

ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ

# Κορφές

επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο επισκεπτήριο

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΤΕΥΧΩΝ  
**131-200**

Επιμέλεια: ΛΟΥΚΙΑ ΡΑΪΤΗ - ΙΣΑΑΚ ΜΟΣΧΙΔΗΣ



## ΔΙΕΥΚΡΙΝΗΣΕΙΣ ΕΥΡΕΤΗΡΙΟΥ

1. Η αναζήτηση και ο εντοπισμός ενός θέματος, άρθρου ή πληροφορίας γίνεται με βάση τις παρακάτω ενότητες και υποδιαίρεσεις τους:

- |                              |  |                                  |
|------------------------------|--|----------------------------------|
| 1. ΑΘΛΗΜΑΤΑ                  | 6. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΑΠΟΣΤΟΛΕΣ - ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ | 11. ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΑ                  |
| 2. ΑΓΩΝΕΣ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ        | 7. ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ              | 12. ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ |
| 3. ΑΦΙΕΡΩΜΑΤΑ - ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ | 8. ΚΑΤΑΦΥΓΙΑ                           | 13. ΦΩΤΟΘΗΚΗ                     |
| 4. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΒΟΥΝΟΥ     | 9. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ                          | 14. ΧΑΡΤΕΣ                       |
| 5. ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ                | 10. ΣΤΑΧΥΟΛΟΓΗΜΑΤΑ                     |                                  |

### 1. ΑΘΛΗΜΑΤΑ

- 1.1. Αεραθλητισμός
- 1.2. Αναρρίχηση αγωνιστική
- 1.3. Bouldering
- 1.4. Γύρος Πάρνηθας
- 1.5. Canoe-kayak
- 1.6. Extreme sports
- 1.7. Ορειβατικό σκι
- 1.8. Orienteering
- 1.9. Παγοαναρρίχηση
- 1.10. Αγων. Ποδηλασία - Αγων. Ποδήλατο βουνού
- 1.11. Σκάκι
- 1.12. Snowboard
- 1.13. Roller ski
- 1.14. Τζούντο
- 1.15. Χιονοδρομία

### 2. ΑΓΩΝΕΣ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑΣ

- 2.1. Άθλος Πάρνηθας
- 2.2. Άθλος Τζουμέρκων
- 2.3. Άλλοι αγώνες
- 2.4. Olympus Marathon

### 3. ΑΦΙΕΡΩΜΑΤΑ - ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ

- 3.1. Αυτοί που έφυγαν
- 3.2. Hellas Everest 2004
- 3.3. Ομοσπονδίες-Σύλλογοι
- 3.4. Πάρνηθα-φωτιά και συνέπειες
- 3.5. Συνεντεύξεις-Παρουσιάσεις-Πρόσωπα

### 4. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΒΟΥΝΟΥ

- 4.1. Αναβάσεις-Αποστολές στο εξωτερικό
- 4.2. Αναρρίχηση βράχου στην Ελλάδα
- 4.3. Αναρρίχηση βράχου στο εξωτερικό
- 4.4. Βουνά της Ελλάδας και του εξωτερικού
- 4.5. Βραχομανία
- 4.6. Canyoning (διάσχιση φαραγγιών)
- 4.7. Διεθνή ορειβατικά νέα
- 4.8. Εξοπλισμός ορειβασίας
- 4.9. Μονοπάτια
- 4.10. Ποδηλασία-Ποδήλατο βουνού
- 4.11. Ορεινή πεζοπορία στην Ελλάδα
- 4.12. Ορεινή πεζοπορία στο εξωτερικό
- 4.13. Παιδί και βουνό
- 4.14. Ποταμοδιάσχιση
- 4.15. Rafting
- 4.16. Σπηλαιολογία

### 5. ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

### 6. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΑΠΟΣΤΟΛΕΣ - ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ

### 7. ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ

- 7.1. Αρχαιότητα και σύγχρονη επιστήμη
- 7.2. Ιστορία ελληνικής ορειβασίας
- 7.3. Ιστορία της αναρρίχησης
- 7.4. Ορειβατικές αναμνήσεις

### 8. ΚΑΤΑΦΥΓΙΑ

### 9. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

- 9.1. Πανίδα και χλωρίδα των βουνών
- 9.2. Πέτρινα γεφύρια
- 9.3. Προστασία της φύσης

### 10. ΣΤΑΧΥΟΛΟΓΗΜΑΤΑ

### 11. ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΑ

- 11.1. Γνωρίζοντας την Ελλάδα
- 11.2. Περιπλανήσεις στον κόσμο

### 12. ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

- 12.1. Ατυχήματα
- 12.2. Διάσωση
- 12.3. Ιατρική και βουνό
- 12.4. Κίνδυνοι στο βουνό
- 12.5. Τεχνικά θέματα

### 13. ΦΩΤΟΘΗΚΗ

### 14. ΧΑΡΤΕΣ

- 14.1. Β. Πίνδος
- 14.2. Θεσσαλία
- 14.3. Μακεδονία
- 14.4. Στερεά Ελλάδα
- 14.5. Ροδόπη
- 14.6. Φαλακρό





2. Τα θέματα, άρθρα και πληροφορίες καταχωρούνται στις επιμέρους υποπαραγράφους - υποδιαφάσεις με **αλφαβητική ακολουθία**, με τους ελληνικούς χαρακτήρες να προηγούνται των αντίστοιχων **λατινικών**.

**A A, B B, Γ Γ, Δ Δ, E E, Z, F, G, H H, Θ, Ι, J, K K, Λ Λ, M M, N N, Ξ, O O, Π Π, Q, P R, Σ Σ, T T, Υ Υ, Φ, V, W, X X, Ψ, Ω, Y, Z**

3. Συντομογραφίες που χρησιμοποιούνται στο ευρετήριο:

**A** = Ανατολικός/ή/ό (east)  
**αγων.** = αγώνας/ες, αγωνιστικός/ή/ό/οί/ά  
**Aθ.** = Αθηνών  
**αθλ.** = αθλητικός/ή/ο  
**αναρ.** = αναρρίχηση, αναρριχητικός/ή, αναρριχητής/ές  
**αρχ.** = αρχαίος/α/ο  
**α/φοι** = αδελφοί  
**B** = Βόρειος/ο/α (north)  
**Δ** = Δυτικός/ό/ή (west)

**δ.** = διαδρομή  
**διασχ.** = διάσχιση  
**διαφ.** = διάφοροι/ες, διαφορετικός/ή/ό/ά  
**δρ.** = δρυμός  
**εθν.** = εθνικός/ή/ό  
**εκπ.** = εκπαιδευτικός/ή/ό  
**ελλ.** = ελληνικός/ή/ό, έλληνας/ες  
**ΕΟΣ Αχ.** = ΕΟΣ Αχαρνών  
**κ.** = κεντρικός/ή/ό  
**μ.** = μονοπάτι

**Mt** = Mount  
**N** = Νότιος/ο/α (south)  
**ορ.** = ορεινός/ή/ό  
**ορειβ.** = ορειβατικός/ή/ό  
**ορθπλ.** = ορθοπλαγία  
**π.** = πεδίο  
**παγ.** = παγοαναρρίχηση  
**σπ.** = σπήλαιο/α - γία, σπηλαιολογικός/ή/ό  
**συλλ.** = σύλλογος/όγων  
**χειμ.** = χειμερινός/ή/ό  
**χιον.** = χιονοδρομικός/ά

4. Η αντιστοιχία του **αριθμού των τευχών** με το **έτος** έκδοσης είναι η παρακάτω:

131-134	<b>1998</b>	147-152	<b>2001</b>	165-170	<b>2004</b>	183-188	<b>2007</b>
135-140	<b>1999</b>	153-158	<b>2002</b>	171-176	<b>2005</b>	189-194	<b>2008</b>
141-146	<b>2000</b>	159-164	<b>2003</b>	177-182	<b>2006</b>	195-200	<b>2009</b>

#### ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Η καταχώρηση στο ευρετήριο των παραγράφων της **αναρρίχησης** (§1.2, 4.2. & 4.3.) **δεν** ήταν ένας απλός ευρετηριασμός. Η δυσκολία ήταν ότι συχνά:

1. οι τίτλοι των άρθρων: α) **δεν** εμφάνιζαν το περιεχόμενο του κειμένου, αλλά ήταν. . . ποιητικοί ή χιουμοριστικοί και β) **δεν** εστίαζαν ούτε προέτασαν τη σημαντική πληροφορία (γεγονός που επέβαλλε την ανάγνωση όλου του κειμένου)
2. στο κείμενο **δεν** δίνονταν οργανωμένες πληροφορίες, δηλ. αναρριχητής- διαδρομή-πεδίο-βουνό ή ορεινός όγκος-περιοχή-χώρα-ήπειρος, αλλά μικρό μέρος από αυτές.
3. οι αναρριχητές ανέφεραν ως επιθυμητό άλλοτε
  - α) να προτάσσεται το όνομα του αναρριχητή
  - β) να προτάσσεται το όνομα της διαδρομής.

Έτσι, έχει χρησιμοποιηθεί **μεικτό σύστημα** ευρετηριασμού, εφαρμόζοντας το (3α) ή το (3β) αλλά και αναζητώντας το σημαντικό στις περιπτώσεις (1α) και (1β), φυσικά με το δικό μας κριτήριο. Συχνά πρωτάχθηκε το όνομα της χώρας ή του βουνού/ορεινού όγκου, όπου έγινε η δραστηριότητα, για εξοικονόμηση χώρου (αθροίζοντας εκεί τις διαφορετικές διαδρομές).

Η μεγαλύτερη «ομοιογενοποίηση» των §4.2 και §4.3 είναι εφικτή, αλλά θα χρειαστεί **κανόνες**-κατευθύνσεις, για τους συντάκτες των άρθρων και πολύ περισσότερο χρόνο. Όταν το ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ αυτό (τ. 131-200) «δημοσιευθεί» **και** στην ιστοσελίδα του συλλόγου, θα μπορεί να βελτιώνεται εκεί, όπως και να συμπληρώνεται .





## 1. ΑΘΛΗΜΑΤΑ

### 1.1. Αεροθλητισμός

#### 1.1.1. Αλεξίπτωτο Πλαγιάς (Παραπέντε) & Αετός

- Γενικά - εισαγωγικά διάφ. 153/70
- Αθόρυβη διασκέδαση 199/84
- Coupe Icare 155/40
- Καλάβρυτα 152/64
- Πάντα ψηλά 183/86
- Παρνασσός, Αμφίκλεια 154/66
- Προ-παγκόσμιο κύπελλο Αλεξίπτωτου πλαγιάς 144/22
- Urtu Peak 161/38
- Συνέντευξη με Ανέστη Παλιάτσο 154/67

### 1.2. Αναρρίχηση αγωνιστική

- Αγώνες περιφέρειας Θεσσαλίας-Ηπείρου & Μακεδονίας-Θράκης 132/78
- Αθλητική στην Πεντέλη 148/18
- Βαλκανικό Πρωτάθλημα αναρ., 6ο 157/82, Παίδων-Νέων 3ο 163/21, 5ο 175/10
- Κύπελλο αγων. αναρ. «Αθ. Λευκαδίτης» 9ο 154/26, 12ο 171/22, 16ο 195/4, 17ο 197/10, 198/10
- Megas A., 1ος Πανερωπαϊκό πρωταθλήματος 200/26
- Νέστος 164/24
- Πανελλήνιο Κύπελλο αγων. αναρ. Παίδων-Νέων 169/15
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα αγων. αναρ. 9ο 132/78, 10ο 140/100, 11ο 146/91, 12ο 150/19, δυσκολίας 14ο 162/18, 15ο 168/8, 16ο 174/10, 18ο 186/8, 20ο 200/10
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Νέων 163/21, Παίδων-Νέων 4ο 175/10
- Παγκόσμιο Κύπελλο, Marbella 171/36
- Παγκόσμιο Πρωτάθλημα αγων. αναρ. (από IFSC) 189/29
- Περιφερειακοί αγων. αναρ. Αττικής 131/89, Ν.Ε. 168/8, 10ο 185/10
- Προπονητικό camp εθν. ομάδας αγων. αναρ. 192/26

#### 1.2.2. Βραβεύσεις

- Piolet d' Or, βράβευση αναβάσεων 144/17, 150/18, 161/26, 168/29, 174/34/37, ορ. Oscars 185/34, 197/32, 199/33

### 1.3. Bouldering

- Αγώνες: Ben Moon 146/20
- Chamonix 144/21
- Chaos of Targasson 145/16
- Ευρωπαϊκό κύπελλο μικρών κατηγοριών 192/13 «Τροφώνια» 152/23
- Καβάλα 157/17
- Klem Loskot & Fred Nicole 146/20
- Κυπέλλο 4ο 158/17, 5ο 162/18, 165/21, 9ο 186/8
- Κύπελλο Καλαμπάκα 152/22, 157/8, 162/18, 165/21, 181/14, 185/8, 188/10
- Κύπελλο Λευκαδίτη 1ο & 2ο 2000 146/89, 10ο 159/22, 198/8
- Παγκόσμιο Κύπελλο 144/21, Eindhoven, Ολλανδία 199/8
- Πανελλήνιος ορειν. αγώνας 176/20
- Στόμιο Λάρισας 176/20
- Ανάβρα Μαγνησίας 165/35
- Βαράσοβα (νέο π.) 161/21
- Βόλος-Μαρώνεια-Πίνος 175/26
- Δολομίτες 165/33, 165/34
- Fountainebleau 156/30
- FROM 199/30

- Graham D. 155/21
- Hamri, Ινδία 178/26, 191/27
- Θάσος 153/18
- Θερμησία 166/24
- Ιμαλία 194/26
- Μαρμαρίτσα Μαρώνειας (νέο π.) 166/24
- Μολόν Λαβέ, Πίνος, Κωσταντακόπουλος Θ. 171/35
- Πορτογαλία 159/30
- Σαντορίνη 155/23
- Sansoz Liv, Μετέωρα-Μουζακι-Κάλιμνο 159/24
- Spectre (πρόβλημα boulder) 150/18
- The Promise, Pearson J. 186/30
- Τήνος, Βόλαξ 185/18

### 1.4. Γύρος Πάρνηθας

- 16ος 134/90, 17ος 146/86, 18ος 152/80, 19ος 158/75, 20ος 164/20, 21ος 170/12, 22ος 176/18, 23ος 182/18, 24ος 188/12, 25ος 194/10, 26ος 200/14

### 1.5. Canoe - Kayak

- Κατηγορίες, μέρη, μέλλον 152/94
- Καγιάκ «Άγιων νερών», πληροφοριακά 185/80
- Ολυμπιακό άθλημα 176/92
- Υδατογραφία Α΄ μέρος 177/94, Β΄ μέρος 178/70

#### 1.5.1. Αγώνες

- Διασυλλογικοί, Σλάλομ, Εύηνος 155/90
- Κύπελλο Λάδωνα 167/86
- Ολυμπιακοί, Πεκίνο 2008 194/64
- Παγκόσμιο Κύπελλο Σλάλομ (Α΄ φάση) 169/86, 175/86, 180/70, Πράγα 193/78, Foz d' Iguaçu-Brazil 190/66
- Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα, Σχινιάς 181/76, Νότινγχαμ 182/84
- Πανελλήνιο Κύπελλο Σλάλομ 2ο 154/83, 3ο 155/92, τελικοί 156/58, 4ο Α΄ φάση 161/80, Β΄ φάση 162/48, 5ο 167/88, 7ο 179/60, 10ο 197/70
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 2ο 154/83, 3ο 155/92, 4ο 188/70, 6ο 168/84, 195/64
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Σλάλομ, Εύηνος 4ο 157/84, 162/48, 195/64
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα ανάπτυξης Σλάλομ 6ο 200/110
- Πανελλήνια συνάντηση ανάπτυξης Σλάλομ 1η 171/109
- River festival, Εύηνος 198/58

#### 1.5.2. Ασφάλεια/Διάσωση

- Διάσωση σε ορμητικά νερά (Swiftwater Rescue Technician) 166/102
- Διάσωση σε ποτάμια, σχοινιά ρίψης 172/88, 173/84
- Σεμινάριο Water Safety Team 169/88

