



## Προστασία από την επιφανειακή εξόρυξη βωξίτη

Κείμενο - Φωτό: ΣΩΤΗΡΗΣ ΣΚΕΥΗΣ

**Η** Περιφέρεια των ορειβατικών συλλόγων Αττικής και Ευβοίας έχει διοργανώσει πολλές ενδιαφέρουσες εκδηλώσεις ενάντια σε συγκεκριμένα οικολογικά και ορειβατικά εγκλήματα που επιχειρούνται από διάφορους φορείς είτε από άγνοια, είτε από δόλο, είτε κυρίως από κάποιο ατομικό οικονομικό συμφέρον.

- Υπενθυμίζω μερικές από τις εκδηλώσεις που έγιναν για τη σωτηρία δρυμών, δασών και φυσικών τοπίων:
  - Στη Στενή Ευβοίας για την αποφυγή δημιουργίας στη Δίρφου χιονοδρομικού κέντρου και τελεφερίκ.
  - Στη Μεσοχώρα Τρικάλων, για την αποφυγή της εκτροπής του Αχελώου.
  - Καθαρισμός του Σπηλαίου του Πανός από 15 μεταλλικά σκαλοπάτια βάρους 50 κιλών έκαστο και μεταφορά τους μακριά από το δρυμό.
  - Ημερίδα κατά της υποβάθμισης της Πάρνηθας με διάνοιξη άχρηστων δρόμων και δημιουργία χώρων "ήπιας", όπως έλεγαν τουριστικής εκμετάλλευσης.
  - Πολιτισμικές και πολιτιστικές εκδηλώσεις στον Ομαλό Κρήτης, στη Σκάλα των Μουσούρων.
  - Εκδήλωση στη Βαθιά Λάκα της Γκιώνας, για τη σωτηρία της από την αλόγιστη εκμετάλλευση.
  - Εκδήλωση στον Όλυμπο, για την αποφυγή δημιουργίας νέων δρόμων και χιονοδρομικού κέντρου.
  - Εκδήλωση στον Υμηττό, για την αποφυγή οικοπεδοποιήσεων και την προστασία των εναπομεινάντων δέντρων.
- Η εκδήλωση στην Γκιώνα περιελάμβανε τρία σκέλη:
- A) Δύο πορείες διαμαρτυρίας μέσα από τους χώρους εξόρυξης
  - B) Ομιλία στο χωριό Πεντάπολη για τον περιορισμό της επιφανειακής εξόρυξης του βωξίτη και την αισθητική αποκατάσταση του ορεινού τοπίου.
  - Γ) Συμβολικής σημασίας δενδροφύτευση 12 μαυρόπυ-

κων σε παρακείμενο της εξόρυξης χώρο.

Διοργανωτής και συντονιστής της εκδήλωσης ήταν ο ΕΟΣ Χαλκίδας που έχει τη Γραμματεία της Περιφέρειας την τρέχουσα περίοδο. Εδώ πρέπει να πούμε ένα μεγάλο Μπράβο και να ευχαριστήσουμε όλα τα παιδιά της Χαλκίδας, αλλά ιδιαίτερα το Γιώργο Χολέβα για την όλη προσφορά του, τον Ταξιάρχη Κοκονό για τα δενδρύλλια, την προεργασία της εκδήλωσης, την αναγνώριση των μονοπατιών και το πρωινό τσάι στις Καρούτες καθώς και την Δήμητρα Τσιριμώκου για την αρχηγία, το κέφι και το γυναικείο οίστρο της.

Συμμετείχαμε 42 περιπατητές και ορειβάτες και καταλύσαμε, ορισμένοι σε ξενοδοχείο στο Λιδωρίκι και οι περισσότεροι στην πλατεία του χωριού Καρούτες.

Το χωριό Καρούτες είναι κτισμένο σε υψόμετρο 1050μ και ευρίσκεται περίπου στο μέσον της απόστασης του μονοπατιού που συνδέει την Άμφισσα με το Λιδωρίκι.

Στα χρόνια της Γερμανο-Ιταλικής κατοχής, τα ξημερώματα της 1ης Οκτώβρη 1942, στην περιοχή 'Καρουτιανός Κάμπος' έγινε από αεροπλάνα της RAF που είχαν απογειωθεί από το Κάιρο, η πρώτη ρίψη Άγγλων σαμποτέρ, με επικεφαλής τον αντισυνταγματάρχη Εντυ Μάγιερς, για να οργανώσουν σαμποτάζ με τη βοήθεια των Ελλήνων ανταρτών.

Η μάχη, όμως, που κατέστησε τις Καρούτες γνωστές παγκοσμίως, έγινε στις 5 Αυγούστου του 44 (βιβλίο: Η μάχη στις Καρούτες του Ηλία Παναγιωτόπουλου), κατά τη διάρκεια της οποίας αντάρτες του ΕΛΑΣ παγίδευσαν τάγμα 250 επίλεκτων (Edelweiss) Γερμανών στρατιωτών και το εξολόθρευσαν. Στη φονική αυτή μάχη, οι απώλειες των Γερμανών ήταν μεγάλες. Σκοτώθηκαν 100 στρατιώτες, μεταξύ αυτών και ο διοικητής τους, οι υπόλοιποι δε αιχμαλωτίστηκαν. Οι ελληνικές απώλειες ήταν 29 παλληκάρια του ΕΛΑΣ και τρεις Καρουτιανοί



πολίτες. Οι Καρούτες κήκον και καταστράφηκαν 4 φορές από τους κατακτητές, την περίοδο 1942-44, με μεγάλες απώλειες σε ανθρώπινα θύματα.

Η πολιτεία αργότερα, για την προσφορά και τις δοκιμασίες που υπέστησαν, αναγνώρισε τις Καρούτες ως 'Μαρτυρικό Χωριό' και φρόντισε μέχρι τις μέρες μας ο δρόμος προς την πρωτεύουσα του νομού, Άμφισσα, να είναι ακόμα χωμάτινος!.. Έτσι ανταμοίβει η Ελλάδα τους ήρωές της.

Το Σάββατο 18/9/2010 έγινε από όλους μας η διαδρομή των τριών περιπόλων ωρών μέχρι το Λιδωρίκι. Μετά πήγαμε στο χωριό Πεντάπολη, στα 500μ και στις παρυφές της λίμνης του Μόρνου όπου σε προκαθορισμένο χώρο ο Ιωάννης Καντούνας ανέπτυξε γλαφυρά και εμπειριστατωμένα το θέμα των επιπτώσεων των εξορύξεων στο υπέδαφος, στον υδροφόρο ορίζοντα και στη μορφολογία της περιοχής.

