

	<p>ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ & ΑΝΑΡΡΙΧΗΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ - ΟΑΛΘ . Αθλητικός σύλλογος - Έτος ίδρυσης 1977. Αρ. αθλητικής αναγνώρισης Γ.Γ.Α. : ΛΔ04, ΑΦΜ: 090267108 - ΣΤ' ΔΟΥ. Μέλος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας και Αναρρίχησης Ε.Ο.Ο.Α. Αναρριχητικές πίστες-εντευκτήρια-γραφεία: Αδαμίδα 14-Τούμπα-ΤΚ54351 (Πάρκο Αγ. Βαρβάρας δίπλα στο γήπεδο του ΠΑΟΚ). Ώρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή 19.30'-22.30'. Πληροφορίες διαδρομών & κρατήσεις: 6970-425239. Τηλ. γραφείου: 2310-518116. http://www.oalth.gr, http://www.facebook.com/oalth, email: oalth@yahoo.gr. Καταθέσεις προκαταβολών στην ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΟΑΛΘ: IBAN GR870110210000021056265958 με κοινοποίηση της κατάθεσης σε γραπτό μήνυμα SMS στο τηλ. 6970-425239</p>
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΣΤΡΑΤΩΝΙΚΟ	<p>Κυριακή 27/8/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Βαρβάρα, 88 χλμ, 1:15'. Α & Β ομάδες: Διαδρομή Βαρβάρα 600μ - Ανάβαση Σελίτσα 527μ - μπάνιο στους καταρράκτες Κηπουρίστας 160μ - Καλύβια Ολυμπιάδας 30μ. Διαδρομή συνολικά 6 ώρες. Μπάνιο στην Ολυμπιάδα. Επίσκεψη στην αρχαία Ακρόπολη. Συντονιστές Β ομάδας: Μπουλιώνης Κ. & Βόγλη Ι.</p>
ΑΓΡΑΦΑ - ΦΛΙΤΖΑΝΙ - 5 ΠΥΡΓΟΙ - ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΗ - ΠΟΥΛΙ - ΣΒΟΝΙ - Λίμνη Πλαστήρα	<p>Παρασκευή 1/9/2023: Αναχώρηση 4:45 μμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για λίμνη Πλαστήρα 240 χλμ, 3:15'. Διανυκτέρευση σε Ξενώνα ή αντίσκηνα. Σάββατο 2/9/2023: Αναχώρηση 7:30 πμ για Ανθηρό (734μ), 34 χλμ, 1 ώρα. Α ομάδα: Ανάβαση στους 5 Πύργους (2004μ) και στο Φλιτζάνι (2017μ) κατάβαση στο Ανθηρό ή στα Πετράλωνα (Σάικα) (1000μ). Πορεία 9 ώρες. Β ομάδα: Ανάβαση στους 5 Πύργους, κατάβαση στο Ανθηρό ή περπάτημα και μπάνιο στο ρέμα Οξούλα. Διαδρομή συνολικά 6 ώρες. Επιστροφή στην λίμνη Πλαστήρα. Μπάνιο στην λίμνη. Κυριακή 3/9/2023: Α' ομάδα: Αναχώρηση 7:30 πμ για το χωριό Καροπλέσι 890μ. Ανάβαση στον Παπαδημήτρη (1922μ) και στο Πουλί (1841μ), και (αν υπάρχει χρόνος) στο Σβόνι 2040μ. Κατάβαση στο Καροπλέσι ή στα Πετράλωνα. Πορεία 8:30' ώρες. Επιστροφή στην λίμνη Πλαστήρα. Β' ομάδα: Μπάνιο και ποδήλατο στην λίμνη. Επιστροφή από λίμνη Πλαστήρα 240 χλμ, 3:15'. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ</p>
ΟΛΥΜΠΟΣ	<p>Κυριακή 10/9/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Πριόνια 1100μ, με λεωφορείο, 105 χλμ, 1:30'. Α' ομάδα: Ανάβαση από την κόψη του Γομαρόσταλου στα καταφύγια του οροπεδίου των Μουσών 2700μ και στον Προφήτη Ηλία 2803μ. Επιστροφή στα Πριόνια ή στην διασταύρωση. Διαδρομή συνολικά 8:30' ώρες. Β' ομάδα: Ανάβαση από Διασταύρωση στον Στράγκο και στο καταφύγιο της Πετρόστρουγγας 1990μ. Κατάβαση στα Πριόνια μέσω ρέματος Γκαβού & λιβαδάκι Γομαρόσταλου. Διαδρομή συνολικά 6 ώρες. Επιστροφή, με λεωφορείο 105 χλμ, 1:30'. Συντονιστές Β ομάδας: Κάκαρης Δ. & ΔΣ</p> <p>Σάββατο 9 & Κυριακή 10: Υποστήριξη του ορειβατικού μαραθωνίου Ολύμπου που διοργανώνει ο ΕΟΣ Θεσ/νίκης. Μετακινήσεις με ΙΧ. Σάββατο 9/9/2023: Αναχώρηση 8 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ). Ανάβαση από τη Γκορτζιά 1000μ στο οροπέδιο των Μουσών 2700μ. Ανάβαση στις κορυφές Πρ. Ηλία 2803μ & Τούμπα 2801μ. Διανυκτέρευση σε αντίσκηνα ή στα καταφύγια, κατόπιν συνεννόησης με την διοργάνωση. Κυριακή 10/9/2023: Κατάβαση από το οροπέδιο Μουσών στο πέρασμα του Γιόσου και διαχείριση του σταθμού της Σκούρτας 2476μ (εις μνήμην Βούλας Νικητίδου). Επιστροφή από Ανάθεμα - Γκαβό - Πριόνια. Συντονιστές: ΔΣ.</p>
