίας: Α+
Συντονιστής: Α. Μαλαφούρη – Γ. Τσόγκας

ΚΥΡΙΑΚΗ 3/11
ΟΡΟΣ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ
Επετειακή ανάβαση με τον Ε.Ο.Σ. Αθηνών για τα ''85 χρόνια των Συλλόγων μας''.
Η ανάβαση θα συνδυαστεί με διανυκτέρευση στο καταφύγιο (στη θέση ''ΨΑΡΘΙ'')
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 10/11
ΟΡΟΣ ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ
Παιδική ανάβαση στη Μονή Ταξιαρχών (Η διαδρομή προτείνεται και για αρχάριους). Οι ώρες πορείας θα εξαρτηθούν από την ομάδα
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 17/11
ΟΡΟΣ ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ
ΥΨΟΣ: 2224Μ.
Ανάβαση στον Ωλενό
Βαθμός Δυσκολίας: Β+
Ώρες πορείας: 7
Συντονιστής: Α. Παπαγεωργίου

ΚΥΡΙΑΚΗ 24/11
''Ζήσε τη δύναμη του Rafting''
(Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν)

''Ο Ορειβατικός ... Δίνει αίμα ....Χαρίζει ζωή!''
Αιμοδοσία στα γραφεία μας υπέρ του Καραμανδανείου

(Η ημερομηνία θα ανακοινωθεί)

Δεκέμβριος - Ιανουάριος - Φεβρουάριος

ΣΑΒΒΑΤΟ – ΚΥΡΙΑΚΗ 30 – 1/12
ΟΡΟΣ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ
Συντήρηση και καθαρισμός του καταφυγίου. Ανάβαση το Σάββατο από το Πουρναρόκαστρο. (Διανυκτέρευση στο Καταφύγιο)
Συντονιστές: Χ. Λυμπεράτος – Α. Μαλαφούρη

ΚΥΡΙΑΚΗ 8/12
ΟΡΟΣ ΧΕΛΜΟΣ
Ανάβαση στην ψηλή κορυφή ύψ. 2.355μ.
Βαθμός δυσκολίας: Β+
(Χειμερινός εξοπλισμός)
Συντονιστής: Μ. Χαλκιόπουλος

ΚΥΡΙΑΚΗ 15/12
ΟΡΟΣ ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ
Χειμερινή ανάβαση στο Καλλιφώνι ύψ. 1.998μ.
Βαθμός δυσκολίας: Β+
Συντονιστής: Α. Παπαγεωργίου

''Το Δ.Σ. του Ε.Ο.Σ. Πατρών σας εύχεται ολόψυχα Καλή χρονιά!''

"2014"

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ 2/1 – 7/1
Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν, ανάλογα των χιονοπτώσεων και των συμμετοχών.

ΣΑΒΒΑΤΟ – ΚΥΡΙΑΚΗ 11/1 – 12/1
ΚΟΠΗ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΗΣ ΠΙΤΑΣ
Μια ακόμη χρονιά που θα τιμήσουμε το έθιμο, κόβοντας τη Πρωτοχρονιάτικη πίτα μας τη Κυριακή 12 Ιανουαρίου στο καταφύγιο ''Ψαρθί''. Η κοπή της πίτας θα συνδυαστεί με διανυκτέρευση και προαιρετική Ορειβασία.
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 19/1
ΟΡΟΣ ΧΕΛΜΟΣ
Κοινή δράση με τους αθλητές Χιονοδρομίας.

ΚΥΡΙΑΚΗ 26/1
ΠΑΛΙΟΒΟΥΝΑ ΥΨ. 1039 Μ.
Βαθμός δυσκολίας: Α+
Ώρες πορείας: 5
Συντονιστής: Π. Αλεξόπουλος

ΚΥΡΙΑΚΗ 2/2
ΟΡΟΣ ΧΕΛΜΟΣ
ΑΝΑΒΑΣΗ ΣΤΟ ΛΙΒΑΔΑΚΙ ΥΨ. 1.850Μ.
Βουνό που βρίσκεται στα σύνορα Αχαΐας Κορινθίας
μεταξύ Χελμού και Ζήριας.
Ανάβαση από το χωριό Αγ. Βαρβάρα.
Βαθμός Δυσκολίας: Α+
Ώρες πορείας: 5
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας – Χ. Γάτσης

ΚΥΡΙΑΚΗ 9/2
ΧΕΙΜΕΡΙΝΗ ΑΝΑΒΑΣΗ ΣΤΟ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ ΥΨ. 1927Μ.
Βαθμός δυσκολίας: Β+
Ώρες πορείας: 7
(Χειμερινός εξοπλισμός)
Συντονιστής; Χ. Λυμπεράτος

ΚΥΡΙΑΚΗ 16/2

ΟΡΟΣ ΒΑΡΑΣΟΒΑ ΥΨ. 914Μ.

