

# Κορφές

ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ



Εξώφυλλο: *Pierra Menta 2009*  
Φωτ. *Jocelyn Chavy*

## ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

Ελληνικός Ορειβατικός Σύλλογος Αχαρνών

Φιλαδελφείας 126, 136 73 Αχαρνές

Τηλ. Συλλόγου 210-2461528,

210-2404100, Fax: 210-2469777

Τηλ. Καταφυγίου: 210-2464666

**Hellenic Alpine Club Acharnes**

126, Filadelfias Str. 136 73 Greece Tel. 210-2461528.

<http://www.eosacharnon.gr>

e-mail: [eosa@otenet.gr](mailto:eosa@otenet.gr)

Τιμή τεύχους: 5 ΕΥΡΩ

Συνδρομές Εσωτερικού: 30 ΕΥΡΩ

Συνδρομές Εξωτερικού: 50 ΕΥΡΩ

## ΙΔΡΥΤΗΣ

Επαμεινώνδας Κ. Νίκας

## ΕΚΔΟΤΗΣ • ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ

Βασίλης Κ. Νίκας

## ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Ισαάκ Μοσχίδης • Δημήτρης Κάραλης

Άδωνις Ιωαννίδης • Γιώργος Σπυράκης

Ιωακείμ Τζωρτζίδης

## ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΣΥΝΤΑΞΗΣ • ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ

Εύα Μπάλλιου

## ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ - ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Σταύρος Τσάκωνας

## ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Γεώργιος Ανδρέου • Αλέκος Ασημακόπουλος

Άρης Θεοδωρόπουλος

Ιωάννης Θεοχαρόπουλος • Τζώρτζης Μηλιάς

Σπυρογεράσιμος Δημητράτος • Θωμάς Μιχαηλίδης

Γιάννης Παπακωνσταντόπουλος • Γιάννης Χολέβας

## ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ

Ελένη Νίκα

## ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ

Θωμάς Μιχαηλίδης (τηλ. 6977512644)

## ΔΗΜΟΣΙΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Ιωακείμ Τζωρτζίδης

## ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΜΟΝΤΑΖ • ΕΚΤΥΠΩΣΗ

ARTION Γραφικές Τέχνες (τηλ. 210 4831792)

Ο Ορειβατικός Σύλλογος Αχαρνών κρατεί το δικαίωμα της δημοσίευσης κατά την κρίση του των αποσπασμένων κειμένων ή φωτογραφιών.

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση άρθρων του περιοδικού (όλου ή μέρους αυτών) χωρίς την άδεια του συγγραφέα.

Τα δημοσιευμένα ενυπόγραφα κείμενα δεν εκφράζουν οπωσδήποτε και την άποψη του Συλλόγου.

## της Σύνταξης

**«Μεγάλη μπουκιά φάε, μεγάλη κουβέντα μη λες».**

Εμείς όμως την είπαμε και τώρα τρέχουμε να δικαιολογήσουμε και να μπαλώσουμε ό,τι μπορούμε!

Κατ' αρχάς υποσχεθήκαμε να έχουμε, σ' αυτό το τεύχος των «ΚΟΡΦΩΝ», το ευρητήριο των περιεχομένων των τευχών 131-200, αλλά δυστυχώς αυτό δε μπόρεσε να γίνει!

Οι λόγοι πολλοί, με πιο ισχυρό –και τον μόνο που ίσως μπορούμε να επικαλεστούμε– αυτόν της πρόθεσής μας να ετοιμάσουμε ένα ευρητήριο μεθοδικά δομημένο σε βασικές ενότητες και υποδιαιρέσεις, ώστε η αναζητούμενη πληροφορία να προσεγγίζεται με ταχύτερο και ακριβέστερο τρόπο.

Αυτό όμως αποδείχτηκε πολύ χρονοβόρο, καθώς η αποδελτιοποίηση των τευχών και η ένταξη των θεμάτων στις παραπάνω ενότητες απαιτήσε πολλή, μα πάρα πολλή γραφική δουλειά, που τελικά μας έβγαλε έξω απ' τα χρονικά όρια της προετοιμασίας και εκτύπωσης αυτού του τεύχους. Θα έπρεπε, όσοι προσφέρουμε εθελοντική δουλειά στο περιοδικό, να είχαμε από δέκα χέρια όπως οι Ινδικές θεότητες Σίβα και Κάλι

Το μόνο που μας μένει τώρα είναι, όχι να υποσχεθούμε πάλι, αλλά να τελειώσουμε την εργασία που ξεκινήσαμε, πιστεύοντας πως θα προσφέρουμε ένα διαφορετικό ευρητήριο, εύκολο και χρηστικό, ένα πραγματικό εργαλείο αναζήτησης, εντοπισμού και ανεύρεσης των θεμάτων, που η πληθώρα της ύλης και η ενασχόληση με καινούργια αθλήματα και νέες μορφές δράσης, έχουν κατακλύσει τις «ΚΟΡΦΕΣ» τα τελευταία χρόνια.

Παράλληλη προσπάθεια και στόχος μας, η ένταξη του ευρητηρίου των περιεχομένων στην ιστοσελίδα του Ε.Ο.Σ. Αχαρνών και η ενημέρωσή του αμέσως, με την κυκλοφορία κάθε νέου τεύχους των «ΚΟΡΦΩΝ».

Είναι ένα στοίχημα που πρέπει να κερδίσουμε, αν θέλουμε να προσφεύγουμε στην υπομονή και κατανόησή σας, κάθε φορά που τα πράγματα δε θα μας έρχονται όπως θα τα θέλαμε!...

Έπειτα είναι και τα γεμάτα θυμό και πικρία παράπονα που εισπράξαμε από κάποιους φίλους οι οποίοι ενώ είχαν αρθρογραφήσει κατά καιρούς στις «ΚΟΡΦΕΣ» τα ονόματά τους δεν αναφέρθηκαν στο ένθετο αφιέρωμα του 200ού τεύχους στη στήλη «το ανθρώπινο δυναμικό των «ΚΟΡΦΩΝ».

Αν την πίκρα τους αυτή μπορεί να γλυκάνει κάπως η ειλικρινής αίτηση «συγγνώμης» τότε τη διατυπώνουμε από βάθους καρδιάς και τους διαβεβαιώνουμε πως αυτή η παράλειψη δεν είχε καμία απαξιωτική πρόθεση για την προσφορά τους, αλλά απλώς μας ξέφυγαν τα ονόματά τους!

**Ισαάκ Μοσχίδης**

## 16

ΒΡΑΧΟΜΑΝΙΑ



## 34

ΚΑΠ ΓΚΡΑΣ



## 44

ΠΛΑΤΑΝΟΣ  
ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ



## 60

ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ  
ΣΤΙΣ ΑΛΠΕΙΣ



## 70

CANYONING  
& ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



## 80

ΜΑΙΝΑΛΟ  
(400χλμ μονοπατιών)



4 Της Σύνταξης • 6 Αλληλογραφία • 10 ...συνέβησαν - θα συμβούν... • 24 Ηχώ των βουνών  
30 Διεθνή νέα • 50 Αφιέρωμα στον Βαγγέλη Βρούτση • 54 Ορειβατικές σκέψεις  
56 Αφιέρωμα στο Καίσαρα Αλεξόπουλο • 66 Καγιάκ • 74 Υπερμαραθώνιος Παρθένου Δάσους  
78 Orienteering • 84 Αθλητισμός και διατροφή • 88 Σας έχει συμβεί...;  
90 Παιδί & βουνό • 92 Φωτοθήκη • 94 Βιτρίνα • 96 Πρόγραμμα