ΜΠΕΛΕΣ	<p>Κυριακή 17/9/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για το Νεοχώρι, 103 χλμ, 1:30'. Α' Ομάδα: Ανάβαση από το Νεοχώρι (146μ.), Καλύβα ΕΟΠΣ 1420μ, κορυφή Καλαμπάκα 2031μ, ανατολική κορυφογραμμή 1950μ, 1974, Ρουπέσκο 1951μ. Κατάβαση στην τεχνητή λίμνη Ακριτοχωρίου. Ώρες πορείας: 8. Β' ομάδα: Ίδια διαδρομή μέχρι την Καλύβα ΕΟΠΣ 1420μ. Ώρες πορείας 6. Κατάβαση στο Νεοχώρι. Συντονιστές Β' ομάδας: Ντάνης Χ. & Κάκαρης Δ.</p>

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΑΛΒΑΝΙΑ-ΓΡΑΜΜΟΣ - ΚΑΜΕΝΙΚ	Παρασκευή 22/9/2023: ως και Αναχώρηση 4:45' μμ από την πεζογέφυρα (γήπεδο ΠΑΟΚ) για συνοριακό σταθμό Μερτζάνης (Μελισσόπετρα) 292 χλμ, 4 ώρες. Από εκεί στο Leskonik και στην Farma Sotira 29 χλμ, 50'. Διανυκτέρευση σε ξύλινα σπιτάκια. Σάββατο 23/9/2023: Αναχώρηση 7:30' πμ για την πόλη Erseke (1020m), 36 χλμ, 1:10'. Ανάβαση από τον οικισμό Rehove (1150m) στο διάσελο του Γράμμου (2250μ) και στις κορυφές Μαύρη Πέτρα (2450μ) και Τσουόκα Πέσιτ (2523μ). Κατάβαση από τα ίδια. Εναλλακτική κατάβαση από την δρακόλιμνη Γκιστόβα (2360μ) στον οικισμό Starje (1300μ)(αν ο δρόμος είναι προσβάσιμος). Επιστροφή στην Farma Sotira και διανυκτέρευση. Κυριακή 24/9/2023: Αναχώρηση 8 πμ για Germenj (1250m). Συντονιστές Β ομάδας: Βλασακίδης Α. & Θεοδωρίδης Α.
ΒΟΡΑΣ Δυτική & Ανατολική κορυφογραμμή	Κυριακή 1/10/2023: Αναχώρηση 6:45' πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για ΧΚ Βόρα, 128 χλμ, 2:30' ώρες. Α ομάδα: Ανάβαση απο ΧΚ 2020μ - Προφήτης Ηλίας 2524 - διάσχιση δυτικής κορυφογραμμής 2310μ -2210μ -1840μ -1830μ -1850μ -1680μ -1580μ -2260μ -1380μ - κατάβαση στο χωριό Σκοπός 790μ, ή στην τεχνητή λίμνη φράγματος Παππαδιάς 950μ. Διαδρομή συνολικά 8:30' ώρες. Β ομάδα: ΧΚ 2020μ - Προφήτης Ηλίας 2524μ - Ανατολική ράχη-Κουτσούμπη 2448μ - Σκληρή Πέτρα 2510μ - κατάβαση στο Τουρκολίβαδο 1860μ. Διαδρομή συνολικά 6 ώρες. Μετάβαση με λεωφορείο στο χωριό Σκοπός Φλώρινας, 60χλμ, 1ώρα. Επιστροφή από Σκοπό 196 χλμ, 2:30' ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Αχπαρίδης Μ. & Ευστρατίου Ε.
ΧΟΡΤΙΑΤΗΣ	Κυριακή 8/10/2023: Κυριακή 8/10/2023 ώρα 09:30'. Σημείο συνάντησης στην πλατεία της κοινότητας στον Χορτιάτη (Cafe Βεράντα). Α' ομάδα: Ανάβαση από το μονοπάτι Ανανιάδη στην κορυφή Κωλοσούρτης 1089μ. Διάσχιση κορυφογραμμής, ανάβαση από το μονοπάτι στο αναρριχητικό πεδίο, κυκλική διαδρομή προς καλύβα Σαρακατσάνων, καταφύγιο ΣΕΟ, επιστροφή στην Αγ. Παρασκευή Χορτιάτη. Διαδρομή 6:30' ώρες. Β' ομάδα Ανάβαση από το μονοπάτι Ανανιάδη στην κορυφή Κωλοσούρτης 1089μ. Διάσχιση κορυφογραμμής, ανάβαση από το μονοπάτι στο αναρριχητικό πεδίο, καταφύγιο ΣΕΟ, επιστροφή στον Χορτιάτη. Διαδρομή 5 ώρες. Για δήλωση συμμετοχής και πληροφορίες καλέστε στο τηλ. 6970425239. Δευτέρα έως και Παρασκευή 5μμ-10μμ.
ΟΛΥΜΠΟΣ	Κυριακή 15/10/2023: Αναχώρηση 8:00 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Βροντού - Αγ. Αποστόλους. Α' ομάδα: Ανάβαση από Αγ. Αποστόλους 380μ στο ρέμα της Αγίας Κόρης, πηγή Μαστορούλι, δεξιά διασταύρωση ανεβαίνοντας Έλατο , ανάβαση στην Σκούρτα 2483μ, κατάβαση στο καταφύγιο Πετρόστρουγκας 1940μ, κατάβαση απο το κάτω μονοπάτι στις Κοπρισιές, Έλατο, πηγή Ίταμος, καταρράκτες Αγίας Κόρης, μπάνιο στις βάθρες του ρέματος Αραπλάκος. Ώρες πορείας 9:30'. Β' ομάδα: Ανάβαση από καταρράκτες Αγίας Κόρης, στην πηγή Ίταμος, πηγή Κοπανούλα, διασταύρωση Έλατος, Κλεφτόβρυση, Σπηλιά Γιαγκούλα. Επιστροφή απο την ίδια διαδρομή και μπάνιο στις βάθρες του Αραπλάκου. Ώρες πορείας 6. Συντονιστές Β ομάδας: Βλασακίδης Α. & Αδαμίδης Α.