Βουνό στη Ν.Α. πλευρά του Ν. Αιτωλοακαρνανίας, ανατολικά των εκβολών του ποταμού Ευήνου. Η αρχαία ονομασία του βουνού ήταν Χαλκίς. Επί Τουρκοκρατίας αναφερόταν και ως ιερό βουνό ή Άγιων Όρος της Αιτωλίας επειδή υπάρχουν γύρω στα 70 ασκηταρειά. Ανάβαση στη ''Βασίλισσα των Βράχων''.

Βαθμός Δυσκολίας: Β
Ώρες πορείας: 6
Συντελεστές: θ. Κωτσάκης-Χ. Γάτσης

ΚΥΡΙΑΚΗ 23/2

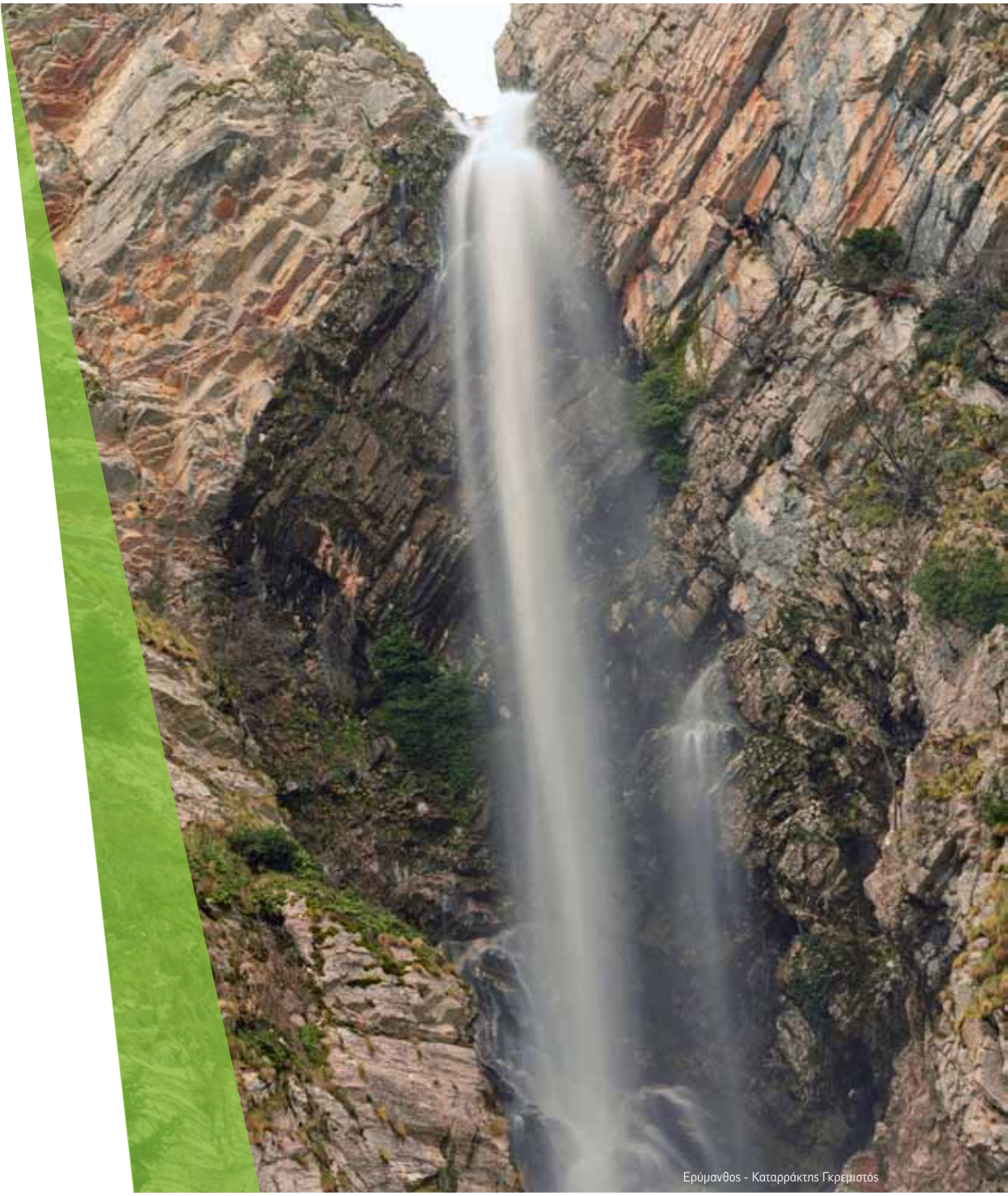
ΟΡΟΣ ΧΕΛΜΟΣ

Κοινή δράση με τους αθλητές Χιονοδρομίας.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28 /2

''Ο Ε.Ο.Σ. Πατρών σας καλεί για ξεφάντωμα στον αποκριάτικο χορό του.'' (Πληρ. στα γραφεία μας και στο site του συλλόγου μας)