Η παρουσία των ντόπιων ήταν περιορισμένη, λόγω του ότι αυτοί ζουν για το σήμερα και το αύριο το αφήνουν στο κάθε αύριο που ακολουθεί.

Βέβαια την άλλη μέρα το πρωί διαψευστήκαμε από τη συσσώρευση των ντόπιων οι οποίοι μάλιστα είχαν





πιάσει θέσεις γύρω από τους χώρους των εξορύξεων. Μάλιστα όσοι ήλθαν κρατούσαν στα χέρια τους όπλα και ευτυχώς όχι για εμάς, αλλά για τα αγριογούρουνα του βουνού!..

Τα χρόνια που περιπλανούμαι στη φύση με έκαναν να καταλάβω ότι όσοι πάνε στα βουνά φροντίζουν να πάρουν και κάτι από αυτά. Παίρνουν μεταλλεύματα, νερά, έδαφος για να φτιάξουν ξενοδοχεία και ξενώνες, ξυλεία, τσάι, μέλι, ρετσίνα, βολβούς, μανιτάρια, σπαράγγια, χόρτα, βότανα, σαλιγκάρια και την πανίδα (νεκρή φυσικά).

Παίρνουν και οι ορειβάτες, αλλά τι: Λίγες φωτογραφίες, πολλές παραστάσεις για το βιβλίο των αναμνήσεων και ενίοτε τα σκουπίδια που αφήνουν στο διάβα τους οι διάφοροι παρατρεχάμενοι που συναντάμε στα βουνά, εφόσον φυσικά υπάρχει πρόσβαση για το αυτοκίνητό τους...

Το βράδυ υπέροχο φαγητό σε παραδοσιακή ταβέρνα στο χωριό Μαλανδρίνο, με τις ομώνυμες φυλακές (το ελληνικό «Αλκατράζ») και συνέχεια ύπνος στις Καρούτες, συντροφιά με τις οπτασίες των αγωνιστών της Εθνικής Αντίστασης.

Την επομένη με μερικές απώλειες λόγω στραμπουληγμάτων και μικροκακουχιών, πήραμε το μονοπάτι για την Άμφισσα. Στον Καρουτιανό κάμπο στα 1200μ υψόμετρο φυτέψαμε τα 12 μαυρόπευκα. Τα ποτίσαμε και τους ευχηθήκαμε καλή τύχη γιατί σ'αυτή τη χώρα όλα γίνονται με τύχη αλλά και στην τύχη...

Άφιξη το απόγευμα στην Άμφισσα όπου και συνεχίζεται η δίκη (μέχρι τη στιγμή που γράφεται το άρθρο) για τον άδικο χαμό του Αλέξανδρου Γρηγορόπουλου, φαγητό στο χωριό Δεσφίνα, γενέτειρα του πρωτοπαιστή Θανάση Καμπαφλή και επιστροφή στην τερατούπολη.

Νάμαστε όλοι καλά για να μπορούμε να συνεχίσουμε τις παρεμβάσεις μας, όπου η χρεία το καλεί.



Από την απονομή διπλωμάτων της σχολής Ορειβατικού Σκι αρχαρίων, που έγινε στις 21 Οκτωβρίου 2010, στο Αθλητικό Κέντρο "Νώντας Νίκας" του Ε.Ο.Σ. Αχαρνών.

**SALEWA**

**FERRINO**

**Milo**

**TRESPASS®**

**NIKWAX**  
EASIER SAFER DRIER

**Thorlos**  
Your feet will feel better

**Baldas ec**  
earth creations

[www.polaroutdoor.gr](http://www.polaroutdoor.gr)

ΑΠΟ 10 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

**ΕΠΙΣΚΕΥΘΕΙΤΕ ΤΟ ΝΕΟ SITE ΤΗΣ polar ΚΑΙ ΔΙΑΒΑΣΤΕ:**

**Το profile όλων των εταιρειών**

**Άρθρα, αναλύσεις και τεχνικά θέματα**

**Συλλογή παπουτσιών : Όταν η τεχνολογία συναντά την αισθητική**

**140 χρόνια συνεχούς παρουσίας**

**Milo** Υψηλή ποιότητα για όλους

**Thorlos** Γιατί είναι η καλύτερη κάλτσα

**NIKWAX** Τα μυστικά της αδιαβροχοποίησης



## 30η Παγκρήτια Ορειβατική Συγκέντρωση

**Ο** Ορειβατικός Σύλλογος Χανίων στις 11 και 12 Σεπτεμβρίου 2010 διοργάνωσε με μεγάλη επιτυχία την 30η Παγκρήτια Ορειβατική Συγκέντρωση των Συλλόγων της Κρήτης, παράλληλα με τον εορτασμό των 80 χρόνων ζωής και δράσης του, από την ίδρυσή του το 1930. Η συμμετοχή ορειβατών από την Κρήτη, αλλά και την υπόλοιπη Ελλάδα ήταν μεγάλη, συμμετείχαν περίπου 280 άτομα. Στη συγκέντρωση αυτή την Ελληνική Ομοσπονδία Ορειβασίας - Αναρρίχησης εκπροσώπησε ο αντιπρόεδρος του διοικητικού της συμβουλίου κ. Σταμάτης Σταματίου.

Η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στην επαρχία Σφακίων, πάνω από το γραφικό, ορεινό και ιστορικό οροπέδιο Ασκύφου στην τοποθεσία του Λαχανά, που βρίσκεται και το εκκλησάκι του Αι - Γιώργη του Μεθυστή. Την Κυριακή 12/09 το πρωί, πραγματοποιήθηκε εύκολη λίγο ανηφορική πεζοπορία στην κορυφή Μέγα Όρος, υψ. 1.181 μέτρα, από όπου όλοι οι συμμετέχοντες απόλαυσαν την υπέροχη θέα και αγνάντεψαν τα Λευκά Όρη, το οροπέδιο Ασκύφου, την Ίμπρο, τη Γαύδο και τη Γαυδοπούλα στο Λιβυκό πέλαγος και τα νησάκια Παξιμάδια στον κόλπο της Αγίας Γαλήνης. Η διάρκεια συνολικά όλων των πεζοποριών ήταν περίπου 4 με 5 ώρες. Η κατασκήνωση των συμμετεχόντων έγινε στο μικρό λεκανοπέδιο του Λαχανά, υψ. 1.050 μέτρα, όπου προσφέρθηκε παραδοσιακό κέρασμα - δείπνο σε συνεργασία με την Κοινωνική Πολιτιστική Επιχείρηση του Δήμου Σφακίων και το Τοπικό Συμβούλιο Ασκύφου Σφακίων.