ΠΑΓΓΑΙΟ	Κυριακή 22/10/2023: Αναχώρηση 6:45' πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Μονή Εικοσιφοίνισσας 140 χλμ, 1:45'. Α ομάδα: Ανάβαση από Μονή Εικοσιφοίνισσας (560μ) - διάσελο Κεντίκι 930μ, Σπήλαιο Ασκητότρυπα 1200μ, διάσελο Αμπάρι 1500μ, διασταύρωση βρύση Μπέικου 1630μ, κορυφογραμμή, Τρίκορφο (1946μ), καταφύγιο Χατζηγεωργίου (Σ.Χ.Ο. Καβάλας) 1635μ, ανάβαση στο Αυγό 1835μ, κατάβαση στο καταφύγιο Α.Τσιλογιώργη (Ε.Ο.Σ. Καβάλας), δασικός δρόμος μέχρι τα Μαύρα Νερά (δασικό χωριό Παγγαίου) 1280μ, κατάβαση στην Νικήσιανη(500μ). Ώρες πορείας 8:30'. Β ομάδα: Ίδια διαδρομή μέχρι Τρίκορφο 1946μ, επιστροφή στο διάσελο Κεντίκι 930μ και κατάβαση από εκεί στην Νικήσιανη. Ώρες πορείας 6. Συνάντηση στην ταβέρνα Καστανιές (δίπλα στο ρέμα). Συντονιστές Β ομάδας: Βλασακίδης Α. & Πορφυρίδου Β.
ΒΟΥΡΓΑΡΙΑ -ΠΙΡΙΝ	Παρασκευή 27/10 έως και Κυριακή 29/10: Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΠΙΝΟΒΟ	Κυριακή 5/11/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Θηριόπετρα (285μ), 110 χλμ, 1:45' ώρες. Α' ομάδα: Ανάβαση από Θηριόπετρα (285μ), Μύτη 2050μ, Πίνοβο (Κορφούλα) 2154μ, κορυφογραμμή μέχρι Βίσογκραντ 2140μ, κατάβαση στο Αετοχώρι (680μ). Ωρες πορείας 9. Β' ομάδα: Ανάβαση από το Αετοχώρι (680μ) μέχρι την πηγή στον Μεγάλο Βράχο (1750μ) και επιστροφή στο Αετοχώρι. Ωρες πορείας 6. Συνάντηση στην ταβέρνα Μετόχι στο Αετοχώρι. Επιστροφή 115 χλμ, 2 ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Τουμπίδου Τ. & Παπαβασιλείου Η.
ΠΙΕΡΙΑ	Κυριακή 12/11/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για το χωριό Φτέρη (1300μ), 111χλμ, 2ώρες. Α' ομάδα: Ανάβαση από την διασταύρωση του δρόμου Δερβένι 1560μ στις κορυφές Πλάκα 1880μ, Τούρλα 2070μ, Φλάμπουρο 2188μ, Αβδέλλα 2130μ, Τούφα Καραγιώργη 1940μ, Λιανούρα 2000μ, τραβέρσα 5 Πύργοι 1520μ, κατάβαση στην Άνω Μηλιά 930μ. Ωρες πορείας: 8:30'. Β ομάδα: Ανάβαση από Δερβένι μέχρι και την Τούρλα (2070μ) και κατάβαση από ανατολικά στην Φτέρη. Ωρες πορείας: 6. Συνάντηση με την Α ομάδα στην ταβέρνα "Αγνάνη" στην Άνω Μηλιά. Επιστροφή από Άνω Μηλιά με λεωφορείο 96 χλμ, 1:30' ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Βόγλη Ι & Μουσουρή Ε.
ΣΟΚΟΛ-ΚΟΥΝΟΥΠΙΤΣΑ-Θερμά λουτρά	Κυριακή 19/11/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Λουτρά Πόζαρ, 115χλμ, 1:40' ώρες. Α' ομάδα Ανάβαση από τα Λουτρά (400μ) στην κορυφή Σοκόλ 1822μ και επιστροφή. Ωρες πορείας 8. Β' ομάδα: Διαδρομή από τα λουτρά στο ρέμα και τον καταρράκτη της Κουνουπίτσας 600μ. Επιστροφή στα λουτρά. Ωρες πορείας 5. Θερμά λουτρά στην πισίνα & στον καταρράκτη. Συντονιστές Β ομάδας: Ταχυνάκης Ι. & Αζαριάδης Μ.
ΒΙΤΣΙ	Κυριακή 26/11/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για διάσελο Κλεισούρας, 177 χλμ, 2:45' ώρες. Α' ομάδα Ανάβαση από το διάσελο (1140μ) στο χωριό Περικοπή 1420μ και στην κορυφή μνημείο Βίτσι (1875μ), κατάβαση στο χωριό Νυμφαίο (1350μ). Ωρες πορείας 7. Β' ομάδα Ανάβαση από το διάσελο στο χωριό Περικοπή και κατάβαση στο Νυμφαίο. Ωρες πορείας 6. Επίσκεψη στον Αρκτούρο. Επιστροφή από Νυμφαίο 175 χλμ, 2:30'. Συντονιστές Β ομάδας: Βόγλη Ι & Αδαμίδης Α.