Όρος Ζήρια



Ερύμανθος - Καταρράκτης Γκρεμιστός

Μάρτιος - Απρίλιος

ΚΥΡΙΑΚΗ 9/3
ΛΑΜΠΕΙΑ ΟΡΗ (ΔΙΒΡΗ)
ΥΨ. 1.793Μ.
Βαθμός δυσκολίας: Β+
Συντονιστής: Α. Παπαγεωργίου

ΚΥΡΙΑΚΗ 16/3
ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΣΤΗ ΖΑΡΟΥΧΛΑ
(ΧΕΛΜΟΣ)
Συναρπαστική διαδρομή στα ελατοδάση της Ζαρούχλας (Η διαδρομή προτείνεται και για αρχάριους)
Βαθμός δυσκολίας: Α+
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας

ΚΥΡΙΑΚΗ 23/3
RAFTING
(Οι λεπτομέρειες για τη δραστηριότητα θα ανακοινωθούν)

ΚΥΡΙΑΚΗ 30/3
ΟΡΟΣ ΤΡΙΚΟΡΦΟ ΥΨ. 1545Μ.
Διαδρομή: Ποτιδάνεια - Τρίκορφο
Βαθμός Δυσκολίας: Α+
Ώρες πορείας: 3
Συντονιστής: Χ. Γάτσης

ΚΥΡΙΑΚΗ 6/4
ΟΡΟΣ ΣΑΡΑΝΤΑΠΗΧΟ
(Η ΜΑΥΡΟ ΟΡΟΣ) **ΥΨ. 1.756Μ.**
Ομαλή ράχη στην Ορεινή Κορινθία
Βαθμός Δυσκολίας: Α+
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας

ΚΥΡΙΑΚΗ 13/4
Παιδική συγκέντρωση στο καταφύγιο ''Ψάρθι'' Γνωριμία των παιδιών με το βουνό. (Οι λεπτομέρειες για το πρόγραμμα θα ανακοινωθούν).
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΟΥ ΘΩΜΑ 27/4
Πεζοπορία στο Φαράγγι του Βουραϊκού Μια από τις ομορφότερες και ευκολότερες πεζοπορικές διαδρομές στην Ελλάδα. (από 14 ετών και άνω)
Βαθμός Δυσκολίας: Α
Συντονιστής: ΔΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 30/4
ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ
Παρουσίαση βιβλίου του βετεράνου ορειβάτη κου Μαρτζούκου, με θέμα: "Η ορειβασία στην Ελλάδα, Ιστορία & Ιστορίες"

ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΑΧΑΪΑΣ
Στηρίζουμε τις τοπικές επιχειρήσεις!
Στηρίζουμε την τοπική οικονομία!

Μάιος - Ιούνιος

ΚΥΡΙΑΚΗ 4/5
ΑΓΡΑΠΙΔΟΚΑΜΠΟΣ
(Αιτωλοακαρνανία)
Βαθμός δυσκολίας: Α
Ώρες πορείας: 4
Συντονιστής: Α. Μαλαφούρη

ΚΥΡΙΑΚΗ 11/5
ΟΡΟΣ ΣΚΟΛΛΙΣ ΥΨ. 1.016Μ.
Μακρόστενο και απόκρημνο βουνό στη Δυτική πλευρά της Αχαΐας.
Η ονομασία Σκόλλις είναι αρχαία.
Σε παλιούς χάρτες αναγράφεται Σανταμέρι
ενώ οι ντόπιοι το αναφέρουν Πορτεϊκο.
Βαθμός δυσκολίας: Α
Ώρες περίπου: 4
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας

ΚΥΡΙΑΚΗ 18/5
RAFTING
(Οι λεπτομέρειες για το πρόγραμμα θα ανακοινωνθούν)

ΚΥΡΙΑΚΗ 25/5
ΟΡΟΣ ΤΣΕΚΟΥΡΑ ΥΨ.1733Μ.
Μικρό ορεινό συγκρότημα στην Ορεινή Ναυπακτία.
Βαθμός δυσκολίας: Β
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 1/6
ΟΡΟΣ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ
Ανάβαση στη κορυφή Δρίτσελο
Βαθμός δυσκολίας: Β
Ώρες πορείας: 6
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας

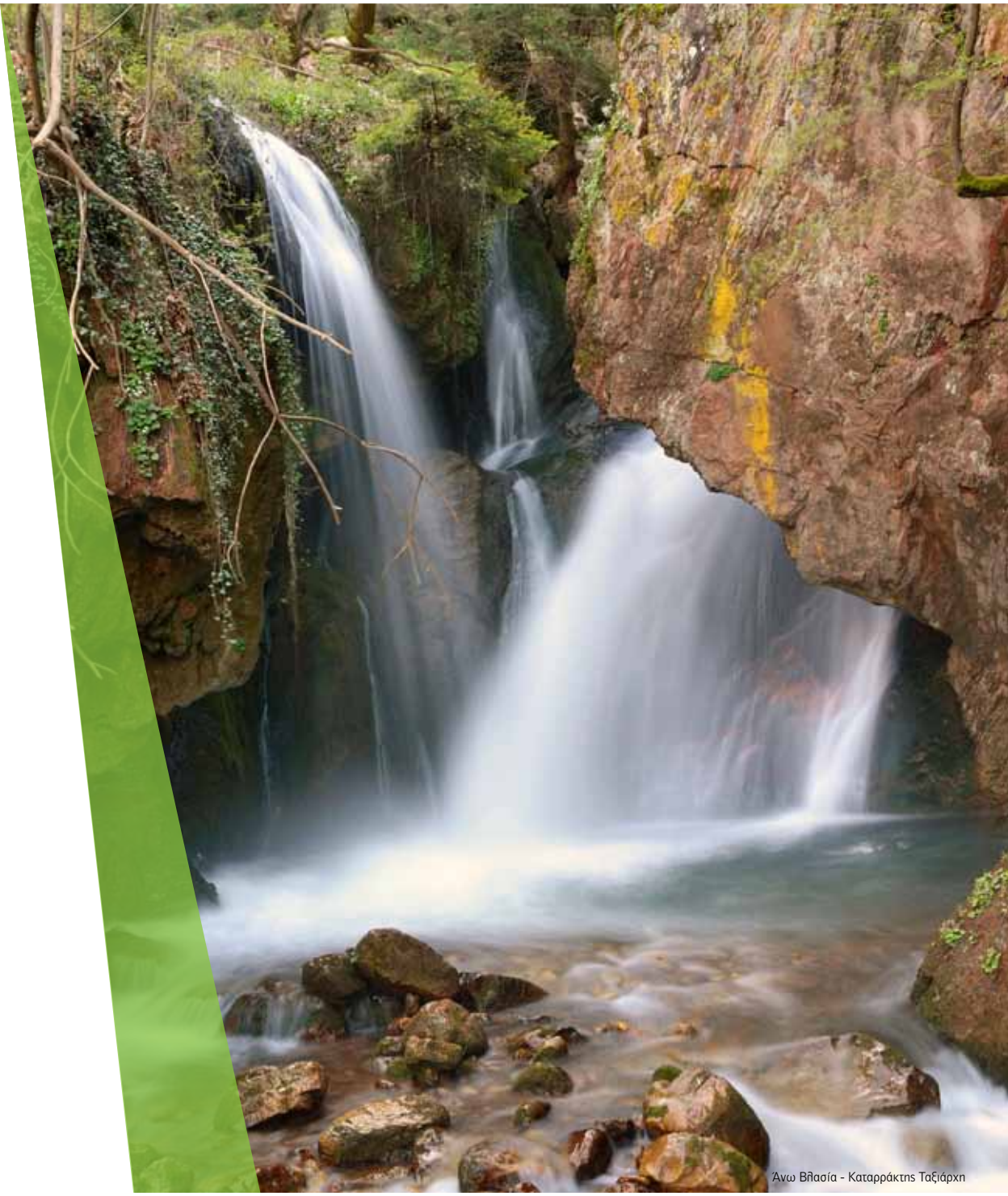
ΣΑΒΒΑΤΟ – ΚΥΡΙΑΚΗ – ΔΕΥΤΕΡΑ, (ΑΓ. ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ) 7 – 8 – 9 /6
"ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΗΝ ΙΘΑΚΗ"
Διαδρομές ανάμεσα σε ελαιώνες, αρχαία ερείπια που θα σας κάνουν να φαντάζεστε ''ομηρικές σκηνές''.
(Οι λεπτομέρειες για το πρόγραμμα θα ανακοινωθούν).
Συντονιστής: Α. Μαμμάση

ΚΥΡΙΑΚΗ 15/6
ΟΡΟΣ ΧΕΛΜΟΣ
Ανάβαση στα Ύδατα Στυγός
Βαθμός δυσκολίας: Β
Συντονιστής: Χ. Λυμπεράτος

ΚΥΡΙΑΚΗ 22/6
ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΣΤΟ ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΟΥ ΒΟΥΡΑΪΚΟΥ
(λεπτομέρειες για το πρόγραμμα θα ανακοινωθούν)
Βαθμός δυσκολίας: Α
Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 29/6
ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΔΙΑΣΧΙΣΗ ΣΤΟΝ ΕΡΥΜΑΝΘΟ
Ανάβαση στις κορυφές: Χέρωμα, Μικρή – Μεγάλη Μουγγίλα
Βαθμός δυσκολίας: Β+
Συντονιστές: Α. Μαλαφούρη – Χ. Γάτσης

Πάντα βρέχει



Άνω Βλασία - Καταρράκτης Ταξιάρχη

Ιούλιος - Αύγουστος

ΚΥΡΙΑΚΗ 6/7
ΝΕΔΑ
Το μοναδικό θηλυκού γένους ποτάμι στην Ελλάδα.
Τα νερά του ύστερα από 32χλμ. φυσικής ομορφιάς συναντούν το Ιόνιο,
στη θέση Ελαία, λίγο έξω από τη Κυπαρισσία.
Βαθμός δυσκολίας: Α
Συντονιστής: .Δ.Σ.