#### 1.5.3. Διάφορα

- «Ημέρες Άθλησης και Ψυχαγωγίας» 191/70
- Νέα από την ΕΟΚΚ 154/82
- Ολυμπιακό κέντρο Σλάλομ-ήρεμων νερών και κωπηλασίας SHUNYI - Πεκίνο/Κίνα 179/82

#### 1.5.4. Στην Ελλάδα

- Αλιάκμονας Α΄ 161/84, Β΄ 166/100
- Αλφειός 158/90
- Άραχθος 157/88
- Άσπρος 192/68
- Αώος 163/78
- Διστρατιώτης 186/62
- Εύηνος 161/80

- Καγιάκ camp για παιδιά, Εύηνος 164/100, 170/74
- Καρπενησιώτης 174/88
- Καρυώτικο Ρέμα, Άνω Εύηνος 187/76
- Κρικελοπόταμος 162/58
- Λάδωνας 171/108
- Φιδάκια, Εύηνος 156/64

### 1.5.5. Στο εξωτερικό

- Αυστρία, Landeck 159/58, Haiming 160/86
- Γαλλία 159/58, Isere, Bourg, st. Maurire 170/78
- Ελβετία 165/102
- Καγιάκ camp Augsburg 153/98, Γαλλία 158/88, 164/104
- Κίνα, Πεκίνο - Ολυμπιακό Κέντρο 189/72, Σλάλομ 194/64
- Νορβηγία 199/70
- Ολλανδία «Dutch Water Dream» Αθλητικό Κέντρο Κανόε-Καγιάκ και δραστηριот. «Άγιων νερών» 183/74

### 1.6. Extreme sports και Ποδήλατο

#### 1.6.1. Liquid Bungy Jumping 184/58

#### 1.6.2. Τρίθλο

- Αγώνας διάσχ. 157/80
- Ανασκόπηση Ευρωπαϊκού Πρωταθλ. Πίστας 194/84
- Ironman, Ολλανδία 145/75, Ζυρίχη 177/56, 187/21
- Στα ανεξερεύνητα άδυτα 182/102
- Ultra Man Καναδάς 194/78

#### 1.6.3. Υπερμαραθώνιος (ορεινό τρέξιμο)

- Athens Mountain Cup 197/10
- Διεθνής φεστιβάλ 186/10, 192/16
- Διεθνής αγώνας, Mont Blanc 188/78
- Κένταυρος», Πήλιο 184/8, 192/14, 198/13
- Παρθένο Δάσος», Παρνεόσι Δράμας 185/78, 190/78, 192/15, 195/78

### 1.7. Ορειβατικό σκι

- Χρήσιμες συμβουλές 153/44
  - Τεχνικές ανάβασης 153/46
  - Κράνος στο σκι 160/93
  - Ευρωπαϊκό Σύστημα Βαθμολόγησης 185/79
  - Ορειβ. σκι, λίγα λόγια 190/52
- Απέραντο Λευκό-Απόλυτη Γαλήνη, διάσχ. στη Φιλανδική Λαπωνία 185/86
- Απολογισμός 2006-2007 187/19
- Εθν. ομάδα 184/14
- Ελλ. αγών. 155/46
- Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 7ο 185/78
- Κύπελλο «Αθ. Λευκαδίτη» 9ο 160/15, 10ο 168/98, 12ο 172/12, 13ο 184/13, 185/14, 14ο 190/53, 15ο 188/10, 196/8
- Παγκόσμιο Πρωτάθλημα 1ο 155/45, 2ο 167/72, 3ο 179/70, 4ο 191/68
- Παιδικό κέντρο ορειβ. σκι 1ο 185/8
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 12ο 161/19, 13ο 167/76, 14ο 173/16, 16ο 184/12, 185/14, 17ο 190/53, 18ο 196/8, Σκυταλοδρομία 184/13
- Πανευρωπαϊκό Κύπελλο (ΕΟΟΑ) 155/45
- Πανευρωπαϊκό Πρωτάθλημα 173/20, 7ο 185/78, 197/8
- Παράλληλη τεχνική «Άμεσα παράλληλα» 176/105
- Pierra Menta, Μαραθώνιος, Γαλλικές Άλπεις 19ο 167/78, 20ο 174/23, 21ο 179/74, 22ο 185/72, 23ο 191/64, 197/8, 24ο 198/76
- Προπόνηση στο Serre Chevalier 166/96
- Πρωτάθλημα ομάδων (ΕΟΟΑ) 1ο 167/77
- Σχολή Βοηθών Εκπαιδευτών 173/19, 186/12



Test event, Mondole 173/14

### 1.8. Orienteering (Αγωνιστικός προσανατολισμός)

- Διεθνές site: [www.orienteeing.org](http://www.orienteeing.org)
  - Ένα «νέο» συναρπαστικό άθλημα 153/58
  - Περιγραφή με απλά λόγια 164/50
- Αγώνες: 25ος 158/15, 32ος 170/22, στη Fyrom 176/14, 34ος 171/18
- Βαλκανικό Πρωτάθλημα 4ο 176/14, 9ο 183/8
- Διεθνής, Κοπαόνικ 164/51
- Fyrom 176/14
- Λευκοπηγή Κοζάνης 164/25
- Διασχίζοντας την Πελοπόννησο (E4)156/25
- Διήμερο συζήτησης για το μέλλον 197/14
- Ελλ. Σύλλ. Αγων. προσανατολισμού 166/12
- Πέτρινα γεφύρια και προσανατολισμός 199/62

### 1.9. Παγοναρρίχηση

- Ανοικτός αγών. αγων. παγ. 1ος 174/16
- Μελισσουργοί, Τζουμέρκα 161/22
- Mt Fay, δ. Sans Blitz 152/10
- Ice festival, Cammore, Καναδάς 168/31
- Jasper R. 168/31, διαφ. δ. 198/31
- Lauterburhnen, B.A.S.E. 191/31
- Σεμινάριο, Βουλγαρία / ΕΟΣ Αθ. 186/13
- Σχολή αναρ. Πάγου, Ρίλα, Βουλγαρία 162/14, 186/13
- Senda Real 181/33
- Super Ice 191/32
- Thinieros J., δυστύχημα στο Canarnie 168/28
- Τζουμέρκα 154/24

### 1.10. Αγων. Ποδηλασία - Αγων. Ποδήλατο βουνού

- Πώς το σώμα ανταποκρίνεται στην ποδηλασία 154/84
- #### 1.10.1. Ποδηλασία
- Βαλκανιάδα πίστας 175/16
- Διεθνής ποδηλατικός γύρος Ελ. 15ος 174/14
- Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα πίστας 194/84
- Μεσογειακοί αγώνες 175/16
- Παγκόσμιο Κύπελλο πίστας 3ο 172/18
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Down-hill (DH) και 4-Cross (4x), Μυστράς 176/21
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα δρόμου 186/86
- Ποδηλατικοί Αγώνες «Επαθλον Ν. Νίκας» 167/12
- #### 1.10.2. Ποδήλατο βουνού (MTB, Ορεινή Ποδηλασία)
- Βαλκανικός 151/82
- Βαλκανικό Πρωτάθλημα, 4ο 170/23
- Διεθνής: Κως 168/88, Κίσαβος Cup 168/88
- Ελασσόνα, MTB Challenge 183/84
- Flamburi MTB Cup 175/80
- Κύπελλο Ελλάδας Ανδρών-Εφήβων 168/89
- Παρνασσός, MTB Festival 194/74
- Παγκόσμιο Κύπελλο, Λος Αντζελες 178/84
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 164/12, 171/12, 194/82
- Down Hill (DH) και 4-Cross (4x) 176/21
- Βραβεύσεις: Αθλητές που βραβεύτηκαν 186/86
- Ε.Ο.Σ. Αχ., επιτυχία αθλητών 151/82
- Πρωταθλητής Ελλάδας Μπάρδης Κων. 174/19, 176/21
- Ποδηλατικά νέα: 163/92, 167/88, 168/88, 174/14, 176/106, 187/88, 188/92, 194/82

### 1.11. Σκάκι

- Ακόμη ένα αίνιγμα! 139/87
- Ατζαμής ή Παληάλογο 148/104

Διπλή επίθεση 150/92

- Θεωρητικός από την επαρχία 133/86
- Η διέγερση! 145/90
- Η καταπίεση ήταν ... στυγνή 136/86
- Λύση αίνιγματος τεύχους 139 140/99
- Μια αισθησιακή νύχτα! 142/90
- Μπαρμπα-Σταύρος Ιατρίδης 147/90
- Ο Βροντόσαυρος 132/84
- Πεθερός συμμορφώνει απρόθυμο νεανία 143/94
- Πώς ο Κολκοτρώνης στα Δερβενάκια... 144/78
- Τα Μ.Α.Τ. στο σκάκι! 137/84
- Τρεμποδορομανή! 138/86
- Τώρα βρήκαν να με καλέσουν: 131/85
- Ψηλάφηση ή Πασπάτεμα: 149/100

#### 1.11.1. Πρωταθλήματα

- Άνθρωπος (G. Kasparov) εναντίον μηχανής 160/100
- Διασυλλογικό Α' Εθν. 31ο 157/100, Γ' Εθν. 149/100, 156/100
- Και οι μηχανές κάνουν λάθη 161/100
- Πανευρωπαϊκό 153/115
- Παγκόσμιο Νέων-Νεανίδων 152/114
- Παγκόσμιο 148/104, (P. Πονομαριόφ) 154/101
- Πανευρωπαϊκό Κύπελλο Πρωταθλητριών ομάδων (Champions League) 152/114, 158/100
- Σκακιστική Ολυμπιάδα, 33η 134/92-135/78, 35η 159/100
- Τουρνουά Λινάρες (Ισπανία)-G. Kasparov 155/101

#### 1.11.2. Παγκόσμιοι πρωταθλητές

- Αλεξάντερ Αλιέχιν 166/116
- Anatoly Karpon 177/116
- Boris Spassky 172/100
- Γκάρκι Κασπάροβ στην Ελλάδα 151/92
- Emanuel Lasker 164/116
- Jose Raul Capablanca 165/116
- Μαξ Ούβε 167/100
- Μαρία Κουβάτσου 141/96
- Μιχαήλ Ταλ 170/116
- Mikhail Botvinnik 168/100
- Paul Morphy 162/100
- Robert (Bobby) Fischer 175/100
- Tigran Petrosian 171/126
- Vasily V. Smyslov 169/100
- Wilhelm Steinitz 163/100

### 1.12. Snowboard

Snowboard 161/86

### 1.13. Roller ski

- Ανοικτό Βαλκανικό Κύπελλο θερινού Διάθλου 193/10
- Βαλκανικοί Αγώνες, 2ος 158/19
- Διεθνείς Αγώνες, 13ος 158/19
- Κύπελλο Ελλάδος, 1ο Φλώρινα 193/10
- Παγκόσμιο Κύπελλο 194/8

### 1.14. Τζούντο

- Judo 179/20
  - Κανονισμοί και λαβές 180/14
- Βαλκανικό Πρωτάθλημα U15 199/15
- Διεθνή Τουρνουά:
- Κύπρος 194/86
- «Λακεδαίμονια» 188/14
- Λιγκάνο Ιταλίας 185/88
- «Μαύρη Θάλασσα» 192/81
- «Olympus Cup» 187/30, 192/81

Σόφια 183/12, 190/83

- ΕΟΣ Αχ., φιλικόι αγώνες 185/89, 196/86
- Τουρνουά, 2ο 197/87
- Κύπελλο Άνοιξης 174/27
- Ολυμπιακό άθλημα 136/84
- Πανελλήνιο Κύπελλο, 2ο «Μεσόγεια» 187/30, 192/80
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα
- Παιδών Α-Κορασίδων Α, Ν.Ε. 190/83, 195/86
- Παιδών Β-Κορασίδων Β, Ν.Ε. 184/68, Ν.Ε. 190/82, Ν.Ε. 195/87
- Εφήβων-Νεανίδων 185/88, 191/78, 197/86
- Τρέων Ανδρών-Νέων Γυναικών 185/88, 191/79
- Ανδρών-Γυναικών 184/69, 196/86
- Πίνακας αξιολόγησης 186/9
- Πρωταθλήτρια Ε.Ο.Σ. Αχ. Σπυριδοπούλου Β. 185/88
- Τουρνουά: Αμύνταιο 190/82, 196/87
- Γυναικών 1ο 197/87
- ΕΟΣ Αχ. 30 χρόνια 184/69
- «Ιωάννου Ελένης»: 3ο 187/31, 194/86
- «Μπάνκο» 187/31
- Παιδών 6-16 ετών 191/78, juniors Α-Β 173/12
- Χρυσά μετάλλια ελλήνων 185/88, Γαλήνη Καλιάνδη, Ε.Ο.Σ. Αχ., 198/16

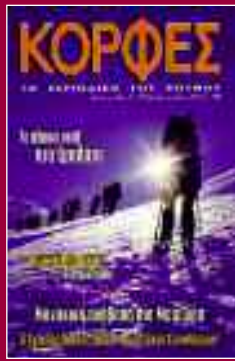
### 1.15. Χιονοδρομία

- Χρήσιμες συμβουλές (Αναζητώντας τα όρια στο χιόνι) 153/44
  - Πέδιλα σκι, οδηγός αγοράς 135/54, συντήρηση & επισκευή, 136/60, εξέλιξη & ονομασία τους 159/90
  - Κράνος στο σκι 160/93
  - Μέθοδος Εκμάθησης «Άμεσα Παράλληλα» 176/105
- #### 1.15.1. Αγώνες:
- 154/79, 187/18
- Αλπικό σκι στην Αυστραλία, ελλ. διάκριση 175/21
- Απολογισμός αγων. περιόδου 2001-2002 158/80
- Διάθλο, Φαλακρό Δράμας 154/79
- Διεθνείς καταβάσεων, έλληνες αθλητές 158/82
- Διεθνείς, Τρόδος Κύπρου 158/83
- Ολυμπιακό αντοχής 1998, Nagano 131/86,
- Χειμ., Salt Lake City 154/78, Τορίνο 179/84
- Ολυμπιακοί και Παραολυμπιακοί 2002, Χειμ. 155/44
- Πανελλήνιο Κύπελλο Δρόμων Αντοχής 154/79
- Πανελλήνιο Κύπελλο Καταβάσεων 154/79
- Σκι Αντοχής, Βαλκανικό Κύπελλο 167/15
- Βαλκανικό Πρωτάθλημα 158/82, 167/14
- Διεθνής FIS 196/11
- Πανελλήνιο Κύπελλο καταβάσεων 154/79
- Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 154/80, 167/14
- Freestyle σκι, Παγκόσμιο Κύπελλο 197/15

#### 1.15.2. Διάφορα

- Αξιολόγηση Σωματείων 2000-2001 ΕΟΧ 161/6, 162/20
- Απέραντο Λευκό-Απόλυτη γαλήνη 185/86
- Αυστρία, καλοκαίρι 163/90, 169/10
- Λατвия 162/90
- Freestyle σκι, ιστορία και περιγραφή του αθλήματος 171/114, 182/94
- Γη του Πυρός - Ουσοουά 189/88, 194/14
- Tignes 194/14
- Παιδί και Σκι 170/106
- Πρώτοι χιονοδρόμοι στα Λευκά Όρη (αναμνήσεις) 158/66
- ΕΟΣ Αχ., όλο το χρόνο 155/42, καλοκαίρι 151/78, 169/10