ΑΣΚΙΟ - ΜΟΥΡΙΚΙ	Κυριακή 3/12/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Αρδασσα 163 χλμ, 2 ώρες. Α' ομάδα Ανάβαση από Αρδασσα (850μ) στη κορυφή Ασκιο (2107μ). Κατάβαση στην Βλάστη (1180μ) ή στα Νάματα 1251μ. Ωρες πορείας 8. Β' ομάδα: Ανάβαση από Εμπόριο (690μ) στην κορυφή Μουρίκι (1.703μ). Κατάβαση στη Βλάστη (1.180μ) όπου γίνεται το έθιμο της Γουρνοχαράς. Ωρες πορείας 5. Επιστροφή από Βλάστη 176 χλμ, 2:22' ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Ταχυνάκης Ι. & Τέτης Ν.
ΠΑΙΚΟ	Κυριακή 10/12/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Καστανερή 85 χλμ, 1:30' ώρες. Α ομάδα: Ανάβαση από Καστανερή (800μ), φαράγγι Στραβοπόταμου, κορυφή Μικρό & Μεγάλο Καντάσι (1649μ), κατάβαση στα Μεγάλα Λιβάδια (1200μ). Ωρες πορείας 7. Β' ομάδα: Ανάβαση από τον χώρο αναψυχής Στραβοπόταμου στην κορυφή Μεγάλο Καντάσι (1649μ) και κατάβαση στα Μεγάλα Λειβάδια (1200μ). Ωρες πορείας 6. Επιστροφή 105 χλμ, 2 ώρες. Συντονιστές Β' ομάδας: Νικούλης Ι. & Πορφυρίδου Β.
ΤΙΤΑΡΟΣ	Κυριακή 17/12/2023: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Λιβάδι Ολύμπου 120 χλμ, 2 ώρες. Α' ομάδα: Ανάβαση από το χωριό Αγ. Δημήτριος (800μ) στον Τίταρο (1.834μ). Κατάβαση στο Λιβάδι (1.150μ). Ωρες πορείας 7. Β' ομάδα: Ανάβαση από Λιβάδι (1.150μ) στον Τίταρο (1.834μ). Κατάβαση στο Λιβάδι. Ωρες πορείας 5. Συντονιστές Β ομάδας: Ζαγκαρέτου Κ. & Μαχίλη Ι.
ΤΥΜΦΗ - ΤΡΑΠΕΖΙΤΣΑ - ΒΙΚΟΣ - Via Ferrata - ΚΑΜΕΝΙΚ - ΓΚΟΛΙΟ	Σάββατο 23/12 ως και Τρίτη 26/12/2024: Χριστούγεννα στα Ζαγόρια. Διαδρομές σε ΤΥΜΦΗ - ΤΡΑΠΕΖΙΤΣΑ - ΚΑΜΕΝΙΚ - ΓΚΟΛΙΟ - ΒΙΚΟΣ - Via Ferrata - Θερμά λουτρά - ΖΑΓΟΡΙΑ. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ
ΧΟΡΤΙΑΤΗΣ	Κυριακή 31/12/2023: Αναχώρηση 9πμ από άνω πλατεία Χορτιάτη 580μ. Ανάβαση από το μονοπάτι Ανανιάδη στην κορυφή Κολοσούρης 1075μ – πύλη στρατοπέδου - αναρριχητικό πεδίο -καταφύγιο Χορτιάτη (ΣΕΟ Θεσ/νίκης) 1000μ - Μαύρος Βράχος - κατάβαση στην Αγ. Παρασκευή Χορτιάτη 600μ. Κυκλική πορεία. Ωρες πορείας 6. Μετακινήσεις με ΙΧ. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΟΛΥΜΠΟΣ	Κυριακή 7/1/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Λιτόχωρο 92 χλμ, 1:15'. Α ομάδα: Ανάβαση από Λιτόχωρο (472μ) – Ζηλνιά 650μ – Καταφύγιο Σταυρού (950μ) – Μάννα νερού 960μ - Σέλωμα (1135μ) – Κορομηλιά 990μ - Αγ. Κωνσταντίνο 250μ. Ώρες πορείας: 7. Β' ομάδα: Ανάβαση από Λιτόχωρο (472μ) – Ζηλνιά 650μ – Καταφύγιο Σταυρού - Μάννα Σέλωμα - Σταυρό. Ώρες πορείας: 6. Επιστροφή από Αγ. Κωνσταντίνο 94 χλμ, 1:30'. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Βόγλη Ι. & Περπερίδου
ΧΟΛΟΜΩΝΤΑΣ	Κυριακή 14/1/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Παλαιόχωρα 54 χλμ, 1 ώρα. Α' & Β' ομάδες: Ανάβαση από Παλαιόχωρα 400μ στον Χολομώντα 1165μ. Κατάβαση στον Αγ. Πρόδρομο 12-13 χλμ, 2-3 ώρες. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Ζαγκαρέτου Κ. & Πορφυρίδου Β.
ΚΑΛΛΙΠΕΥΚΗ- Λίμνη Κατή	Κυριακή 21/1/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Καλλιπεύκη 122 χλμ, 2 ώρες. Α & Β ομάδες: Διάσχιση από Καλλιπεύκη (1.050 μ.) – Κορυφή Μεταμ. Σωτήρος (1.588 μ.) – Λίμνη Κατή (1.400 μ.) και θα καταλήξει στον Παλαιό Αγ. Παντελεήμονα (650 μ.), 8,5 χιλ. – Υψομετρική διαφορά 795 μ. περίπου – Συνολικός χρόνος 5 ώρες .Β ομάδα: Ανάβαση από Καλλιπεύκη (1.050 μ.) στην κορυφή Μεταμ. Σωτήρος (1.588 μ.). Επιστροφή στην Καλλιπεύκη. Πορεία 5 ώρες. Επιστροφή από Παλαιό Παντελεήμονα 108 χλμ, 1:30'. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Μπουλιώνης Κ. & Κωτούλας Κ.