Η επιτυχία της διοργάνωσης οφείλεται σε μεγάλο βαθμό στην ενεργοποίηση πολλών εθελοντών-μελών του Συλλόγου, οι οποίοι καθάρισαν και σηματοδότησαν οσστά τα μονοπάτια προς την περιοχή του Λαχανά και την κορυφή Μέγα Όρος και φρόντισαν για την υποδοχή και την καθοδήγηση των συμμετεχόντων την ημέρα της συγκέντρωσης. Οι εθελοντές Σαμαρείτες του Περιφερειακού Τμήματος Χανίων του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού βοήθησαν με την εμπειρία τους σε τέτοιες διοργανώσεις στον τομέα των Πρώτων Βοηθειών.

Η Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Χανίων ήταν συνδιοργανωτής στην επιτυχημένη αυτή εκδήλωσή μας, ενώ χορηγοί της διοργάνωσης ήταν οι εταιρείες Κρετεμπορική - Γιαννενάκης Α.Ε., Γεράνι Αναψυκτικά Α.Ε., Β. Αρχοντάκης Α.Β.Ε.Ε. και η ΕΤ.ΑΝ.ΑΠ. Α.Ε. με το Φυσικό Επιτραπέζιο Νερό Samaria. Η εταιρεία CBA Events, Management & Marketing βοήθησε στην προβολή της διοργάνωσης.



## Εκθεση φωτογραφίας και άλλες εκδηλώσεις από τον Ορειβατικό Σύλλογο Χανίων

**Σ**τα πλαίσια των εκδηλώσεων για τα 80 χρόνια του, ο Ε.Ο.Σ. Χανίων διοργάνωσε Έκθεση Φωτογραφίας από την Παρασκευή 1 Οκτωβρίου μέχρι και την Πέμπτη 7 Οκτωβρίου 2010 στο Κέντρο Αρχιτεκτονικής Μεσογείου, με εικόνες από την ορεινή φύση του νομού και της πατρίδας του, με παράλληλες δράσεις όπως: -προβολές από τις δραστηριότητες του Συλλόγου, -βραβεύσεις παλαιών εν ενεργεία μελών, -την επίσημη παρουσίαση αναμνηστικού γραμματόσημου πανελληνίας κυκλοφορίας, που εκδόθηκε σε συνεργασία με τα Ελληνικά Ταχυδρομεία, -προβολή της βραβευμένης ταινίας: -ντοκιμαντέρ «Από τον Όλυμπο στο Έβερεστ» στο 11ο Φεστιβάλ ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης 2009, του σκηνοθέτη - ορειβάτη Παύλου Τσιαντού, που περιγράφει την πρώτη επιτυχημένη Ελληνική αποστολή για ανάβαση στην ψηλότερη κορυφή του κόσμου, στο Έβερεστ στα 8.850 μέτρα, -ομιλίες κ.λπ. Στην έκθεση φωτογραφίας ο κόσμος θαύμασε φωτογραφίες πρόσφατες, αλλά και παλιές ασπράμαυρες από δραστηριότητες παλαιότερων χρόνων του Συλλόγου.

Η εκδήλωση αυτή διοργανώθηκε με τη βοήθεια του Δήμου Χανίων και ήταν υπό την αιγίδα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας - Αναρρίχησης, της οποίας ο πρόεδρος κ. Δημήτριος Γεωργούλης παραβρέθηκε την πρώτη ημέρα έναρξης της έκθεσης. Τα εγκαίνια της έκθεσης φωτογραφίας έγιναν την Παρασκευή 1 Οκτωβρίου 2010 στις 20:00 το βράδυ. Η προβολή της ταινίας 'Από τον Όλυμπο στο Έβερεστ' έγινε, παρουσία του σκηνοθέτη, το Σάββατο 2 Οκτωβρίου 2010, στις 20:15 το βράδυ, στην μεγάλη αίθουσα προβολών του Πνευματικού Κέντρου Χανίων με συνδιοργανωτή τη Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Χανίων, ενώ τη Δευτέρα 4 Οκτωβρίου 2010,

στις 20:00 το βράδυ πραγματοποιήθηκε εκδήλωση με προβολές από πρόσφατες δραστηριότητες του Συλλόγου, στη μεγάλη αίθουσα διαλέξεων-προβολών του Κέντρου Αρχιτεκτονικής Μεσογείου. Επίσης σε αυτήν την εκδήλωση προβλήθηκε η εκπαιδευτική ταινία για τα σπήλαια «Ο Αιμίλιος, η Σοφία και η σπηλιά», παραγωγής του Σπηλαιολογικού Ομίλου Κρήτης.



## 22η Πανελλήνια Αναρριχητική Συνάντηση



Από την προβολή στο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Καλαμπάκας.

Στις 25-26 Σεπτεμβρίου 2010 πραγματοποιήθηκε η 22η Πανελλήνια Αναρριχητική Συνάντηση στα Μετέωρα με συμμετοχή 200 περίπου αναρριχητών από όλη την Ελλάδα. Λόγω των καιρικών συνθηκών οι εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν ήταν:

- Η προβολή 2 Αναρριχητικών ταινιών στο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Καλαμπάκας εκ των οποίων η μία ήταν η 1η Πανελλήνια Ορειβατική Αποστολή στην Απαραμίτα το 1995. Την ταινία προλόγισε ο δημιουργός της Χρήστος Λάμπρης. Στον ίδιο χώρο πραγματοποιήθηκε συνάντηση των εκπαιδευτών προκειμένου να συζητηθούν οι αλλαγές στους κανονισμούς εκπαίδευσης
- Η συνεδρίαση του Δ.Σ της Ε.Ο.Ο.Α και
- Ο β' αγώνας του 12ου Κυπέλλου αγώνων Bouldering μόνο για τις κατηγορίες Ανδρών - Γυναικών. Ο αγώνας δεν πραγματοποιήθηκε στις υπόλοιπες κατηγορίες λόγω κακοκαιρίας και μη προσέλευσης των αθλητών, ενώ οι πραγματοποιηθείσες κατηγορίες έγιναν την Κυριακή κάτω από ιδανικές συνθήκες.