### 3.5. Συνεντεύξεις/Παρουσιάσεις/Πρόσωπα

- Αναστασία Μαρίνα στο Cutty Sark Crossing Αλάσκας 132/89
- Adam Ondra (αναρριχητής) 196/26
- Anderl Heckmair 174/36
- Βουτυρόπουλος Γιώργος 184/32
- Berthault Patrick, βιογραφίες 193/31
- Γεωργούλης Δημήτρης 148/30
- Γιούρη Βίβιαν 198/42
- Γκέκα Κατερίνα 193/60
- Destivelle Catherine 134/22-136/13
- Ζαφειριάδης Πασχάλης 197/34
- Green Stewart 151/18
- Hillary Edmund 163/30, 190/32
- Θανόπουλος Άρης 168/22
- Θεοχαρόπουλος Γιάννης 189/56
- Κάκκαλος Χρήστος 179/78
- Κοζάκη Δέσποινα (καγιάκι) 151/40
- Κοτρωνάρος Παναγιώτης 196/56
- Κουνοπούλας Μανόλης 157/77
- Μόσχοβιτς Εύα 188/50
- Μπαρούχας Χρήστος 164/14
- Νιάρχος Κώστας, ο πρώτος Έλληνας στην κορυφή του Έβερρεστ 153/13
- Νίκας Νώντας 171/92
- Ντουρντουρέκας Λουκάς 187/58
- Παλιότσος Ανέστης (πυλότος) 154/67
- Πολυκράτης Γκότφριντ 132/28
- Προγουλάκης Γιώργος (αναρριχητής) 156/29
- Petkon Nikolay, Sophia Foteva 135/10
- Ρούσσος Κώστας 192/58
- Στραβογένης Διονύσης 186/42
- Συκάρης Αντώνης 150/34
- Sansoz Lin (αναρριχητρια) 184/29
- Skinner Toad 184/29
- Τιτόπουλος Δημήτρης 185/36
- Τορέλλι Γιάννης 194/60
- Τσεβάς Χρήστος 160/22
- Τσιβελέκας Κώστας 149/36
- Τσοούκας Κώστας 191/52
- Τσουπράς Μπάμπης 135/16-136/17
- Χατζημπαχάη Θεόφιλος 170/80
- Χατζής Νίκος 195/60
- Χτενάς Θανάσης 190/62

### 4. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΒΟΥΝΟΥ

- Οι διάφ. μορφές της Ορειβασίας 163/42

#### 4.1. Αναβάσεις/Αποστολές στο εξωτερικό

(ΣΗΜ. Οι καταχωρήσεις έχουν - κατά πλειονότητα - συμπυκωθεί και συγκεντρωθεί ως προς τη χώρα)  
 Αλάσκα, Mc Kinley, 139/84, 169/14, 171/44, 175/27  
 Άλπεις, Αυστριακές, Grossglockner, 164/74  
 Δολομίτες, Cortina d' Ampezzo 155/58,  
 Alta Via n.1 157/16, Conturines, Fanes 167/44  
 Lagazuoi, ανάβαση και ιστορία 176/60  
 Monte Paterno (Trecime di Lavaredo) 187/70  
 Ελβετικές, Zermatt 133/82, 136/82, 152/16, 170/22,  
 Matterhorn 153/14, Dom 162/68,  
 μια δεύτερη άποψη 164/94,

Weissmies, 181/36, δ. 195/14

Ιταλικές, Grand Paradiso, 158/10, 178/56  
 Αμαζόνιος 141/72  
 Αμερική Δ., Mt Raimier, Cascade Range, 155/74  
 Άνδεις, 131/88, 140/58, 146/78, 148/84, 192/36  
 Ακονάγκουα, 150/84, 156/36, 162/8, 191/14, 192/36,  
 196/60  
 Βολιβιανές, Sajama, 172/58,  
 Huayana Potosi-Sajama 139/84, 182/40  
 Περουβιανές, Jaeger Route 152/12, 166/74  
 Χιλιανές, Ojos del Salado, 168/60, Pissis 174/76  
 Ανταρκτική 139/84, Μντ Οινσον 142/66  
 Αραράτ 170/86, 176/100, 200/124  
 Βραζιλία 141/72  
 Έβερρεστ 2004 (βλ. § 3.5)  
 Εκουαδόρ Iliniza B., 177/84, (Cotopaxi, Chimborazo, Corazon) 187/14, ηφαίστεια 188/64  
 Θιβέτ, Shisha Pangma 136/83, 147/30, Mustang, 196/42  
 Ιμαλία 131/85, 132/16, Broad Peak 141/82,  
 Ανναπούρνα, γύρος 158/36  
 Island Peak, 157/32, 195/50  
 Karakoram, Gasherbun II, 151/14, 152/26,28,  
 Muztag Ata, 160/32, Xinjiang 190/38,  
 Ιράν, Damavand, 136/83, 140/74, 154/28, 165/14, 172/38  
 Ισπανία 193/70, 194/4  
 Ιταλία, Carlo Giuliani, 166/48  
 Καύκασος, Baksan valley, Adylsu Valley 163/72,  
 Elbrus 133/84, 140/98, 164/10, 169/14, 175/10  
 ΕΟΟΑ εκπ. 175/18, 200/56  
 Κένυα 141/10, Mt Kenya, Lenana 184/36  
 Κιλιμάντζαρο 148/17,74, 149/91, Uhuru Peak, 160/18, 161/38,  
 196/10  
 Λαπωνία 165/50  
 Λιβύη, Σαχάρα-Ακάκου 186/32,  
 Τζομαχιρίγια, Κυρναϊκή-Τριπολίτιδα 187/62  
 Lenin, Παμίρ 136/83, 140/68, Κιρκιστάν 183/16, 188/54  
 Μαρόκο, Toubkal 170/14, Άτλαντας 172/16, 175/38  
 Μεξικό 162/60  
 Mont Blanc 140/98, 158/15, 159/20, 170/10, 175/10,  
 Trois Monts 183/46, 187/14, γύρος του 199/94  
 Monte Rosa, Ιταλία 173/58  
 Mt Cameroon, 186/74  
 Νέα Ζηλανδία 179/52  
 Νορβηγία, trekking εθν. δρ. Jotunheimen 170/42  
 Ουγκάντα-Ζαΐρ, Ruwenzori (Βουνό του φεγγαριού) 153/32  
 Πακιστάν, Buni Zom, Himdukush, 159/70, Tirich Mir, 183/14,  
 εκπαιδευτική 187/17  
 Παμίρ, Tien Shan, 147/16  
 Παταγονία, Χιλή-Αργεντινή, trekking στον εθν. δρ. Torres  
 del Paine 185/62  
 Περού-Βολιβία 141/72, 146/78, 182/34 Matchu Pichu 141/80  
 με την Action Aid 187/20  
 Πολωνία, Τάτρα, μοναχική, Άουσιτς 199/66  
 Σινά 185/46, Πέτρα-Άγιοι Τόποι 185/48  
 Σρι Λάνκα 197/46  
 Ταύρου όρη 145/74  
 Via Ferrata: A.M. Strobel 155/58, Breda 189/66,  
 Δολομίτες Brenta delle bocchette 200/46  
 Υεμένη 199/52

### 4.2. Αναρρίχηση βρόχου στην Ελλάδα

(ΣΗΜ. Η καταχώρηση αρχίζει άλλοτε με το όνομα της διαδρομής, άλλοτε με το όνομα του αναρριχητή ή του βουνού ή του νησιού)

- Αναρ. οδηγία στην Ελλάδα 133/16-20
- Αναρ. στα ελληνικά νησιά 144/30
- Εξοπλισμός (TRE) 152/20
- Ασφάλιση, νέα τεχνική 194/24
- Προθέρμανση 132/64
- Γρήγορο φορμάρισμα 131/72
- Ραπέλ, τι πρέπει να προσέξετε 131/64
- Κράνος 156/69
- Σκαρφαλώνοντας με ήλιο 156/84
- Κώδικας επικοινωνίας... 138/68
- Δεκάλογος του αναρ. 138/68
- Περιοδικό Gripper, περιοχές αναρ. στην Ελλάδα 161/22
- Δημοσιεύσεις σε περιοδικά για Κάλυμνο 161/23
- Αναρ. δ. στο internet: [www.routes.gr](http://www.routes.gr) 162/20
- Άβαντας, Αλεξανδρούπολη 159/31
- Αβράμη πηγή 167/24
- Άγγιγμα του Μίδα, Φαλακρό 165/32
- Άγιος Νικόλαος, Βόλος 144/15, 151/20
- Αγιοφάραγγο 163/22, 170/32
- Αγκιάλος, π. Καζάνια, 143/25
- Αζμούθιος, Βαρδούσια 144/10
- Αλεποχώρι Αχαΐας, αναρ. π. & λίστα δ. 141/14
- Αλογόπετρα, Φυλή Αττικής, όλες οι δ. 142/10
- Αλώνι, Λαγκάδα, Ταύγετος 149/12
- Αμοργός, Το γαλάζιο μονοπάτι του Μαγγίτη, Γιάννη μου το μαντήλι σου, Η κόψη της λαγκάδας, Άγρια I & Άγρια II 133/12, Απέραντο γαλάζιο 140/9, 184/22
- Αμφιτρίτη, Παζοί 140/9
- Ανάβρα Μαγνησίας 165/35
- Αναρ. Camp νέων 187/18
- Άνδρος Ερμής στις Γριάς το πήδημα 135/13,  
 Σκαρφάλωμα και πάλι... 135/80
- Άξιον Εστί, Βαρδούσια 144/10
- Αργολίδα 154/20, Βιβάρι (νέες δ.) 156/28, web site 159/26, επίσημη ενημέρωση από τον Titt J. 160/24, δ. 160/25, 162/24, νέες δ. 167/28
- Αργοναυτική εκστρατεία, Ανάφη 139/14
- Αρμαγεδών, Μετέωρα 159/28
- Άφηση Αμαρτιών, Ξάμπουργκα, Τήνος 136/13
- Αχαρνείς (νέο π.) 165/32
- Βαράσοβα, Κένταυρος 132/11, Βάλ' το χέρι σου και πιάσε 133/12, Φωτεινό μονοπάτι 135/12, 138/13,  
 Σεμέλη-Ερατώ-Δανάη- Ανδρομέδα-Εφαπτόμενη 139/16, νέες δ. 151/14, Δρόμος των λουλουδιών 147/10, Καλυδόνιος Κάπρος, 151/10, 162/23,  
 Πινόκιο 147/10, Νότιος Άνεμος 153/19, 155/23,  
 Σπασμένο φτερό 157/25, 161/20, ταξίδι των Αργοναυτών 162/27, 164/18, αναρ. για πεζοπόρους 170/28, νέα δ. 175/24,26
- Βαρδούσια, Σκόρδα Πιπιτάκου (νέα δ.) Ιωάννης, 136/12, Κόψη της Μουσούνιτσας 159/31, Όλες οι διαδρομές, νότιο συγκρότημα, 136/50, Περιφρόνηση-Χαναϊσκus-Βόππιαιμα - Μετερίζια Express-Σκορβούτο-Άξιο Εστί-Αζμούθιος 137/12, 150/8, Ράμπα-Άννα Lisa - Πόρτες-Λοΐκι του



Αητού-Λούκι του Λιονταριού 137/12-Ο Mummy 142/18, Μεγάλη Κορνίζα 138/10, Βόρεια Σούφλα των δυτικών 142/18, Αφιέρωμα 150/13, 159/31, Γκιώνη το πλάι 161/22, Tennessee 167/26  
 Βάρκιζα (νέες δ.) 191/26  
 Βιβλικό χαμόγελο, Βαρδούσια 144/10  
 Βραχόκηπος, ΝΔ Υμηττός 157/27, 167/28  
 Bella Italia (νέα δ.), Στροφές 174/33  
 Γαλάνης Β. ο... μοναχικός 143/22  
 Γκαμήλα, Οδύσσεια 134/12, Τζάμπα βόλτα, Μιχαηλίδη Χριστοδούλου, Δρόμος του ήλιου, Χούνη της πέρδικας, Φεγγαροπόρρωπη, Μπουντόλα, Σπανούδη Αποστόλου 135/13, Β. (νέα δ.) 161/22  
 Γκιώνα, όλες οι αναρ. δ. 140/28, Πλάκα Γ. Μιχαηλίδης 140/47, Συμπλήρωμα-Διόρθωση 141/17, Τραγονόρος Left & Right 144/10, Πυραμίδα Χαμηλή πτήση 147/10, Πυραμίδα Η τραβέρσα των θνητών 150/9  
 Γλάρος (νέο π.) 200/28  
 Γρεβενά (νέα π.) 163/20  
 Crystal cave, Τέλενδος 193/24  
 Διήμερο αναρ. στη Στρομφυλιά 143/88  
 Δράμα, νέο αναρ. πεδίο 138/9  
 Dry Tooling, ανεπανόρθωτες επιπτώσεις 191/24  
 ΕΟΣ Αχ., 30 χρ., εορταστική αναρ. συνάντηση, Sharma C. & Molure S. 180/24  
 Ελασσόνα (νέο π.) 142/18  
 Ελάτη Τρικάλων 167/26  
 Εναλλακτική πρόταση (νέα δ.) μικρά Καζάνια 186/24  
 Εις μνήμην, Σχολιά Β' τοίχος, Όλυμπος 153/20  
 Ζήρεια, Φρύγανη, όλες οι δ. 150/45, (νέα χειμ. δ.) 155/23  
 Ζήλνια, Το θηρίο στο κλουβί του 135/13, 138/10, 139/74, Μίγμα 141/10, Ο απαγορευμένος Σάληνος 147/9, 13 δ. 148/40, Εκκρεμές 150/12, διαδρομές, Όλυμπος 155/26  
 Ηχώ των βουνών, 10 χρόνια 139/8  
 Θεόπετρα, Πύλη, Ελάτη, Μουζάκι, Τρίκαλα 149/14  
 Καλόγρια 131/16, (νέες δ.) 155/23  
 Καλύδνα 177/22  
 Κάλυμνος (νέες δ.) 151/16, Αγ. Φώτης 157/24  
 Αναρ. π. & οι πρώτες δ. 137/17  
 Αποκάλυψη 138/14  
 Abert G. 155/22  
 Achey Jeff & Tracey 177/22  
 Di Bari A. 171/30  
 Dulac D. -Abert G. 171/30  
 Duriff C. 177/25  
 Εθν. ομάδας, αγων. αναρ. 180/28, Άνοιξη 2007 186/22  
 Έλληνες 155/22  
 Ένα φανταστικό νησί 150/72  
 Ετήσια συνάντηση 196/27  
 Favresse N. 189/24  
 Qabarrou P. 154/18  
 Galabianh 159/27  
 Genesis, Καρτάλα Πέταλο, Φαλακρό 196/17  
 Ghersen Al, Piola M. 158/24  
 Graham D. 171/29  
 Grande Grotta (χειμ.) 155/24

Guillot F. 157/24  
 Η επόμενη μέρα!.. 150/76  
 Καλοκαίρι-Φθινόπωρο 2003 164/30, 165/32, Καλοκαίρι 2007 186/22 (ξενoi αναρ.), Remy Marchel 186/27, 188/24, 28  
 Καλύδνα 177/28, Mitra 160/28, 161/20  
 Legrand F. 171/28  
 Μαγικός τοίχος (α/φοί Remy) 179/22, 180/24/28  
 Millet S. 178/23  
 Νέα π. 156/24, 156/25  
 Νέες δ. & δημοσιότητα 141/20  
 Νέες δύσκολες δ. 171/34  
 Πάσχα 2003 162/24  
 Piola M. 171/32  
 Remy α/φοί, 157/22, 40 νέες δ. 187/40, 50 νέες δ. 192/29, 196/24  
 Remy M. 186/27  
 Σάτυρος 159/26  
 Σεμινάριο διανοίξης νέων δ. 171/34, 173/26,30, 174/28,32, 176/26  
 Σπάρτακος 158/25  
 Σικατή, σπήλαιο 177/22,26, 185/24  
 Συμπληγάδες πέτρες 156/25, 157/22  
 Συντήρηση αναρ. δ. 184/23  
 Sharma C. 180/27  
 Summer time 158/25  
 Sun Rock Workshop 159/26  
 Troussier M. 159/27  
 Καμάρι, Περιβόλος, Περίσσα, Σαντορίνη 137/16  
 Κανδήλι, Μέγαρα, όλες οι δ. 147/10  
 Καρτάλα Πέταλο (νέα δ.), Genesis 196/17  
 Κούβελος, 133/28, (νέα δ.), Παρνασσός 182/24  
 Κρήτη, Μάλια 176/26, 177/22  
 Νέος αναρ. οδηγός 200/27  
 Τράχουλας Ν. 163/22, 170/32  
 Κριάκουρας, Τζουμέρκα 137/14  
 Κρυστάλλινος τοίχος, Φαλακρό Δράμας 141/17  
 Κύπρος (αθλητική) 174/28  
 Λαγκάδα - Ταύγετος 168/22  
 Λίμνη Ηραίου, Περάχωρα 137/14  
 Λουλούδια, Βαρμυπόπη 144/13  
 Μαγνησία, Λελάκη 157/27, Σπηλιά (νέο π.) 161/20, Όθρυς, Σπηλιόρεμα 185/26  
 Μετερίζια express, Βαρδούσια 150/8  
 Μετέωρα, Μπάντοβα 139/23, Ιφιγένεια & Voll Daneben (Άγιο Πνεύμα) 139/24, Καμπάνα Ιχνηλάτης, Βοημι κό κουδούνι, για όποιον σημαίνει η ώρα 139/26, Καρδιά της γοργόνας, Κόψη της γοργόνας, χορός των δακτύλων, Δύναμις, ραγιαμένη καρδιά, Ντούπιανη Seuse, Σπιρούνη Δέλτα Ο τέταρτος πωλώνας 139/27, Σπιρούνη Άλφα Ολοκλήρωση 139/27, Talweg... σφηνώμα και πάθος 141/24, διαδρομές στα πεδία Ντούπιανη, Αγία Μονή, Πύργος Αγίας Βαρβάρας, Σουρλωτή, Καλυμμαύχι του Δεσπότη, Πύργος Καλαμπάκας, Μόδι 143/81, Αλυσσός Δρόμος της επικοινωνίας 146/44, 147/85, ο δρόμος των φιλων των Μετεώρων, Norduishe Kobination (Άλυσσος), Καληνήχτα (Πυξάρι), Οχιά (Βράχος Ντούπιανη) & Απκάλυψη, Δύναμις & Βύρυνας,