ΛΙΒΑΔΙ- ΚΑΛΟΓΕΡΙΚΟ- ΟΜΒΡΙΑΝΟΣ- ΠΡ. ΗΛΙΑΣ	Κυριακή 28/1/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Λιβάδι, 34 χλμ, 45'. Α' ομάδα: Ανάβαση από Λιβάδι 750μ, στις κορυφές Λιβάδι 920μ, Καλογερίκο 970μ, Ομβριανός (1009μ), Προφ. Ηλίας 920μ, κατάβαση στα Πετροκέρασα (520μ). Ώρες πορείας: 6. Β' ομάδα: Διαδρομή μέχρι Ομβριανό, κατάβαση στα Πετροκέρασα. Ώρες πορείας: 5. Κοπή βασιλόπιτας . Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Επιστροφή από Πετροκέρασα 45 χλμ, 1 ώρα. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ
ΒΑΡΝΟΥΝΤΑΣ- ΛΟΥΤΖΕΡ- ΠΡΕΣΠΕΣ	Σάββατο 3/2/2024: Αναχώρηση 7πμ. για Χ. Κ. Βίγλας 1540μ, με λεωφορείο 226 χλμ-2.30' ώρες. Ανάβαση στις κορυφές Λούντζερ 1929μ, Φαλακρό 1910μ, Βίγλα 1858μ. Κατάβαση στο χωριό Πισοδέρι 1430μ. Ώρες πορείας 5. Β' ομάδα: Ανάβαση στο Λούτζερ και επιστροφή στο ΧΚ. Ώρες πορείας 4. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ. Κ. Μετάβαση στο Πισοδέρι και στην Μικρή Πρέσπα . Διαδρομή στο νησάκι Αγ. Αχιλλείος. Διανυκτέρευση σε ξενώνα. στο χωριό Ψαράδες στην Μεγάλη Πρέσπα . Κυριακή 4/2/2024: Αναχώρηση 8πμ. για Χ. Κ. Βίγλας. Α' ομάδα: Ανάβαση από ΧΚ στην κορυφή Δεσποτικό 2334μ και κατάβαση στον Αγ. Γερμανό 1040μ. Ώρες πορείας 8. Β' ομάδα: Ανάβαση από ΧΚ στην κορυφή Κίρκο 2165μ. Ώρες πορείας 6. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ.Κ. Απαραίτητα κραμπόν - πιολέ , γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Επιστροφή με λεωφορείο 230 χλμ-2.30' ώρες. Συντονιστές Β' ομάδας: Πορφυρίδου Β.
ΒΕΡΜΙΟ	Κυριακή 11/2/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για ΧΚ 3-5 Πηγάδια, 122 χλμ, 2:15'. Α ομάδα: Ανάβαση από το ΧΚ 3-5 Πηγάδια (1424μ) μέσα από το λούκι "Παράδεισος" - Σαλέ ΧΚ στην Βουλγάρα 2000μ - Τρούλος 2020μ & Μνημείο Αεροπόρου - Άγιο Πνεύμα 1885μ - κατάβαση στον Αγ. Νικόλαο Νάουσας 490μ. Ώρες πορείας: 6. Β ομάδα: Ανάβαση από ΧΚ 3-5 Πηγάδια (1424μ) στον Αεροπόρο - κατάβαση στο ΧΚ. Ώρες πορείας: 4. Γ ομάδα: Ορειβατικό σκι στον Χαμίτη (2062) και σκι στο ΧΚ. Επιστροφή από Νάουσα, 95 χλμ, 1:30'. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Βόγλη Ι. & Μουσουρή Ε.
ΛΑΙΛΙΑΣ	Κυριακή 18/2/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Άνω Ορεινή, 108 χλμ, 1:40'. Α ομάδα: Ανάβαση από Άνω Ορεινή (780μ) στην κορυφή Προφήτης Ηλίας (1.849μ), κατάβαση στο ΧΚ και διαδρομή 2 χλμ μέχρι τον χώρο παγοαναρρίχησης (Ice Park). Επιστροφή στο ΧΚ. Ώρες πορείας: 8. Απαραίτητα για την Α ομάδα: κραμπόν – πιολέ . Β ομάδα: Ανάβαση από το ορειβατικό καταφύγιο Σερρών (1505) στην κορυφή Προφήτης Ηλίας (1.849μ), κατάβαση στο ΧΚ (1.615μ). Ώρες πορείας 4. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ.Κ. Επιστροφή από το ΧΚ, 117 χλμ, 2 ώρες. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Μαργαρίτης Β. & Ντάνης Χ.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΠΙΕΡΙΑ	Κυριακή 25/2/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για ΧΚ Ελατοχωρίου, 106 χλμ, 1:45'. Α ομάδα: Ανάβαση από Ρητίνη - Θωμά Ράχη και κατάβαση στο Ελατοχώρι. Ώρες πορείας 6. Β ομάδα: Ανάβαση από το Χ. Κ. Ελατοχωρίου στην Θωμά Ράχη. Κατάβαση στο Χ. Κ. Ώρες πορείας 4. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ.Κ. Επιστροφή από Παλαιό Ελατοχώρι 98 χλμ, 1 ώρα. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Θέμα Κ. & Χρόνης Γ.