Χαράκτες του αγώνα ήταν οι Μποτέλης Λάζαρος και Αγοραστούδης Χριστόφορος και Τεχνικός Εκπρόσωπος ο Περικλής Σδραβόπουλος. Αναλυτικά τα αποτελέσματα για τις κατηγορίες ΑΝΔΡΩΝ - ΓΥΝΑΙΚΩΝ έχουν ως εξής:

### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΑΝΔΡΩΝ

- 1 Δασκαλόπουλος Στυλ. Ε.Ο.Σ. Ξάνθης
- 2 Κολόκας Ιωάννης Ε.Ο.Σ. Σπάρτης
- 2 Χτενάς Αθανάσιος Λ.Ο.Χ. Καβάλας
- 4 Σωτήρης Παναγιώτης Ε.Ο.Σ. Αχαρνών

### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ: ΓΥΝΑΙΚΩΝ

- 1 Μίχου Ελισαβετ Σ.Ε.Ο. Αθήνας
- 2 Σιδερίδου Παρασκευή Σ.Ε.Ο. Αθήνας
- 3 Μπαρμπαρούση Ιωάννα ΟΑΛ Θεσ/κης
- 3 Ηλιοπούλου Σοφία Ε.Ο.Σ. Αχαρνών



Ο πρόεδρος της Ε.Ο.Ο.Α. κος Δ. Γεωργούλης με τους νικητές της κατηγορίας ανδρών.



**ΚΟΥΡΥΦΑΙΑ ΣΕ ΠΟΙΟΤΗΤΑ  
ΕΞΕΛΙΓΜΕΝΑ ΣΕ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ  
ΙΣΠΑΝΙΚΑ ΣΧΟΙΝΙΑ ΓΙΑ CANYONING,  
ΣΠΗΛΑΙΟΛΟΓΙΑ, ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ  
ΔΙΑΘΕΣΗ ΑΠΟ ANDREOU-TECH**

τηλ. 24210 23957  
www.canyoning.gr  
info@canyoning.gr





## 27ος ΓΥΡΟΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ

Κείμενο: **ΙΣΑΑΚ ΜΟΣΧΙΔΗΣ** - Φωτό: **ΙΩΑΚΕΙΜ ΤΖΩΡΤΖΙΔΗΣ - ΜΙΛΤΟΣ ΜΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ**

**Ο** λαϊκός, ανοιχτός αγώνας δρόμου που διοργανώνεται από τον Ε.Ο.Σ. Αχαρνών και τον Αθλητικό Οργανισμό του Δήμου Αχαρνών και πραγματοποιείται την τελευταία Κυριακή του Σεπτεμβρίου κάθε χρόνο, στο δρόμο που περιτριγυρίζει τον πυρήνα του Εθνικού Δρυμού Πάρνηθας, είχε και φέτος την προσδοκόμενη από τους διοργανωτές επιτυχία.

Παρά την ολόημερη καταρακτώδη βροχή του Σαββάτου, η Κυριακή 26/09/2010, στάθηκε σύμμαχος των δρομέων και έτσι όταν στις 10.00' δόθηκε η εκκίνηση εμπρός στο εκκλησάκι της Αγίας Τριάδας 452 αθλητές και αθλήτριες ξεχύθηκαν με κέφι και χαρούμενη διάθεση στο δρόμο, που μετά από 16 χλμ. κυκλικής διαδρομής τους έφερε στο ίδιο σημείο της Αγίας Τριάδας, με τον πρώτο να καλύπτει τη διαδρομή σε 57 λεπτά και 18 δευτερόλεπτα.

Εν τω μεταξύ στις 10.15' δόθηκε η εκκίνηση στα 38 παιδιά, κορίτσια και αγόρια και μετά από 18 λεπτά και 30 δευτερόλεπτα ο πρώτος δρομέας της απόστασης των 4 χλμ. (2 χλμ. ανηφορικής μετάβασης και 2 χλμ. κατηφορικής επιστροφής) έκοψε το νήμα της νίκης ενώ οι τελευταίοι τερμάτισαν μετά τις 11.10' πμ.

Μετά τον αγώνα δόθηκαν σε όλους τους δρομείς αναμνηστικά μετάλλια και διπλώματα, ενώ οι πρώτοι κάθε κατηγορίας βραβεύτηκαν με κύπελλα, οι δεύτεροι και τρίτοι με αντίστοιχα μετάλλια.

Χορηγοί του αγώνα ήταν οι εταιρείες αθλητικών και ορειβατικών ειδών POLO center και The New Balance.

Στην Αγία Τριάδα, σημείο αφετηρίας και τερματισμού του αγώνα, υπήρχε κλιμάκιο 20 εθελοντών Σαμαρειτών του Ερυθρού Σταυρού, ο γιατρός Χασάν Αμπντάλα και ασθενοφόρο της εταιρείας Life Support ενώ την όλη κίνηση ρύθμιζαν όργανα της τροχαίας Νέας Ιωνίας και του Αστυνομικού Τμήματος Αχαρνών.

Ο Ορειβατικός Σύλλογος Αχαρνών ευχαριστεί θερμά όλους τους δρομείς που έτρεξαν τον 27ο ΓΥΡΟΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ και όλους τους εθελοντές που βοήθησαν στο στήσιμο και στην επιτυχή διεξαγωγή του αγώνα, εύχεται δε ο 28ος ΓΥΡΟΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ στις 25 Σεπτεμβρίου 2011 να έχει την ίδια επιτυχία με μεγαλύτερη συμμετοχή δρομέων.



