



Όμιλος Φίλων Βουνού & Θάλασσας

Μέλος του Διεθνούς Δικτύου "Φίλοι της Φύσης" "NatureFriends"

Ορειβασία / Πεζοπορία / Πολιτισμός / Οικολογία / Εθελοντισμός / Οικοτουρισμός

Οδός Ποσειδώνος 18, Βούλα Τ.Κ. 166 73, Αθήνα τηλ. 2109657879 fax.2108992113



Πεζοπορική - Ορειβατική εξόρμηση

Τριήμερη Εξόρμηση

**Αγίου Πνεύματος: Κάβος Μαλέα - Ελαφώνησος - Παυλοπέτρι -
Παραδείσι - Σπήλαιο Καστανιάς**

Ν. Λακωνίας

Σάββατο 30.5.2015 έως και Δευτέρα 1.06.2015

Σάββατο 30.5.2015

Αναχώρηση 07:00 από Βούλα με προορισμό την Νεάπολη του Νομού Λακωνίας. Μετά από ενδιάμεση στάση για καφέ θα σταματήσουμε στο χωριό Πλύτρα για γεύμα.

Η Πλύτρα είναι γραφικό ψαροχώρι, πολύ κοντά (4 χιλ.) στα Παπαδιάνικα του Δήμου Μονεμβάσις.

Στην Πλύτρα, υπάρχει η βυθισμένη πόλη του Αρχαίου Ασωπού. Τα ερείπια του αρχαίου λιμανιού διακρίνονται μέχρι σήμερα με γυμνό μάτι μέσα στη θάλασσα αλλά και κατά μήκος της ακτής.



Αρχαία Ασωπός

Νωρίς το απόγευμα άφιξη στη Νεάπολη (παλαιότερη ονομασία Βάτικα) και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο μας.

Η Νεάπολη είναι χτισμένη πάνω στα ερείπια των αρχαίων Βοιών. Οι αρχαίες Βοιές ιδρύθηκαν από το γιο του Ηρακλή, Βοιό, μετά τη συνένωση της μέχρι τότε ακμάζουσας "Λακωνικής Τριπόλεως" η οποία αποτελείτο από τις πόλεις Ήτιδα, Αφροδισιάδα, Σίδη.

Αμέσως μετά θα επισκεφτούμε και θα ξεναγηθούμε στο απολιθωμένο δάσος της Νεάπολης που βρίσκεται μέσα σε ιδιωτικό αγρόκτημα. Ένα μνημείο του χρόνου και της φύσης το οποίο προήλθε από σειρά γεωλογικών ταραχών πριν από εκατομμύρια χρόνια και αποτελείται από βαρελόμορφους κορμούς δένδρων (Βελανιδιές).

Κατόπιν θα πεζοπορήσουμε από την Νεάπολη μέχρι το Παλαιόκαστρο. Διαδρομή σε χωματόδρομο πλάι στη θάλασσα και κατάληξη στο ξωκλήσι της Αγίας Παρασκευής. Χαρακτηρίζεται ιδανικός τόπος για όλους, αλλά κυρίως για τους φυσιολάτρες περιπατητές. Η θέα από το Παλαιόκαστρο είναι μοναδική. Μπορεί κανείς να διακρίνει ολόκληρο τον Λακωνικό κόλπο έως το Γύθειο και τα Κύθηρα και τα βουνά της Μάνης. Στην περιοχή πιθανολογείται πως ήταν κτισμένη η πόλη Ήτις από τον Αινεία περί το 1100 πΧ.

Δείπνο σε τοπική παραλιακή ταβέρνα. Αν το επιτρέψουν οι καιρικές συνθήκες θα ακολουθήσει Φεγγαροβραδιά στον κήπο του ξενοδοχείου κάτω από τις οδηγίες του αρχηγού μας Γιάννη Ψαράκη.



Παλαιόκαστρο

Κυριακή 31.5.2015

Μετά το πρωινό μας αναχωρούμε με το πούλμαν για το απολιθωμένο δάσος της Αγίας Μαρίνας όπου θα ξεκινήσει η πεζοπορία μας για τον Κάβο Μαλέα και συγκεκριμένα μέχρι την Αγία Ειρήνη και τον Άγιο Γεώργιο.

Το απολιθωμένο Φοινικόδασος της παράλιας ζώνης του Αγίου Νικολάου συμπεριλαμβάνεται στον Άτλαντα των Γεωλογικών Μνημείων του Αιγαίου και αξιώνει σήμερα με ισχυρά ερείσματα μια θέση στο Δίκτυο των Γεωπάρκων της Ευρώπης.

Οι απολιθωμένοι μάρτυρες ενός μακρινού παρελθόντος κρατούν φυλαγμένα τα μυστικά και τους κώδικες της εποχής τους. Σύμφωνα με μελέτη του Καθηγητή Ευαγγέλου Βελιτζέλου, Διευθυντή του τομέα Ιστορικής Γεωλογίας - Παλαιοντολογίας του ΕΚ του Πανεπιστημίου Αθηνών, στις απολιθωματοφόρες θέσεις του Αγίου Νικολάου τα ευρήματα είναι μοναδικά στον ευρωπαϊκό χώρο και ανεκτίμητης επιστημονικής σπουδαιότητας.

Η έρευνα αποκάλυψε φοίνικες, καρπούς, ρίζες φοινίκων, αλλά και πανίδα ρηχών νερών όπως μαλάκια, οστρακώδη, εχίνους κλπ.



Απολιθωμένο δάσος & Αγία Ειρήνη

Η διάρκεια της διαδρομής μας είναι περίπου 4 ώρες. Στο μοναστήρι της Αγίας Ειρήνης που είναι και η κατάληξη της πορείας μας, θα επιβιβαστούμε σε καϊκι που θα έρθει από την Νεάπολη, -αν οι καιρικές συνθήκες το επιτρέψουν- και οθα αναχωρήσουμε για την Ελαφόνησο και συγκεκριμένα την παραλία του Σίμου για μπάνιο. Μαγευτικό δίδυμο μεγάλης και τεράστιας παραλίας στο νότιο τμήμα του νησιού, απέναντι από τη Νήσο Κύθηρα και την Ακρα Σπαθί. Απίστευτα χρώματα σμαραγδένιας θάλασσας και λεπτή αμμουδιά σε χρυσόλευκο χρώμα, αμμοθίνες μοναδικές στην Ελλάδα που φτάνουν στο εκπληκτικό ύψος των 10 μέτρων. Μοναδικής χλωρίδας τόπος με κρίνους της θάλασσας και θαλασσόκεδρα, φύονται, εκεί όπως και στις υπόλοιπες αμμουδερές παραλίες της Ελαφονήσου. Όσοι δεν επιθυμούν να πεζοπορήσουν θα πάνε με το καϊκι από την Νεάπολη στην Ελαφόνησο και στην παραλία του Σίμου για μπάνιο.



Παραλία Σίμου

Μετά το μπάνιο μας θα αναχωρήσουμε όλοι μαζί για την Πούντα και το Παυλοπέτρι. Το Παυλοπέτρι είναι μικρή νησίδα απέναντι από την Ελαφόνησο. Μεταξύ της νησίδας και της ξηράς βρίσκεται αρχαία πόλη βυθισμένη ελάχιστα μέτρα κάτω από την επιφάνεια με ηλικία περίπου 5 χιλιετηρίδων Πρόκειται για μοναδική στο είδος της πόλη αφού έχει συγκεκριμένο σχέδιο με δρόμους, κτήρια και νεκροταφείο. Ανακαλύφθηκε το 1967 από τον Nicolas Flemming και χαρτογραφήθηκε το 1968 από ομάδα του Πανεπιστημίου του Cambridge. Υπάρχουν τουλάχιστον 15 κτήρια σε βάθος 3 με 4 μέτρων. Ανάμεσα στα κτίρια υπάρχουν μικροί τάφοι που είχαν χρησιμοποιηθεί για παιδικές ταφές κατά την δεύτερη χιλιετία π.Χ. Οι πρόσφατες έρευνες του 2009 αποκάλυψαν ότι εκτείνεται σε 9 στρέμματα και ότι η πόλη κατοικήθηκε πριν από το 2800 π.Χ στην αρχή της εποχής του Χαλκού. Πιθανολογείται ότι η πόλη βυθίστηκε το 1000 π.Χ. *Όσοι επιθυμούν μπορούν να φέρουν μαζί τους μάσκες για να δουν τις ενάλιες αρχαιότητες στο Παυλοπέτρι.*

Το έργο της αρχαιολογικής ομάδας συγκεντρώθηκε σε ένα ντοκιμαντέρ του BBC το 2011 και μπορείτε να το παρακολουθήσετε πατώντας [εδώ](#)

Στην Πούντα θα μας περιμένει το πούλμαν για να μας μεταφέρει στην Νεάπολη. Πριν επιβιβαστούμε αξίζει να δούμε στην παραλία της Πούντας το νεκροταφείο πενήντα μικρών λαξευτών θαλαμοειδών τάφων της πρωτοελλαδικής περιόδου.

Το βράδυ θα δειπνήσουμε σε παραδοσιακή ταβέρνα στον Άγιο Νικόλαο.

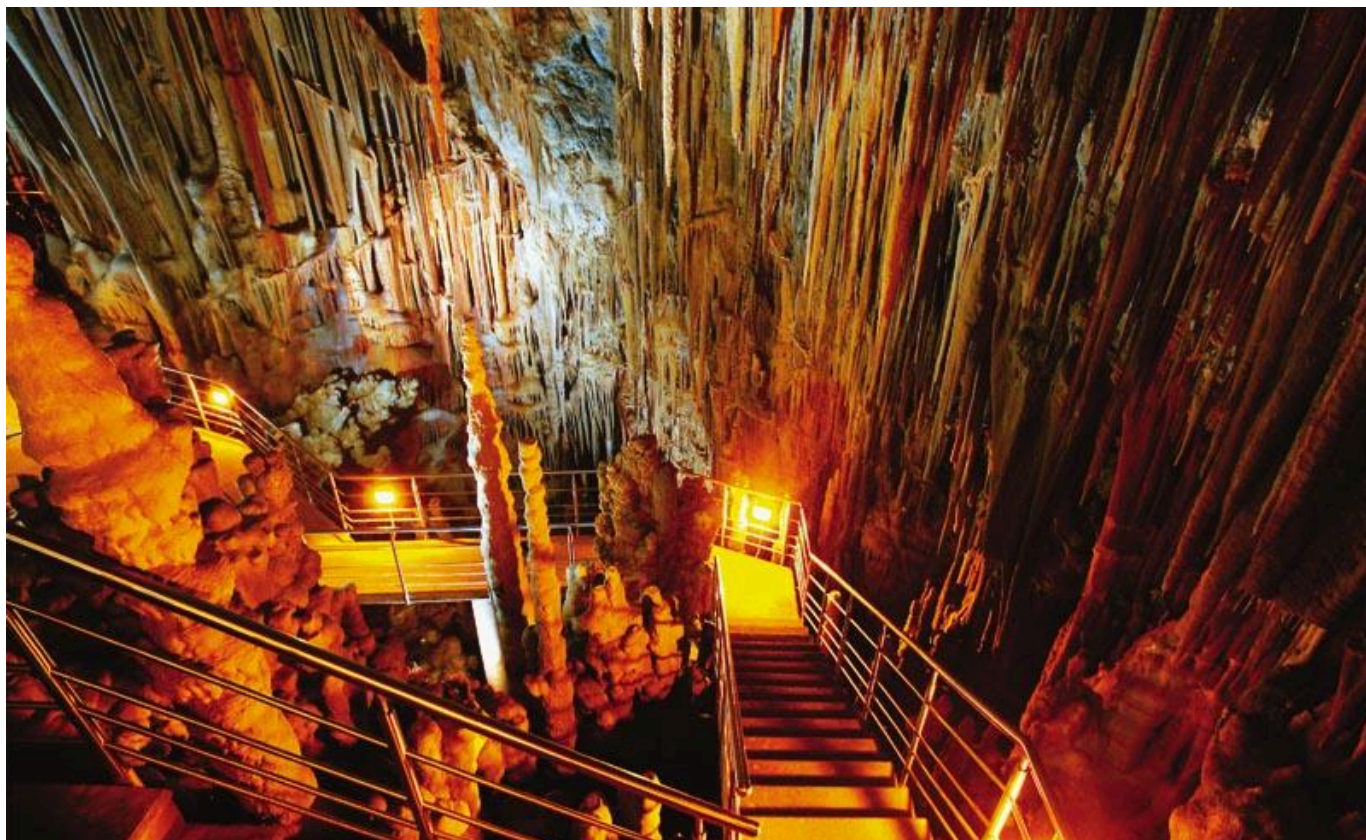
Δευτέρα 1.6.2015

Μετά το πρωινό μας θα πεζοπορήσουμε από την Νεάπολη για το Παραδείσι (περίπου μιάμιση ώρα).

Το Παραδείσι είναι ένας μοναδικός οικισμός κτισμένος μέσα σε καταπράσινο τοπίο, κάτω από μία πηγή νερού και κοφτερών βράχων που ορθώνονται πάνω από αυτόν. Ένας οικισμός γεμάτος ιστορία!

Στο ψηλότερο σημείο του οικισμού βρίσκεται ο ναός της Κοιμήσεως της Θεοτόκου μαζί με τα υπόλοιπα, νεότερα όμως, κτίσματα της παλιάς μονής. Η γυναικεία Βυζαντινή μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου, ιδρύθηκε από την Ειρήνη Παλαιολόγου, κόρη του βασιλιά Ανδρόνικου Παλαιολόγου το 1300 και λειτούργησε μέχρι το 1821. Τα νερά της πηγής αξιοποιούσαν οι Παραδεισιώτες στους νερόμυλους που είχαν στις οικίες τους. Για αυτό και αν κάποιος επισκεφτεί το Παραδείσι αρχικά θα δυσκολευτεί να δει το πλήθος των κατοικιών και των χαλασμάτων εφόσον ο οικισμός έχει κτιστεί κατά ύψος της ρεματιάς. Έτσι ώστε το νερό που περνούσε από έναν νερόμυλο οδηγούνταν στον επόμενο που βρισκόταν χαμηλότερα. Μία πανέμορφη πλακόστρωτη διαδρομή μας οδηγεί γύρω από τους νερόμυλους, τα σπίτια και τα χαλάσματα που μαρτυρούν την ακμή του Παραδεισίου και το άλεσμα των σιτηρών που τροφοδοτούσαν τα Βάτικα. Θα επισκεφτούμε τον αναστηλωμένο νερόμυλο και θα μεταφερθούμε πίσω στο χρόνο.

Όσοι δεν επιθυμούν να πεζοπορήσουν θα έλθουν με το πούλμαν και θα συναντήσουν τους πεζοπόρους στο Παραδείσι. Στις 11:00 θα αναχωρήσουμε για το σπήλαιο της Καστανιάς ή Αγίου Ανδρέα.



Σπήλαιο Καστανιάς

Πλούσιο σε πυκνότητα και ποικιλία σχημάτων, χρωμάτων και μορφών, το σπήλαιο κατατάσσεται δεύτερο στο είδος του σε όλη την Ευρώπη.

Τρία εκατομμύρια χρόνια χρειάστηκε η φύση για να δημιουργήσει τον απaráμιλλο λιθωματικό διάκοσμο και να πλάσει σώματα και μορφώματα μιας φαντασίας αμύθητης. Ανάμεσα στους θεόρατους κόκκινους και λευκούς «καταρράκτες», τις γιγάντιες πολύσχημες κολώνες, τις «κουρτίνες» και τα «σεντόνια» που ξεχύνονται σαν κέρνα ομοιώματα απ' την οροφή, φωλιάζουν «χταπόδια» και «κοράλια», «ελεφαντάκια» και «μανιτάρια», «πουλιά» και καρικατούρες, «εξωτικά φυτά» και μνημειώδη πλάσματα.

Η έκταση του Σπηλαίου είναι 1.500 τ.μ., χωρίζεται σε δύο επίπεδα και το σύνολο της διαδρομής είναι 500 μ. Σπάνιες παρουσίες όπως δίσκοι, επίπεδοι σταλαγμίτες, εκκεντρίτες και ελικτίτες, έχουν τον ιδιαίτερο τόπο τους στο σπήλαιο και αποτελούν σημαντικούς σταθμούς της ξενάγησης. Με λίγη τύχη, ίσως να συναντήσουμε έναν ευγενή μόνιμο κάτοικο του σπηλαίου, το τυφλό και κουφό δολιχόποδο.

Επιστροφή στην Αθήνα αργά το απόγευμα.

Αρχηγοί Πορείας	Γιάννης Ψαράκης (Σάββατο και Κυριακή) Παναγιώτης Χαραμής (Δευτέρα Αγίου Πνεύματος)
Κόστος Εκδρομής	120€ για τα μέλη και 130€ για τα μη μέλη. (Διαφορά μονόκλινου 40€) (5€ το караβάκι, αν το επιτρέψουν οι καιρικές συνθήκες)

Τηλέφωνα Επικοινωνίας	210 9657879 - 6981101821
-----------------------	--------------------------

Πληροφορίες συμμετοχής στις πορείες του ομίλου

Απαραίτητος Εξοπλισμός

Στις διήμερες, τριήμερες και πολυήμερες εκδρομές, είναι απαραίτητη η προκαταβολή του 30% του κόστους της εκδρομής στον λογαριασμό του Ομίλου στην Alpha Bank : 143-0021-01-064-040
Παρακαλείστε να έχετε μαζί σας το αντίγραφο της κατάθεσης

Ο αρχηγός διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής του προγράμματος / διαδρομής αναλόγως των συνθηκών κατά την ημέρα της πορείας. Απαγορεύεται η συμμετοχή στην ορειβατική εξόρμηση σε άτομα τα οποία δεν έχουν τον κατάλληλο εξοπλισμό.

**Στους ανέργους και νέους έως 25 ετών παρέχεται έκπτωση 25% στις ημερήσιες εκδρομές και τιμή μέλους στις διήμερες ή τριήμερες εκδρομές.*