ΣΑΒΒΑΤΟ – ΚΥΡΙΑΚΗ 12 - 13/7
ΟΡΟΣ ΠΑΝΑΧΑΪΚΟ ΥΨ. 1.927Μ.
Ανάβαση με πανσέληνο στο Παναχαϊκό και διανυκτέρευση στη κορυφή.
(Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν).
Συντονιστής: Χ. Γάτσης – Α. Μαλαφούρη

ΚΥΡΙΑΚΗ 20/7
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

ΚΥΡΙΑΚΗ 27/7
ΟΡΟΣ ΠΕΤΡΟΥΧΙ ΥΨ. 1.396Μ.
Ανάβαση σε μια από τις κορυφές του Χελμού
μεταξύ Μέγα Σπηλαίου και Κερνίτσας.
Βαθμός δυσκολίας: Α+
Συντονιστής: Γ. Τσόγκας
''Ότι και να' χει ο Κρητικός με λόγια δε το λέει, με μαντινάδες χαίρεται, με μαντινάδες κλαίει. ''

23 – 30 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ
ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΗ ΚΡΗΤΗ
(Πληρ. – Δηλώσεις συμμετοχής από τα μέσα Ιουνίου)
Συντονιστής Χ. Γάτσης – Μ. Στεφανάκης

Ταβέρνα "Ζάστοβα"

Ελεκίστρα Πατρών, Τηλ.: 2610 641 346

Σεπτέμβριος - Οκτώβριος

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ

ΟΡΟΣ ΝΤΟΥΡΝΤΟΥΒΑΝΑ ΥΨ. 2.107Μ.

Ορεινό συγκρότημα στην Ν.Α. πλευρά του Ν. Αχαΐας και στην Δ – Ν.Δ. πλευρά του Ν. Κορινθίας.

Βαθμός δυσκολίας: Β

Ώρες πορείας: 7

Συντονιστής: Χ. Γάτσης

ΚΥΡΙΑΚΗ 5/10

ΟΡΟΣ ΤΣΑΚΑΛΑΚΙ ΥΨ. 1.710Μ.

Βουνό στο ανατολικό τμήμα των Ορέων της Αιτωλοακαρνανίας. Από ένα σημείο του δρόμου που ενώνει τα χωριά Ελευθέριανη και Κεντρική, αρχίζει η ανάβαση για τη κορυφή.

Βαθμός δυσκολίας: Β

Συντονιστής: Δ.Σ.

ΚΥΡΙΑΚΗ 12/10

ΚΕΝΤΡΙΑΣ ΕΡΥΜΑΝΘΟΥ ΥΨ.1.923Μ.

Βαθμός δυσκολίας: Β

Συντονιστής: Α. Παπαγεωργίου

ΚΥΡΙΑΚΗ 19/10

ΑΡΑΚΥΝΘΟΣ ΥΨ. 983Μ.

Βαθμός δυσκολίας: Α+

Συντονιστής: Θ. Κωτσάκης

ΣΑΒΒΑΤΟ – ΚΥΡΙΑΚΗ 25 – 26/10

ΟΡΟΣ ΚΙΣΣΑΒΟΣ (ΟΣΣΑ) **ΥΨ. 1.978Μ., ΦΑΡΑΓΓΙ ΚΑΛΥΨΟΥΣ**

(Λεπτομέρειες θα ανακοινωθούν).

Συντονιστής: Α. Μαλαφούρη – Χ. Γάτσης

Αναρρίχηση

ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ Ι

Ο Άρης Θανόπουλος με τον Δούκα Ρασιδάκη βρέθηκαν το φετινό καλοκαίρι στους Δολομίτες. Οι Δολομίτες είναι περιοχή των Άλπεων που βρίσκεται στην βορειοανατολική Ιταλία. Οι Κορυφές τους έχουν ύψη που ξεπερνούν τα 3000m και ο ασβεστόλιθός τους χαρακτηρίζετε από τους καλύτερους της Ευρώπης. Η ορθοπλαγιές των Δολομιτών έχουν αναπτύγματα από 200m έως 750m κάθετου βράχου. Από τους αναρριχητές έγιναν 5 πολύ απαιτητικές επαναλήψεις των διαδρομών:

1. Rosengarten, κορυφή Rotwand: Διαδρομή "via Maestri", 380m, VIII+ A0, (IX)

2. Στην ψηλότερη των Tre Cime di Lavaredo, Βόρεια ορθοπλαγιά της κορυφής Cima Grande : Διαδρομή "Saxon Superdirettissima" 600m VIII A1 (IX+)

3. Civetta, κορυφή Torre Trieste, που θεωρείται ο μεγαλύτερος μονόλιθος των Δολομιτών και αναφέρεται ως Πύργος των Πύργων (Torre delle Torri): Διαδρομή "Donnafugata", 750m, IX- A2 (8a), σε 2 μέρες. Έγινε bivouac στη μέση και στην κορυφή.

