

## ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΕΣ ΕΞΟΡΜΗΣΕΙΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΥ ΟΜΙΛΟΥ ΡΟΜΠΑ 2018-2019

<b>Σεπτέμβριος 2018</b>	13/9 Πρώτη συνάντηση	<b>16/9 ΑΙΓΙΝΑ</b> Ελλάνιο όρος - Ελαιώνας - Μαραθώνας & μπάνιο Δυσκολία: Α 4 ώρες Αγάπιος Χαραλαμπίδης - Τζένη Κυριακίδου	<b>28-30/9 ΕΥΡΥΤΑΝΙΑ - ΠΑΝΤΑ ΒΡΕΧΕΙ</b> διάσχιση Κρικελοπόταμου - κορυφή Αρέντα Δυσκολία: Α 2 διαδρομές 6 ώρες & 3 ώρες Αγάπιος Χαραλαμπίδης - Στέλιος Πασσάκος
<b>Οκτώβριος 2018</b>	<b>14/10 ΒΟΡΕΙΟΣ ΤΑΥΓΕΤΟΣ</b> διάσχιση φαραγγιού των Μύλων Δυσκολία: Α 5 ώρες Στέλιος Πασσάκος - Νώντας Σίδηρης	<b>19-21/10 ΦΘΙΩΤΙΔΑ - ΜΑΥΡΙΛΟ</b> μονοπάτια του Αχιλλέα και του Μαγεμένου Δάσους Δυσκολία: Α 2 διαδρομές 5 & 3 ώρες Φρίξος Τσολάκης - Νίκος Διαμαντάκος	<b>28/10 ΜΑΙΝΑΛΟ</b> Ροεινό - Αλωνίσταινα Δυσκολία: Α 5 ώρες Αντώνης Αρβανίτης - Νίκος Διαμαντάκος
<b>Νοέμβριος 2018</b>	<b>10/11 ΠΑΡΝΗΘΑ</b> Μονή Κλειστών - Σπήλαιο Πανός (κυκλική) Δυσκολία: Α 6 ώρες Αντώνης Αρβανίτης - Στέλιος Πασσάκος	<b>16/11 ΓΕΝΕΘΛΙΑ ΡΟΜΠΑΣ</b> <b>18/11 ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ</b> Νέα Μάρη - Σχινιάς - Ραμνούς Αγάπιος Χαραλαμπίδης	<b>24-25/11 ΠΑΡΩΝΑΣ</b> Βαμβακού-καταφύγιο & Μεγ. Τούρλα - Μ. Μαλεβής Δυσκολία: Α & Β 2 διαδρομές 2 & 6 ώρες Αντώνης Αρβανίτης - Θανάσης Κορμάς
<b>Δεκέμβριος 2018</b>	<b>2/12 ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ</b> Λιβάδι - Κωρύκειον Άντρον - Δελφοί Δυσκολία: Α 5 ώρες Σάκης Κιουμουρτζής - Αγάπιος Χαραλαμπίδης	<b>15-16/12 ΟΙΤΗ - ΠΑΥΛΙΑΝΗ</b> αισθητικό δάσος - Καταβόθρα - Πυρά Ηρακλέους Δυσκολία: Α & Β 2 διαδρομές 2 & 6 ώρες Στέλιος Πασσάκος - Αγάπιος Χαραλαμπίδης	<b>23/12 ΥΜΗΤΤΟΣ</b> πορεία Κατσαγιάννη Δυσκολία: Α 5 ώρες μέλη Δ.Σ.