ΦΑΛΑΚΡΟ	Κυριακή 3/3/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για ΧΚ Φαλακρού, 193 χλμ, 2:30'. Ανάβαση από το χιονοδρομικό κέντρο (1.725μ). Α ομάδα: Ανάβαση στη κορυφή Χιονότρυπα 2148μ (Σαλέ ΧΚ), σπηλαιοβάραθρο Χιονότρυπα 2100μ, κυρίως κορυφή Προφήτης Ηλίας (2.232μ), κυκλική πορεία προς τις ανατολικές κορυφές Τρία Κεφάλια: 2168μ, 2140μ, 2060μ, επιστροφή με τραβέρσα από την βορεινή πλευρά στο ΧΚ. Ώρες πορείας 8. Απαραίτητα κραμπόν – πιολέ . Β' ομάδα: Ανάβαση στην κορυφή Χιονότρυπα 2148μ (Σαλέ ΧΚ), επιστροφή στο Χ. Κ. Ώρες πορείας 5. Κατάβαση στη Χιονότρυπα (-110μ) μόνον για όσους παρακολούθησαν σχολή ορειβασίας και έχουν τον εξοπλισμό και ασφάλειες χιονιού - πάγου. Ορειβατικό σκι και σκι στο Χ. Κ. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Τρύφων Σ.
ΑΓΓΙΣΤΡΟ-Θερμά λουτρά	Κυριακή 10/3/2024: Αναχώρηση 6.45πμ από Τούμπα και 7πμ από Εγνατία και Αντιγονιδών γωνία για Αγγιστρο. Α & Β ομάδες: Ανάβαση από Αγκιστρο (300μ) στο Τσιγκέλι (1330μ). Οχυρά. Επιστροφή στο Αγκιστρο. Ώρες πορείας: 5. Μπάνιο στα λουτρά Σιδηροκάστρου. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: Μπουλιώνης Κ. & Βλασακίδης Α.
ΤΥΜΦΡΗΣΤΟΣ-ΚΑΛΙΑΚΟΥΔΑ-ΧΕΛΙΔΟΝΑ-Rafting- Καθ. Δευτέρα	Παρασκευή 15/3 ως και Δευτέρα 18/3/2024: Διαδρομές σε Τυμφρηστό, Χελιδόνα, Καλιακούδα, Μονή Προυσού. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ.Κ. Rafting στον ποταμό Τρικεριώτη (προϋπόθεση η ενοικίαση εξοπλισμού και οδηγού). Διανυκτερεύσεις σε ξενοδοχείο. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Απαραίτητα κραμπόν – πιολέ , γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ
ΒΟΡΑΣ-ΠΙΠΕΡΙΤΣΑ	Κυριακή 24/3/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Παναγίτσα. Α' ομάδα: Ανάβαση από την Παναγίτσα (1000μ) στον Οσμανάκο, 1963μ, Χ.Κ Βόρα, Προφήτη Ηλία (2524μ). Κατάβαση στο Χ.Κ. Ώρες πορείας 7. Β' ομάδα: Ανάβαση από τον Παλαιό Αγ. Αθανάσιο (1200μ) στην Πιπερίτσα (1.992μ) από την ανατολική ράχη. Κατάβαση από την νότια πλευρά με κυκλική διαδρομή επιστροφή στον Αγ. Αθανάσιο. Ώρες πορείας 6. Γ' ομάδα: Ανάβαση από ΧΚ με ορειβατικά σκι στον Προφήτη Ηλία (2524μ), κυκλική διαδρομή στην κορυφογραμμή & σκι στο Χ.Κ. Επιστροφή από ΧΚ & Αγ. Αθανάσιο, 134 χλμ, 2:15'. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά & γάντια για το χιόνι. Συντονιστές Β' ομάδας: Λιβεριάδης Δ. & Μπουλιώνης Κ.
ΟΛΥΜΠΟΣ	Κυριακή 31/3/2024: Αναχώρηση 6.45πμ από Τούμπα και 7πμ από Εγνατία και Αντιγονιδών γωνία για Βρυσοπούλες. Α' ομάδα: Ανάβαση από Βρυσοπούλες (1.800μ) στον Αγ. Αντώνη (2.815μ), Σκολιό (2.911μ), κυκλική πορεία προς Χότζα 2589μ, κατάβαση στις Βρυσοπούλες. Ώρες πορείας 8. Απαραίτητα κραμπόν – πιολέ . Β' ομάδα: Ανάβαση από Βρυσοπούλες μέχρι το διάσελο (2.650μ) πριν τον Αγ. Αντώνη και επιστροφή. Ώρες πορείας 6. Ορειβατικό σκι & σκι στο Χ.Κ. Απαραίτητα γκέτες, γυαλιά, γάντια για το χιόνι και αστυνομική ταυτότητα για την είσοδο στο στρατόπεδο του ΚΕΟΑΧ. Συντονιστές Β ομάδας: Θέμα Κ. & Βλασακίδης Α.
ΒΟΥΡΙΝΟΣ	Κυριακή 7/4/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Παλαιόκαστρο 150 χλμ, 1:45'. Α' ομάδα: Ανάβαση από Παλαιόκαστρο (650μ), κορυφογραμμή, παρατηρητήριο 1570μ, κορυφή Ντρισινίκος (1.886μ), Κλεφτοπήγαδο 1580μ, κατάβαση στο Χρώμιο (700μ). Β ομάδα Διαδρομή Παλαιόκαστρο - καταφύγιο ΕΟΣ Σιάτιστας - διάσχιση κοιλάδας Μεσιανού Νερού - Χρώμιο. Ώρες πορείας 6. Επίσκεψη στο Μουσείο Μακεδονικού Αγώνα . Επιστροφή από Χρώμιο, 168 χλμ, 2 ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Τουμπίδου Τ. & Παπαβασιλείου Η.
