

ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΣΤΟ ΜΑΙΝΑΛΟ ΣΤΙΣ 26-03-2023

ΜΕ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΔΗΜΟΥ ΕΡΜΙΟΝΙΔΑΣ

Όσοι δηλώσουν συμμετοχή στην παραπάνω δράση της Κοινωφελούς Επιχείρησης Αθλητισμού και Περιβάλλοντος Δήμου Ερμιονίδας, θα έχουν την δυνατότητα να πεζοπορήσουν με συνοδό βουνού σε ένα από τα πιο όμορφα μονοπάτια του Μαίναλου. Στην εκδρομή μας μπορεί να συμμετέχει όλη η οικογένεια και πεζοπόροι κάθε ηλικίας και επιπέδου.

Η πεζοπορική διαδρομή

Καταφύγιο "Μαινάλου" του ΕΟΣ Τρίπολης Παν. Αλεξόπουλος, - κύκλος Ξερακιά - Καταφύγιο, απόσταση 8,4 χλμ. - ώρες 3. Το μεγαλύτερο μέρος της διαδρομής διασχίζεται μέσα από το πανέμορφο ελατοδάσος και από εντυπωσιακά σημεία με θέα στις καταπράσινες πλαγιές του βουνού. Η πεζοπορία θα είναι βατή, μέτριας δυσκολίας και απευθύνεται και σε αρχάριους πεζοπόρους. Ενδεικτική ηλικία είναι από 8 χρονών, με εξοικείωση στην πεζοπορία. Ηλικίες κάτω των 8 χρονών προτείνεται να πεζοπορήσουν με τους συνοδούς τους στα μονοπάτια κοντά στο καταφύγιο ή να απολαύσουν την όμορφη τοποθεσία του οροπεδίου με παιχνίδι.

Γεύμα στο Καταφύγιο

Με την ολοκλήρωση της πεζοπορίας μας θα γευματίσουμε στο καταφύγιο. Αν επιθυμείτε το μενού, το δηλώνετε τηλεφωνικά ή με email με την συμμετοχή σας στην εξόρμηση, καθώς και το κυρίως πιάτο της επιλογής σας για την καλύτερη οργάνωση της κουζίνας του καταφυγίου.

Οι επιλογές στο κυρίως πιάτο είναι:

- Μακαρόνια με κιμά
- Μακαρόνια με σάλτσα
- Φασολάδα
- Κοτόσουπα

Ανά 4 άτομα θα σερβιριστούν:

- Σαλάτα
- Φέτα
- Κρεατικό
- Ψωμί
- Νερό

Γνωριμία με τον Ε.Ο.Σ. Τρίπολης

Στο Καταφύγιο θα έχουμε την ευκαιρία να γνωρίσουμε μελή του Ε.Ο.Σ. Τρίπολης και να συζητήσουμε απορίες για την ορειβασία, την πεζοπορία και τον απαιτούμενο και σωστό εξοπλισμό που χρησιμοποιούνται στις δράσεις.

Αρχαία Μαντίνεια

Με την αναχώρησή μας από το Όρος Μαίναλο, θα επισκεφτούμε τον κάμπο της Αρχαίας Μαντινείας και την εντυπωσιακή εκκλησία της Αγίας Φωτεινής καθώς ανήκει στη λίστα με τις 3 πιο παράξενες εκκλησίες του κόσμου.

Χρόνος επίσκεψης περίπου 1ώρα

Τρίπολη

Με το τέλος της εξόρμησης μας, θα έχουμε περίπου 2 ώρες ελεύθερο χρόνο στην ιστορική και όμορφη πόλη της Τρίπολης, καθώς θα έχουμε την ευκαιρία να την απολαύσουμε στολισμένη με τα γιορτινά χρώματα της εθνικής μας επετείου, της 25ης Μαρτίου.

Εξοπλισμός

- Σακίδιο
- Τζάκετ - αντιανεμικό
- Φούτερ
- Αδιάβροχο
- Άνετα ρούχα για περπάτημα
- Παπούτσια πεζοπορίας ή αθλητικά
- Μπατόν πεζοπορίας (προαιρετικό)
- Νερό
- Σνακ- μικρό γεύμα για την πεζοπορία

Οι μικροί μας φίλοι που θα μείνουν στο καταφύγιο μπορούν να φέρουν μαζί τους ότι παιχνίδια ή αθλητικό εξοπλισμό επιθυμούν (πχ. επιτραπέζια, μπάλα, κλπ.)

Κόστος - υπηρεσίες

Το κόστος ανά άτομο για την συμμετοχή στην παραπάνω δράση είναι 20€ και **περιλαμβάνει**

- Μετακίνηση με λεωφορείο
- Ασφαλές πεζοπορική διαδρομή με συνοδό βουνού
- Φαρμακείο

Δεν περιλαμβάνεται το γεύμα στο καταφύγιο, το οποίο έχει επιπλέον κόστος 12€/άτομο

Δήλωση συμμετοχής - πληροφορίες :

Δηλώσετε την συμμετοχή σας έως την Παρασκευή 24/3/2023

Για να θεωρηθεί έγκυρη η συμμετοχή σας στην δράση μας απαιτείται:

1. Κατάθεση του αντίστοιχου ποσού στο **τραπεζικό λογαριασμό** της Κοινωφελούς Επιχείρησης Αθλητισμού και Περιβάλλοντος Δήμου Ερμιονίδας : GR71 0171 3090 0063 0904 0030 967 (τράπεζα Πειραιώς)

2. Επικοινωνία μαζί μας **είτε** τηλεφωνικώς **ή** στο email: Keapde2011@yahoo.gr **ή** με την επίσκεψη σας στο γραφείο της Κοινωφελούς Επιχείρησης Αθλητισμού και Περιβάλλοντος Δήμου Ερμιονίδας τις ώρες κοινού : 9.00 π.μ.-2.00 μ.μ., για να δηλώσετε τα ονόματα συμμετοχής και το κυρίως πιάτο που επιθυμείτε για το γεύμα στο καταφύγιο Μαινάλου

Τηλέφωνα επικοινωνίας :

2754 360001 - 2754360030

Γραφείο της Κοινωφελούς Επιχείρησης Αθλητισμού και Περιβάλλοντος Δήμου Ερμιονίδας

697 162 0592 Δαμιανός Νάκος (Συνοδός Βουνού)

Ιστοσελίδα Κοινωφελούς Επιχείρησης Αθλητισμού και Περιβάλλοντος Δήμου Ερμιονίδας:
www.ermionidaevents.gr