<b>Ιανουάριος 2019</b>	<b>5/1 ΟΡΟΣ ΑΙΓΑΛΕΩ</b> Μονή Δαφνίου - πορεία στο δάσος Δυσκολία: Α 3 ώρες Τζένη Κυριακίδου	<b>13/1 ΚΟΡΙΝΘΙΑ - ΚΟΠΗ ΠΙΤΑΣ</b> δάσος Μουγροστού Δυσκολία: Α 3,5 ώρες μέλη Δ.Σ.	<b>25-27/1 ΤΡΙΚΑΛΑ - ΣΤΟΥΡΝΑΡΕΪΚΑ</b> λιβάδια Γκρούπας - Καρατζούνη Δυσκολία: Α 2 διαδρομές 3,5 & 5 ώρες Φρίξος Τσολάκης - Νίκος Διαμαντάκος
<b>Φεβρουάριος 2019</b>	<b>10/2 ΑΧΑΪΑ ΚΛΩΚΟΣ</b> Φτέρη - κορυφή Παναγία Κλωκού Δυσκολία: Α 5 ώρες Σάκης Κιουμουρτζής - Στέλιος Πασσάκος	<b>24/2 ΜΑΙΝΑΛΟ</b> Ζυγοβίσι - Στεμνίτσα - Ελληνικό Δυσκολία: Α 4,5 ώρες Αναστασία Γκρούμα - Μαρία Κορρέ	
<b>Μάρτιος 2019</b>	<b>1/3 ΠΑΡΤΥ ΜΑΣΚΕ</b>	<b>8-11/3 ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ ΞΑΝΘΗΣ</b> γέφυρα Σαμακώβ- Καλαμού-Αυγό διάσχιση Νέστου - Κρωμνικό Δυσκολία: Α 2 διαδρομές 5 & 5 ώρες Μαρία Κορρέ - Σάκης Κιουμουρτζής	<b>23-25/3 ΠΗΛΙΟ</b> Ανω Λεχώνια-Μηλιές & Μηλιές - Τσαγκαράδα Τσαγκαράδα-Νταμούχαρη-Παπα Νερό- Αγ. Γιάννης Δυσκολία: Α 3 διαδρομές 4 & 6 & 4 ώρες Αντώνης Αρβανίτης - Αναστασία Γκρούμα
<b>Απρίλιος 2019</b>	<b>7/4 ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟ</b> Ανάβρα - κορυφή Ελαφοβούνι Δυσκολία: Α 6 ώρες Αναστασία Γκρούμα - Μαρία Κορρέ	<b>21/4 ΜΑΚΡΟΝΗΣΟΣ</b> πεζοπορία στο νησί Δυσκολία: Α 5 ώρες Τζένη Κυριακίδου - Αναστασία Γκρούμα	<b>25-29/4 ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ</b> Αρχαία Σάμη, κάστρο Άσσου, κορυφογραμμή Αίνου Δυσκολία: Α 3 διαδρομές 3,5 & 2,5 & 2,5 ώρες Στέλιος Πασσάκος - Αγάπιος Χαραλαμπίδης
<b>Μάϊος 2019</b>	<b>4-5/5 ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΗΣ ΕΚΕΧΕΙΡΙΑΣ</b> συμμετοχή στη διοργάνωση της Συμπολιτείας Ολυμπίας με πεζοπορία 49 χλμ. από την Αρχαία Ήλιδα στην Αρχαία Ολυμπία Δυσκολία: Β 10 ώρες  μέλη Δ.Σ.	<b>10-12/5 ΑΓΡΑΦΑ - ΛΙΜΝΗ ΠΛΑΣΤΗΡΑ</b> Αγ. Νικόλαος - Μπορλέρο - Καταρραχιάς Μπελοκομιτή-Καραμανώλη-Τέμπλα-Νεραΐδα Δυσκολία: Α 2 διαδρομές 5,5 ώρες & 5 ώρες  Σάκης Κιουμουρτζής - Αναστασία Γκρούμα	<b>19/5 ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ</b> Χαλκίδα Ζίνα Μπιστούρα - Νώντας Σίδηρης <b>25-26/5 ΒΟΡΕΙΟΣ ΕΥΒΟΙΑ</b> Γιάλτρα-Λιχάδα & καταρράκτες Δαφνοκούκι Δυσκολία: Α & Α+ 2 διαδρομές 4 & 6 ώρες Νίκος Διαμαντάκος - Τζένη Κυριακίδου
<b>Ιούνιος 2019</b>	<b>2/6 ΜΕΘΑΝΑ</b> Ανάβαση στο Ηφαίστειο & πορεία στον Αγ. Νικόλαο & μπάνιο Δυσκολία: Α 5 ώρες Θανάσης Κορμάς - Νώντας Σίδηρης <b>9/6 ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ</b> Κορινθία Γιώργος Δρίτσας - Μαρία Κορρέ	<b>14-17/6 ΓΡΑΜΜΟΣ</b> Αετοτομηλίτσα - Κορυφή Γράμμος (Τσοούκα Πέτσικ) Αετοτομηλίτσα - κορυφή Επάνω Αρένα μονοπάτι προς Γράμμουςτα Δυσκολία: Β & Β & Α 3 διαδρομές 7 & 9 & 3 ώρες  Σάκης Κιουμουρτζής - Θανάσης Κορμάς	<b>22-23/6 ΦΑΡΑΓΓΙ ΔΗΜΟΣΑΡΗ</b> Μύλοι - Ρωμαϊκό λατομείο Δρακόσπιτο Όχης - διάσχιση φαραγγιού Δυσκολία: Α & Β 2 διαδρομές 3 & 7 ώρες Αγάπιος Χαραλαμπίδης- Φρίξος Τσολάκης <b>29/6 BEACH PARTY</b>
<b>Αύγουστος 2019</b>	<b>23-31/8 Καλοκαιρινή απόδραση στη Γαύδο</b> Πεζοπορικές διαδρομές - παραλίες - αξιοθέατα Σάκης Κιουμουρτζής		