

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΡΟΜΠΤΑ**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΞΟΡΜΗΣΕΩΝ****ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2021 - ΙΟΥΝΙΟΣ 2022**

Αγαπητοί συνορειβάτες, λόγω της πανδημίας του Covid19 οι εξορμήσεις μας θα πραγματοποιούνται σύμφωνα με τα πρωτόκολλα των αρμόδιων Οργανισμών. Πριν από κάθε εκδρομή, θα αναρτάται στο site www.rompa.gr σχετική ενημέρωση.

12 Σεπτεμβρίου 2021 ΑΓΚΙΣΤΡΙ	Ωρες πορείας 3, Β. δυσκολίας Α, από τη Σκάλα στην Απόνησο και μπάνιο. Σάκης Κιουμουρτζής
18-19 Σεπτεμβρίου 2021 Συμμετοχή στο μονοπάτι ΕΚΕΧΕΙΡΙΑΣ ΑΡΧΑΙΑ ΗΛΙΔΑ-ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ	Αρχαία Ήλιδα - Αρχαία Ολυμπία, πορεία μήκους 50 χιλ. Το Διοικητικό Συμβούλιο
3 Οκτωβρίου 2021 Όρος ΨΩΚΑΣ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ	Ανάβαση στην κορυφή από Χαλκί. Μονή Ζωδόχου Πηγής. Μπάνιο και φαγητό στην παραλία Βραχατίου. Ωρες πορείας 4,5 βαθμός δυσκολίας Α Στέλιος Πασσάκος
9-10 Οκτωβρίου 2021 Συμμετοχή στις εκδηλώσεις Δήμου Τρίπολης και Συλλόγου Αρκάδων Ορειβατών ΣΑΟΟ	Ιστορία- Πολιτισμός- Ορεινή Πεζοπορία στα μονοπάτια του μεγάλου '21 1η ημέρα Μπλε μονοπάτι, Ανατολικό Μαίναλο, ώρες 5,5, Δυσκολία Α+ 2η ημέρα Πράσινο μονοπάτι, Ανατολικό Μαίναλο, ώρες 5,5, Δυσκολία Α+ Το Διοικητικό Συμβούλιο
17 Οκτωβρίου 2021 ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΕΦΙΑΛΤΗ - ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ	Διάσχιση Μονή Δαμάστας - Θερμοπούλες, ώρες πορείας 6,5 Β. δυσκολίας Β Νίκος και Ηλίας Τσιμπούλης
24-Οκτ-21 ΜΑΚΡΟΝΗΣΟΣ	Ξενάγηση στον χώρο και πεζοπορία 5 ωρών, βαθμός δυσκολίας Α Τζένη Κυριακίδου - Αναστασία Γκρούμα
30 -31 Οκτωβρίου 2021 ΤΥΡΟΣ-ΛΕΩΝΙΔΙΟ- ΠΟΥΛΗΘΡΑ	Πεζοπορία σε μονοπάτια της περιοχής. Τρίκερι - Μεταλλείο Ζαρίτσι. Τυρός - Λεωνίδιο. Επίσκεψη Μονή Έλωνας. Πορείες 4-5 ωρών, Βαθμός δυσκολίας Α Θανάσης Κορμάς - Νώντας Σίδερης
13 Νοεμβρίου 2021 <u>Σάββατο</u> ΠΕΝΤΕΛΗ	Καταράκτης Ραπεντώσας, ώρες πορείας 3,5 Βαθμός δυσκολίας Α Το Διοικητικό Συμβούλιο
21 Νοεμβρίου 2021 ΚΟΡΙΝΘΙΑ	Ποδηλατική εξόρμηση στον Κάμπο Νεμέας - Επίσκεψη σε Οινοποιείο Γιώργος Δρίτσας - Μαρία Κορρέ
27 - 28 Νοεμβρίου 2021 ΓΡΑΜΜΕΝΗ ΟΞΥΑ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ	Σάββατο - Κυκλική πορεία Γαρδίκι, ώρες πορείας 3, Βαθμός Δυσκολίας Α Κυριακή Καταφύγιο Γραμμένης Οξυάς - κορυφή Σαράνταινα - Γαρδίκι Ομιλίων, ώρες πορείας 6,5. Βαθμός δυσκολίας Α+ Σάκης Κιουμουρτζής - Στέλιος Πασσάκος
12 Δεκεμβρίου 2021 ΜΑΙΝΑΛΟ ΑΡΚΑΔΙΑΣ	Βυτίνα - Ελάτη, ποταμός Μυλάοντα, ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α Αναστασία Γκρούμα - Σάκης Κιουμουρτζής
19 Δεκεμβρίου 2021 ΒΟΡΕΙΟΣ ΥΜΗΤΤΟΣ	Πορεία Κατσαγιάννη, ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α Το Διοικητικό Συμβούλιο

<p>20 Φεβρουαρίου 2022 ΠΑΡΝΗΘΑ (Φυλή)</p>	<p>Κοπή Πίττας, ώρες πορείας 4,5 Βαθμός δυσκολίας Α Το Διοικητικό Συμβούλιο</p>
<p>27 Φεβρουαρίου 2022 ΟΡΟΣ ΑΙΓΑΛΕΩ</p>	<p>Πορεία κυκλική από Μονή Δαφνίου, ώρες πορείας 4,5 Βαθμός δυσκολίας Α Στέλιος Πασσάκος - Τζένη Κυριακίδου</p>
<p>13 Μαρτίου 2022 ΔΕΛΦΟΙ-ΧΡΙΣΣΟ-ΚΙΡΡΑ</p>	<p>Διάσχιση, ώρες πορείας 4,5 Βαθμός δυσκολίας Α Σάκης Κιουμουρτζής - Νίκος Τσιμπούλης</p>
<p>25-27 Μαρτίου 2022 ΒΕΛΒΕΝΤΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ</p>	<p>1η μέρα Μπουχάρια, Σέρβια, Κάστρα ώρες 2, Βαθμός δυσκολίας Α 2η μέρα Βελβεντός - Καταφύγι, ώρες 6, Βαθμός δυσκολίας Α+ 3η μέρα Καταρράκτης Σκεπασμένου-Μονή Αγ. Τριάδας (κυκλική) ώρες 5, Βαθμός δυσκολίας Α Σάκης Κιουμουρτζής - Νίκος Τσιμπούλης</p>
<p>10 Απριλίου 2022 ΚΟΡΙΝΘΙΑ</p>	<p>Τρίκαλα Κορινθίας, ανάβαση στην Λίμνη Δασίου, Οροπέδιο Ζήρειας (διάσχιση) ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α Στέλιος Πασσάκος</p>
<p>8 Μαΐου 2022 ΜΑΙΝΑΛΟ ΑΡΚΑΔΙΑΣ (Συμμετοχή στην διοργάνωση του ΣΑΟΟ)</p>	<p>Διάσχιση Σιλιμνα- Μανταϊίκα- ποταμός Ελισσώνας -Χρυσοβίτσι ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α + Το Διοικητικό Συμβούλιο</p>
<p>14-15 Μαΐου 2022 Συμμετοχή στο μονοπάτι ΕΚΕΧΕΙΡΙΑΣ ΑΡΧΑΙΑ ΗΛΙΔΑ-ΑΡΧΑΙΑ ΟΛΥΜΠΙΑ</p>	<p>Αρχαία Ήλιδα - Αρχαία Ολυμπία, πορεία μήκους 50 χιλ. Το Διοικητικό Συμβούλιο</p>
<p>20-22 Μαΐου 2022 ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΤΑΚΤΙΑ</p>	<p>Άνω χώρα (κυκλική) "Το μονοπάτι της ξανθιάς αλεπούς", ώρες πορείας 3, Βαθμός δυσκολίας Α Άνω χώρα (κυκλική) "Άθλος Άνω Χώρας", ώρες πορείας 6, Βαθμός δυσκολίας Α Νίκος Διαμαντάκος - Τζένη Κυριακίδου</p>
<p>29 Μαΐου 2022 ΕΥΒΟΙΑ</p>	<p>Στρόπωνες-Χιλιαδού και μπάνιο, ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α Στέλιος Πασσάκος- Νίκος Διαμαντάκος</p>
<p>11-13 Ιουνίου 2022 ΛΕΥΚΑΔΑ</p>	<p>1η μέρα Καρυά-Εγκλουβή-Πρ. Ηλίας - Φρυνί και μπάνιο, ώρες 4, Βαθμός δυσκολίας Α 2η μέρα Σύμβρος -Μονοπάτιο πηγών - Βουρνικάς και μπάνιο, ώρες 4, Βαθμός δυσκολίας Α 3η μέρα Όρος Σκάροι Κολυβάτα - Νικιάνα και μπάνιο, ώρες 3, Βαθμός δυσκολίας Α Νώντας Σίδηρης - Τζένη Κυριακίδου</p>
<p>24-26 Ιουνίου 2022 ΟΛΥΜΠΟΣ</p>	<p>1η μέρα Πριόνια - Καταφύγιο Ζολώτα ώρες 4, Βαθμός δυσκολίας Α 2η μέρα Καταφύγιο - κορυφή Μύτικα, ώρες 6, Βαθμός δυσκολίας Β 3η μέρα Καταφύγιο -Πριόνια - Φαράγγι Ενιπέα (προαιρετικό) ώρες 7,5 Βαθμός δυσκολίας Β Σάκης Κιουμουρτζής - Στέλιος Πασσάκος</p>

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΡΟΜΠΑ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΞΟΡΜΗΣΕΩΝ
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2022 - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2022

Αγαπητοί συνορειβάτες, λόγω της πανδημίας του Covid19 οι εξορμήσεις μας θα πραγματοποιούνται σύμφωνα με τα πρωτόκολλα των αρμόδιων Οργανισμών. Πριν από κάθε εκδρομή, θα αναρτάται στο site www.rompa.gr σχετική ενημέρωση.

15 Σεπτεμβρίου 2022	Πρώτη συνάντηση PARTY BAR
18 Σεπτεμβρίου 2022 ΤΖΙΑ	Κορρησία-Ιουλίδα- Οτζιάς Ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α και μπάνιο Σάκης Κιουμουρτζής
25 Σεπτεμβρίου 2022 ΕΥΒΟΙΑ	Δάφνη - Μελούνα Ώρες πορείας 4, Βαθμός δυσκολίας Α και μπάνιο Σάκης Κιουμουρτζής
8-9 Οκτωβρίου 2022 ΜΕΣΣΗΝΙΑ	1η ημέρα Πορεία Γιάλοβα, Λιμνοθάλασσα, Κάστρο Ναυαρίνου, Βοιδοκοιλιά, Πετροχώρι. Ώρες πορείας 2,5 βαθμός δυσκολίας Α και μπάνιο. Επίσκεψη στο Ανάκτορο Νέστορα. 2η ημέρα Κυκλική πορεία στους οικισμούς Τραχήλα, Θαλάμες, Λαγκάδα. Ώρες πορείας 6, βαθμός δυσκολίας Α. Αναστασία Γκρούμα- Σάκης Κιουμουρτζής
16 Οκτωβρίου 2022 ΠΑΡΝΗΘΑ	Αυλώνα-Μαλακάσα Ώρες πορείας 6, βαθμός δυσκολίας Α. Το Διοικητικό Συμβούλιο
27-30 Οκτωβρίου 2022 ΚΡΗΤΗ ΨΗΛΟΡΕΙΤΗΣ	1η ημέρα Φαράγγια Ρόζας και Εμπασιά (Οροπέδιο Λασιθίου) Ώρες πορείας 5 βαθμός δυσκολίας Α+ 2η ημέρα Ψηλορείτης κορυφή Τίμιος Σταυρός 2,456μ. Ώρες πορείας 6,5 βαθμός δυσκολίας Α+ 3η ημέρα Αστερούσια όρη, Καπετανιανά- Κορυφή Κόφινας Ώρες πορείας 5 βαθμός δυσκολίας Α+ Νίκος Τσιμπούλης-Σάκης Κιουμουρτζής
12 Νοεμβρίου 2022 ΕΥΒΟΙΑ	Μονοπάτι Ηρώς Ώρες πορείας 5 βαθμός δυσκολίας Α Αναστασία Γκρούμα
26-27 Νοεμβρίου 2022 ΣΠΑΡΤΗ ΤΑΥΓΕΤΟΣ	1η ημέρα Γεωργίτσι- Φαράγγι Μύλων Ώρες πορείας 4,5 βαθμός δυσκολίας Α+ 2η ημέρα Κυκλική Παρόρι Μυστρά - Μονή Φανερωμένης- Μονοπάτι Λαγκαδιώτισσας Ώρες πορείας 4,5 βαθμός δυσκολίας Α Στέλιος Πασσάκος- Σάκης Κιουμουρτζής
11 Δεκεμβρίου 2022 ΒΟΡΕΙΟΣ ΥΜΗΤΤΟΣ	Πορεία Κατσαγιάννη, Ώρες πορείας 5, Βαθμός δυσκολίας Α Το Διοικητικό Συμβούλιο
18 Δεκεμβρίου 2022 ΝΕΜΕΑ Συμμετοχή σε πορεία του Συλλόγου Αρκάδων Ορειβατών ΣΑΟΟ	Μεγαλοβούνι Νεμέας 1.273μ Δύο πορείες Ώρες πορείας 6, Βαθμός δυσκολίας Α+, Ώρες πορείας 3 Βαθμός δυσκολίας Α Το Διοικητικό Συμβούλιο