Πάνω από το δόντι του βράχου (Άγιο Πνεύμα) & Δρόμος των νερών, Δρόμος των λουλουδιών, το τρενάκι του τρόμου, κλασική είσοδος 133/12, Επα νεοζηλιανός του Αλυσσού 143/22, απαγόρευση αναρ... 150/14, ώρα μηδέν 151/18, 158/16, ασφάλεια 158/26, Ορχιδέα 161/21  
 Μικρή Βαρσόβα 166/24  
 Μυλοπόταμος Μαγνησίας, Ζίου-Ζίτσου- Κλόου- Περίεργη-Κούγιου-Κάκκινη-Ου κλέφεις -πετα λούδα -βλήτα-θερμό επεισόδιο 141/10  
 Mc Clure S. στην Πάτρα 166/28  
 Meyer J, Μετέωρα, Μουζάκι, Κάλυμνος 159/24  
 Ναύπλιο, αναρ. π.-δ. 143/14, 169/24, παραλία Νεράκι 169/25, sport climbing 177/30, 184/22, νέα δ. 190/26  
 Νεραϊδόραχη, Χελμός, δ. χειμ. αναρ. 141/50  
 Νέστος, Ξάνθη 151/20  
 Νταμάρι, Πεντέλη 151/20  
 Ξεροβούνι, Δρυαυα (νέα δ.) 187/44  
 Πάνω Φλαμπούρι 157/25  
 Παπαλάμπρενα, Βαρδούσια 144/10  
 Παρνασσός, δ. στον Κούβελο ή Ξεμένο 133/28, Αποφοίτηση 136/12, Αυταπάτη 137/11, Dry Tooling 138/12, Γεροντόβραχος, Mega Channel 142/12, 150/8, 152/16  
 Πετρόπορος, Πύλη, Ελάτη, Μουζάκι, Τρίκαλα 149/14  
 Πετσάνες, Λαγκάδα, Ταύγετος 149/12  
 Pescatore, Τέλενδος 200/30  
 Ράχη της Καμάρας, Πύλη, Κόζιακας 199/29  
 Σαμοθράκη 133/15  
 Σάμος 165/32  
 Σαντορίνη, νέες δ. 197/26  
 Σέσι, κ. Υμηττός 157/26, δύο νέες διαδρομές 171/35  
 Σκορβούτο, Βαρδούσια 144/10  
 Σκόρδα Πιτιμαλικού, Βαρδούσια, 159/31  
 Σπήλαιο Πάου (νέο π.), Πήλιο 168/27  
 Σπηλιά Νταβέλη (σπασμένα πιασίματα) 132/10  
 Στάνη, βοθμολογία δ., Ταύγετος 149/12  
 Στενή Ευβοίας 152/18  
 Στρογγυλά & Ρόκα 146/22  
 Στρώμη, Κομοτηνή 156/24  
 Σύμη 134/16, 151/17, 161/20, νέες δ. 197/28  
 Συνάντηση αναρ. Αγοσφόραγγ, Κρήτη 191/28  
 Βαρσόβα 151/21  
 «Β. Βρούτσης» 196/29  
 Εορταστική, ΕΟΣ Αχ., 30 χρόνια 180/24  
 Κάλυμνος, διεθνής 141/22, 142/13, 144/4, 144/14, 145/8, 146/10, ο απόηχος 148/11  
 Μετέωρα 14η 159/28  
 Ξάμπουργκα, Τήνος 194/28  
 Πανελλήνια 10η 133/80, 134/16  
 Σχολιά, Φαίδων Γαληνός, 147/9, (νέα δ.) Όλυμπος 175/24  
 Σωματοφύλακες, Θεόπετρα (νέο π.) 167/24  
 Safe sex, Βαρσόβα, 147/10  
 Sansoz L. (Μετέωρα, Μουζάκι, Κάλυμνος) 159/24  
 Sharma C., αναζήτηση της τέλει δ., Αμοργός 188/24  
 Τέλενδος, 4 νέα π. 189/25, Τήνος 179/26  
 Το γεράκι της Ελεονώρας, Φολέγανδρος, 134/16  
 Το μυστικό της κούκλας, Πεντέλη 144/11





Του Γκιώνη το πλάι 150/8  
 Τουρκοβούνια, νέα, μπλε πίστα 137/13  
 Τουρλίτσα, Λαγκάδα, Ταϊγέτος 149/12  
 Τρίκαλα, δ. ανά δυσκολία 149/17  
 Τσούκα Ρόσσα (2377μ) Γκαμήλας, όλες οι δ. 142/50  
 Των Σαραντάρηδων, νεες δ. 164/24  
 The Temple, Βόλος, 166/29, 168/24  
 Υποχώρηση, από ηλιακέτα 147/76, από επάνω (Top Rope) 148/94  
 Φαλακρό, Δράμας 137/13, οδηγός 150/88,  
 Φαράγγι Ενιπέα, Όλυμπος 150/12  
 Φεστιβάλ αναρ. 168/26, 169/20, 22, 170/34, 171/26, 196/24, 198/24,  
 Διεθνές 181/26, 2ο Πύλη Τρικάλων 199/26  
 Petzl Rock Trip 183/24, 184/22  
 Φιλοπάππου ανακαίνιση-βράχια 132/10  
 Φλαμπούρι, πάνω 157/25  
 Φράχθι, σπηλιές 156/26  
 Φυλή 165/32, (νέο π.) 181/30  
 Χαμένο σεντούκι, Παρανασσός-Κούβελος 182/24  
 Χασιά, σπ., αυθαιρεσίες 135/12, 165/32, 902 (νέο π.) sport climbing 178/24  
 Χατζούρι 168/22  
 Χειμ. νέες δ. 155/24  
 Χίος 131/13  
 Vegetarian, φαράγγι Φαλακρού 186/22  
 Vitali P. & Brambati S. στην Ελλάδα 155/20  
 Wings for life, Τέλενδος 195/24

**4.3. Αναρρίχηση βράχου στο εξωτερικό**  
*(ΣΗΜ. Η καταχώρηση αρχίζει άλλοτε με το όνομα της δ., άλλοτε με το όνομα του αναρ. και άλλοτε με του π. της χώρας ή του βουνού, προσπαθώντας απενός τη σύμπτυξη και αφετέρου τη μείωση του απαραίτητου χώρου)*  
 Αλάσκα, 153/16, 164/35, 169/26, 200/32,  
 Dickey Route, Ruth Gorge 166/32  
 Maxime Um 182/32, νέες δ. 188/31,  
 Mooses Tooth 169/26, 194/30  
 Perfect Storm, NA Middle Triple 171/42  
 Ruth Gorge 199/34  
 Wall of shadows, Mt Hunter 158/31  
 Αλεξίπτωτα στην αναρρίχηση 196/32  
 Αφγανιστάν 200/33  
 Άλπεις 152/16, Αλπινιστικό κέντρο, Chamoniix 153/18,  
 Αλλαγή κλίματος 165/41,  
 A. Bigger Bang (νέα δ.) 191/31  
 Chamoniix, Pain de Sucre 139/31,  
 Droites από Έλληνες 161/22,  
 Dru, Lena ED+ 6b, A3 134/8, Άλπεις 157/30, lifting 176/34,  
 Πιλιέ, Bonatti 161/27  
 Master Blaster 178/46,  
 Mont Blanc 182/33, 185/32  
 Pionte Migot, Chamoniix, χειμ. 181/32  
 Valie M. 178/46  
 Αμερική 152/8  
 Ανταρκτική, Queen Maud Land 198/31  
 Άνδεις 152/11, Taulliraygu 162/28, Cordillera Blanca 164/32  
 Acocagua, Humar T., νέα δ., 168/30  
 Acromaniac, Potter, ρωγμή, Conym, Utah 163/28  
 Action Directe, Graham D. 152/9,

Aiguille sans mom 189/31  
 Alberta - Rockies 184/28  
 Alcatraz (Purnell Rich) 175/28  
 Ama Dablam, Νεπάλ, τραγωδία 185/30  
 Anderson M., Angel's Landing 174/34  
 Andrada D., 9 νέες δ. 176/30  
 Andromeda, Καναδικά Rockies 175/29, 182/32  
 Angel's landing, Zion, Utah 174/34  
 Annapurna 161/26, East (Humar) 190/28, South 199/32  
 Arco, Ιταλία, 182/28  
 Arganglas, Ινδία B., 155/21  
 Arwa Tower, από Ελβετούς 188/32  
 Βιετνάμ, Cat Ba 190/24, αναρ. & εξερεύνηση 190/22  
 Baffin, Γροιλανδία, 154/16, 164/32, 195/30  
 Bernese Express 172/36  
 Bellavista, Δολομίτες (Huber A.) 153/16  
 Berezartu J. 155/20, 174/34, στην Ασία 174/36,  
 Bimbaluma 176/35  
 Berger H. 180/33  
 Berhault P., βιογραφία 193/31  
 Berthod D., Optimator, Learning to fly, Indian Creek 174/34, 179/31  
 Big Wall, N. Αφρική 191/31  
 Blanc 164/32  
 Bread Peak 164/32  
 Breathless, Lake District, Macheod D. 177/36  
 Bugeleisen 155/20  
 Buse Jump στο Amin Brakk 171/38  
 Γη του πυρός, Monte Ada 154/17  
 Γρήγορα... νέα 152/8, 158/31, 159/33, 160/31, Πακιστάν 162/39, 163/29, 164/35, 165/40, 172/37, 173/34, 179/31, 185/34, 198/32  
 Γροιλανδία (νέες δ.) 152/8, 160/31, 165/39  
 Γυναικείες χαλύβερτες αναβάσεις 171/40, 171/42  
 Caldwell T., El Capitan 158/31, Flex Luthor 162/29  
 Casherbrum II east 190/29,  
 Cause & Gorgedu Tarn 171/37  
 Chhish P. 188/32  
 Chilam Balam (9b+) Ισπανία, Fernandez B. 165/38  
 Chomolhari 170/38, B. Πιλιέ, Prejel J. 184/30  
 Chomolonzo North, Babanov V. 182/30  
 Cima Grande 166/30  
 Cobra πιλιέ on sight 183/38  
 Cordillera Blanca 183/38  
 Croft P., Hulk 171/40  
 Δολομίτες,  
 Alfa e Omega 195/31, Andrada D., Spanish fly 176/30,  
 Bellavista, Huber A., 153/16, 168/28, χειμ. solo 168/31,  
 Bole M. «Bubu» 171/42, 176/24, Επαναλήψεις 189/30,  
 Ιταλικοί, N. Meisules de la Biesces, Riegler F. 193/32, 194/32,  
 Death of Glory, Buttress BA, Huantsan Sur 183/36  
 Denali, Fathers and Sons 165/38, Klonowski M. 176/34, 194/31,  
 Devils Thump 181/33  
 Dhaulagiri, Στύλλας M. 155/22, 156/31  
 Dirty love, Καναδικά Rockies 193/31  
 Dog of Thunder, Blouberg, North Wall, 191/31  
 Drangnag, Θιβέτ, Ri, Normand B. 176/30  
 Dreamcatcher, Sharma C. 178/29  
 Dreamtime 152/9, 157/50  
 E12, Pearson J. 196/30

Ελβετία 158/32  
 Eiger 161/27, νέο ρεκόρ 164/35, 180/30, νέα δ. 190/30, νέα δ. 196/30  
 Eigersport 166/30  
 El Camp, Ισπανία 159/33, κ.α. 164/32  
 El Capitan 165/38, Retificent Wall 183/38, Free rider 188/32  
 Emperor Face 161/24  
 Everest, Welhenmayer E. 152/8, 170/38, (νέα δ.) από Ρώσους 170/39, νέα ρεκόρ 171/40, Bate G. 176/32  
 Flex Luthor, Colorado 162/29  
 Flying Circus, Ελβετία, Papert I. 192/35  
 Frankenjura, Γερμανία 170/36  
 Freddie, επιστροφή 173/34  
 Gaia, on-sight 196/31  
 Gadd W., The new game, the game reloaded, μεικτά 174/34, 180/33  
 Gasherbrum IV (3η επιτυχία) 132/13, II 152/26, east από Κίνα 183/36  
 Glowacz S. (3δ.) 154/17  
 Golden Gate, El Capitan, Yosemite, 162/28  
 Graham D., σε Γαλλία-Ελβετία 159/32, 180/32  
 Grand Capusin, Huber A. 195/32  
 Grand Slam, 18 κορφές 8.000 μ. 165/36, Ed Viesturs 176/30  
 Great Roof, Smith Rock, Oregon, Rodden B. 173/35  
 Great Tango Tower (νέα δ.) 168/31  
 Grosvenor, Κίνα 167/30  
 Hard Multi pitch rock, Lugo, Only for old warriors 183/36  
 Harrer H. (θάνατος) 179/30  
 Hirayama Pickey Route 166/32, white zombie 8c on sight 172/35  
 House S. και Prozelz M., North Twin 169/28  
 Houlding Leo, Huastam 200/34  
 Howse Peak 161/24  
 Huber A., επιστροφή 189/30  
 Ισπανία 165/33, Riglos de Mallos 156/32,  
 Γαλλία - Ceuse Gorge du Tarn 171/36,  
 Arius Asturias 189/32,  
 Grand Prix (Ravier C. & Eliass S.) 189/32  
 Indian's Creek 174/34, 187/47, νέα standarts (Potter) 178/47,  
 Learning to fly, Berthod D., 179/31  
 Infinite Spur (Nott S. και Mc Neill K.) 182/31  
 Janak 182/30  
 Jannu, Loretan E., 165/38, 170/38, από Ρώσους 170/41,  
 Β.Δ. κόψη (V. Babanov - S. Kobanov) 191/30  
 Jasemba, επιστροφή Kammerlander H. 188/30  
 Jasper R. σε M12, «Vertical Limits», Ueschenen 162/29  
 Jenerik C., 10χρονη πρωταθλήτρια ΗΠΑ 171/39  
 Jorasses, Petites, διάσωση 168/28, νέα (M Bubu Bole) 178/29,  
 Grandes B., No siesta 163/29, 182/28,  
 νέα δ. 182/30, 196/30, 198/30  
 Jourdan Rockies 172/35  
 Καναδικά Rockies, Mont Wilson-Cirty Lore (Walsh & Slavinsky) 193/31  
 Κιλιμάντζαρο (νέα δ.) 163/28, 164/32  
 Κίνα, νέες δ. από Σκωτσέζους 173/33  
 Kammerlander H., Jasemba 188/30, Kammerlander B., Prinzip Hoffnung 199/35  
 Karakoram, Ogre 153/17, Kyrgyzstan B., νέες δ. 154/16,  
 β. ορθήλ. 190/29, Women and Chack 154/16, 172/36, 189/31,



K7 west 190/28, Latok III, ΝΔ κόψη 191/32,  
Great Tango Tower 194/30, Θριάμβος και τραγωδία 195/30,  
Beka Brakai Chhok 195/32, 196/31, Neyzag peak 196/32  
Kedar Dome, πιλιέ, από Βρετανούς 184/28  
Khan Tengri (τραγωδία) 171/39  
Klonowski M., Denali 176/34  
Kongur Massif 172/34  
Kyrgyzstan B., νέες δ. 154/16, Β. ορθήλ. 190/29  
Kyzyl Asker B. ορθήλ. 190/29  
Kwangde Shar, Νεπάλ 198/30  
K2, χειμ. 164/32, 171/38, Δ. ορθήλ. 191/30  
Λομβαρδία, Β. Ιταλία 146/16  
La Lyre 198/32  
Lama D. 180/30, 181/35  
Legrand F. 152/8  
Leichtfried A. 180/32, 184/33  
Lhotse M. 153/17, 168/29, solo 197/30  
Logical Progression, 158/30  
Μαγνησία, θέμα δεοντολογίας στην Τσεχία 193/33  
Μάλγα, Chilam Balam, 9b+ 165/38  
Μαλαισία, Bukit Keteri 190/22  
Makalu 170/38, (Lafaille J.C.) 170/40, δύο θάνατοι 171/38,  
εξαφάνιση Lafaille J.C. 179/30, 1η χειμ. 196/33  
Mamashu (νέα δ.) 182/31  
Mandallaz Drive, Rouhling F. 173/34  
Manga Parbat, Mazeno Ridge 173/34  
Manolo, ξανά 172/36  
Marmolada ελεύθερη, Via del Cathedral 173/32,  
The Fish (Auer H.) solo 187/47  
Masherbrum 168/29  
Matterhorn, νέα δ. 200/32  
Mc Leod D., Fear and hurting και Scottish XI 174/36,  
Rhapsody 181/32  
Memento, B. Zangerl 178/30  
Meru Sharkstn-Bavanov V. 154/17  
Meyer J., Μετέωρα-Μουζάκι-Κάλυμνος 159/24  
Miha Valic, κορφές των Άλπεων 187/46  
Moench, Άλπεις 147/9  
Mont Blanc, 150/9, ακληρές κλασ. επεναλαμβάνονται 169/27,  
από Berhault P.-Magrin P. 163/28, 185/32,  
Voie Petit, Huber A. 177/34  
χειμ. από Έλληνες 185/32, 189/31,  
Mont Maudit 196/33, 199/32,  
ελεύθερες επαναλήψεις 199/32  
Mont Mandit 196/33, 199/32  
Montal Kombar, Brenna C., 157/30  
Moose's tooth, Αλάσκα, νέα δ. 169/26, 194/30, 200/32  
Mt Dickey 194/31  
Mulin Al. 186/28  
Mushashi, Καναδάς, Gadd W. 157/30  
Νεπάλ 165/33, Kang Guru (Δυστύχημα) 178/30, χειμ. 181/34,  
τεχνική Β. Bracey & Bullock 184/30, ΒΔ Teng Kang  
Pocheff (steck & Anthamaton) 193/30, Peak 41 197/30  
Νορβηγία 134/15, 199/33  
Nalupasortog, κ. πιλιέ, Γροιλανδία 171/40  
Nanga Parbat, Mazeno Ridge 173/34  
Naranjo de Bulves 167/31  
Nenang, Α. Θιβέτ 185/30  
Nevis B., The secret 190/28, Don't die of ignorance (D. Mc

Leod) 192/34  
Normand B., Drangang Ri 176/30  
Nose, & Salathe, Cardwell T. 178/28, El Capitan από  
α/φούς Capitan 192/32, 195/31  
Nuptse (νέα δ.) 161/26, 164/32, East 165/36, 167/30  
Oiarzabal J., 18 κορφές 8000 μ. 165/36  
On sight club 8b 158/30, νέα μέλη 160/31  
Πακιστάν, Women and Chack 154/16, 162/29  
Παταγονία, Paine 152/8, Under the knife 152/10, από Αμε  
ρικανούς 157/31,  
Cerro Murrallon 173/33, 175/30, 180/31, 185/35, 192/33,  
Cerro Torre.. super Route 173/32, 185/31,  
Maestri-Cerro Torre 177/36, 179/28,  
Torres del Paine (από Ιταλούς) 186/28,  
Fitz Roy & Torre Sur, μεγάλες νέες δ. 168/28  
Ν. της La Aguija de L.S, The Art of War 186/29, 189/23,  
192/35,  
Torre Egger, Huber T. & Schnarf A. 192/33,  
Cerro Piorgiorgio 194/32, 198/32,  
Cuernos, del Paine 195/35, Norde del Paine 195/32  
Περού 166/33, 181/35, 189/23  
Πληρηνία 188/30  
Parnell & Varco, Saf Minal 173/33  
Papet I., Pellisier 183/36, πρώτη σε M13 186/28  
Pereya J. 162/28  
Periakaka, Περού 180/30  
Pereya J.L. 162/28  
Pilgimage, 171/40  
Piz Batile χειμ. 169/28, Libera R. 192/34  
Playing Hockey, Utah, «the Epitaph» Porter D. & Dasis S. 162/28  
Porter, Asgard (Baffin) 154/16  
Pou I, Bainte Sang 163/29, Deportino Alpisismo/Cuenca 176/30  
Prezelj, sport climbing, 184/31  
Pumari Chhish 188/32  
Puscantura East, Περού 189/32  
Pyrenean tradd, Otegui R. & Bereziartu J. 188/30  
Railay, Ταϊλάνδη-αντιμέτωποι με το τσουνάμι 172/26  
Rainbow Jambaia 175/29  
Reticent Wall, El Capitan 183/38  
Rhapsody, Dumbarton Rock, Mc Leod D., Trotter S. 187/48  
Realisation, Sharma C., 153/17, Millet S., 2η 170/38, 171/38  
Riglos de Mallos, Ισπανία 156/32  
Rockies 163/28, 164/32, 197/31  
Rocky mountains, chaos 154/17  
Rodden B., πρώτη ελεύθερη στη Great Roof 173/35  
Rolwaling Himal, Νεπάλ 199/34  
Rouhling F. στη Mandallaz Drive 173/34  
Rupal face της Nanga Parbat, House S., Anderson V., 177/32  
Σαρδηνία 164/35, 165/33  
Σε εξωτ. προορισμ (Ταϊλάνδη, Λάος, Μαλαισία, Βιετνάμ) 190/22  
Σεμινάριο διάνοιξης διαδρομών, Κύπρος 182/26  
Saf Minal, Ινδικά Ιμαλία 173/33  
Salathe wall, Davis S., από γυναίκες 179/29  
Salvaterra/Maestri 177/36  
Schali R., 6 κλασικές Β. Χειμώνα, 193/30  
Scinner T. (θάνατος) 184/29  
Senda Real 181/33, Leichtfried A. 184/33  
Separate Reality / Yosemite, Heinz Z. 176/32  
Sepu Kangri (1η), Nyangchen tanglha, ΒΑ Θιβέτ 160/30

Shali R., 6 κλασικές Β. χειμ. 193/30  
Sharma στη Witness the fitness 175/31  
Shingu Charpa 178/45, 183/38, 187/48  
Shishapangma, ΝΔ, πρώτη, 168/30, 175/28  
Sichuan, τραγωδία 200/33  
Spanish Fly, Andrada D. 176/30  
Sport Climbing 161/27,  
Sharma C., Graham D., Vock M., Usodiaga P. 184/31  
Steck U., ρεκόρ ταχύτητας 197/31  
Super Orco 166/31  
Ταϊλάνδη, Ray Lay, Pranag-αναρ. Ε.Ο.Σ. Αχ. 159/28,  
166/29, 172/28, 178/22  
Ταχύτητα και... ευχαρίστηση 192/32  
Taghia, Marocco 200/34  
Taschhorn (νέα δ.) 177/34  
Tauliraju, Cordillera Blanca, 162/28  
Teng Kang Poche 193/30  
Thalay Sagar (νέες δ.) 167/31  
The Communist, Huber A., 169/26  
The Epitaph, Playing hooky, Utah 162/28  
The excellent Adventure 132/13  
The game 168/31  
The new game 174/34  
The Secret, Σκοτία 190/28  
Torre Sur, μεγάλες νέες δ. 168/28  
Trango, Karakoram, 172/34, 177/35, 184/29  
Trotter S., Rhapsody 187/48  
Ulvetanna 198/32  
Usobiaga P., αναρ. φαινόμενο 191/32  
Vertical Limit (M12), Ueschelen 162/29  
Via Ferrata A.M., Strobel 155/58  
Viesturs Ed, Grand Slam 176/32  
Walk of life, αναβοημολόγηση 197/33  
Walker, επανάληψη, 134/10  
Wallis, ΒΑ Άλπεις 148/62  
Wendenstock (νέα δ.) 195/31  
Φεστιβάλ ταινιών βουνού, εξερεύνησης και περιπέτειας  
στο Trento, [www.mountainfilmfestival.trento.it](http://www.mountainfilmfestival.trento.it) 162/29  
Χιλή, Cochamo 199/34  
X-Files (Ιταλία) 132/11  
Yeah Man, B. Grand Pfad 171/42  
Yearslay S. 181/32  
Yosemite, El Capitan, 152/9, highlights 154/16, Nose  
155/21, 165/38, Caldwell T. 170/38, 170/40, 189/23  
Yuji Hiryayama 152/8  
Zodiac, El Capitan 166/32, 171/42  
Zion, Ben Gilkison 187/46  
Ζημύτ, αλλαγές εξοπλισμού 133/15  
**4.4. Βουνά της Ελλάδας και του εξωτερικού**  
Αλπικά συγκροτήματα Bernina & Bergell - Disgrazia 143/44  
Βραχώδη όρη 131/53  
Γκαμήλα (Τύμφη) 2497 μ. 142/32  
Γκιάνα 140/24  
Διεθνές έτος των Βουνών (2002) 154/93  
Έβερρεστ, η θεά μητέρα της γης 149/42, 50 χρόνια πριν 163/30  
Grossglockner, Αυστριακές Άλπεις 137/26  
Ιμαλία Α' μέρος 146/33, Β' μέρος 147/59  
Κυλλήνη ή Ζήρεια 150/40  
Mt Rainier, Cascade Range, Δ. ΗΠΑ 155/74



Όλυμπος, 147/42, 148/46, 59, Β. 154/56  
 Ταύγετος 145/28  
 Τζένα, η ωραία των συνόρων 150/57  
 Χελμός 132/56, Χτένια 140/82

**4.5. Βραχομανία**

Αναρ. νέα 186/18, 187/34, 189/22, 190/18, 191/22, 192/22,  
 193/22, 194/22, 195/22, 196/22, 197/23, 198/22, 199/24, 200/14  
 Αλογόπετρα 198/18  
 Αχαρνείς 193/18  
 Βραχόκηπος 184/18  
 Δασκαλειό 200/18  
 Κήποι 199/18  
 Μαυροσουβάλα 190/16  
 Μουζάκι 197/18  
 Ναύπλιο, Νεράκι 196/18  
 Νέστος 187/32  
 Πετροπηγή, Μπλε Ζήνα 192/18  
 Πλακιάς 194/18  
 Ποίκιλο Όρος 189/18  
 Πορτογαλία 159/30  
 Πύλη, Μικρό Φαράγγι 188/34  
 Σέσι Υμηττού 186/16  
 Τήνος, Βώλαξ 185/18, Ξώμπουργο 195/18  
 Χούνη 191/18

**4.6. Canyoning (Διάσχιση φαραγγιών)**

- Εισαγωγικά 133/34
- Εισαγωγικά, Απαραίτητος Εξοπλισμός 152/86
- Προετοιμασία και εξοπλισμός 163/88
- Σχολινιά - Πρόβλεψη καιρού 165/90
- Τεχνικές για ασφαλή κατάβαση φαραγγιού 164/84
- Αράκυνθος, Άγιος Νικόλαος ο Κρεμαστός 131/35
- Άραχθος 200/14
- Κεραμίδι 133/40

**4.6.1. Ατυχήματα/Διάσωση**

Άσκηση με χρήση φορείου, 1η Πανκρήτια 192/10,  
 σε φαράγγι 196/14  
 Ατυχήματα σε φαράγγια 169/78  
 Διάσωση στο canyoning στην Ελλάδα 183/78

**4.6.2. Δράσεις - Σχολές**

Διεθνές ραντεβού, 5ο 185/17  
 Διεθνής συνάντηση, 4η Κρήτη 180/80  
 Ίδρυση Ομίλου ΠΟΕΦ 190/15  
 Πανελλήνια συνάντηση, 4η Ρόσκα Ευρυτανίας 187/23,  
 5η Σαμοθράκη 193/82  
 Πανευρωπαϊκή συνάντηση, Δολομίτες 155/84  
 Σχολές, Γαλλία και Ελλάδα 176/96

**4.6.3. Καταρράκτες**

Κρεμαστός, Οίτη 199/76  
 Κρεμαστός Σαμοθράκης 158/84  
 Λιναράκι Προσού 190/70  
 Σαπιπηγή και Βαθύρεμα 184/70

**4.6.4. Ρέματα**

Γουνόρρεμα 177/90  
 Ζηλιάνια, Β. Όλυμπος 157/21  
 Μέγα 178/66  
 Πλατάκι 178/66  
 Σαμοθράκη (Καραγιαννίκη και Τσιβδογιάννη) 168/80  
 Τέρνος 170/26  
 Τουθόα 182/23

Τσιγγενόρεμα, Όθρυ 153/90  
 Φιδόσκαλας Χονταϊκών 150/93  
 Χαλικόρεμα, Ευρυτανία 191/74  
 Χαρλάκι, Όθρυ 153/90

**4.6.5. Φαράγγια**

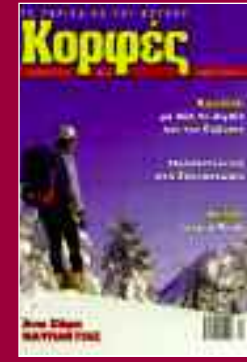
Αλέστια, Β. Πανατωλικό 189/76  
 Αράπη, Ήπειρος 192/72  
 Άραχθος 200/14  
 Ασωπός 170/18  
 Βίνιανη 164/36  
 Βόθωνας 156/70  
 Βουραϊκός, με οδηγό τις ράγες 143/36  
 Γερακάρης 199/76  
 Γοργοπόταμος και ιστορία του 175/82  
 Ερμιάνθιος Κάπρος 199/68  
 Εφιάλης, Ήπειρος 192/72  
 Ηρακλής, Γοργοπόταμος 152/88  
 Καβούσιος, Κρήτη, Παρτέλας 167/82, 195/68  
 Κάκαβος (Καλαμιώτικο) Οίτη 172/84, 173/42  
 Κακοπέρατο, Σάμος 169/84  
 Καμένα Βούρλα, πάνω από 179/80  
 Κοσκάρρακας 134/77  
 Μάστορας 194/72  
 Μέγα Ρέμα, Κνημίδα 197/74  
 Μαυρομάτης, Όθρυς 196/64  
 Νεροσπηλιά, Όθρυς 166/88  
 Νούπανη, Δ. Ταύγετος 155/88  
 Ξηρόρεμα, Κνημίδα 197/74  
 Παρτέλας 167/82, 195/68  
 Ποτιστήδες, Παρανασός 188/88  
 Προυσός, Ευρυτανία 191/74  
 Ρακοπόταμος, Μαυροβούνι 198/64  
 Ρόσκα 181/84  
 Ροδόκαλο ή Πετρωτό, Οίτη 182/90  
 Σαμοθράκη 158/84, (Βατός, Γυαλί, Κρεμαστός,  
 Φονιάς) 168/80, 186/70  
 Σκεπασμένος 171/84  
 Σκουλαρίτικο, Βελβεντό Κοζάνης 187/80  
 «Στομάρι», «Γριάς βόθρας», Σαμοθράκη 134/77  
 Φακίστρας, Πήλιο 194/68  
 Χα, Κρήτη, κλοπή ρελέ 197/11  
 Χανίων 158/58

**4.6.6. Στο εξωτερικό**

Άλπεις Ν.Α. (Ιταλία, Σλοβενία, Αυστρία) 199/80  
 Διεθνές ραντεβού 5ο 185/17  
 Δολομίτες 155/84  
 Ιστορία του στη Γαλλία 162/88  
 Ιταλία Β. (Lago di Garda, Lago di Ledro, Verona) 161/90  
 Μαγιόρκα, Sa Fosca 160/90  
 Νίκαια, Alps Maritimes, Ν.Α. Γαλλία 198/68  
 Πυρηνάια Όρη 174/84

**4.7. Διεθνή ορειβατικά νέα**  
 Αδελφοί Huner στην El Cap 149/18  
 Αλάσκα, Mount Foraker 141/390, Mc Kinley (6195μ) 142/16,  
 μυθικές διαδρομές 147/15  
 Άλπεις - Χειμώνας 98 131/10, Grandes Jorasses (4208μ)  
 142/15,  
 Dru (3754μ) 142/16, Tete Biselx 144/17, Δολομίτες 145/18,  
 Αυστριακές, Ortler 145/19, Mont Blanc, Aiguille Noire 149/18

Αλπική τραβέρσα με... νόημα 149/20  
 Αναβάτες των... καταιγίδων 140/14  
 Action Direct, 3η ανάβαση 146/18  
 Ak-su-Pamir Alai 147/14  
 Ama Dablan 148/14  
 Antarctica, «Αλπική Ήπειρος» 139/19  
 Andrej Zavada 147/13  
 Aiguille du moine 144/18  
 Arwa Spire 146/20  
 Arwa Spire... σχεδόν ενέδωσε 149/19  
 Arwa Tower - Arwa Spire 141/32  
 Βραχλώδη, Φαράγγι Hyalite 139/18  
 Baffin Island 142/15  
 Barry Blachard στα «βραχώδη» 139/20  
 Ben Nevis, χωρίς πάγο 141/23  
 Γροιλανδία ανατολική 144/18  
 Cerro Poione 147/12  
 Choktoi (Latok Group) 143/20  
 Chris Banington, παραλίγο μακαρίτης 139/18  
 Chris Sharma και «Biography Extension» 149/19  
 Διαστημική εξέλιξη στη «μεκτική» σκηνή 140/16  
 Δύση αποκαλύπτει... ανατολή 149/20  
 Δυτική όψη Nuptse 134/17  
 Destivelle, στους Δολομίτες 141/30  
 Dunagiri & Thalay Sagar 140/16  
 Έβερρεστ, Μαλάρι ή Χόλερ; 138/8, 139/20,  
 ρεκόρ αναβάσεων 149/21, πυγμαχία 149/21  
 Επέλαση εφίβων... 139/18  
 El Capitan, Half Dome... 141/30  
 Fred Nicole και «Dremtime» 149/18  
 Gangotri, Kedar Dome 146/19  
 Gasherbrum 2, επιτυχιές τραγωδία 150/16  
 Grand Slam 139/19, 140/16  
 Grand Slam... η ομάδα πληθαίνει 149/20  
 Himalaya, Gyachung Kang 143/20,  
 Menlungtse, Kongur, Sepu Kangri 144/18,  
 Αμφιβολίες για Lhotse 145/19, Shivering (ινδικά) 146/19  
 Ιταλία, το φαινόμενο Mauro Bole ή Bubu! 144/16  
 Jannu 148/14  
 «θάρρος έγιναν 15»! 131/11  
 20 Αμερικανοί στο Fontainebleau 149/18  
 Καφενείον... το Έβερρεστ! 134/18  
 Κυνήγι του... ποντικού 149/20  
 Kanqtega 148/15  
 Klem Loskot & Fred Nicole, Boulder 146/20  
 Korakoram, Greate Trango Tower 142/14,  
 Amin Brakk (5850m), 143/18,  
 Casherbrum IV (7925μ) 143/18,  
 Trango Pulpit (6050μ) 143/19, K2 147/15,  
 Σπαντικ 150/16, K2: 25 στην κορυφή & Latok 3,  
 Ρωσικός τρόπος 150/17  
 Kyrgyzstan - Korona (4860μ) 143/19  
 Latok II (Korakorom) 132/15  
 «Μεγάλο λόγο να μηλες...» 131/11  
 Mauro «Bubu» Bole 150/18  
 Mount Kennedy 148/13  
 Mount Hunter 148/14  
 Mountain Festival Banff 2000 149/21  
 Νέα διαδρομή στο K2 131/11



Νέο καταφύγιο στο Matterhorn 131/11  
 Νέο καταφύγιο στο Aconcagua 134/18  
 Ο μύθος του Yeti 136/15  
 Παγκόσμιο κύπελλο αναρρίχησης 131/11  
 Παταγονία, Cerro Torre 141/32, Fitz Roy 147/20  
 Περού/Άνδεις, Huantsan (6395μ) 143/20  
 Πρώτη γυναίκα που σκαρφαλώνει XI 147/14  
 Πρωτιές στο Xixabangma 131/12  
 Pierre Allain, αντίο! 150/16  
 Pumari Chish South (7359μ) 143/19  
 Punta Badile, Άνδεις 139/20  
 Ρεκόρ στις... 8άρες 134/18  
 Ρώσοι στη βόρεια του Khan Tengri 139/19  
 Ρωσοαμερικανική συμφωνία! 140/14  
 Σλοβένων συνέχεια... 139/18  
 Σλοβενικών Άλπεων χειμερινή διάσχιση 139/18  
 «Salathe», El Capitan 140/16  
 Scotland, ενυπωσιακές χειμερινές 144/17  
 Siula Grande, Άνδεις 141/32  
 Sir Chris Bonington σε νέες περιπέτειες 131/12  
 Shishapangma, κατάβαση με σκι 146/18  
 Sherpa Babu Chhiring 146/18  
 Steve mc Clure λύνει πρόβλημα του Ben Moon 147/14  
 Stevie Haston... σκαρφαλώνει MII 145/18  
 Το κύκνειο άσμα του Alex Love 141/28  
 Το ρώσικο πρωτάθλημα ορειβασίας 135/14  
 Τραγωδία στο SHISHAPANGMA 141/28  
 Thalay Sagar 133/14, 146/20  
 «Troll», νέος οδηγός διαδρομών 140/16  
 Ulrich Inderbiren 148/14  
 Φτιηνές... κορφές στο Νεπάλ 134/18  
 Χαμηλότερο το Everest! 136/14  
 Χάθηκε το Diamond Couloir (Κένυα) 136/14  
 Χιλί, Torres del Paine 147/12  
 Yosemite - Dean Potter 145/19

#### 4.8. Εξοπλισμός ορειβασίας

- Βασικός χειμ. βουνού 152/115, 196/84
- Χειμ. πεζοπορίας-αναρ. 135/68
- Τα πρωταρχικά του σκι 134/74
- Δίοπτρες, η σωστή επιλογή 138/70
- Καλοκαιρινός 137/70
- Κράνος 156/69
- Νέο καρδιάκι, το Rockcentric 136/14
- Ορειβ. τζάκετ 189/94
- Πιοτέ-Κραμπόν 134/66
- Σχονιά 133/62
- Υπνόσασκος 153/104
- Χειμ. ρούχα, οι μεμβράνες 135/72
- συνθετικά υλικά fleece 135/74

#### 4.9. Μονοπάτια

- Εθνικά 153/30
- Ελληνικά 153/26
- Ευρωπαϊκά, 139/86, μεγάλων δ. 153/27, της Ελλάδας 153/28,29
- Αμοργός 162/30
- «Γιάννη Γούναρη» στην Κλεισούρα 140/93
- Fell walking - running, μεγάλων δ. και ελλ. πραγματικότητα 169/90
- Μαδάρες, Λευκά όρη, δ. 151/34

Μονοπάτι E4 - νέο τμήμα 182/12  
 Όλυμπος 152/44, 193/64, ασφάλιση δ. 175/14, 22 δ. 173/36  
 Πίνδος 199/16  
 Σηματοδότηση, Μεσόχωρας-Χατζή 160/20, Καλύβια -Ντουρντουβάνα- Τριανταφυλιά 165/24  
 Σπηλιά Κατσαντώνη 132/69  
 Ταΰγετος A 139/36  
 Τζουμέρκα 159/62  
 «Του Μεγαλέξανδρου» (Βεργίνα-Βράχος Γαλάκτου) 169/12  
 Υμηττός 138/36  
 Φυλή, καθαρισμός 168/18

#### 4.10. Ποδηλασία -Ποδήλατο βουνού (πλην § 1.9)

(MTB, Ορεινή Ποδηλασία, Ποδηλατικές διαδρομές)

- Ποδήλατο και ζωή 153/62
- Πώς το σώμα ανταποκρίνεται στην ποδηλασία 154/84
- Μαθήματα Ορεινής Ποδηλασίας 163/93

##### 4.10.1. Γενικά/Τεχνικά

Τεχνική, ορθοπεδικά 176/107, τα φρένα 176/106

##### 4.10.2. Ποδηλατικές διαδρομές

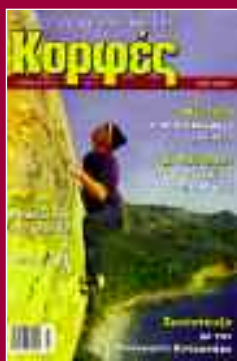
- Αθήνα-Έβρος, διάσχ. 192/66
- Γύρος Πελοποννήσου 175/17
- Ενπέας, περιήγηση-κατάβαση 164/106, 198/70
- Ζαγοροχώρια 195/72
- Θιβέτ, Λάσα-Κατμαντού 184/62
- Θράκη 153/64
- Καλιδρόμο 183/44
- Μαίναλο 192/62
- Μιλάνο-Βαρκελώνη 193/72
- Νίσυρος 189/50
- Όλυμπος, Μύτικας 170/24
- Πάρνωνας 183/40
- Πελοπόννησος, γύρος 188/82
- Ποδηλατικές προτάσεις 200/18
- Φαράγγι Βουραϊκού 154/60
- Ποδηλατικά νέα 175/17, 184/8, 187/88, 188/92, 189/82, 190/84, 191/80, 192/82, 193/86, 194/82, 196/82, 197/84

#### 4.11. Ορεινή πεζοπορία στην Ελλάδα

(Trekking, Περπατώντας στην Ελλάδα, οδοιπορικές διαδρομές, οδοιπορικό)

- Οι διάφ. μορφές ενός προκλητικού παιχνιδιού 163/42
- Τεχνική και τακτική 168/76
- Προσανατολισμός στο βουνό 180/84
- Αυτασφάλεια στο χιόνι 183/30
- Τεστ (τύπος ορειβάτη) 154/90
- Άγιο Όρος 157/44
- Άγραφα, Βουλγάρια 199/36, Λιάκουρα, ρέμα Φτέρης 154/36, 160/46, Β. Καζάρμα Βουτσικίκα, διάσελο Αγ. Νικολάου-Νεράδα 185/54, Α., διάσχ. Καροπλάσι-Σάικα 194/34, Δ. 196/70
- Αμοργός μ. 162/30
- Αστυπάλαια 193/34
- Βάλια Κάλντα 131/30
- Βαρδούσια, Β. κορυφογραμμή 171/98
- Βέρνον, Ε4, διάσχ. Φλώρινα-Δροσοπηγή 175/58
- Βίτσι, διάσχ. Δροσοπηγή-Νυμφαίο 191/34
- Γράμμος, διάσχ. Γραμούστα-Αετομηλίτσα 181/52
- Δίφρη, φαράγγι Αγιάλης, διάσχ. Αγ. Αθανάσιος-Στενή 184/50
- Ερμιάνθιος Κάπρος διάσχ. φαραγγιού 199/68

- Ερμιάνθος, μ. «31», διάσχ. Άνω Βλάσια-Δίβρη 173/74
- Ευρωδοιοπορία 151/86, 152/103
- Ζαγόρι-Κήποι 151/58
- Ηρακλεία 198/52
- Θάσος 162/44
- Ικαρία, διάσχ. Λιμάνι Αγ. Κήρυκου-Οικισμός Νας 187/50
- Καϊμακτασάν, Ράιμο Μπόρ, διάσχ. δεξαμενή Υ/Δ σταθμού-Λουτρό Ποζάρ 186/46
- Κάλανα 174/58
- Καλιακούδα, διάσχ. Δομνίτσα-Μ. Χωριό 197/38
- Καλιδρόμο, Μονή Δαμάστας-χωριό Θερμοπύλες 200/36
- Κάμενικ 176/50
- Κανδήλη, διάχ. Τρούπι-Άγιος 195/34
- Κάρπαθος, διάσχ. Πηγάδια-Διάφανη 180/34
- Κίσσαβος, διάσχ. Στόμο-Μεταξοχώρι 188/40
- Κόζακας, διάσχ. Πύλη-Πετρουλιώτικα λιβάδια 176/36
- Κοιλάδα Τεμπών, το πλάνω και το κάτω μ. 182/66
- Κοκκάλια-Γραμμένη Οειά 155/34
- Κούλα-Πομακοχώρια, ανάβαση 176/74
- Κύθνος, διάσχ. Λιμάνι Μέριχα-Κάστρο Οριός 174/38
- Κυνουρία ορ. 149/58
- Λάμπεια, δ. Τρίπολη-Πάτρα 181/22
- Λούσιοι 131/60
- Μαδάρες, Λευκά Όρη 151/29
- Μακεδονία, οδοιπορικό 143/52
- Μαλέας, διάσχ. Νεάπολη-Κάβο Μαλιάς 169/42
- Νάξος, Ζας 169/13
- Ξερολάκι, 158/34, το κρυμμένο φαράγγι του 177/61
- Οίτη, διάσχ. Υπάτη-Παυλιανή 177/38
- Όλυμπος, τα μ. 152/44, παρουσίαση 22 δ. 173/36, 193/64
- Αγ. Κωνσταντίνος-Ράχη-Κορομηλιά-Ορλιάς-Αγ. Κων/νος 189/34, Β. 196/74
- Ανάβαση μεταμοσχευμένων καρδιάς 199/14
- Κόψη Μπαρμπάλα 169/62
- Κρεβάτια-Μεσσηνία-Κόψη Προφήτη Ηλία 181/62
- Μύτικας, μα «άλλη» ανάβαση 177/64, χειμ. 167/10
- Ξερόλακα 159/34
- Ρέμα του Ναούμ 177/60
- Ρεματιά του Παπά 175/32
- Πανατωλικό, διάσχ. κάτω Λαμπίρι-Αγ. Παρασκευή 178/32
- Παρνασσός, μ. «22», διάσχ. Πολύδροσο-Χάνι Ζεμενό 167/32
- Πάρνηθα Δ. 196/74
- Πάρνωνας 178/18, Ν. 196/74
- Πεληναίο, Χίος 169/18
- Πήλιο, διάσχ. Μακρυνίτσα-Πουρί 166/58
- Πέριβα ΒΑ., μ. Ρηϊτήνη-Σαρακατσάνα 152/58
- Πίνδος Β., Βόιο, διάσχ. Πεντάλοφος-Ν. Κοτύλη 192/42
- Πίνβο, Τζένα 183/56
- Ρέμα Δημοσάρη 157/66, 186/66
- Ροδόπη 165/64
- Ρούμελη 161/28
- Σέριφος 156/44
- Σίφνος 198/34
- Σμόλικας, διάσχ. Παλιοσέλι-Κεράσσο 179/32
- Στύρα 156/87
- Σφακιανά βουνά 164/44
- Σχολές: Ανακήρυξη εκπαίδ. & Βοηθών εκπ. Ορειβασίας 136/81



Λήξη σεμιναρίου επιμόρφωσης αρχηγών 142/94  
 Ταύγετος Α, διάσχ. Αγ. Ιωάννης-Ν. Μυστράς 189/40,  
 158/12, 166/104, Κορυφογρ. Πεντάδακτυλο 172/68,  
 ΒΑ. Πελάνα 179/60, Δ. από Καρδαμύλη 196/34  
 Τζια, Αρχαία Καρθαία 161/58  
 Τζουμέρκα μ. 159/62  
 Τήνος, διάσχ. Χώρα-Κολυμπήθρα 168/38  
 Τρικλάριον διάσχ. 190/42  
 Ύδρα 163/58  
 Φαλακρό, κορφές και οχυρά 160/58  
 Φαράγγι ΣΚΑ, 10ο πέραςμα 175/12  
 Φαράγγι του Σκεπασμένου 169/16  
 Φαράγγι του Ασωπού 170/18  
 Φαράγγι Καλλιανών 157/66, 186/66  
 Φαράγγι των Χανίων 158/58  
 Χελμός, διάσχ. Κάτω Λουσοί-Περιστερά 170/52  
 Ψηλορείτης, περιπλάνηση 157/74

**4.12. Ορεινή πεζοπορία στο εξωτερικό**  
*(Trekking, οδοιπορικό)*  
 Άλπεις, Αυστριακές Hohe Tauern 157/58  
 Βουλγαρία, Ρίλα 196/10  
 Ευρωδοιοπορία 152/103  
 Ιμαλία, ... χωρίς στάσεις προσαρμογής) 137/19  
 Αναπούρνα, γύρος 158/36, 171/58  
 Έβερεστ, trekking 173/46  
 Ινδικό Ωκεανό 138/30  
 Ιοαννιά 193/70, 194/4  
 Κορσική, μ. GR20 200/16  
 Λιβύη, Σαχάρα-Ακάδους 186/32,  
 Τζαμαχίρια, Κυρηναϊκή-Τριπολίτιδα 187/62  
 Νορβηγία 191/46, εθν. δρ. Jotunheimen 170/42  
 Παταγονία, Χιλή εθν. δρ. Torres del Paine 185/62  
 Περού, Matchu Pichu 141/80  
 Πυρηναία, Ε. Πάρκο 172/78  
 Σινά 185/46, Πέτρα-Άγιος Τόποι 185/48  
 Σρι Λάνκα 197/46

**4.13. Παιδί και βουνό 153/56**  
 Οργάνωση μιας εξόρμησης 151/80, Αγωνία 188/96, Αγώνες  
 σκι για παιδιά 9 ετών, Παρνασσός 156/83, Βαράσοβα (μια  
 εξόρμηση αλλιώτικη από τις άλλες) 158/78, Βουτιές στα  
 γλυκά νερά 168/90, Βρεγμένοι στα Βαρδούσια 172/94, Δεν  
 μπορεί να βάλω το σκι μου 177/108, Ένα πάρτυ αλλιώτικο  
 από τα άλλα 169/94, Εννιάχρονος στις Άλπεις 200/126,  
 Εποχιακό σπορ 176/110, Θαλάσσιο σκι στη λίμνη του Καϊά  
 φα 156/82, Κάνοντας Mountain Bike 167/92, Κίνδυνος και  
 παιδιά 179/90, Κουρασμένοι και πεινασμένοι 199/90,  
 Μάθημα σε γκρουπ 190/90, Μαθήματα και εκδρομές  
 161/94, Μαθητές και δάσκαλοι 189/96, Μέσα... στα βουνά  
 164/108, Μια αναρ. μέρα... 160/94, Μια απλή ιστορία...  
 150/82, Μια πετυχημένη ορ. εκδρομή 175/92, Μια διανυκτέ  
 ρευση στα έλατα 181/90, Μια ορ. εξόρμηση αλλιώτικη  
 158/78, Μια σχολική εκδρομή στον Κίθαιρώνα 192/90, Με  
 διαφ. ηλικίες και στυλ 171/118, Ορειβατάκια 195/90, Ορειβα  
 τικά - Περιβαλλοντικά Κέντρα 137/73, Όταν τα νήπια σκαρ  
 φαλώνουν 187/90, Παιδιά και extreme games 151/78, Παιδι  
 κές χαρές 191/88, Παίζοντας με το νερό 182/104, Παίζοντας  
 με μια πυξίδα 183/92, Πεζοπορία - Αναρρίχηση 149/86,  
 Περί οικολογίας και εκπαίδευσης 197/90, Ποδήλατο κατη  
 φόρας 194/90, Πρόγραμμα εκδηλώσεων 2000 142/92.

Radiodays στο βουνό 186/90, Σε δέκα λεπτά φτάνουμε  
 157/72, Σκι για πρώτη φορά 165/106, Σκι και βουνό 178/90,  
 Σκι και τεχνική στα μικρά παιδιά 159/88, Σκι... κατά ηλικία  
 153/56, Σκι Mont Parnasse και Mont Parnes 184/86, Σκι ή  
 Snowboard 166/108, Σπορ βουνού και απόκτηση οικολογι  
 κής συνείδησης 152/81, Σπορ, διασκέδαση και επιστήμη  
 155/93, Σπορ περιπέτειας 163/94, Σπορ και πρωταθλητι  
 ομός 154/94, Στα νερά της Αστράκας 162/94, Στην Πάρνη  
 θα... βρέξει χιονίζει 174/94, Στην τάξη, στο εργαστήριο  
 αλλά και στη φύση 180/88, Στον Κόρακα και στην Πυραμί  
 δα 193/90, Στο σχολείο του Πέμπα, Ιμαλία 185/90, Συλλο  
 γή από σκι... και όχι μόνο 196/90, Σχολικοί αγώνες και χιονο  
 δρ. αναμνήσεις 173/94, Τα αρχαία ελλ. και ο Όλυμπος 198/90,  
 Τα σφέλη του υπαίθριου παιχνιδιού 184/90, Το σκι και το  
 βουνό 178/90, Φυσική και βιολογία κάτω από μια γέφυρα 170/108

**4.14. Ποταμοδιάσχιση**  
 Κρικελοπόταμος-Πάντα Βρέχει 197/38  
 Νέδα... το θηλυκό ποτάμι 149/30  
 Πάντα βρέχει, Ευρυτανία 136/22  
 Ρέμα του Τέρνου, παραπόταμος Εύηνου 170/26

**4.15. Rafting**  
 ● Εισαγωγικά 184/74  
 Αλφειός 197/66  
 Από τον Αώο στην Αλβανία 133/83  
 Σεμινάριο και εξετάσεις εκπ. οδηγών Rafting/Hatta 179/62  
 Σεμινάριο Ποιοποίησης εκπ. οδηγών Rafting/Hatta 168/86

**4.16. Σπηλαιολογία**  
 ● Ατυχήματα σε σπήλαια, ειδη 153/95  
 ● Σπηλαιοδιάσωση, 159/15,  
 σπ. Χώνος, Κρήτη, το χρονικό 161/74  
 ● Σπηλαιολογικά Σωματεία 152/101  
 ● Πρόγραμμα χαρτογράφησης σπηλαίων 160/8

**4.16.1. Βάραθρα**  
 Ζαγοριών 144/62  
 Ρετινία Μεσολογγίου, εξερεύνηση 154/89  
 Ρουπατσιάς (ανάνομος) κ. Εύβοια 157/90  
 Στοιχειωμένη 145/76

**4.16.2. Διάφορα**  
 Ανακάλυψη 2ου βαθύτερου σπ. της χώρας 193/8  
 Αποστολή Σλοβενία 196/78  
 Αποστολή Λευκά Όρη, ΦΟΣ 187/22  
 Βαλκανική σπ. κατασκηνωτική 2η Συνάντηση 193/84  
 Διεθνής σπ. αποστολή Ανάγεια Μηλοπόταμου 160/80  
 Ιωάννου Γιάννης 154/86  
 Πανελλήνια Συνάντηση 4η 153/94  
 Σεμινάριο εραστήων. Σπ. 136/79  
 Σεμινάριο ΣΠΕΛΕΟ 172/50  
 Επιστημονικής και Αθλητικής σπ. 154/86  
 Σεμινάριο σπ. (ΣΕΛΑΣ) 131/91  
 Σπηλαιολογικά νέα 154/86  
 Σχολείο Βοηθών Εκπαιδευτών σπ. 159/48  
 Ψήφισμα πανελ. σπ. συνάντησης 135/84

**4.16.3. Σπήλαια**  
 Βασιλότρυπα Βρυσίας Φαρσάλων 152/98  
 Ξηροβούνι (κ. Εύβοια) 155/80  
 Κανάλα 136/78  
 Κολοσσός 199/17, 200/120  
 Μααρά ή Αγγίτη 162/92  
 Μονή Κηφίνας 156/66

Προπύστες 184/78  
 Προκόπη, Όλυμπος Εύβοιας (ΕΣΕ) 142/82, 143/64  
 Σάμος, εξερεύνηση 179/64  
 Στούρος, Ζαγόρια 182/98  
 Νοσποία - Krubera 178/80  
 Χώνος, Σάρχον, Κρήτης 161/74

**4.16.4. Σπηλαιοβάραθρα**  
 Αντίπαρος 181/80  
 Γουργούθακας 154/87  
 Διπλοτάφι, Μηλοπόταμος 160/82  
 Ροδοχώρι Ημαθίας 152/101  
 Στοιχειωμένη 186/78  
 Τάφος στα Πετραδολάκια, Μηλοπόταμος 160/81  
 Ταφκούρα, Μηλοπόταμος 160/82

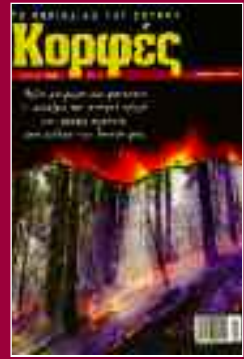
**4.16.5. Σπηλαιοκαταβάθρες**  
 Ομαλός (αναμνήσεις) 158/69  
 Ροδοχώρι Ημαθίας 152/101  
 Σκούρτα 190/74

**4.16.6. Υπόγειοι ποταμοί**  
 Καλοσκοπή Γκιώνας 158/94

**5. ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ**  
 Αθλητών ΕΟΣ Αχ. για τα 27 χρόνια δράσης 162/16  
 Αναμνηστική πλακέτα στην Πέτρα Λιάγκος 136/84, 138/82  
 Από την ΕΟΟΑ 154/8  
 Βράβευση Μωυσίδη Γ. «Olympic Order» 153/6  
 Λάζαρου Παμπέρη 136/82  
 Έκθεση ζωγραφικής 136/79, και όχι μόνο 175/12  
 Έκθεση φωτογραφίας Τομπάζη Ν. 174/20  
 Εκδηλώσεις ΕΟΟΑ 2000 142/84  
 Η διακριτική γοητεία των... αναρριχητών 132/82  
 ΙΛΕΑ 133/82  
 Ξένοι πρόεβεις στην κορυφή του Ολύμπου 152/105  
 Ο ΕΟΣ Αχ. τιμά αθλητές του: 2003-2004 168/12, 2004-2005,  
 174/12, 2006-2007 186/82, 2007-2008 192/78, 2008-2009, 198/10  
 Ολυμπιακές δάδες 170/16  
 Πανελλήνιο φεστιβάλ ορειβ. ταινιών, 1ο 2007 189/12  
 Πανελλήνιος διαγωνισμός φωτογραφ. Ε΄ 142/87, 143/92, 144/68  
 Πανερωπαϊκή γιορτή των πουλιών 133/80  
 Σεμινάριο φωτογραφίας, ΕΟΣ Αχ. 133/82  
 Συζήτηση «έξοδος στην ορεινή φύση» και τα αδιέξοδα της  
 σύγχρονης νεολαίας 176/12  
 Τιμητική τελετή για τον Τσεβά Χρ. 160/22  
 Φυτά και πολιτισμός στην ιστορία της Ευρώπης 199/10

**6. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΑΠΟΣΤΟΛΕΣ - ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ**  
 Γράμμος, Μονή Αγίου Ζαχαρία 147/78  
 Διονυσιακή κληρονομιά, ο καλόγερος της Μελικής 160/64  
 Λάρισα Κρήτης, αρχαία 138/84  
 Πάρνηθα, τα αρχαία φρούρια 137/50, 138/50  
 Στα όρια των πληθυσμών που χάνονται:  
 Νηγρία Α΄ μέρος 180/58, Β΄ μέρος 181/68  
 Τα Μενιδιάτικα της Αποκρίας 160/70  
 Walsler, Ιταλικές Άλπεις 180/52

**7. ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ**  
**7.1. Αρχαιότητα και σύγχρονη επιστήμη**  
 Μαντείο των Δελφών 174/80  
 Μεσοήνη, αρχαία 175/68



## 7.2. Ιστορία ελληνικής ορειβ. (και «ένα μύθο θα σας πω...»)

Γαλάτες (τι γύρευαν στα βουνά μας;) 155/30  
Ένα μύθο θα σας πω, από Βασιλόπουλο Στ. 134/32, 135/24,  
136/24, 139/30, 140/18, 141/34, 142/26, 143/26, 144/26,  
145/20, 146/24, 147/22, 149/22, 150/22, 151/22, 161/34,  
162/28, 163/36, 166/84

Καταφύγιο Γκαμήλας, ιστορικό ανέγερσης 198/88  
Νώντας Νίκας 171/92  
Οι «μαμές» του βουνού-Γκ. Πολυκράτης 161/34  
Ορειβ. Οδοιπορικός Όμιλος 156/78  
Συζήτηση μνήμης με τον Αλέκο Χορομίδη 163/36  
Το ατύχημα του Ολύμπου και ο θάνατος του Γιώσου 162/38

## 7.3. Ιστορία της αναρρίχησης

Αναδρομή Αθηναϊκής Αναρρίχησης:  
Από το Μ. Αλέξανδρο 172/16  
Κύθηρα, στα βράχια της Κακής Λαγκάδας, 194/80  
Περίοδος 1948-1952, 1ο μέρος 153/74, 2ο μέρος 155/48

## 7.4. Ορειβατικές αναμνήσεις

Έβερεστ, 50 χρόνια πριν 163/30  
Εν μέσω μακάρων 157/42  
Κάκκαλος Χρήστος 179/78  
Ορειβατικές αναμνήσεις 150/23  
Πρώτη καταπρώτη φορά 160/42  
Πρώτοι χιονοδρόμοι στα Λευκά Όρη (αναμνήσεις) 158/66  
Το οδοιπορικό ενός δρομέα (Όρος Elbrus 5642μ.) 188/74

## 8. ΚΑΤΑΦΥΓΙΑ

- Ορειβ. καταφύγια 158/70
- Κανονισμός ορ. καταφυγίων 167/16
- Νόμος 3105 ΦΕΚ 29/10-2-03 των καταφυγίων 161/8
- Ονομασίες καταφυγίων Ομοσπονδίας 164/16, 165/26  
Αγράφων 159/8  
Αετομηλίτσας 151/85  
Αετών (1300μ.) 142/82  
Βάλτος (Αστρί, ΕΟΣ Πρέβεζας) 150/88  
Βωβούσα 148/99  
Γκαμήλα, ιστορικό ανέγερσης 198/88  
Διαχείριση 148/101  
Κιθαιρώνας, ανοιχτή επιστολή Νώντα Νίκας 132/71, 133/76  
Κρησφύγετα των ορειβατών 145/10  
Μαδάρες, Λευκά Όρη 151/86  
Μελισσοουργών (Τζουμέρκα) 199/15  
Ολύμπου, «Κρεβάτια» 170/10  
Οξιάς και Βελουχίου 148/99  
Παγομάνα, Πιέρια 147/84  
Πανατωλικού 171/18  
Παρνασσού (Σαραντάρι) «Μιχάλης Δέφνερ» 155/8, 159/8  
Πίνακας ελληνικών 145/66  
Σμόλικα 168/15  
Φλαμπούρι 175/99

## 9. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

### 9.1. Χλωρίδα και πανίδα των βουνών

Αγριόγδο 156/90, 167/66  
Άλογα του Αίνου 164/64  
Αναρρίχηση και πουλιά 199/86  
Αξία ενός δέντρου 154/12  
Αρχέλων, προστασία θαλ. χελώνας 144/74  
Γυπαετός ο ορεισβίης 151/64  
Η αξία ενός δέντρου 154/12

Καταγραφή ελλ. χλωρίδας, προγράμ. Corine-Natura 153/102  
Καφέ αρκούδα και Αρκτούρος (αφιέρωμα) 191/42  
Κλιτοκόβη η αρωματική (Μανιτάρι) 144/66  
Ορ. χλωρίδα κ. Ευβοίας 184/57  
Παρατήρηση της φύσης με οπτικά 137/78  
Πεύκο 152/82

## 9.2. Πέτρινα γεφύρια

Γκρίκα, περιοχή Μουργκάνια 134/80  
Γρεβενά 172/44  
Κήποι (Ζαγόρι) 151/58  
Πέτρινα γεφύρια και προσανατολισμός 199/62  
Ροδόπη 154/42

## 9.3. Προστασία της φύσης

Ακαμάς εθν. πάρκο προστασίας της φύσης 199/10  
Αναρρίχηση και πουλιά 199/86  
Αξίος 171/112  
Απαγόρευση κυνηγιού στην Τήλο 154/12  
Άρθρο 24, αναθεώρηση 147/81, να... όχι στα δόγματα 148/89,  
διαμαρτυρία 148/100  
Αρχέλων, Περιβαλλοντικό σταθμό 158/92  
Άσκοπος δρόμος στον Κόζιακα 153/86  
Ας βγάλουμε φτερά... Υβρις! 150/80  
Αυστρία-Ελλάς (καμία σχέση) 156/94  
Αχαΐα ορεινή 167/90  
Αχελώος, εκτροπή διαμαρτυρίας 149/76  
Βαρδούσια, τα μ. της σιωπής 166/56  
Βιοτεχνολογία, φυτικά υβρίδια 151/44, συνέχεια 152/66  
Βιότοπος της Στροφιλιάς 159/19  
Γιουγκοσλαβία, κίνδυνος από τον πόλεμο 148/88  
Δάση για πάντα-Δασικές πυρκαγιές (προφύλαξη-πυρο  
προστασία- πυρόσβεση) 161/46  
Δημοσάρι, διαμαρτυρία για το μονοπάτι 143/90  
Διον-Στους πρόποδες του Ολύμπου 169/40  
ΕΚΠΑΖ, στοιχεία για 154/92  
Εταιρία μελέτης & προστασίας της μεσογ. φώκιας 168/18  
Ζοφερά νέα για το περιβάλλον 150/78  
Ζωολογικοί Κήποι 157/92  
Greenpeace 173/22  
Θάσος, radar στο Υψάριο όρος 150/78  
Θεοδώριαν, διαμαρτυρία ορεινών 150/84  
Ισλανδία = Οικονομία = Οικολογία 156/94  
Μακεδονία & Θράκη, Α, εθνικό πάρκο 132/86  
Με αφορμή ένα ταξίδι στην Αυστρία και Ιταλία 160/72  
Μετέωρα, καταργούνται ήπια άθληση & τουρισμός 151/19,  
Η ΕΟΟΑ για το θέμα 152/102  
Μια νύχτα στο Μεξικό, πριν 7.000 χρόνια 151/44  
Όλυμπος 165/42, πρωτοβ. για την αποτροπή κατασκευής  
χιον. κέντρων 172/92  
Ορειβατικοί Σύλλογοι και φύση 148/90  
Παρνασσός, εθνικός δρυμός 141/22, 142/88  
Πάρνηθα, ανώριμη συμπεριφ. 149/77, Σκουπιδότοπος 153/88  
Περιβαλλοντική συνάντ., τη Μαίναλο 138/6&81, 2η Οίτη 145/86  
Πίνδος 177/100  
Πρέσπες 142/86, 155/94  
Συνέδριο προστασίας περιβάλλοντος 148/100  
Ταύγετος, προστασία-διαχείριση 135/85  
Φαράγγι του Λούσιου, απειλείται 153/82  
Φιλοπάππου 177/52  
Χάγη, διεθνής διάσκεψη 147/80  
Χορτιάτης, κοιμημένη πολιτεία 150/86

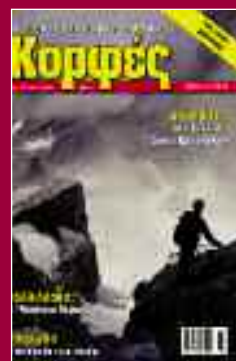
## 10. ΣΤΑΧΥΟΛΟΓΗΜΑΤΑ

Ανακοίνωση κ. Τρύφωνα Καραχάλιου 143/89  
Από το ημερολόγιο ενός συνοδού 143/68  
Ιντερνέτι 131/8, 132/8, 133/8, 134/8, 135/8, 136/8  
GPS Παγκόσμιο σύστημα προσδιορισμού θέσης 132/76  
«Μουτζούρης», τρανάκι Πηλίου 132/36  
Νέο Δ.Σ. στο Σωματείο Ελλήνων Οδηγών Βουνού 132/79  
Νέο ξεκίνημα μετά το σεισμό 144/72  
Ξένες δημοσιεύσεις για ελλ. Αναρρίχηση 140/12  
Ο ιος του 2000 μ.Χ. 141/94  
Ορειβασία & Φυσιολατρία 143/86  
Ο Κώστας Σταμούλης στις... τηλεκάστες του ΟΤΕ 134/92  
Προσέγγιση της φύσης με... τηλεκάστες! 142/8  
Πρόγραμμα ασφάλισης αθλητών ΕΟΣ Αχ. 142/86  
Πυραμίδες στην Ελλάδα 132/31  
«Σελένα» τέλος 147/83  
Σπονδή για βροχή 139/62  
Στις κορφές των κυμάτων 144/76  
Σχολικός εκδρομισμός 144/8  
Φιλία μέσα από την περιπέτεια 141/90

## 11. ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΑ

### 11.1. Γνωρίζοντας την Ελλάδα (Περιπλανήσεις)

Αίγινα 192/50  
Αιδηψός 198/46  
Άμφισσα 184/44  
Άραχθος, τα χωριά του 150/48  
Αράχωβα 200/60  
Αναστασιούπολη 132/20  
Άνδρος (πέρα από τον Κάβο Ντόρο) 131/36  
Άνω Χώρα Ναυπακτίας 195/52  
Άρτα 193/52  
Αρχαία Μεσσήνη (Μαυρομάτι) 175/68  
Βάλια Κάλντα 161/68  
Βίτσι 176/82  
Γαλαξίδι, ναυτικές αναπολήσεις 191/56  
Γαύδος 150/24  
Γεράκι, ο μικρός Μυστράς 183/66  
Δωρίδα ορεινή 167/58  
Ελαφονήσι 151/39  
Ευρτανία, υδάτινοι δρόμοι 135/30  
Κακή Λαγκάδα, στα βράχια της 194/80  
Καλαρύττες, Τζουμέρκα 199/46  
Καρύταινα 158/46  
Καστοριά 171/70  
Κεφαλονιά 144/40  
Κίσαβος, στη σκιά του 162/76  
Κρήτη, πάντα εντυπωσιακή 149/62  
Λαυρεωτική 178/46  
Λίμνη Πλαστήρα 177/64  
Μαίναλο 173/66  
Μενοίκιο - Δράμας 180/66  
Μεσολόγγι 164/54  
Μήλιος 180/44  
Μπάλος 151/39  
Νάξος 174/68  
Ναύπλιο 179/44  
Νυμφαίο, Βίτσι 159/80  
Πάργα 181/44  
Πάρνωνας 143/76



Πάτρα 196/50  
 Προσκυνητάρια 163/66  
 Ρίο-Αντίρριο, γέφυρα 197/54  
 Σιάπιτσα, ξεχασμένη παραδοσιακή αρχιτεκτονική 189/60  
 Στεμνίτσα 194/54  
 Στροφυλιά - Κοτύχι 190/56  
 Στυμφαλία, μυθική λίμνη 142/59  
 Τζουμέρκα 151/66  
 Τήνος 169/68  
 Τρίκαλα 149/16  
 Τρικέρι 185/40  
 Τριχωνίδα 182/44  
 Φιλοπάππου 177/52  
 Χίος (Μαστιχοχώρια) 186/56  
 Χανιά 151/38  
 Ψηλορείτης 157/74

## 11.2. Περιπλανήσεις στον κόσμο

(Ταξίδια στον κόσμο)  
 Μεξικό 162/60  
 Νεπάλ 139/54, 195/44  
 Οχρίδα (πρώην Γιουγκοσλαβία) 165/80  
 Πολωνία, Αουσβιτς 199/66  
 Ρίλα 166/40  
 Υεμένη 133/50, 199/52

## 12. ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΣΤΑ ΒΟΥΝΑ

### 12.1. Ατυχήματα

• Ατυχήματα, θανατηφόρα 149/84  
 • Περί ατυχημάτων... 179/88  
 Ακρωτηριασμός Aron Ralston 162/12  
 Βαρδούσια 179/24  
 Ερύμανθος, χρονικό 151/88  
 Όχη 175/14  
 Ταύγετος 154/11  
 Δυστύχημα στα Αμπάρια, Μετέωρα 156/28  
 στο Kusum Kanjnu (Γ. Κινατίνης) 168/20,  
 στον Όλυμπο 137/8, 151/14  
 Θάνατος στη Ζηλνιά 136/12  
 Θάνατος της Chantal Maudit, νεότερα 136/15  
 Θάνατος του Γιώσου στον Όλυμπο 162/38  
 Θάνατος του Μπούμπαλη Ν., Island Peak 147/8  
 Ιταλικές Άλπεις, θάνατοι λόγω... κακοκαιρίας 148/15  
 Τραγωδία στο Λούσιο 186/19, 197/6  
 Χιονοστιβάδα στην Αναπούρνα 131/12  
 στο Μαίναλο-αποκαλυπτήρια μνημείου 176/10

### 12.2. Διάσωση

(ΣΗΜ. Οι διασώσεις στις επιμέρους δραστηριότητες, π.χ. canyoning κλπ, είναι ενταγμένες στα θέματα αυτά.)  
 Άσκηση διάσωσης, απεγκλωβισμός από αναρ. π 186/15,  
 σε ορθή πλ. 190/12  
 Μεσηνιακή Μάνη 179/18  
 Όλυμπος, ώρα μηδέν 137/8,  
 ατύχημα 3ος/1999 137/8,  
 περί δράματος και φάρσας 137/9  
 σχέδιο επέμβασης, σε ατύχημα και στοιχεία ΒΔ  
 Ολύμπου 141/18  
 Πανελλήνιο Συνέδριο Ορ. Διάσωσης 4ο 197/13  
 Πάνω σ' ένα θάνατο 136/10  
 Τεχνική διάσωσης από χιονοστιβάδα 189/84

### 12.3. Ιατρική και βουνό

Α' βοήθειες: Εισαγωγή 189/92  
 Αλυσίδα της Διάσωσης 190/86  
 Αφυδάτωση και πεζοπορία 199/88  
 Βασική καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση 197/80  
 Διάσωση 191/84  
 Προβλήματα από τη θερμότητα 198/86  
 Χώρος του ατυχήματος, ασφάλεια σκηνής 192/84  
 Αφυδάτωση και πεζοπορία 199/88  
 Διατροφή για πρωταθλητισμό 170/62  
 Κακώσεις στο βουνό 133/60  
 Μεγάλο υψόμετρο, νοσήματα 144/62, 167/94,  
 παθολογία 173/88, 174/62  
 Προς επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων 168/94  
 Σκαρφαλώνοντας με Ήλιο 156/84  
 UIAA Ετήσια Ιατρική Συνάντηση 185/84, 189/10  
 Συνεδρίαση Συμβουλίου 174/20, ανοξιότακτη 198/12

### 12.4. Κίνδυνοι στο βουνό

Κερανοί 178/74  
 Χιονοστιβάδες 159/92

### 12.5 Τεχνικά θέματα («Σας έχει συμβεί...κ.ά.»)

Αλλαγή από ραπέλ σε «ζουμαρίσματα» 183/90  
 Ανάλυση ατυχήματος 168/72  
 Ασφάλεια στην αναρ., του δεύτερου 146/76, Μετέωρα  
 (Hasse D.) 158/26  
 Αυτοσφιγγόμενοι κόμποι 149/82  
 Διαδρομές Via Ferrata 194/89  
 Έγρεση θέσης χωρίς κανένα γνωστό σημείο 177/106  
 Grigri, νέα τεχνική ασφάλισης στην αναρ. 194/24  
 Κίνηση σχοινοσυντροφιάς σε χειμ. π. 195/88  
 Κόμπος Lorenzi, τεχνικά με Lorenzi 186/88  
 Παθητική ασφάλεια στην αναρ. 174/92  
 Παράλληλη κίνηση 184/84, π.κ. σχοινοσυντροφιάς (σε  
 χειμ. π.) 196/88  
 Πέρασμα κόμπου μέσα από μισή ψαλιδιά και μέσα από  
 πολύσπαστο 192/88  
 Περί ατυχημάτων... 179/88  
 Πολύσπαστο (Pullleys) 176/108  
 Πολύσπαστο 150/77  
 Προσπερνώντας ένα κόμπο στο ραπέλ 190/88  
 Ραπέλ 157/96  
 Ρελέ 175/90  
 Σταθερό σχοινί στο δύσκολο πέρασμα 194/88  
 Συνοδευόμενο ραπέλ (tandem rapel) 197/88  
 Talley πάνω σε τραβέρσα 191/86  
 Τρεις κανόνες για τα «τεχνητά» 181/88  
 Τρίγωνο του διαβόλου, τι είναι 188/94  
 Χρήση adc αντί για το ιμάντα του ενός πιολέ 178/88  
 Χρήση αυτοσφιγγόμενων κόμπων στην ασφάλεια, ένας  
 διαφ. τρόπος «ζουμαρίσματος» 173/92

### 13. ΦΩΤΟΘΗΚΗ

Αγαπιατιν Γκάρο 179/92, 180/90  
 Ασαρρωτάκης Άγγελος 183/96, 184/92  
 Βαφειάδης Αναστάσιος 193/92, 194/92  
 Bie Samuel 151/10  
 Δημητρακόπουλος Λάμπης 185/92, 186/92  
 Δημητράτος Σπυρογεράσιμος 164/110, 165/210  
 Ευθυμίου Βαγγέλης 168/96, 169/96  
 Καβαδέλλας Τάσος 197/92, 198/92

Κυριαζής Γιάννης 174/96, 175/94  
 Λέφας Ηλίας 181/92, 182/106  
 Ματθαίου Βίκυ 176/112, 177/110, 178/92  
 Μουστάκης Παναγιώτης 199/92, 200/128  
 Μπελεργής Αλέξανδρος 170/110, 171/120  
 Μπρεντάνος Μάνος 189/98, 190/92  
 Νίκας Νώντας 166/110, 167/96  
 Παπανικολάου Κωνσταντίνος 191/90, 192/92  
 Σκευής Σωτήρης 162/96, 163/96  
 Συκάς Βασίλης 160/96, 161/96  
 Σχολή εκπαιδευτών ΕΟΟΑ 195/92, 196/92  
 Τόδουλος Νίκος 187/92, 188/98  
 Τσίκας Στέλιος 172/96, 173/96,

## 14. ΧΑΡΤΕΣ

### 14.1. Β. Πίνδος

Αυγός 154  
 Βασιλίτσα 151  
 Γκαμήλα ή Τύμφη 149/51  
 Τσοούκα Ρόσα 150/51  
 Γράμμος, Γκολιά 156, Κάμενικ 156  
 Επάνω Αρένες, κάτω Αρένες 157  
 Περίφανο 158  
 Ζυγός 153  
 Μηλιά 153  
 Όρλιακας 152  
 Πυροσκά 152  
 Σμόλικας 155  
 Φλέγκα 154

### 14.2. Θεσσαλία

Όλυμπος 147/51-148/53

### 14.3. Μακεδονία

Βόρας - Σκοπός 132/43  
 Προφ. Ηλίας 133/43  
 Πιπερίτσα 134/47  
 Λουτράκι και Τσοούκα 135/43  
 Θωμά, Κάστρο, Καλογερίτσα 136/43

### 14.4. Στερεά Ελλάδα

Γκιώνα, Πυραμίδα 140/51

### 14.5. Ροδόπη

Αχλαδόβουνο 171  
 Γυφτόκαστρο 169  
 Εχίνος 174  
 Ζερβό 162  
 Κομψότος 176  
 Λειβαδίτης 170  
 Μέδουσα 175  
 Μπουζάλα 164  
 Ξάνθη 173  
 Παπικίον 177  
 Παρανέστι 166  
 Παρθένο Δάσος 168  
 Ποταμοί 161  
 Σιδηρόνερο 165  
 Στενά του Νέστου 172  
 Τοάκαλος - Οξιές 163  
 Φαλακρό, Στρογγυλό ή Δόντι 159  
 Προφήτης Ηλίας 160  
 Φαρασιό Ρέμα 167