ΑΓ. ΠΑΥΛΟΣ	Κυριακή 14/4/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Γρανίτη 180 χλμ, 2 ώρες. Α' ομάδα: Ανάβαση από Γρανίτη 790μ μέχρι το Σιβρί (εκκλησιάκι του Αγ. Παύλου) 1764μ. Κατάβαση στον οικισμό Αγγίτη 150μ (πηγές του ποταμού Αγγίτη από το σπήλαιο Μααρά). Ώρες πορείας 7. Β' ομάδα: Επιστροφή στον Γρανίτη. Ώρες πορείας 5:30'. Επίσκεψη (αν είναι ανοιχτά) στο σπήλαιο Μααρά . Συντονιστές Β ομάδας: Θέμα Κ. & Βλασακίδης Α.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΠΙΕΡΙΑ	Κυριακή 21/4/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Βελβεντό 163 χλμ, 2 ώρες. Α' ομάδα: Στον δρόμο για το χωριό Καταφύγι και από την βρύση κυνηγιών 1240μ, ανάβαση στο καταφύγιο Ο.Σ. Βελβεντού και στο Φλάμπουρο 2188μ. Κατάβαση στο χωριό Καταφύγι 1400μ και στο Βελβεντό. Ωρες πορείας: 8. Β' ομάδα: Από Μετόχι στο χωριό Καταφύγι και επιστροφή στο Βελβεντό. Ωρες πορείας: 6. Συντονιστές Β ομάδας: Λιβεριάδης Δ. & Χρόνης Γ.
ΚΙΤΡΟΣ	Κυριακή 28/4/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για για Κοκκινοπηλό, 130 χλμ, 2 ώρες. Α' ομάδα: Διαδρομή Κοκκινοπηλός (1150μ) – Κίτρος (2422μ) - Φλάμπουρο (2476μ) - Χαράδρα Σταλαγματιάς - Κοκκινοπηλός. Ωρες πορείας: 8. Β' ομάδα: Κοκκινοπηλός – Κίτρος – Κοκκινοπλός. Ωρες πορείας 6. Συντονιστές Β ομάδας: Ντάνης Χ. & Ταχυνάκης Γ.
ΤΑΥΓΕΤΟΣ-ΧΕΛΜΟΣ-ΕΡΥΜΑΝΘΟΣ - ΖΗΡΕΙΑ Πάσχα	Μ.Τετάρτη 1/5 έως και Δευτέρα 6/5/2024: Πάσχα στην Πελοπόννησο. Διαδρομές σε ΤΑΥΓΕΤΟ-ΧΕΛΜΟ - ΕΡΥΜΑΝΘΟ - ΖΗΡΕΙΑ. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας: ΔΣ
ΟΡΒΗΛΟΣ	Κυριακή 12/5/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Κατάφυτο Δράμας 205 χλμ, 2:40'. Α ομάδα Ανάβαση από Κατάφυτο στην κορυφή Τσολιάς (2212μ). Επιστροφή στο Κατάφυτο. Β ομάδα Ανάβαση από Κατάφυτο μέχρι σπηλιά και πίσω. Συντονιστές Β' ομάδας: Κάκκαρης Δ.
ΚΙΣΣΑΒΟΣ	Κυριακή 19/5/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για το χωριό Σπηλιά, 154 Χλμ, 2 ώρες. Α & Β ομάδες: Ανάβαση απο Σπηλιά στο καταφύγιο του ΕΟΣ Λάρισας στην θέση Κάναλος 1512μ και απο εκεί στην κορυφή Προφήτης Ηλίας 1978μ. Α'ομάδα: Κατάβαση στο Στόμιο. Μπάνιο στην θάλασσα. Β'ομάδα: Κατάβαση στην Σπηλιά. Ωρες πορείας 5. Μετάβαση στο Στόμιο 45 χλμ, 1 ώρα. Επιστροφή από Στόμιο, 140 χλμ, 1:45'. Συντονιστές Β ομάδας: Νικούλης Γ & Μπουλιώνης Κ.
ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ - ΤΣΟΥΚΑ ΡΟΣΑ - ΦΛΕΓΚΑ	Παρασκευή 24/5/2024 ως και Κυριακή 26/5/2024: Διαδρομές στα βουνά και τις λίμνες της Πίνδου ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ - ΤΣΟΥΚΑ ΡΟΣΑ - ΦΛΕΓΚΑ - Λίμνες Φλέγκας - Βάλια Κάλντα - Βερλίγκα. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας: Βλασακίδης Α.
ΜΠΕΛΕΣ ΚΟΝΓΟΥΡ από Βουλγαρία	Κυριακή 2/6/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Προμαχώνα - Πετρίτσι Βουλγαρίας με λεωφορείο 136 χλμ, 2 ώρες. Α&Β ομάδες: Ανάβαση από σημείο του δρόμου (520μ) απο Πετρίτσι προς το καταφύγιο Belasitsa 700m Α'ομάδα: Ανάβαση στο καταφύγιο Κογκουρο1284μ και από εκεί στην κορυφή Κογκουρ ή Ρουπέσκο 1951μ στα σύνορα Ελλάδος. Κατάβαση στο Πετρίτσι, διαδρομή συνολικά 8 ώρες. Β ομάδα μέχρι το καταφύγιο Κογκουρο και επιστροφή, διαδρομή συνολικά 6 ώρες. Γ ομάδα: Από το καταφύγιο Belasitsa στον καταρράκτη Lesniski 780μ και επιστροφή, διαδρομή συνολικά 5:30' ώρες. Για την διέλευση των συνόρων απαιτείται έγκυρο διαβατήριο ή ταυτότητα νέου τύπου. Συντονιστές Β ομάδας:
ΟΛΥΜΠΟΣ	Κυριακή 9/6/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Πριόνια, 110 χλμ, 1:45'. Α ομάδα: Από Πριόνια (1100μ) ανάβαση στο μνημείο Ανανιάδη 2125μ, στον Πάγο και στον Καλόγερο (2701μ). Κατάβαση από τον Μαυρόλογο στα Πριόνια. Ωρες πορείας: 8. Β ομάδα: Από Πριόνια ανάβαση στο μνημείο Ανανιάδη. Επιστροφή στα Πριόνια. Ωρες πορείας: 6. Συντονιστές Β ομάδας: Βόγλη Ι. & Μουσούρη Ε.