4. Marmolada, κορυφή Cima d'Auta: Διαδρομή "via Spirit", IX+, 400m

5. Civetta, κορυφή Punta Civetta: Διαδρομή "Chimera Verticale", 650m, VIII A1+ (IX), σε 2 μέρες. Μια διαδρομή με αλπικό χαρακτήρα που βρίσκεται στο λεγόμενο Τοίχο των Τοίχων (parete delle pareti), με αρκετά δύσκολη πρόσβαση και η ασφάλιση της διαδρομής να γίνεται κυρίως με φυσικές ασφάλειες και μερικά καρφιά. Έγινε bivouac στη μέση και στην κορυφή της διαδρομής. Η επιστροφή έγινε από τη via ferrata degli Alleghesi

ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ ΙΙ

Πριν κάποια χρόνια ο Γιάννης Τορέλλι με άλλους Πατρινούς αναρριχητές, είχαν ανοίξει στο αναρριχητικό πεδίο Χατζούρι στον τοίχο κάτω κάποιες διαδρομές που είχαν ξεχαστεί.

Φέτος το καλοκαίρι το πεδίο αυτό καθαρίστηκε και οργανώθηκε από τον Γιάννη Τορέλλι και τον Θ. Σωτηρόπουλο, καθώς επίσης ανοίχτηκαν κάποιες νέες γραμμές και είναι πια στα χέρια των αναρριχητών για να επαναλάβουν τις διαδρομές.

Επίσης μετά από πρωτοβουλία της Κ. Κολλύρου και του Θ. Σωτηρόπουλου, την άνοιξη μαζεύτηκαν χρήματα (από αναρριχητές) και αγοράστηκαν χημικά βύσματα, για να αντικατασταθούν τα παλιά και σκουριασμένα βύσματα του πεδίου, "Γαλάζιο Όνειρο" στην Καλόγρια. Τέλος στο πεδίο Αλεποχώρι στην Δυτική πλευρά του, έχουμε αρχίσει να ανοίγουμε νέες διαδρομές στον πάνω τοίχο.

Καλές αναρριχήσεις σε όλους!!!!

ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ι. ΤΣΟΓΚΑΣ

χειρουργός οδοντίατρος
πτυχ. Πανεπιστημίου Αθηνών

Κορίνθου 251 - 253 • 4ος όροφος • Πάτρα • τηλ.: 2610 224.989

www.sdpatras.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΓΕΡΜΑΝΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

Κ.ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΤΟΥ - Σ. ΚΑΓΓΕΛΑΡΗΣ

Καθηγητές - Εξεταστές

1989-2000 Goete Institut Patras

ΠΑΝΤΑΝΑΣΣΗΣ 33, ΠΑΤΡΑ τηλ./fax: 2610 240699
web site: www.sdpatras.gr e-mail: sdpatras@otenet.gr

ΤΣΙΑΝΙΚΑΣ

outdoor activities

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΒΟΥΝΟΥ
ΕΙΔΗ CAMPING
ΕΝΔΥΣΗ - ΥΠΟΔΗΣΗ

ΜΑΙΖΩΝΟΣ 229 & ΓΕΝΝΑΔΙΟΥ, ΠΑΤΡΑ, ΤΗΛ./ΦΑΞ: 2610 222 166, www.tsianikas.gr, info@tsianikas.gr

Ε. Ο. Σ.
ΠΑΤΡΩΝ

Χιονοδρομία

Έντονη και παραγωγική ήταν η χιονοδρομική χρονιά 2012-2013 με αρκετά κορίτσια και αγόρια να ακολουθούν τις δραστηριότητες του Συλλόγου μας και τα στελέχη, η τεχνική επιτροπή χιονοδρομίας μαζί με τον έφορο χιονοδρομίας να προσπαθούν για ότι καλλίτερο θα μπορούσε να οργανωθεί σύμφωνα με τις συνθήκες της χώρας.

Έτσι οργανώθηκαν σε τρία επίπεδα τα τμήματα της χιονοδρομίας.

Κατηγορία αρχαρίων με 5 αθλήτριες-αθλητές:
Βλασταράς Σπύρος, Μαρούδα Βικτωρία-Έλενη, Αποστολοπούλου Έλλη, Κακαβά Δανάη, Τζαβάρα Μαρία.

Την τεχνική ευθύνη για την ομάδα αυτή είχε αναλάβει η Σκούρα Ακυλίνα.

Προαγωνιστική κατηγορία με 12 αθλήτριες- αθλητές:
Αποστολόπουλος Νικόλαος, Αποστολόπουλος Μάριος, Ασημακόπουλος Γεώργιος, Βλασταράς Ανδρέας, Βλασταρά

Μαριλένα, Γιαννοπούλου Ισιδώρα, Δραγώτης Θύμιος, Μαρούδας Ανδρέας, Παρασκευάς Φοίβος, Σπηλιώτης Γιώργος, Τζούδα Αιμιλία, Τζούδας Ηλίας.
Την τεχνική ευθύνη για την ομάδα αυτή είχε αναλάβει ο προπονητής Μαρούδας Νίκος.

Την αγωνιστική κατηγορία με 6 αθλήτριες- αθλητές:
Δραγώτη Βιβιάνα, Δρακόπουλος Δημοσθένης, Κουρής Μιχάλης, Παπαμανώλη Ιωάννα, Ράλλης Αναστάσιος, Σκούρα Ακυλίνα.
Την τεχνική ευθύνη για την ομάδα αυτή είχε αναλάβει ο Σκούρας Σταμάτης.

Όλες οι πιο πάνω ομάδες εξορμούσαν με το ski-bus του ΕΟΣ Πατρών στο φιλόξενο χιονοδρομικό κέντρο του Χελμού και παρακολούθησαν κατά το δυνατό το επίσημο πανελλήνιο αγωνιστικό πρόγραμμα της ΕΟΧ στους έξεις αγώνες:
- Προαγωνιστικής Πισοδέρι Φλώρινα 21-23/02/2013
- Προαγωνιστικής Παρνασσός 5 - 6/04/2013
- Αγωνιστικής προκριματικά Βίτσι 23-24/02/2013
- Αγωνιστικής πανελλήνιοι Παρνασσός 29-30/03/2013

Ο Σύλλογος στην προσπάθεια του να δημιουργήσει καλλίτερες οικονομικές συνθήκες προμηθεύτηκε και διένειμε στους αρχάριους χιονοδρόμους τον απαραίτητο τεχνικό εξοπλισμό (σκι- μπότες-μπατόν.)

Επίσης πιστεύοντας στην διαρκή τεχνική επιμόρφωση και την αξιοποίηση των δικών του αθλητών φρόντισε ώστε η Σκούρα Ακυλίνα να παρακολουθήσει τη κρατική Αυστριακή σχολή προπονητών όπου και απέκτησε Αυστριακό κρατικό δίπλωμα προπονητού.

Η έναρξη των δραστηριοτήτων της ερχόμενης χειμερινής περιόδου θα γίνει τον μήνα Νοέμβριο 2013 με μεγάλη συγκέντρωση ενημέρωση για την νέα χρόνια (πρόγραμμα-έγγραφές) - απονομή πτυχίων στις ακαδημίες και αγωνιστικές ομάδες.

ΒΙΒΛΙΟΧΑΡΤΟΠΩΛΕΙΑ • ΑΝΑΛΩΣΙΜΑ • ΕΙΔΗ ΗΟΒΒΥ

ρουμπι

ΚΟΡΙΝΘΟΥ 19-21, ΤΗΛ.: 2610 431.655

ΚΟΡΙΝΘΟΥ 16, ΤΗΛ.: 2610 433.642

ΛΕΜΕΣΟΥ 17, ΤΗΛ.: 2610 423.644

τηλ.παραγγελιών:2610 450001, fax:2610 450333
www.roubi.gr, e-mail:roubi@otenet.gr

ανοδος

φροντιστήριο
δευτεροβάθμιας
εκπαίδευσης

Νίκος Άκουρος
Σπήλιος Καλύβας
Δημήτρης Καρανάσιος

Γούναρη 57, Πάτρα
Τηλ. & Fax: 2610 277838
www.anodospatras.gr, e-mail: anodos1@otenet.gr

ΚΑΡΤΕΣ
ΕΠΙΣΤΟΛΟΧΑΡΤΑ
ΦΑΚΕΛΑ
ΑΦΙΣΕΣ
ΒΙΒΛΙΑ
ΦΟΛΝΤΕΡ
ΕΝΤΥΠΑ
ΣΥΝΤΑΓΟΛΟΓΙΑ
ΒΙΒΛΙΑ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ
ΕΤΙΚΕΤΕΣ
ΣΟΥΠΛΑ

all about print

BANNER
ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ
ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΑ ΠΑΡΑΣΤΑΤΙΚΑ
ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΑ ΜΠΛΟΚ
ΠΡΟΣΚΛΗΤΗΡΙΑ
ΑΥΤΟΚΟΛΗΤΑ
ΦΩΤΟΑΝΤΙΓΡΑΦΑ
ΠΛΑΣΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗ
ΕΚΤΥΠΩΣΗ ΣΕ ΥΦΑΣΜΑ
ΕΚΤΥΠΩΣΗ ΤΑΠΕΤΣΑΡΙΑΣ

Εκτύπωση από (1) ένα τεμάχιο

digiland
PRINT ON DEMAND

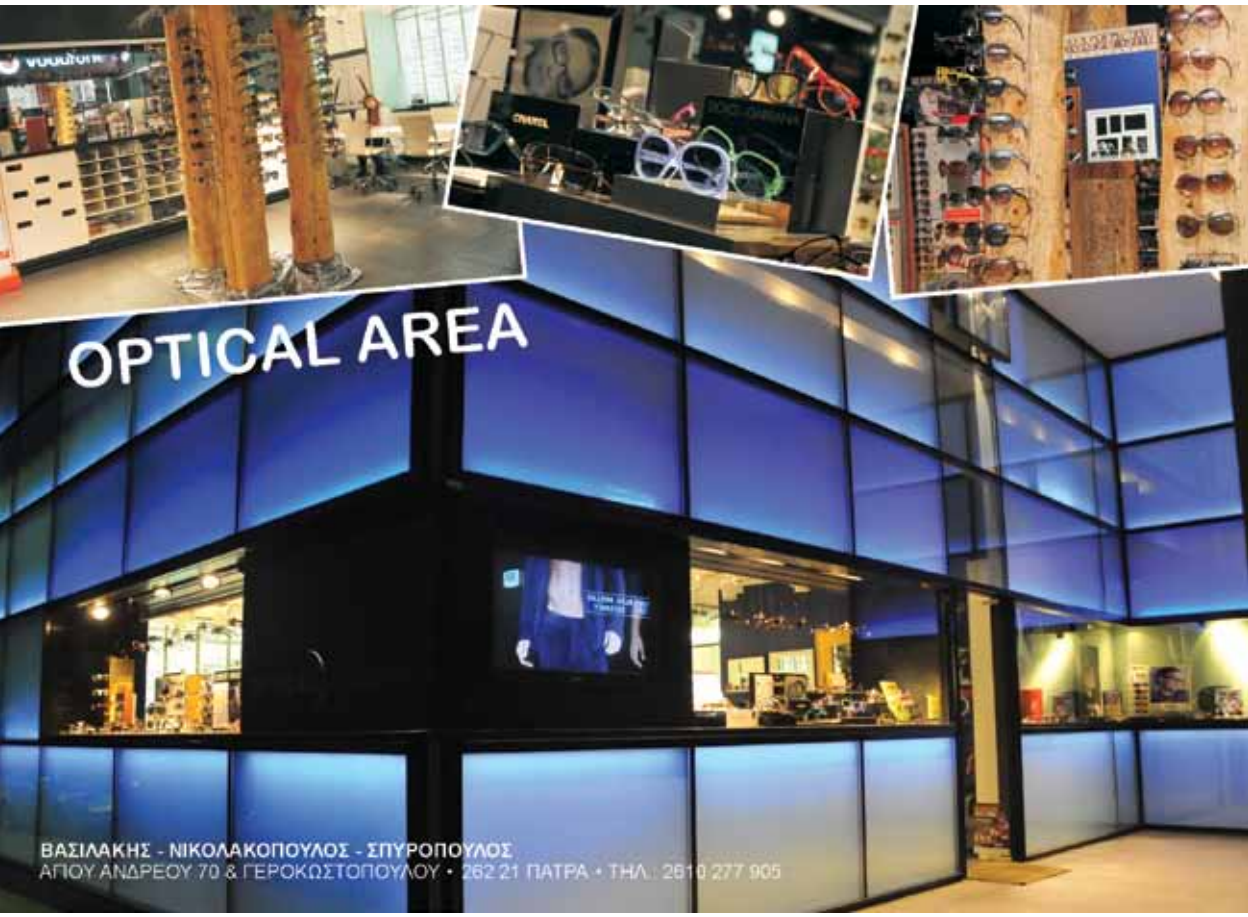
Γερμανού 114, 262 25, Πάτρα
τ.: 2610 222290, **φ.:** 2610 222590
web: www.digiland.g, **e-mail:** info@digiland.gr

VANTANA
Tentura
Especial 1950

…πάθος για ποιότητα!

Το 1950 στην Πάτρα, ο Παναγιώτης Βαντάνας, ξεπερνώντας τις κλασικές συνταγές, δημιουργεί ένα εξαιρετικό ποτό για ψαγμένους ουρανίσκους, με νότες κανέλας, γαρύφαλλου, μοσχοκάρυδου και εσπεριδοειδών, την Τεντούρα Vantana Especial 1950.

Απολαύστε την παγωμένη ή με θρυμματισμένο πάγο, κάθε στιγμή και ιδιαίτερα μετά το φαγητό.

VANTANA
ΟΙΚΟΣ ΙΔΡΥΘΕΙΣ ΤΟ 1904
Vantana Ποτοποιία - Αποσταγματοποιία Τζούδας Γ. & Π.
250 08 Πάτρα, Τηλ.: 2610 529 810
www.tentura-vantana.gr

OPTICAL AREA