## Αποτελέσματα 27ου Γύρου Πάρνηδας

### - ΠΑΙΔΙΚΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ -

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 1η

##### Αγόρια 12 ετών και κάτω

- 1ος ΜΟΣΧΟΒΗΣ ΦΩΤΗΣ 00:23:20  
2ος ΚΟΥΣΟΥΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ 00:26:10  
3ος ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ ΣΤΑΥΡΟΣ 00:26:20

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 2η

##### Κορίτσια 12 ετών και κάτω

- 1η ΚΟΝΤΟΥ ΥΑΚΥΝΘΗ 00:32:20  
2η ΘΕΟΧΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ 00:35:20  
3η ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ 00:39:40

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 3η

##### Αγόρια 13 - 15 ετών

- 1ος ΜΠΟΥΝΤΟΥΛΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ 00:18:30  
2ος ΚΟΥΤΣΟΔΗΜΟΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ 00:19:04  
3ος ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΟΣ 00:19:47



#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 4η

##### Κορίτσια 13 - 15 ετών

(καμία συμμετοχή)

### - ΔΙΑΔΡΟΜΗ 16 χλμ. -

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 5η

##### Νέοι 16 - 21 ετών

- 1ος ΝΤΟΥΡΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ 01:02:06  
2ος ΚΑΤΣΑΡΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ 01:06:05  
3ος ΚΑΤΣΑΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ 01:11:10

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 6η

##### Νέες 16 - 21 ετών

- 1η ΓΙΑΝΤΑΜΙΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ 01:38:50  
2η ΓΑΒΡΙΗΛ ΜΑΡΙΑ 01:39:50

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 7η

##### Άνδρες 22 - 29 ετών

- 1ος ΓΟΥΒΑΪΛΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ 01:00:49  
2ος ΚΑΛΟΜΟΙΡΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ 01:06:26  
3ος ΣΙΛΒΕΣΤΡΟΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ 01:08:58

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 8η

##### Γυναίκες 22 - 29 ετών

- 1η RIGHTWEISER ΧΡΙΣΤΙΝΑ 01:17:55  
2η ΧΡΙΣΤΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ 01:19:40  
3η ΑΝΤΥΠΑ ΘΕΟΔΩΡΑ-ΣΕΜΕΛΗ 01:22:09

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 9η

##### Άνδρες 30 - 39 ετών

- 1ος ΜΕΛΑΧΡΙΝΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ 00:57:18  
2ος ΜΠΑΚΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ 01:02:41  
3ος ΜΑΣΤΡΟΘΕΟΔΩΡΟΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ 01:04:30

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 10η

##### Γυναίκες 30 - 39 ετών

- 1η ΠΟΥΛΟΥΠΑΤΗ ΜΑΡΙΑ 01:09:25  
2η ΔΟΜΒΡΟΥ ΑΔΡΙΑΝΗ 01:11:39  
3η ΚΑΡΑΚΙΤΣΟΥ ΕΥΑ 01:19:30

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 11η

##### Άνδρες 40 - 49 ετών

- 1ος FIJNAUT STAN 01:00:18  
2ος ΚΥΡΙΑΖΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ 01:03:09  
3ος ΧΑΤΖΗΠΑΣΧΑΛΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ 01:03:45

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 12η

##### Γυναίκες 40 ετών και άνω

- 1η ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ 01:24:10  
2η ΣΑΝΟΥΔΗ ΖΗΝΑ 01:24:10  
3η ΔΙΡΕΚΑ ΖΗΣΟΥΛΑ 01:26:20

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 13η

##### Άνδρες 50 - 59 ετών

- 1ος ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ 01:05:54  
2ος ΠΑΝΟΥ ΟΔΥΣΣΕΑΣ 01:06:26  
3ος ΠΑΠΑΜΙΧΑΗΛ ΙΩΑΝΝΗΣ 01:09:58

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 14η

##### Άνδρες 60 - 69 ετών

- 1η ΜΑΚΡΟΔΗΜΗΤΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ 01:08:05  
2η ΕΠΙΤΡΟΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ 01:09:30  
3η ΖΑΡΓΑΝΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ 01:12:02

#### ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ 15η, Άνδρες 70 ετών και άνω

- 1ος ΜΑΚΚΡΥΜΑΛΛΑΚΗΣ ΔΙΟΓΕΝΗΣ 01:22:40  
2ος ΤΣΙΧΛΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ 01:29:30  
3ος ΡΕΪΖΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ 01:30:10

**Rafting κρiση & έλα στην φύση**

και επιπλέον πεζοπορία,  
ορεινό ποδήλατο, τοξοβολία,  
πεζόβολο, ραπέλ κ.α.

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

23-10-2010	ΑΡΑΧΘΟΣ Γ'
24-10-2010	ΑΡΑΧΘΟΣ Γ'
21-11-2010	ΕΥΗΡΩΣ
17-01-2011	ΕΥΗΡΩΣ
19-02-2011	ΣΕΝΕΤΙΚΟΣ Β'
20-02-2011	ΑΝΙΑΚΜΟΝΑΣ Α'
14-03-2011	ΛΟΥΤΙΔΙΣ-ΑΛΦΕΙΟΥΣ
15-05-2011	ΛΟΥΤΙΔΙΣ-ΑΛΦΕΙΟΥΣ
11-06-2011	ΑΡΑΧΘΟΣ Β' & Γ'
02-08-2011	ΚΑΛΑΡΥΤΙΚΟΣ

### ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



[www.athleticclubparnis.gr](http://www.athleticclubparnis.gr)

Πληροφορίες, κρατήσεις έως 15 μέρες νωρίτερα στο τηλέφωνο 697 4440 436 (Κος Γιώργος Μαργαρίτης - Έφορος Εκδρομών)  
Οι εκδρομές οργανώνονται σε συνεργασία με συμβεβλημένα τουριστικά γραφεία.



## Ironman Τρίαθλον

(3.800μ. κολύμπι, 180 χλμ. ποδηλασίας, 42.195 μ. τρέξιμο)

Κειμένο - Φωτό: **ΤΑΣΟΣ ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ**

### ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΑΠΟ... ΣΙΔΕΡΟ

Το όνειρο του 60χρονου βετεράνου Τάσου Σταθόπουλου να αγωνιστεί μαζί με τους δύο γιους του Γιώργο 32 ετών και Αλέξανδρο\* 27 σε αγώνα IRONMAN έγινε πραγματικότητα. Στις 26/9 κατά την εκκίνηση στο IRONMAN της Ιταλίας στο νησί ELBA, τους είχε και τους δύο πλάι του. Ο πατέρας και ο Αλέξανδρος θα συμμετείχαν στο IRONMAN και ο Γιώργος με το φίλο συναθλητή τους Νίκο Ενεξίζοβ στο Half IRONMAN το οποίο και τερμάτισαν στο όριο χρόνου των 8 ωρών.

Η δυσκολία των αγώνων ήταν στην ποδηλασία και επί πλέον στο IRONMAN όπου η διαδρομή είχε τρεις στροφές επί 60 χλμ. στο μισό νησί που άγγιξε τα 3000 υψομετρικά. Στο αγώνισμα της κολύμβησης η θάλασσα ήταν κάπως.. αγριεμένη και στον επίμονο μαραθώνιο δρόμο οι γνωστές «γκρουπάτες» ιταλικές ενθαρρυντικές δυνατές φωνές από αρκετούς φίλους του αγωνίσματος μετρίαζαν κατά πολύ την κόπωση των τριαθλητών. Ο Αλέξανδρος με χρόνο 12:18.03 έλαβε την 3η θέση στην κατηγορία του τερματίζοντας το 3ο του IRONMAN μετά τη γνωστή υπέρβασή του στο ULTRA MAN ΚΑΝΑΔΑ όπου σε 29:03.03' ώρες κολύμησε 20.000 χλμ., ποδηλάτησε 420 χλμ. και έτρεξε 84,3 χλμ. κερδίζοντας την 3η θέση στη γενική. Ο Τάσος με χρόνο 14:15.04' έλαβε την 5η θέση στη δική του κατηγορία τερματίζοντας το 5ο του IRONMAN. Νικητής του αγώνα ήταν ο Ιταλός ANNOVAZZI MATTEO με χρόνο 9:43.10' που αποδεικνύει και τη δυσκολία των υψομ. στην ποδηλασία.

Οι συμμετοχές στο IRONMAN από διάφορες χώρες έφθαναν τις 380 και στο Half τις 420.

Η οικογενειακή «τριπλέτα» τριαθλητών θα λάβει και πάλι μέρος στο 2011 σε IRONMAN της Ευρώπης με πιθανή επιχορήγηση κρατικού φορέα.

**Υ.Γ.** Ο Τάσος Σταθόπουλος με τιμητική άδεια του Υπουργείου Παιδείας παρουσιάζει ανιδιοτελώς στους μαθητές τα θέματα: «οικογενειακός αθλητισμός» και τη «διά βίου άθλησης με υγιή συναγωνισμό».

Ο σκοπός του είναι επίσης, μέσα από 15λεπτο αγωνιστικό CD να μάθουν έστω και οριακά τα αγωνίσματα αντοχής διαρκείας όπως είναι οι ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΣΧΙΣΕΙΣ, Ο ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΣ δρόμος, το ΣΠΑΡΤΑΘΛΟΝ, το IRONMAN και ULTRA MAN τρίαθλον. Στόχος του, όπως ο ίδιος μας είπε, είναι να παρακινήσει τη μαθητική νεολαία να ανακαλύψει και να αξιοποιήσει τις δικές της υπαρκτές ψυχοσωματικές αρετές για τις δυσκολίες της σκληρής σημερινής κοινωνίας μας.

Οι μαθητές παρακολουθούν με υπέρμετρο σεβασμό και ενδιαφέρον και οι καθηγητές γυμναστές επικροτούν τα αγωνίσματα αυτά σαν τα ιδανικότερα για να αποκτήσουν οι νέοι μας αισιοδοξία και αυτοπεποίθηση.

Αυτό είναι σίγουρα και το σημαντικότερο έπαθλο για τον έμπειρο τριαθλητή Τάσο Σταθόπουλο να συνεχίσει την ευγενή αυτή προσφορά του.

*\* Η οικογένεια Σταθόπουλου ανήκει στο δυναμικό του Ε.Ο.Σ. Αχαρνών.*




**www.pezoporiam.gr**  
για όσους αγαπούν την πεζοπορία και την περιλάνηση στη φύση

## Αγώνες Βουνού



**Ο**λοκληρώθηκε την περασμένη Κυριακή με μεγάλη επιτυχία η 4η Διοργάνωση Αγώνων Βουνού Παρθένου Δάσους Παρανεστίου. Στον Υπερμαραθώνιο Αγώνα Βουνού Παρθένου Δάσους (Virgin Forest Ultra Trail) μήκους 110 χλμ. που πήρε εκκίνηση το Σάββατο 2 Οκτωβρίου, πήραν μέρος 136 αθλητές από τους οποίους τερμάτισαν οι 117. Το νήμα του τερματισμού έκοψαν οι Καμπαξής Παντελής και Μπόγκοτς Γιάτσεκ με χρόνο 11:40:37, και τρίτος τερμάτισε ο Κουρκουρίκης Ιωάννης με χρόνο 11:46:40. Πρώτη αθλήτρια με χρόνο 15:08:54 ήταν η Ματθαίου Αμαλία, δεύτερη η Καρπούζα Βίκυ με χρόνο 17:14:46 και τρίτη η Τερζή Αντζελα με χρόνο 18:14:24.

Στον αγώνα Παρανεστίο Μονοπάτι μήκους 30χλμ πήραν μέρος 117 αθλητές, στον αγώνα Nestos Trail μήκους 10χλμ πήραν μέρος 67 αθλητές και στον αγώνα Άλκιμοι Παίδες μήκους 1.200 μέτρων, πήραν μέρος 24 αγόρια και κορίτσια ηλικίας 10 - 13 ετών.

Η ικανοποίηση όσων συμμετείχαν, έκδηλη στα πρόσωπα όλων, εκφράζεται καθημερινά από την ώρα της λήξης της διοργάνωσης με μηνύματα των αθλητών που συμμετείχαν, προς την Οργανωτική Επιτροπή.

Η αύξηση του αριθμού των συμμετοχών και οι συμμετοχές από 14 ξένες χώρες, δείκτης της επιτυχούς πορείας της διοργάνωσης, δικαιώνει την προσπάθεια που ξεκίνησε το 2007 από το Δήμο Παρανεστίου και τη Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Δράμας, με σκοπό την ανάδειξη του μοναδικού φυσικού περιβάλλοντος της Παρανεστίας Γης.

Όπως πάντα, καθοριστικής σημασίας, αναδείχθηκε και φέτος η συμμετοχή των εθελοντών που με την ενεργή συμμετοχή τους υποστήριξαν το θεσμό.

Στην τελετή λήξης στην οποία παρευρίσκονταν ο Νομάρχης Ξάνθης κ. Παυλίδης, οι Νομαρχιακοί Σύμβουλοι κ. Πατακάκης εκ μέρους της παράταξης «ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ» και ο κ. Ηλιάδης εκ μέρους της παράταξης «ΥΠΕΡ-ΝΟΜΑΡΧΙΑ ΠΟΛΙΤΩΝ», η Οργανωτική Επιτροπή βράβευσε τις εθελοντικές οργανώσεις που συμμετείχαν και τους αθλητές ανανεώνοντας το ραντεβού τους για τον επόμενο Οκτώβριο.

Οι τρεις πρώτοι των τεσσάρων κατηγοριών είναι οι εξής:

### Virgin Forest Ultra Trail (110χλμ.)

- 1 ΚΑΜΠΑΞΗΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ GR 11:40:37
- 1 ΜΠΟΓΚΟΤΣ ΓΙΑΤΣΕΚ GR 11:40:37
- 3 ΚΟΥΡΚΟΥΡΙΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ GR 11:46:40

### Paranesti Path (30χλμ.)

- 1 ΚΑΛΑΜΠΑΚΑΣ ΣΤΑΥΡΟΣ GR 2:29:56
- 2 ΣΤΑΥΡΙΑΝΙΔΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ GR 2:30:01
- 3 ΦΩΤΕΙΝΟΣ ΜΙΧΑΛΗΣ GR 2:30:03

### Nestos Trail (10χλμ.)

- 1 ΤΖΕΦΑΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ 0:35:59
- 2 ΑΠΟΣΤΟΛΙΨΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ 0:39:45
- 3 ΚΑΡΑΤΖΙΨΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ 0:41:54

### Άλκιμοι Παίδες (1.200μ.)

- 1 ΖΑΪΜΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ 4:18
- 2 ΖΟΥΜΠΟΥΛΟΓΛΟΥ ΣΙΜΟΣ 4:30
- 3 ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ 4:45



## σκι για όλους



### Ο χειμώνας έρχεται...

Πληροφορούμε τους φίλους του ΣΚΙ, μικρούς και μεγάλους ότι ο Ορειβατικός Σύλλογος Αχαρνών οργανώνει για τη χειμερινή περίοδο μαθήματα χιονοδρομίας στον Παρνασσό αλλά και πολύ ενδιαφέρουσες εκδρομές για τα Χριστούγεννα στις Άλπεις και για το τριήμερο της Καθαράς Δευτέρας στη Βόρεια Ελλάδα.



### Η σχολή παρέχει

- Μαθήματα από έμπειρους γυμναστές σε ομάδες μέχρι 8 άτομα
- Εξοπλισμό σκι κρόνος - μπουρπέν
- Μεταφορά
- Ασφάλιση
- Αθλητική Εξέλιξη



### Σας περιμένουμε...

### Πληροφορίες — Εγγραφές

Λ. Φιλαδελφείας 126, 13673 Αχαρνές,  
Τηλ.: 2102461528, 2102404100, Fax: 2102469777  
κινητό: 6937337223





## «ΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΒΟΥΝΑ»

(Νίκος Νέζης)

Με γενικό τίτλο «ΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΒΟΥΝΑ, Γεωγραφική εγκυκλοπαίδεια» παρουσιάζει σε τρεις καλάίσθητους τόμους τη νέα συγγραφική δουλειά του ο γνωστότατος στον ορειβατικό κόσμο της Ελλάδας Νίκος Νέζης, πρώην Γενικός Γραμματέας της Ε.Ο.Ο.Α. για 11 συνεχή χρόνια και συγγραφέας 13 ακόμα βιβλίων (ορειβατικού κυρίως περιεχομένου). Ο πολυγραφότατος Νίκος Νέζης και «παθιασμένοι με τη συνεχή συλλογή στοιχείων, την αναλυτική έρευνα και τεκμηρίωση αυτών που γράφει...» όπως σημειώνει ο Πρόεδρος της Ε.Ο.Ο.Α. κύριος Δημήτριος Γεωργούλης στον πρόλογο του πρώτου τόμου, δίνει στις 1280 συνολικά σελίδες του έργου του πλήθος ωραιότατων φωτογραφιών, χαρτών και άπειρων - πραγματικά άπειρων - λεπτομερειών γύρω από την ονοματολογία - παλαιά και νέα - τοποθεσιών, οικισμών, βουνών, ποταμών, ληνών, και ό,τι συνιστά την ελληνική ύπαιθρο.

Το έργο του κυρίου Νέζης εξέδωσε η ΕΟΟΑ με το ίδρυμα «Αθανάσιος Λευκαδίτης».

Θα ήταν πλεονασμός αν προσθέταμε ότι το παραπάνω έργο θα πρέπει ν' αποτελεί αναπόσπαστο μέρος κάθε ολοκληρωμένης ορειβατικής βιβλιοθήκης.



Οι τίτλοι των τόμων έχουν ως εξής:

1. Α. Η ΕΛΛΑΔΑ (Γεωγραφία και φυσικό περιβάλλον).
2. ΝΗΣΙΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ (τα ελληνικά νησιά και τα βουνά τους).
3. ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ (Πελοπόννησος - Στερεά Ελλάδα - Θεσσαλία - Ήπειρος - Μακεδονία - Θράκη)
3. ΟΡΕΙΝΑ ΤΟΠΩΝΥΜΙΑ (Βουνά - κορφές - οικισμοί - καταφύγια - χιονοδρομικά κέντρα)

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ ΠΟΥ ΠΑΡΑΛΕΙΦΘΗΚΕ

Το κείμενο παρουσίασης του βιβλίου της κυρίας Σταυριανής Στεφάνου «Η αλήθεια που δε γνώριζα» γράφτηκε από την κυρία Ιφιγένεια Κασταμονίτη.



## ΡΕΚΟΡ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ ΣΤΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ ΓΙΟΡΤΗΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ 2010

Με ρεκόρ συμμετοχών, 369 Αθλητών και για τρίτη συνεχόμενη χρονιά στο 2ήμερο ποδηλατικών εκδηλώσεων ΓΙΟΡΤΗΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ 2010, η συνδιοργάνωση του ΠΣ ΚΡΟΝΟΥ ΝΙΚΑΙΑΣ και Π.Ε.Σ.Α. ΑΣΤΕΡΑ ολοκληρώθηκε με οργανωτική και αγωνιστική επιτυχία. Χορηγοί της προσπάθειας η Ε.Ο. Ποδηλασίας, η ACTION WAY, η iCYCLE και το restaurant NARGILE.

Στο 1ο σκέλος στο σιρκουί αεροδρομίου Ελληνικού SPTABLEWARE την Κυριακή 3-10-2010 συμμετείχαν 189 αθλητές-τριές όλων των κατηγοριών στην κλειστή πίστα 1800 μέτρων προσφέροντας ασφάλεια και θέαμα σε συμμετέχοντες και θεατές, αφού η μέση ωριαία ταχύτητα του αγώνα στην κατηγορία ανδρών άγγιξε τα 45χλμ ενώ τη στιγμή του τερματισμού η ταχύτητα του σπριντ ήταν στα 65 χλμ.

Το 2ο σκέλος έκλεισε με την κλασική 25η ανάβαση Ανάβαση ΑΚΡΟΠΟΛΗ - ΥΜΗΤΤΟΣ, στη διαδρομή των 16200 μέτρων, νέο ρεκόρ συμμετεχόντων 178 αθλητές-τριες ξεκίνησαν την Κυριακή 10-10-2010 κάτω από τον Ιερό Βράχο της ΑΚΡΟΠΟΛΗΣ διασχίζοντας το κέντρο της Αθήνας ανηφορίζοντας την Καισαριανή και στη συνέχεια χάθηκαν στα ασφάλινα μονοπάτια του Υμηττού.

Το ΔΣ του ΚΡΟΝΟΥ ΝΙΚΑΙΑΣ και ΠΕΣΑ ΑΣΤΕΡΑ ΖΩΓΡΑΦΟΥ, ευχαριστεί όλους τους συμμετέχοντες.

## ΔΕΛΤΙΟ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ

Επιθυμώ να γίνω συνδρομητής στο περιοδικό «ΚΟΡΦΕΣ»

Η ΣΥΝΔΡΟΜΗ ΝΑ ΑΡΧΙΖΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ No: \_\_\_\_\_

### ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗΤΗ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: \_\_\_\_\_

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: \_\_\_\_\_

ΠΟΛΗ: \_\_\_\_\_ Τ.Κ.: \_\_\_\_\_ ΧΩΡΑ: \_\_\_\_\_

ΤΗΛ/ΦΑΧ: \_\_\_\_\_ e-mail: \_\_\_\_\_

### ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ

- για ένα έτος (6 τεύχη) 30 ΕΥΡΩ
- για δύο έτη (12 τεύχη) έκπτωση 10% - 54 ΕΥΡΩ
- για τρία έτη (18 τεύχη) έκπτωση 20% - 72 ΕΥΡΩ

### ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥ

- για ένα έτος (6 τεύχη) 50 ΕΥΡΩ
- για δύο έτη (12 τεύχη) έκπτωση 10% - 90 ΕΥΡΩ
- για τρία έτη (18 τεύχη) έκπτωση 20% - 120 ΕΥΡΩ

Για να αρχίσει η συνδρομή σας αποστέλλετε το ποσό της συνδρομής με **ταχυδρομική επιταγή** στη διεύθυνση του περιοδικού ή καταθέστε σε τραπεζικό λογαριασμό στην **ALPHA BANK : 178002002001714**

ΕΛΛ. Ορειβατικός Σύλλογος Αχαρνών - Φιλαδελφείας 126, 136 73 Αχαρνές- Τηλ.: 210-2461528, 210-2404100 Fax: 210-2469777

## Olympus Marathon 2010

Κείμενο - Φωτό: **ΜΑΥΡΟΠΑΝΟΣ ΒΑΓΓΕΛΗΣ**

Για 7η συνεχόμενη φορά πραγματοποιήθηκε στις 27/6/2010 ο ορεινός αγώνας τρεξίματος μήκους 44 χλμ. στο μυθικό βουνό του Ολύμπου. Οι συμμετοχές άγγιξαν τις 420 και υπήρχαν και συμμετοχές από πολλές ευρωπαϊκές χώρες. Ο καιρός στάθηκε σύμμαχος στις προσπάθειες των αθλητών. Η εκκίνηση δόθηκε στις 06:05 από τον αρχαιολογικό χώρο του Δίου και υπήρξε μεγάλος συναγωνισμός στον αγώνα. Οι σταθμοί τροφοδοσίας ήταν σε καίρια σημεία της διαδρομής και διέθεταν αρκετά ενεργειακά gels, νερά, ισοτονικά, γλυκά και αλμυρά.

Τελικά νικητής αναδείχτηκε ο Γάλλος Σεμπασιάν Σενιό που είναι αθλητής της North Face.

Από ελληνικής πλευράς ξεχώρισαν οι Γκούκκο Αλέξης (3ος στη γενική) και Καλοφύρης Νίκος (4ος στη γενική).

Στα αξιοσημείωτα του αγώνα ήταν ότι υπήρχαν 2 αθλητές της Ρουμανίας, που έτρεχαν σε όλο τον αγώνα με τις σημαίες της Ελλάδος και της Ρουμανίας.

Τέλος αξ ευχρηθούμε να παραμείνει αυτός ο αγώνας ως «ο καθαράιμος αγώνας» βουνού.



## Προστασία Πάρνηθας

Δίκτυο Πολιτών για την Προστασία της Πάρνηθας

Μετά την επιτυχημένη εκδήλωση, Ξεναγήση - διαμαρτυρία στην Πάρνηθα την Κυριακή 3/10/2010, πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 7/10/2010 αφού αξιολογήθηκε η εκδήλωση προγραμματίστηκαν τα εξής:

**Κυριακή 28/11/2010** επίσκεψη γνωριμίας στην Πάρνηθα. «Γνωρίζω και Προστατεύω την Πάρνηθα». Το ζητούμενο με αυτή την επίσκεψη γνωριμίας είναι οι επισκέπτες του βουνού να το γνωρίσουν καλύτερα για να το προστατέψουν.

**Κυριακή 12/12/2010** «Συνάντηση για την Πάρνηθα». Η συνάντηση αυτή θα πραγματοποιηθεί το πιθανότερο στους Θρακομακεδόνες και θα έχει τα χαρακτηριστικά Ημερίδας - Δημόσιας Συζήτησης.

Για επικοινωνία: 6932 638523 - 6979 145366 - 6973 214771.



Θεμιστοκλέους 44 Αθήνα τηλ. 10678  
Odysseia οπότε Α.Μποζιρί 4 Αθήνα  
Τηλ. 2103844650 fax. 2103848293  
email: [skardis@oanet.gr](mailto:skardis@oanet.gr)