ΔΟΚΑΡΙ - ΤΖΕΝΑ - ΒΙΣΟΓΚΡΑΝΤ	Κυριακή 16/6/2024: Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Νότια, 132 χλμ, 2 ώρες. Ανάβαση από την Νότια 600μ στο Δοκάρι 2130μ, διαδρομή στην συνοριακή γραμμή Ελλάδας, διάσελο 1870μ, Βίσογκραντ 2150μ, κατάβαση στο Αετοχώρι 680μ, 23 χλμ, ώρες πορείας 8:30'. Β' ομάδα: Ανάβαση από την Νότια στο Βόρειο Διάσελο 1815μ και από εκεί στην Μικρή Τζένα 2064μ, επιστροφή στην Νότια, ώρες πορείας 6. Επιστροφή από Αετοχώρι 119 χλμ, 2 ώρες. Συντονιστές Β ομάδας: Νικούλης Γ & Πορφυρίδου Β.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ 2023-2024	
ΒΟΥΝΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΙΑΔΡΟΜΩΝ
ΒΟΥΛΓΑΡΙΑ-ΠΙΡΙΝ	<u>Παρασκευή 21/6 έως και Δευτέρα 24/6:</u> Διαδρομές στις κορυφές και τις αλπικές λίμνες του Πιρίν. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Για την διέλευση των συνόρων απαιτείται έγκυρο διαβατήριο ή ταυτότητα νέου τύπου. Συντονιστές Β ομάδας:
ΟΛΥΜΠΟΣ	<u>Κυριακή 30/6/2024:</u> Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Βροντού. Α' ομάδα: Ανάβαση από Αγ. Τριάδα (420μ) στο καταφύγιο 'Κρεβάτια' (1.008μ) και στην κορυφή Μπαρμπαλάς (1.847μ) και από κει στην Παπά Ράχη, στο οροπέδιο Μουσών και στο Καταφύγιο 'Γίοςος Αποστολίδης' (2.697μ). Κατάβαση από το πέρασμα Γιόσου (2.560μ), Λαιμό, Σκούρτα, Πετρόστρουγγα. Ώρες πορείας 9. Β' ομάδα: Ανάβαση μέχρι την κορυφή Μπαρμπαλά (1.847μ) και πίσω με στάση για ξεκούραση στο καταφύγιο 'Κρεβάτια'. Ώρες πορείας 6. Συντονιστές Β ομάδας: Ντάνης Χ. & Κάκκαρης Δ.
ΣΜΟΛΙΚΑΣ - ΒΑΛΙΑ ΚΙΡΝΑ - ΤΥΜΦΗ - ΤΣΟΥΜΑΚΟ - ΓΚΟΥΡΑ	<u>Παρασκευή 5/7/2024 ως και Κυριακή 7/7/2024:</u> Διαδρομές στις κορυφές του Σμόλικα και της Τύμφης. Μπάνιο στους καταρράκτες στο Ηλιοχώρι και στην Βάλια Κίρνα. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας:
ΒΑΡΔΟΥΣΙΑ - ΟΙΤΗ	<u>Παρασκευή 12/7/2024 ως και Κυριακή 14/7/2024:</u> Διαδρομές στα Βαρδούσια & Οίτη. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας:
ΚΑΤΕΛΑΝΟΣ - Φαράγγι Πάντα Βρέχει	<u>Παρασκευή 26/7/2024 ως και Κυριακή 28/7/2024:</u> Διάσχιση του Κρικελοπόταμου - φαράγγι Πάντα Βρέχει ως τα Τριπόταμα. Ανάβαση στην κορυφή του Παναιτωλικού Κατελάνος 1924μ. Μετακινήσεις με ΙΧ, διανυκτερεύσεις σε αντίσκηνα ή στο καταφύγιο του ΕΟΣ Αγρινίου. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας:
ΑΛΒΑΝΙΑ VALBONES	<u>Σάββατο 3/8/2024 ως και Κυριακή 11/8/2024:</u> Διαδρομές στα βουνά της Βόρειας Αλβανίας. Μπάνια στις παραλίες και στις λίμνες. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας:
ΣΑΜΟΘΡΑΚΗ	<u>Σάββατο 3/8/2024 ως και Κυριακή 11/8/2024:</u> Διαδρομές στον ορεινό όγκο της Σαμοθράκης (Σάος 1611μ), μπάνια στις παραλίες και τα φαράγγια του νησιού. Δυνατότητα canyoning . Μετακινήσεις με ΙΧ, διανυκτερεύσεις σε αντίσκηνα ή δωμάτια.
ΘΑΣΟΣ	<u>Παρασκευή 16/8/2024 ως και Κυριακή 18/8/2024:</u> Διαδρομές στο Υψάριο 1206μ και μπάνια στις παραλίες του νησιού. Μετακινήσεις με ΙΧ, διανυκτερεύσεις σε αντίσκηνα ή δωμάτια. Θα εκδοθεί αναλυτικό πρόγραμμα. Συντονιστές Β ομάδας:
ΣΤΡΑΤΩΝΙΚΟ	<u>Κυριακή 25/8/2024:</u> Αναχώρηση 6:45 πμ από την πεζογέφυρα Κλεάνθους (γήπεδο ΠΑΟΚ) για Αρχαία Στάγειρα, 100 χλμ, 1:30'. Επίσκεψη στον χώρο Αριστοτέλη. Α και Β ομάδες: Διαδρομή Αρχαία Στάγειρα – Ολυμπιάδα (15 χμ). Επίσκεψη στην αρχαία Ακρόπολη. Μπάνιο στην Ολυμπιάδα. Ώρες πορείας 6. Συντονιστές Β ομάδας: