



Ο ΠΑΝ

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ - ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Τεύχος 485 • ΜΑΪΟΣ 2008 - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2008

ΜΑΙΝΑΛΟ(1980 μ.)

ΖΑΓΟΡΑ ΠΗΛΙΟΥ- ΜΟΝΟΠΑΤΙ Ο2

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ – ΜΟΝΟΠΑΤΙ Ε4

ΒΑΣΙΛΗΣ ΙΘΑΚΗΣΙΟΣ

Ο ζωγράφος του Ολύμπου

ΕΝΤΜΟΥΝΤ ΧΙΛΑΡΥ

Αφιέρωμα στον κατακτητή του Έβερεστ



ΠΟΡΙΑ · ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΑ · ΟΡΕΙΒΑΣΙΑ · ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ · ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΑ · ΟΡΕΙΒΑΣΙΑ · ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ · Φ

Φωτογραφίες:

Τάσος Αυγέρης
Βαγγέλης Κουτσελίνης
Γιώργος Ξενιώτης
Ιάσων Πετρουτσάς

Βάσω Τσιγκαροπούλου
Σπύρος Κουκουβάας
Κώστας Μάνδαλος

Εξώφυλλο:

*Προς καταρράκτη
Λειβαδίτη - Ξάνθη*

Οπισθόφυλλο:

Φαράγγι Ενιπέα



Ο ΠΑΝ

Ιδιοκτήτης-Εκδότης: Φ.Ο.Σ. «Ο ΠΑΝ»

Μέλος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.

Αριστοτέλους 64, Τ.Κ. 104 33, Αθήνα

Τηλ.: 210 8224777, 210 8224351

Κτήμα: Μάτι Αττικής

Τηλ. 22940 34619

Ιστοσελίδα: <http://www.panas.gr>

E-mail: info@panas.gr

Υπεύθυνος έκδοσης: Απόστολος Πετρουτσάς

Έφορος περιοδικού: Ευάγγελος Κουτσελίνης

Παραγωγή: Ν. Μαυρομάτης & ΣΙΑ ΕΠΕ

Μάγερ 11, 104 38 Αθήνα

Σχεδιασμός: Βάσω Τσιγκαροπούλου

Μίνα Μαντά

Συντάσσεται από Επιτροπή. Διανέμεται δωρεάν.

Τα κείμενα που δημοσιεύονται είναι ενυπόγραφα και απηχούν τις απόψεις του συγγραφέα τους.

Publisher: «PAN» Nature Lovers Association

Established 1927

Address: 64, Aristotelous str., 104 33 Athens, Greece

Tel: +30 210 8224777

Website: <http://www.panas.gr>

E-mail: info@panas.gr

- 2 Το μήνυμα του Διοικητικού Συμβουλίου
- 3 Η κίνηση του συνδέσμου-Κερκίνη
- 5 Μαίναλο
- 7 Αραχναίο
- 8 Παρνασσός Ε4
- 10 Ζαγορά Πηλίου Ο2
- 12 Τα Νέα του Πάνα
- 15 Επίκαιροι στοχασμοί
- 16 Εν'όψει του καλοκαιριού
- 18 Βασίλης Ιθακήσιος: Ο ζωγράφος του Ολύμπου
- 21 Πανόραμα φωτογραφιών από αναβάσεις
- 24 Μεγάλες προσωπικότητες της ορειβάσις:
Έντμουντ Χίλαρι
- 27 Εκδρομές - Εκδηλώσεις
- 28 Πρόγραμμα ορειβατικών εκδρομών

Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΩΝ ΧΑΜΕΝΩΝ ΥΔΑΤΩΝ

Είναι γνωστό ότι το όνομα του Συνδέσμου μας, ΠΑΝ, προερχόταν αρχικώς από τα αρχικά των λέξεων πεύκο-αέρας-νερό. Έμελλε δυστυχώς τα τρία αυτά υπέροχα συστατικά του γήινου και του ελληνικού, ειδικότερα, περιβάλλοντος, να υποστούν βάνουσες καταστροφές κυρίως τα τελευταία 30 χρόνια. Αυτό τον καιρό απέκτησε λοιπόν δημοσιότητα το μείζον πρόβλημα του πόσιμου νερού τόσο όσον αφορά στην έλλειψή του (προς το παρόν πρόκειται για μείωση των αποθεμάτων) όσο και στη μόλυνση του υδροφόρου ορίζοντα.

Η μέχρι τώρα πορεία των πραγμάτων είναι μάλλον κατά την πεπατημένη. Η διαταραχή του κλίματος είχε προβλεφθεί με ακρίβεια εδώ και τουλάχιστον είκοσι χρόνια. Καταρχήν η “κοινή γνώμη” θεωρούσε αυτές τις προβλέψεις από υπερβολικές μέχρι προερχόμενες από τρελούς επιστήμονες που προσπαθούσαν έτσι να εντυπωσιάσουν. Ως εκ τούτου δεν υφίστατο και κίνητρο για τα ΜΜΕ να προβάλλουν το θέμα· χαμένος χρόνος. Τους τελευταίους μήνες έγινε, ελπίζουμε τουλάχιστον, κοινή συνείδηση, ότι έχει διαταραχθεί ο υδάτινος κύκλος, δηλαδή εκείνες οι διαδικασίες εναλλαγής του καιρού που κρατούσαν την ισορροπία στη γη μεταξύ του νερού που εξατμιζόταν και αυτού που επανερχόταν σε αυτή μέσω των βροχοπτώσεων και των χιονοπτώσεων. Με σαφές

αποτέλεσμα βέβαια τη σταδιακή μείωση του καθαρού, πόσιμου νερού.

Έχει διαταραχθεί, με λίγα λόγια, αυτό που επί χιλιετηρίδες εγγυόταν σε πάρα πολλούς ανθρώπους το πιο θεμελιώδες ίσως αγαθό για την επιβίωση. Από το δημοτικό μαθαίναμε πως το νερό είναι το πρώτο προαπαιτούμενο, πως κάθε ανθρώπινος πολιτισμός αναπτύχθηκε κοντά σε καθαρό νερό, όπως π.χ ο πολιτισμός στη Μεσοποταμία που άνθισε εκεί λόγω του Τίγρη και του Ευφράτη. Εμείς, σαν Έλληνες δε, έχουμε τη θάλασσα σαν ένα “σήμα κατατεθέν” της χώρας μας. Από νωρίς η ναυσιπλοία, το εμπόριο, οι νίκες του Πολεμικού Ναυτικού από τη Σαλαμίνα, το Βυζάντιο και τον Κανάρη μέχρι τον «Αβέρωφ» και τον «Παπανικολή» το μαρτυρούν. Ελληνικότατη γιορτή και ο αγιασμός των υδάτων στα Θεοφάνεια. Θάλασσα και νησιά(μαστιζόμενα και αυτά από λειψυδρία) είναι το τουριστικό μας δόλωμα για τους ξένους. Καλούμαστε τώρα να τα συνειδητοποιήσουμε όλα αυτά και να περιφρουρήσουμε ό,τι έχει απομείνει για να ζήσουμε αξιοπρεπώς εμείς αλλά και οι ερχόμενες γενιές.

Από το Δ.Σ.

> Η ΚΙΝΗΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ

Το εξάμηνο που μας πέρασε ήταν γεμάτο ανεπανάληπτες στιγμές ορειβατικής συντροφικότητας σε πανέμορφα μέρη της ελληνικής φύσης, όπως η λίμνη Κερκίνη, το ανατολικό και απομονωμένο Πήλιο, ο Ολίγυρτος, το μονοπάτι Ε4 του Παρνασσού, η απαιτητική Δίρφη, το Αραχναίο, το ελατοσκέπαστο Μαίναλο, καθώς και άλλες όμορφες ορεινές διαδρομές. Η προσέλευση στις εκδρομές είναι πρωτοφανής και αν μη τι άλλο έχουμε να περηφανευόμαστε για τη συμμετοχή ολοένα και περισσότερων νέων φίλων μας στην παρέα του Πάνα! Ευχόμαστε λοιπόν και για το επόμενο εξάμηνο καλές και ασφαλείς αναβάσεις.

ΚΕΡΚΙΝΗ

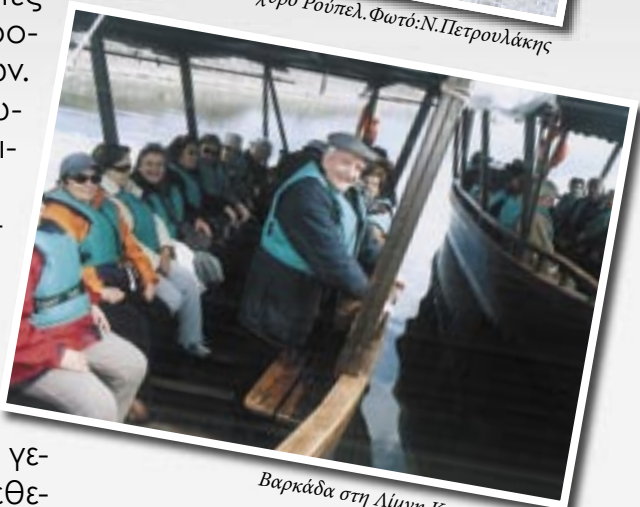
Την Τρίτη 11 Μαρτίου βάλαμε τη λέξη τέλος με ένα πενήνήμερο μακριά από την καθημερινότητα. Με σύμμαχο τον καιρό για πέντε ημέρες, η όραση, η αφή, η όσφρηση, η ακοή και η γεύση απλώθηκαν στη Μακεδονική γη κι έφεραν και ακούμπησαν στο νου και την καρδιά μας εντυπώσεις, που σήμερα είναι αναμνήσεις.

Χρώματα, ήχοι, ζωγραφιές πάνω σε βελούδο, γεύσεις προτόγνωρες μας συντροφεύουν. Πορευτήκαμε πέντε μέρες συντροφικά. Όσα ζήσαμε τα μοιραστήκαμε όλοι μαζί.

Τώρα πια μόνος του ο καθένας, θα τα ταξινομήσει, θα τα ιεραρχήσει, θα τα κατατάξει και θα τα βαθμολογήσει. Για μένα πρώτο και κυρίαρχο η επίσκεψη στο Ρούπελ. Εκεί, σε αυτό τον χώρο, που η γενιά των πατεράδων μας κατέθεσε την ψυχή



Οχυρό Ρούπελ. Φωτό: Ν. Πετρουλάκης



Βαρκάδα στη Λίμνη Κερκίνη. Φωτό: Ν. Πετρουλάκης



Από την εκδρομή στην Κερκίνη - Φωτο: Γιώργος Ξενιάτης

της, τα λόγια περιπτεύουν και η συγκίνηση περισσεύει.

Η αυτοθυσία, η αξιοπρέπεια, η τιμή, ξεπερνάει τα ανθρώπινα όρια και γίνεται έτσι απλά, χρέος προς την πατρίδα.

Τη μαγική αυτή λέξη που κρύβει μέσα της ό,τι είναι δικό μας. Το σεργιάνι με την πλάβα στην Κερκίνη, ο κόσμος των ψαριών, των ερπετών και των πουλιών (η ιχθυοπανίδα του Στρυμόνα και της Κερκίνης), όπως μας φανερώθηκε στο Ενυδρείο της Βυρώνειας και τα αριστουργήματα που φι-

ΤΣΙΚΝΟΠΕΜΠΤΗ

Και φέτος η παράδοση συνεχίστηκε. Την Τσικνοπέμπτη η αίθουσα των γραφείων άλλαξε όψη. Μεταμφιέστηκε σε ταβέρνα αλλοτινών καιρών για να δεχθεί μέλη και φίλους. Γέμισε χρώματα και πλουμίδια. Ο μπουφές πανδαισία! Γεύσεις μοναδικές, σπιτικές. Πλημμύρισε ο αέρας σκανδαλιστικές μυρωδιές. Τα ποτήρια γέμισαν. Το κέφι άναψε. Νότες από την κιθάρα του Μιχάλη και τη φουσαρμόνικα του Δημήτρη απλώθηκαν και γέμισαν τον χώρο. Έδεσαν αρμονικά με υπέροχες φωνές. Παλιές και νέες μελωδίες ακούστηκαν. Δεν άργησε και ο χορός, στο ρυθμό της μουσικής.

Μία η ευχή.. « Και του χρόνου όλοι παρόντες εδώ! »

Κ.Κ

λοτέχνησε η φύση δουλεύοντας χιλιάδες χρόνια στο σπήλαιο της Αλιστράτης, είναι ό,τι πολύτιμο αποκομίσαμε πέντε ημέρες από την περιπλάνησή μας στην Κεντρική Μακεδονία. Μνήμη πολύτιμη που δεν μπορεί να αγγίξει ο χρόνος.

Κ.Κ.

ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ: ΑΝΑΒΑΣΗ ΣΤΟ ΜΑΙΝΑΛΟ (κορυφή Οστρακίνα-1980 μέτρα)

19 Ιανουαρίου. Αναχώρηση από Αθήνα με προορισμό το καταφύγιο του Μαινάλου. Πριν καταλήξουμε στο Μαίναλο(βουνό αφιερωμένο στον θεό Πάνα, στον αγαπημένο της Αρτέμιδας Ερμή, βουνό που το όνομά του πήρε από τον Μαίναλο, τον μεγαλύτερο από τους 50 γιους του μυθικού βασιλιά της Αρκαδίας), περιπλανηθήκαμε στην ιστορία της Αρκαδίας.

Ξεκινώντας το πρωί του Σαββάτου με πρώτη στάση το Σπήλαιο του χωριού Κάψια θαυμάσαμε τους εντυπωσιακούς πολύχρωμους σταλαγμίτες και σταλακτίτες. Το σπήλαιο είχε δηλώσει την παρουσία του από το 1887, όταν πρώτος το είχε επισκεφτεί ο Γάλ-

λος αρχαιολόγος Γουσταύος Φούλερ. Αφήνοντας το Σπήλαιο επισκεφτήκαμε το Αρκαδικό Μουσείο Τέχνης και Ιστορίας στον Ξενώνα «Καλλιστώ», -κατά τη μυθολογία, νύμφη και αγαπημένη συνοδός της Αρτέμιδος- και τέλος στον αρχαίο Ορχομενό.

Η ιστορία του Ορχομενού αρχίζει από τη Νεολιθική εποχή, αλλά η πόλη εξελίχθηκε σε σπουδαίο κέντρο κατά την εποχή του χαλκού. Το σημαντικότερο μνημείο της είναι ο θολωτός τάφος, γνωστός και ως θησαυρός του Μινύα.

Τελειώνοντας την περιπλάνησή μας κατάκοποι, πεινασμένοι μα γεμάτοι από εικόνες και συναισθήματα, φθάσαμε στο καταφύγιο



Νυχτερινή ανάβαση στην κορυφή του Μαινάλου(1980 μ.)
Φωτο: Γιώργος Ξενιώτη



όπου μας περίμενε η ζεστασιά και το καλοσώρισμα των υπευθύνων.

Η νύχτα έπεσε για τα καλά και αφού χορτάσαμε, ζεσταθήκαμε και διασκεδάσαμε, πέφτει η πρόταση για νυχτερινή ανάβαση.

Χωρίς να χρονοτριβούμε η ομάδα συγκροτήθηκε και είκοσι ένα από τα μέλη της βρεθήκαμε να ανηφορίζουμε την πλαγιά του Μαινάλου παρέα με το φεγγάρι, που το φως του έκανε το χιόνι να φωσφορίζει δίνοντάς του εξωπραγματικές διαστάσεις. Δεκαεννιά από τα μέλη φθάνουν στην κορυφή και επιστρέφουν με εντυπώσεις που δεν περιγράφονται με λόγια.

20 Ιανουαρίου, Κυριακή πρωί, μέρα ηλιόλουστη και η ομάδα έτοιμη για την προκαθορισμένη ανάβαση. Χωρίς καμία δυσκολία και απρόοπτα φτάσαμε κορυφή για

να απολαύσουμε τη ζεστασιά του ήλιου και να θαυμάσουμε τα γλυπτά της φύσης (Ταύγετος, Αρτεμίσιο, Ολίγυρτος).

Τελειώνοντας, και έχοντας αποκομίσει την ηρεμία και την γαλήνη της φύσης, πήραμε τον δρόμο της επιστροφής.

Θέλω να ευχαριστήσω όλους όσοι βοήθησαν στην επιτυχία αυτής της εξόρμησης και να πω ότι « η ορειβασία βελτιώνει τον χαρακτήρα του ανθρώπου, του δίνει την ευκαιρία να μετρήσει τις ικανότητές του και να προβάλει ανάγλυφα τη σημασία του συνανθρώπου και του συντρόφου».

Δήμητρα Αγγελοπούλου

Μια ακόμη εκδρομή του Πάνα έλαβε χώρα στις 03/02/2008 και ημέρα Κυριακή. Ο καιρός ανοιξιάτικος. Το πράσινο του γρασιδιού κατάφερνε να δίνει χρώμα και απαλότητα στο βραχώδες ανάγλυφο του Αραχναίου όρους. Ένα βουνό που οι “πρωταθλητές” της πεζοπορίας και της ορειβασίας πιθανότατα θα το προσπεράσουν αδιάφοροι. Με υψόμετρο 1.199μ. δεν ενδείκνυται για ακραίες συγκινήσεις. Στη διάρκεια της διαδρομής, όμως, αποδείχτηκε το κοινότοπο ρητό: “τα φαινόμενα απατούν”.

Το βουνό μπορεί να το ανέβει κανείς από δύο μονοπάτια. Το πρώτο ξεκινάει από το χωριό Άγιος Δημήτριος (Μετόχι παλαιότερα) και το δεύτερο από το χωριό Αραχναίο (πάλαι ποτέ Χέλι) στο νομό Αργολίδας. Εμείς επιλέξαμε την δεύτερη διαδρομή, καθώς ο Πάνας -πριν λίγα χρόνια- είχε πραγματοποιήσει ανάβαση από την πρώτη.

Το λεωφορείο μας άφησε στην αρχή χωματόδρομου. Από εκεί η ανάβαση είναι πολύ σύντομη και εύκολη. Η θέα από την κορυφή πανέμορφη. Ο Πάρνωνας και ο Ταΰγετος χιονισμένοι αντανακλούν το φως του ήλιου. Το Παλαμήδι και το Ναύπλιο μπροστά μας. Ακόμη πιο κοντά μας το αρχαίο θέατρο της Επιδαύρου. Τα Γεράνια και τα βουνά της

Στερεάς και της βόρειας Πελοποννήσου φαίνονται άλλα πιο καθαρά και άλλα πιο θαμπά. Τα Μέθανα ευθεία μπροστά μας. Η Αίγινα και το Αγκίστρι στα πόδια μας και με λίγο πιο καθαρό καιρό θα βλέπαμε την Ακρόπολη της Αθήνας.

Η ομάδα είναι ξεκούραστη και φωτογραφίζει ασταμάτητα. Σαράντα έξι άτομα που χαίρονται την ομορφιά του τοπίου και της παρέας. Αποφασίζουμε να μην επιστρέψουμε από τα ίδια, αλλά να κάνουμε διάσχιση έως τον Άγιο Δημήτριο. Εκεί, λοιπόν, άρχισαν τα δύσκολα... Όταν δεν υπάρχει σαφές μονοπάτι, πρέπει να το δημιουργήσεις. Τα πουνράκια και τα βράχια καθυστέρησαν την κατάβασή μας αρκετά αλλά, τελικά, η επιμονή και... η πείνα μάς έκαναν να βρούμε το δρόμο τον πιο βατό, έστω με αρκετό ψάξιμο.

Η καθυστέρηση αυτή της κατάβασης μας στέρησε την επίσκεψη στο Μουσείο Φυσικής Ιστορίας στο Λιγουριό. Η επίσκεψη όμως, στο ίδιο χωριό, μιας ταβέρνας -τό όνειρο κάθε πεζοπόρου-, δεν ήταν δυνατόν να ακυρωθεί. Αστείακια για τον αρχικό χαρακτηρισμό της εκδρομής ως εύκολης, κρασί, μπίρα και φαγητό, χαμόγελα και προπόσεις για “καλές κορυφές”, ψηλές και χαμηλές.

Με το τέλος κάθε εκδρομής, η αναμονή για την επόμενη αρχίζει...





Παρνασσός-Δελφοί. Φωτο: Ιάσωνας Πετροντσάς

Υπάρχουν τόποι, αρκετά κοντά στην Αθήνα, που περιμένουν να τους ανακαλύψει ο φυσιολάτρης. Έξω από το θόρυβο των πόλεων, μακριά από το άγχος της καθημερινότητας, σαραντα εννέα πεζοπόροι και... ένας ποδηλάτης, ξεκινήσαμε. Μια πορεία επτά ωρών. Αφετηρία το χωριό Επτάλοφος(Άνω Αγόριανη). Κατάληξη το χωριό Δελφοί. Κυριακή 6/4/2008. Η διαδρομή εύκολη. Ανηφορική στην αρχή, στη συνέχεια ομαλή και στο τέλος παρατεταμένη κατηφορία. Κομμάτι του διεθνούς μονοπατιού Ε4.

Τα συναισθήματα όλων μας εναλλάσσονται. Από την ομορφιά των ελάτων στην ασχήμια της ανθρώπινης άλογης επέμβασης. Μικροί οικισμοί, χτισμένοι εντός του

Εθνικού Δρυμού Παρνασσού. Η δύναμη της φύσης, όμως, είναι αυτή που σε κάνει να πιστεύεις πως υπάρχει ελπίδα, πως η ομορφιά θα νικήσει την απληστία.

Το πυκνό ελατόδασος αφήνει-που και που-χώρο σε καταπράσινα ξέφωτα, γεμάτα με τα πρώτα αγριολούλουδα της άνοιξης. Το νερό άφθονο, ρέει τριγύρω μας. Στα μισά του δρόμου μας μια στάση για ανάσες, λίγο φαγητό και κουβεντούλα. Όλα αυτά σε ένα πανέμορφο οροπέδιο, στο ξωκκλήσι του Προφήτη Ηλία. Συνεχίζουμε μέχρι την πηγή στην διασταύρωση για το Κωρύκειο Άντρο. Δυστυχώς, ο περιορισμένος χρόνος μιας μονήμερης εκδρομής, δεν μας επιτρέπει να το επισκεφτούμε. Ας είμαστε γεροί όλοι να ξανάρθουμε. Βγάζουμε την κλασική ομαδι-



Φωτο: Σπύρος Κουκουβάος

κή φωτογραφία και ξεκινάμε. Το τελευταίο κομμάτι της πορείας, πάνω στο πέτρινο μονοπάτι, είναι το κορύφωμα μιας αξέχαστης εμπειρίας. Στα πόδια μας, το Δελφικό τοπίο, ο ελαιώνας της Άμφισσας, η θάλασσα και απέναντί μας τα βουνά της βόρειας Πελοποννήσου να αχνοφαίνονται μέσα από τα σύννεφα του δειλινού. Περνάμε μια ανάσα κοντά από το αρχαίο στάδιο των Δελφών και σε λίγο έρχεται το τέλος της προσπάθειας.

Φαγητό, κρασί και χαμόγελα, ενώ η βροχή έξω αρχίζει να πέφτει. Ο καιρός ήταν μαζί μας σήμερα. Πήραμε δύναμη για το ξεκίνημα μιας ακόμη εβδομάδας. Δέκα παιδιά από την παρέα μας, περπάτησαν για πρώτη φορά μαζί μας. Δεν ακούστηκε το παραμικρό παράπονο. Καλό αυτό...

Σπύρος Κουκουβάος



Φωτο: Σπύρος Κουκουβάος



*Η πανοραμική θέα του Αιγαίου πελάγους μέσα από τη διαδρομή Πουρί-Παλιά Μιτζέλα, στο Ανατολικό Πήλιο.
Φωτο: Βαγγέλης Κουτσελίνης*

Το τριήμερο της Καθαράς Δευτέρας η ορειβατική ομάδα του Πάνα επισκέφτηκε το κεφαλοχώρι του Πηλίου, την ξακουστή Ζαγορά. Η διαμονή έγινε σε ξενώνες στο χωριό και η πεζοπορική διαδρομή του Συνδέσμου μας ξεκίνησε από το Πουρί. Μέσα από δασώδες μονοπάτι γεμάτο πυκνή βλάστηση και μετά από πορεία δυόμισυ ωρών, η ομάδα μας φτάνει στην τοποθεσία Παλιά Μιτζέλα, ένα ερειπωμένο και ακατοίκητο χωριό, ξεχασμένο στην ανατολική πλευρά του Πηλίου. Το πανό του Πάνα υψώθηκε σε αυτά τα απομακρυσμένα μέρη και η ολιγόλεπτη στάση μας για ξεκούραση μας ηρέμησε, μας γαλήνεψε και μας έφερε πιο κοντά στη φύση. Επιστροφή στη Ζαγορά για ξεκούραση, φαγητό και βόλτα στις πλατείες Αγία Κυριακή, Άγιος Γεώργιος. Η συμμετοχή ήταν ανεπανάληπτη και ο αριθμός συμμετεχόντων 58.

Βαγγέλης Κουτσελίνης



Θέα του Αιγαίου πελάγους στο Ανατολικό Πήλιο.
Φωτο: Σπύρος Κουκουβάας



Από την εκδρομή του Πάνα στη Μ.Ασία.
Μια ομάδα εκδρομέων μπροστά
από τη βιβλιοθήκη του Κέλσου

ΝΕΑ ΜΕΛΗ

ΑΛΕΞΙΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΚΗΠΙΩΤΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
ΚΩΤΣΑΚΗ ΝΑΝΤΙΑ
ΠΑΠΑΕΥΑΓΓΕΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

ΣΤΑΙΚΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ
ΣΩΡΡΟΣ ΣΑΡΑΝΤΗΣ
ΦΙΝΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ

ΕΙΣΦΟΡΕΣ

€ 20,00 ΣΤΡΑΚΑΝΤΟΥΝΑ ΖΩΖΩ(ΕΙΣ ΜΝΗ-
ΜΗΝ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ
ΤΗΣ)

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΚΟΠΟΥΣ ΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ

€ 50,00 ΚΟΤΣΙΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

€ 20,00 ΜΠΑΒΕΑΣ ΤΑΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΣΤΑ-
ΣΙΑ

€ 20,00 ΦΕΙΔΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ

€ 10,00 ΣΚΟΥΡΛΑ ΦΟΙΒΗ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΗ ΤΩΝ ΓΡΑΦΕΙΩΝ

€ 125,00 ΚΑΡΑΔΗΜΑ ΜΑΡΙΑ

€ 80,00 ΚΑΣΙΩΛΑ ΠΟΠΗ ΚΑΙ ΕΥΘΥ ΜΙΟΣ

€ 100,00 ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

€ 40,00 ΝΙΚΟΛΑΚΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

€ 50,00 ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΧΡΥΣΟΥ ΛΑ

ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΛΑΠΠΑ(ΠΟΛΥΜΗΧΑΝΗΜΑ FAX ΓΙΑ
ΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ)

ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΑΥΓΕΡΗΣ(ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗΣ ΓΙΑ ΤΟ
ΓΡΑΦΕΙΟ)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θερμά συγχαρητήρια και ευχαριστίες στον Νίκο Κοτσίδα, για την πολύ ενδιαφέρουσα προβολή που πραγματοποίησε στα γραφεία του Συνδέσμου, από φωτογραφίες σε διάφορα ελληνικά βουνά.

Επίσης, ευχαριστούμε πολύ τον Γιώργο Ξενιώτη για την οργάνωση και τον Δασολόγο κ.Βαγγέλη Παπασευαγγέλου, για την ενημέρωση γύρω από θέματα που αφορούν τα ελληνικά δάση, την εκπληκτική χλωρίδα της χώρας μας και την ποικιλία που παρουσιάζει.Τους ευχαριστούμε για τη συμβολή τους στην παροχή γνώσεων σε εμάς γύρω από ορειβατικά-περιβαλλοντικά θέματα.

B.K.

ΝΕΑ ΜΠΛΟΥΖΑΚΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Κυκλοφόρησαν τα νέα μπλουζάκια του Συνδέσμου μας, σε χρώμα πορτοκαλί και σε διάφορα μεγέθη. Προμηθευτείτε τα εγκαίρως για να ξεχωρίζουμε στο βουνό!...

B.K.

ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΗΣ Ο.Ε.Σ.Ε.

Κυκλοφόρησε το πρώτο τεύχος του περιοδικού της Ο.Ε.Σ.Ε. Απαραίτητο βήμα προβολής του έργου της Ομοσπονδίας και μέσο επικοινωνίας. Προσεκτικά επιλεγμένη ύλη, θέματα ενδιαφέροντα και επίκαιρα, όμορφο στήσιμο, ζεστά χρώματα. Θερμές ευχές για μακρά εκδοτική επιτυχία!

ΟΙ ΠΑΝΕΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟΙ

Τα μέλη μας Δήμητρα Χρυσικοπούλου και το ζεύγος Δημήτρης και Κούλα Παράσχου, απέκτησαν τριςχαριτωμένους εγγονούς! Καλωσήρθατε μπόμπιρες!

ΤΙΜΗΤΙΚΗ ΠΛΑΚΕΤΑ

Το Σάββατο 26-1-2008 κατά τη διεξαγωγή του Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Προληπτικής Ιατρικής έγινε η απονομή τιμητικής πλακέτας στον καθηγητή κ.Γιώργο Τσιτούρη, επίτιμο πρόεδρο της Ελληνικής Εταιρείας Λιπιδιολογίας και Αρτηριοσκλήρωσης για την προσφορά του στην πρόληψη και στη συνεχιζόμενη ιατρική εκπαίδευση.

Η απονομή έγινε από τον πρόεδρο της Εταιρείας Προληπτικής Ιατρικής κ.Δ.Ματζουράτο. Ο ιατρός κ.Τσιτούρης είναι από τα εκλεκτά μέλη του Συνδέσμου μας.Ομάδα από μέλη του Πάνα παρακολούθησαν την ομιλία του κ.Τσιτούρη από την οποία και η αναμνηστική φωτογραφία.

Α.Α



ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Στις 9 Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε στον Άγιο Δημήτριο του Ψυρρή, λειτουργία και Μνημόσυνο για τα μέλη μας, που δεν είναι πια κοντά μας.

Δρομολογήθηκε από τον Γιώργο Διλιπόη.

Η Κατερίνα ζύμωσε με τα χεράκια της τα πρόσφορα. Η Άννα νοιάστηκε ό,τι χρειαζόταν για τη λειτουργία, η Έρρικα μερίμνησε για το στάρι.

Και στον καφέ όλα σπιτικά με την φροντίδα της Τάσου και άλλων κυριών.

Στη λειτουργία κρατήσαμε σιγανά το ίσο στις υπέροχες φωνές της Κατερίνας και του Γιώργου.

Αφήσαμε να πέσουν απαλά οι χάντρες στο κομπολόι του χρόνου. Γλίστρησαν τότε στην κορνίζα της μνήμης σκιές, μορφές που δεν γνωρίσαμε ποτέ, μιας και ο Πάνας πορεύεται 80 χρόνια, αλλά και άλλες, που μαζί τους ανηφορίσαμε σε κορυφές, μοιραστήκαμε τη γοητεία της πλάσης από ψηλά, χαιρετήσαμε την ανατολή και την δύση του ηλίου, γνωρίσαμε συντροφικά της φύσης τη μαγεία.

Κι όταν οι σκιές χάθηκαν, η φλόγα των κεριών έσβησε, οι ήχοι σώπασαν, αφήσαμε το χώρο στη γνώριμή του σιωπή, με την καρδιά γεμάτη γλύκα, ηρεμία και γαλήνη.

Π.Κ.

ΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ ΜΑΣ ΕΓΙΝΑΝ ΟΜΟΡΦΟΤΕΡΑ

Νέα εικόνα παρουσιάζουν τα γραφεία του Συνδέσμου μας, καθώς έγιναν εργασίες ανακαίνισης, βαφής των τοίχων, επιπλοδιακόσμησης και γενικότερης αισθητικής αναβάθμισης του χώρου. Οι κυρίες Πόπη Κασιώλα , Μαρία Καραδήμα και Δήμητρα Αγγελοπούλου που επιμελήθηκαν των εργασιών, συνεισέφεραν στην όμορφη εικόνα που παρουσιάζουν σήμερα τα γραφεία μας. Τις ευχαριστούμε θερμά για τη συμβολή τους σε αυτή την προσπάθεια . Σε εμάς μένει λοιπόν που αγαπάμε το Σύνδεσμό μας, να επισκεπτόμαστε συχνότερα τα γραφεία μας και να δηλώνουμε παρόντες στις εκδηλώσεις που γίνονται σε αυτά.

B.K.

Η ΕΘΝΙΚΗ ΕΠΕΤΕΙΟΣ

Συγκυρίες ανεξάρτητες από τη θέλησή μας , δεν μας επέτρεψαν εφέτος να πραγματοποιήσουμε τον καθιερωμένο εορτασμό της Εθνικής Επετείου της 25ης Μαρτίου, στα γραφεία μας.

Έτσι, στην κυριακάτικη εκδρομή της 23ης Μαρτίου αφιερώσαμε λίγες στιγμές σε αυτή τη μεγάλη μέρα. Ήταν ένα αφιέρωμα σύντομο και περιεκτικό.

Π.Κ.

ΒΙΒΛΙΑ ΠΟΥ ΛΑΒΑΜΕ

Έφτασαν στα γραφεία μας τα λευκώματα του μέλους και φίλου μας Γιώργου Διλιμπόη με το γενικό τίτλο «Παιχνίδια σε άσπρο-μαύρο» για τη βιβλιοθήκη του Συνδέσμου

Κάθε χρονιά έχει και το δικό της θέμα «Τα πουλιά»(Χίος 2003), «Χίλιοι σταυροί»(Χίος 2004), «Το τυχαίο στη σύλληψη»(Χίος 2006), «Βήματα στο απροσδιόριστο»(Χίος 2007) και «Μελωδία της παραλλαγής»(Χίος 2007).

Η έκδοσή τους στη Χίο, φανερώνει την αγάπη του καλλιτέχνη για το νησί του, όπου μεθάει με χρώματα και αρώματα που τον εμπνέουν. «Με το ρηγλί, με το ψηφί, με το μαργαριτάρι», λέει ο Παλαμάς αλλά ο δικός μας Γιώργος Διλιμπόης δούλεψε μόνον με απλές μαύρες γραμμές σε μυριάδες ονειρικούς συνδυασμούς, απορίας άξιον σε πόσα θέματα.

Εμείς όχι μόνο τον ευχαριστούμε αλλά και τον συγχαίρουμε για την γενικότερη ενασχόλησή του με τις τέχνες και του ευχόμαστε καλή συνέχεια...

E.K.

ΕΠΙΚΑΙΡΟΙ ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ

«Η άνοιξη από τα μακρινά της ταξίδια εγύρισε. Η αύρα με τα παιδικά της μάγουλα φυσάει στο μενεξεδένιο σύννεφο. Ο φλώρος τραγουδάει στη δεντροστοιχία. Ποιά μουσική απαλαίνει τον αγέρα; Γιορτάζει η πλάση τα είκοσί της χρόνια; Καλωσήρθατε χελιδόνια!»

Ο ποιητικός λόγος εκθειάζει υπέροχα την ομορφιά της ανοιξιάτικης φύσης, αυτής της εξαισίας φύσης, που είναι αληθινός πειρασμός.

Είναι αυτός ο πειρασμός, που θα ανεβάσει στα χείλη του παληκαριού το παράπονο.

«Για ιδές καιρό που διάλεξε ο Χάρος...»

Είναι αυτός ο πειρασμός, που πρέπει να ξεπεράσουν οι Ελεύθεροι Πολιορκημένοι του Μεσολογγιού.

«Έστησεν ο έρωτας χορό με τον ξανθόν Απρίλη, κι η φύση βρήκε τη γλυκειά και την καλή της ώρα.»

Έναν πειρασμό, που οι Πολιορκημένοι θα τον ξεπεράσουν έχοντας απόλυτη γνώση της αξίας της ζωής.

Αυτή η γνώση θα τους οδηγήσει «Ελεύθεροι να μείνουν, εκείθε με τους αδελφούς, εδώθε με το Χάρο».

Π.Κ.

ΚΑΘΕ ΚΥΡΙΑΚΗ ...

Κάθε Κυριακή ταξιδευτές αφήνουμε τη μιζέρια της πόλης και πάμε να αγναντέψουμε την απεραφαντοσύνη της θάλασσας, έτσι όπως καθρεφτίζει το ατλάζι του ουρανού, να αγγίζουμε το βελούδο του κάμπου, να αφήσουμε της παπαρούνας το άλικο χρώμα να μας πληγώσει τη ματιά.

Και το πιό λουσάτο λουλούδι της σέρας δεν μπορεί να συγκριθεί με το ταπεινό αγριολούλουδο όταν το αγγίζουν οι ηλιαχτίδες.

Και ο ήχος, έτσι όπως φτάνει σε εμάς, αγκαλιά του ρυακιού η μουρμούρα και του πεύκου το θρόισμα, σε νότες χαμηλές, γίνεται βάλσαμο για την ταλαιπωρημένη ακοή μας.

Του δάσους η σιωπή και το μυστήριο μας ξεκουράζει, μένει πίσω κάθε τι που μας πληγώνει, πλανεύτρα η φύση μας παίρνει στην αγκαλιά της και απαλά μας ψιθυρίζει:

«Αγαπάτε με!»

Μετά από ένα βαρύ χειμώνα, πάντα βλέπουμε με προσδοκία τον ερχομό του καλοκαιριού. Οι σύγχρονες περιβαλλοντολογικές μεταβολές έχουν συμβάλει στην επίταση της βλαπτικής δράσης του ήλιου, όταν χωρίς μέτρο εκτιθέμεθα στην υπεριώδη υπέρυθρο ακτινοβολία. Η χειρότερη μορφή καρκίνου, το κακοήθες μελάνωμα, είναι αποτέλεσμα υπερβολικής έκθεσης στον ήλιο.

Θυμίσου λοιπόν το καλοκαίρι που θα έρθει, την ηλιοπροστασία. Οι περισσότεροι άνθρωποι νομίζουν ότι η χρήση των αντιηλιακών τους προστατεύει από τον ήλιο. Όμως στην πραγματικότητα, κανένα αντιηλιακό δεν είναι απόλυτα επαρκές. Ένας απλός τρόπος που συστήνουν οι δερματολόγοι είναι να κωδικοποιήσουμε την ηλιοπροστασία με τη φράση «Μ.Α.Γ.Ι.Κ.Ο ρολόι», από τα αρχικά Μ: Μπλούζα, Α:Αντιηλιακό, Γ:Γυαλιά, Ι: Ίσκιος, Κ:Καπέλο και Ο:Ομπρέλλα. Αντιηλιακό με δείκτη πάνω από 30, υπόσχεται μεγαλύτερη προστασία, συνιστάται δε και το αντιηλιακό κραγιόν. Το καλοκαίρι όμως πρέπει να προσέχουμε την

πίεσή μας. Συχνά, ηλικιωμένα άτομα, ιδίως σε αντιυπερτασική αγωγή, μπορεί να κάνουν εύκολα υπόταση. Αυτό οφείλεται στην αγγειοδιαστολή λόγω ζέστης και στην αυξημένη εφίδρωση. Γι' αυτό θα πρέπει να τροποποιούνται οι φαρμακευτικές δόσεις. Επίσης εύκολα μπορεί να πάθουμε υπογλυκαιμία, ιδίως άτομα που έχουν διαβήτη, λόγω μειωμένης τροφής από τη ζέστη.

Το καλοκαίρι όμως είναι εποχή θεραπευτική, διότι αυξάνονται οι ώρες που το ηλιακό φως έρχεται σε επαφή με το δέρμα., βελτιώνεται ο ψυχισμός και η διάθεσή μας είναι πολύ καλύτερη.

Απαραίτητο είναι να εφαρμόσουμε ένα σωστό πρόγραμμα διατροφής. Συνιστάται η Μεσογειακή δίαιτα πλούσια σε φρούτα, φρέσκα λαχανικά, όσπρια, ξηρούς καρπούς και φυσικά ελαιόλαδο. Ακόμη, η χρήση γαλακτοκομικών να είναι μέτρια, έως 4 αυγά εβδομαδιαίως, μέτρια χρήση πουλερικών και ψαριών και σπάνια κόκκινο κρέας. Γλυκά περιορισμένα και κατά προτίμηση με βάση το μέλι. Επίσης υδατάνθρακες, με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη. Τα πολυακόρεστα λιπαρά οξέα(Ω-3 λιπαρά βρίσκονται κυ-



*Η μοναχική παραλία «Λιμνιώνας», 10 χιλιόμετρα πεζοπορία βορείως της Ζαγοράς.
Φωτο: Βαγγέλης Κουτσελίνης*

ρίως στα αφρόψαρα, σαρδέλες, μαρίδα, αλλά και σε άλλα ψάρια) έχουν αντιοξειδωτική, αντιφλεγμονώδη και αντιαρρυθμική δράση.

Η Μεσογειακή διαίτα συντελεί στη διατήρηση ικανοποιητικού βάρους, ενώ η αντιοξειδοτική και αντιφλεγμονώδη δράση της, προστατεύει από καρδιαγγειακά νοσήματα. Απαραίτητη είναι η σωματική άσκηση, το βάδισμα, η κολύμβηση, όχι όμως σε ώρες υψηλής ηλιοφάνειας.

Πρέπει να προσθέσω τη λήψη άφθο-

νων υγρών και χυμών και αποφυγή υπερβολικής ποσότητας αλκοόλ. Η μπύρα ξεδιψάει για λίγα λεπτά και αμέσως μετά αποβάλλεται μέσω της εφίδρωσης.

Αυτές είναι μερικές χρήσιμες συμβουλές ενόψει του καλοκαιριού, που φαίνεται ότι εφέτος, από ότι ακούγεται, θα είναι πολύ ζεστό.

Α.Α

Βασίλης Ιθακήσιος: ο ζωγράφος του Ολύμπου

της Σοφίας Κουτσελίνη



Όλυπος - Κορυφές

Γεννήθηκε στο χωριό Ακρωτήρι της Μυτιλήνης στις 11 Μαρτίου του 1879. Το πραγματικό του επώνυμο ήταν Γεωργανάς. Του έδωσαν το όνομα του παππού του, του Βασίλειου Γεωργανά που ζούσε στην Ιθάκη.

Πήγε σε σχολείο της Μυτιλήνης όπου είχε καλή επίδοση σε όλα του τα μαθήματα. Τον ελεύθερο χρόνο του τον αφιέρωνε κοντά στον ζωγράφο Λουκά Γεραλή που ασχολούνταν ταυτόχρονα και με τη φωτογραφία. Κοντά του έμαθε την τέχνη της φωτογραφίας και άρχισε να μαθαίνει τον χειρισμό και τα μυστικά της και αργότερα αγόρασε μια δική του φωτογραφική μηχανή. Από τότε η φωτογραφική μηχανή τον συνόδευε σε κάθε επαγγελματική του

δραστηριότητα. Πήγε για κάποιο διάστημα στα εφηβικά του χρόνια, στη Σμύρνη, στον περίφημο για την εποχή του ζωγράφο Παναγιώτη Πολυχρόνη και εκεί ολοκλήρωσε το ταλέντο του στο σχέδιο και στη ζωγραφική. Μετά αποφάσισε να ασχοληθεί αποκλειστικά με τη ζωγραφική και πήγε στην Αθήνα όπου και γράφεται στη Σχολή Καλών Τεχνών του Εθνικού Μετσόβιου Πολυτεχνείου. Παρακολουθεί μαθήματα από τους διάσημους δασκάλους Νικηφόρο Λύτρα και Γεώργιο Ροϊλό και ταυτόχρονα άρχισε να δημιουργεί τον πρώτο κύκλο γνωριμιών του ανάμεσα σε πνευματικούς ανθρώπους και καλλιτέχνες της Αθήνας.

Ο Πρόξενος της Ελλάδος στην Σμύρνη, που αργότερα πήρε μετάθεση για την

Αμβέρσα του Βελγίου, είχε μαζί του σαν παιδαγωγό την αδελφή του Βασίλη, Πελαγία η οποία τον παρακάλεσε να δώσει μια ευκαιρία στον αδελφό της. Ο Πρόξενος τον προσκάλεσε στην Αμβέρσα όπου παρακολούθησε την σύγχρονη καλλιτεχνική κίνηση και την εξέλιξη της Φλαμανδικής ζωγραφικής από την έμπνευση και τη θεματογραφία μέχρι τα πρακτικά μέσα της εκδηλώσεώς της. Μετά γύρισε και πάλι στην Μυτιλήνη. Έφυγε και ξαναπήγε στη Σμύρνη όπου έζησε 22 χρόνια συνολικά. Εκεί ασχολήθηκε με όλα τα είδη της ζωγραφικής τέχνης: Προσωπογραφία, τοπιογραφία, θαλασσογραφία, τις ηθογραφικές σκηνές, το γυμνό, τη νεκρή φύση, το γραμμικό σχέδιο, ελεύθερα θέματα και λυρικές απεικονίσεις. Έκανε περισσότερες από 12 εκθέσεις στην Ευρωπαϊκή οδό του Φραγκομαχαλά, που όλες γνώρισαν τεράστια επιτυχία.

Το 1922 μετά την καταστροφή της Σμύρνης, στην προκουαία ανάμεσα στους άλλους πρόσφυγες που περίμεναν να φύγουν για την Ελλάδα, περίμενε και ο 42χρονος ζωγράφος Ιθακήσιος. Στα ερείπια της Σμύρνης που καιγόταν, άφηνε έναν μεγάλο έργο που έφτανε στον αριθμό των 3.000 πινάκων περίπου και έφευγε από τη Σμύρνη που τόσο αγάπησε με ελάχιστους πίνακες.

Στην Αθήνα όπου πρωτοεγκαταστάθηκε, πρόσφυγας πλέον, ο Βασίλης Ιθακήσιος, βρήκε παλιούς του φίλους από τα σπουδαστικά του χρόνια που συμμετείχαν στον πνευματικό και καλλιτεχνικό χώρο της Αθήνας του 1922. Πολλοί από τους φίλους του ήταν φυσιολάτρες και είχαν ιδρύσει τον οδοιπορικό σύνδεσμο. Μετά από ορισμένους περιπάτους σε διάφορα

βουνά της Ελλάδος, αποφάσισε να αρχίσει να τα ζωγραφίζει. Από τότε άρχισε να σκέφτεται να ζήσει σε κάποιο βουνό και να απομακρυνθεί από την πόλη. Το 1928 θα ανεβεί με τον Κάκαλο στον Όλυμπο φθάνοντας στη σπηλιά που θα ονομάσει «Άσυλο των Μουσών» και θα περάσει πολλά καλοκαίρια, από το 1928 έως το 1940, ζωγραφίζοντας πάνω από 500 πίνακες με διαφορετικές όψεις του Ολύμπου. Σήμερα είναι γνωστή ως “σπηλιά του Ιθακήσιου”. Κάνει τη σπηλιά παλάτι του, με εφόδια δύο τρία σκαμνιά, ένα σεντούκι, ένα πιθάρι, δοχεία για νερό, καλάθια, λάμπες πετρελαίου, στρωσίδια, ξύλα για φωτιά και, φυσικά, τα σύνεργα της ζωγραφικής του. Στα τοιχώματα ζωγράφισε τις Μούσες και δύο φορές την εβδομάδα έρχονταν, με ζώα, οι προμήθειες από το χωριό.

Ήθελε να ζήσει κοντά στη φύση, να τη χαρεί, να τη ζωγραφίσει και να την παρουσιάσει σε εκθέσεις του. Να τη δει πολύς κόσμος και να την αγαπήσει και να παρακινηθεί να βγει στο ύπαιθρο, να ανέβει στο βουνό, όπως έκαναν μέχρι τότε μόνο μικρές ομάδες και ακολούθησαν αργότερα οι μεγαλύτερες που τις αποτελούσαν εκείνοι που είχαν γίνει στο μεταξύ μέλη στον “Πάνα”, στον “Οδοιπορικό”, στην “Υπαίθριο Ζωή”, στον “Ορειβατικό” και σε άλλα εκδρομικά και φυσιολατρικά σωματεία που ιδρύθηκαν εκείνη την εποχή. Στο κείμενο που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό μας (τεύχος 144) το Σεπτέμβρη του 1946 με αφορμή τον εορτασμό των 1000 εκδρομών του “Πάνα”, αναφέρει: “Οι χίλιες εκδρομές του Συνδέσμου σας, έφεραν στη μνήμη μου μια από τις πιο όμορφες αναμνήσεις της Σπηλιάς μου. Ένα καλοκαιρινό πρωί, ίσως

του 1930, δεν θυμούμαι καλά τη χρονολογία, (γιατί μέσα σε όλα που μου αφήρεσαν οι Γερμανοί ήταν και το ημερολόγιο των πρώτων χρόνων του Ολύμπου), με οδηγό τον Χ. Κάκαλο, φθάνει από τα Πριόνια μια ομάδα του «Πανός» με σκοπό να μου κάνει επίσκεψη. Νέοι και νέες, αψηφώντας τεσσάρων ωρών λοξοδρόμηση, ροβολούν πρωί-πρωί, από τις απόκρημνες πλαγιές της Σπηλιάς, σαν γίδια που τους έταξαν αλάτι. Και να τους ξαφνικά μπροστά μου. Η χαρά και το γέλιο που σκόρπισε ο ερχομός τους ήταν τόσο, που κι' οι καπνισμένοι βράχοι της Σπηλιάς ήρχισαν να χαίρουν και να αλλάζουν χρώμα..." Ένας άλλος λόγος που τον οδήγησε στην απόφαση του να ανεβεί στο βουνό, πηγάζει από τις καλές γνώσεις της φυσικής επιστήμης που κατείχε ο Ιθακήσιος. Το "Ηλιακό Κλίμα" μεταβάλλεται φυσικά, ανάλογα με το υψόμετρο και την καθαρότητα της ατμόσφαιρας, με σοβαρές επιπτώσεις στην αίσθηση των ορατών χρωματικών ακτινοβολιών. Η μεταβολή αυτή πάνω στα ψηλά βουνά είναι ιδιαίτερα αισθητή στο εξασκημένο μάτι ενός ζωγράφου, που αποζητά νέες αποχρώσεις στα έργα του.

Έκανε πολλές εκθέσεις στη χώρα μας κι αλλού, και το 1938 πήγε στην Αγγλία για περίπου ένα χρόνο και εργάστηκε εκεί, ως ζωγράφος, παίρνοντας παραγγελίες για τη Βασιλική Αυλή. Όταν γέρος πια, 94 χρόνων, προσκλήθηκε από τον Φρέντυ Γερμανό στην τηλεόραση, μαζί με τον περίπου συνομήλικό του Κάκαλο, πρώτο οδηγό του στον Όλυμπο, που επίσης πρώτος πάτησε και την κορυφή του Μύτικα, παίζοντας λαγούτο, θυμήθηκαν τους στίχους που απήγγελλε βροντερά κάθε φορά που κατακτούσε την κορυφή:

«Τι δακρύζεις Μύτικα και βαριαναστενάζεις...»

Έγκλειστος στο γηροκομείο, σε βαθιά γηρατειά, έτοιμος για το μεγάλο ταξίδι, αναζητούσε τον Όλυμπο. Η μόνη του έγνοια ήταν η επιστροφή στις κορφές, στη σπηλιά του. Η διεύθυνση του γηροκομείου προβληματίστηκε και τελικά συνεννοήθηκε με το Γ.Ε.Σ., ώστε κάποιο ελικόπτερο, που για υπηρεσιακούς λόγους θα πήγαινε προς τον Όλυμπο, να τον πέρναγε για λίγο απ' τα γνωστά του μονοπάτια. Το πρόγραμμα είχε κανονιστεί και ο γέροντας είχε ξανανιώσει... Όμως ο γιατρός του ιδρύματος, την τελευταία στιγμή, ματαίωσε το ταξίδι. Κι εκείνος, το ίδιο βράδυ, σηκώθηκε, ντύθηκε τα ορειβατικά του και προσπάθησε να φύγει μόνος του για το βουνό... Δρασκελίζοντας το παράθυρο έπεσε και χτύπησε θανάσιμα. Το πνεύμα του, όπως λένε, πέταξε ελεύθερο για πάντα στο αγαπημένο του βουνό...

Όλυπος - Πάνθεον



ΠΑΝΟΡΑΜΑ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΩΝ ΑΠΟ ΑΝΑΒΑΣΕΙΣ

Φωτογραφίες από τους:

Ι.Πετροντσά, Β.Κουτσελίνη, Σ.Κουκουβάο, Γ.Ξενιώτη, Α.Αυγέρη, Κ.Μάνδαλο.



1. Πάνες στη λίμνη Κερκίνη ετοιμάζονται για βαρκάδα.



2. Κορφή Ολύμπου Ευβοίας.

3. Μοναδικές αποχρώσεις στο δασικό σύμπλεγμα του Αυγού στη νότια Πίνδο.

4. Ανθισμένες ορτανσίες στο Χορευτό Πηλίου. Ανοιξιάτικο σκηνικό.





Οι Πάνες στον Αρχαίο Ορχομενό.



Στιγμές ανεμελιάς από τα κορίτσια των βουνών...

Ομάδα ορειβατών του Πάνα ατενίζει τις ομιχλώδεις κορφές του Ξηροβουνίου.





Η οροσειρά της Πίνδου.



Πάνες σε γραμμή στο όρος Τριγγιά.

Στην κορυφογραμμή του Μαινάλου.



της Σοφίας Κουτσελίνη

Έντμουντ Χίλαρι



Ισως όλα συνοψίζονται στον τίτλο της αυτοβιογραφίας του: «Κανένα εγχείρημα, καμιά επιτυχία», που δημοσιεύθηκε το 1975. Αυτή ήταν η κοσμοθεωρία του Έντμουντ Χίλαρι, ενός ταπεινού μελισσοκόμου από το Όκλαντ της Νέας Ζηλανδίας που θέλησε να κατακτήσει την υψηλότερη κορυφή του κόσμου. Στις 29 Μαΐου 1953 παρέα με τον Νεπαλέζο Τένζιγκ Νοργκάι κατέκτησε για πρώτη φορά την κορυφή του Έβερεστ (8.848 μέτρα).

Ανήσυχο πνεύμα, προσπάθησε για πρώτη φορά να δει τον κόσμο από ψηλά σκαρφαλώνοντας στο όρος Όλιβερ της Ζηλανδίας απ' όπου και η καταγωγή του. Φαίνεται πως η θέα ήταν πολύ όμορφη γι' αυτό και συνέχισε την αναζήτηση στις Άλπεις αλλά και

σε αρκετές κορυφές των Ιμαλαΐων. Όμως το όνειρο της εποχής ήταν η κατάκτηση του Έβερεστ αφού καθετί μέχρι τότε άγνωστο είχε κατακτηθεί-(1910 ο Βόρειος πόλος και το 1911 ο Νότιος, τα προτελευταία οχυρά του αγνώστου).

Το 1920 ο Δαλάι Λάμα άνοιξε τα σύνορα στους ξένους και έτσι το όνειρο αρκετών τολμηρών άρχισε να παίρνει σάρκα και οστά. Το 1921 έγινε μια αποτυχημένη προσπάθεια από βρετανική αποστολή στην οποία συμμετείχε και ο Μάλορν. Το 1924 ο σπουδαίος Μάλορν μαζί με το γενναίο σύντροφό του Ιρβάν προσπάθησαν να ανέβουν το Τσομολούγκμα (ονομασία του Έβερεστ από τους ντόπιους). Όμως ποτέ δεν επέστρεψαν και το αν ανέβηκαν ή όχι αποτελεί μέχρι και

σήμερα ένα μεγάλο ερωτηματικό που παραμένει αναπάντητο.

Ο Τένζιγκ Νοργκάι (Σέρπα) που θα αποτελούσε τον σύντροφο του Χίλαρι στην ανάβασή του προς το Έβερεστ προσπάθησε το 1952 ανεπιτυχώς να φτάσει στο στόχο. Όμως η πολύτιμη εμπειρία βοήθησε αργότερα. Τα δυο ανήσυχα πνεύματα Έντμουντ Χίλαρι και Τένζιγκ Νοργκάι συναντήθηκαν το 1953 με αντικειμενικό στόχο την ανάβαση στην ψηλότερη κορυφή του κόσμου, το Έβερεστ. Η αποστολή τους ξεκίνησε τον Μάρτιο του 1953. Με αργούς ρυθμούς έφτασαν στο τελευταίο τους καταφύγιο, το South Col, στα 7.900 μέτρα (25.900 πόδια), στις 26 Μαΐου, όπου παρέμειναν αποκλεισμένοι για δυο μέρες, εξαιτίας των ισχυρών ανέμων και της έντονης χιονόπτωσης. Στις 28 Μαΐου, έφτασαν μέχρι τα 8.500 μέτρα (27.900 πόδια) συνοδευόμενοι από τους: George Lowe, Alfred

Gregory και Ang Nyima, οι οποίοι έμειναν πίσω για να τους περιμένουν. Το επόμενο πρωί, περίμεναν για 2 ώρες μέχρι να ξεπαγώσουν οι μπότες του Χίλαρι, πριν ξεκινήσουν την τελευταία τους προσπάθεια, κουβαλώντας αποσκευές 10 κιλών ο καθένας. Το κρίσιμότερο σημείο της ανάβασης ήταν μια απόσταση γκρεμού 12 μέτρων, η οποία αργότερα ονομάστηκε «the Hillary Step». Εφοδιασμένοι με μπουκάλες οξυγόνου ανέβηκαν μόνοι οι δυο τους τα τελευταία μέτρα που τους χώριζαν από τη στέγη του κόσμου και από την παγκόσμια υστεροφημία. Στις 29 Μαΐου του 1953 ώρα 11:30 το πρωί, το τελευταίο οχυρό έπεσε. Στην κορυφή παρέμειναν μόνο για 15 λεπτά. Ο Χίλαρι φωτογράφησε τον Τένζιγκ κι άφησε έναν σταυρό, ενώ ο Τένζιγκ σκόρπισε σοκολάτες στο χιόνι, σαν προσφορά. Δεν ήξερε να χρησιμοποιεί τη

Έντμουντ Χίλαρι και Τένζιγκ Νοργκάι στο Έβερεστ



φωτογραφική μηχανή και γι' αυτό δεν υπάρχει φωτογραφία του Χίλαρι στην κορυφή! Ο Χίλαρι ήταν 34 ετών όταν ανέβηκε στην κορυφή του Έβερεστ, ως μέλος της βρετανικής ορειβατικής αποστολής και περιέγραψε το κατορθώμα του λέγοντας ότι «είναι σαν να φθάνεις στο φεγγάρι χωρίς τη βοήθεια της τεχνολογίας». Λίγες μέρες μετά τον άθλο του χρίστηκε σερ από τη βασίλισσα Ελισάβετ (16 Ιουλίου 1953).

Μεταξύ 1955 και 1958 οργάνωσε αποστολές στο Νότιο Πόλο και κατέγραψε τα κατορθώματά του στα βιβλία του «Το πέρασμα της Ανταρκτικής» (1958) και «Κανένα περιθώριο για λάθος» (1961). Το 1975 δημοσίευσε την αυτοβιογραφία του «Κανένα εγχείρημα, καμιά επιτυχία». Το 1977 ηγήθηκε της πρώτης αποστολής με αεριοπροωθούμενο σκάφος στον ποταμό Γάγγη και συνέχισε ορειβατώντας ως τις πηγές του στα Ιμαλάια. Ο Χίλαρι πραγματοποίησε και άλλες αποστολές στην περιοχή του Έβερεστ τη δεκαετία του '60 και αφιέρωσε μεγάλο μέρος της ζωής του στο «Ταμείο των Ιμαλαίων» που ίδρυσε, όταν ένας γέροντας του είπε ότι τα παιδιά του Νεπάλ «έχουν μάτια, αλλά είναι τυφλά». Παράλληλα βοήθησε να χτιστούν στο Νεπάλ νοσοκομεία, σχολεία, γέφυρες, ακόμη και ένα αεροδρόμιο. Οι φτωχοί κάτοικοι του Νεπάλ του ανταποδίδουν την αγάπη αποκαλώντας τον «Μπούρα - Σαχίμπ» (που σημαίνει «μεγάλος στο ανάστημα, μεγάλος στην καρδιά»). Σε ένα αεροπορικό δυστύχημα στην περιοχή, το 1975 έχασε τη γυναίκα του Λουίζ και τη μικρή του κόρη Μπελίντα, που συμμετείχαν ενεργά στο φιλανθρωπικό του έργο.

Ο σερ Έντμουντ Χίλαρι ήταν ο γνωστότερος Νεοζηλανδός παγκοσμίως και ο μοναδικός εν ζωή, το πρόσωπο του οποίου αποτυπώθηκε σε χαρτονόμισμα της χώρας του.

Πέθανε έπειτα από καρδιακό επεισόδιο (αν και είχε γίνει γνωστό ότι υπέφερε από πνευμονία), στις 11 Ιανουαρίου 2008 σε ηλικία 88 ετών, αφήνοντας τη δεύτερη σύζυγό του Τζουν και δύο παιδιά, τον Πήτερ, που συνεχίζει την ορειβατική παράδοση, και τη Σάρα που ασχολείται με το φιλανθρωπικό έργο της οικογένειας.

Σ.Κ.

Έντμουντ Χίλαρι

Το γνωστό "Hillary Step"



Οι Εκδρομές - Οι Εκδηλώσεις μας

Μάιος 2008 - Δεκέμβριος 2008

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΩΝ-ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

ΜΑΪΟΣ

11/5/2008 **ΔΙΜΗΝΙΟ**
Φυσιολατρική
Αρχηγός: Μαρία Καραδήμα
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

18/5/2008 **ΕΒΡΟΣΤΙΝΑ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Αντωνία Πατσάλη
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

25/5/2008 **ΞΗΡΟ ΟΡΟΣ(990μ.)-ΚΑΤΑΡΡΑΚΤΕΣ
ΔΡΥΜΩΝΑ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Πόπη Κασιώλα
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

ΙΟΥΝΙΟΣ

1/6/2008 **ΑΤΑΛΑΝΤΗ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Ντίνα Φίνου
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

8/6/2008 **ΣΤΡΟΠΩΝΕΣ**
Φυσιολατρική
Αρχηγός: Άννα Αργυροπούλου
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

13-17/6/2008 **ΧΙΟΣ**
Πληροφορίες στα γραφεία

22/6/2008 **ΚΟΡΦΟΣ**
Φυσιολατρική
Αρχηγός: Θεόδ.Σπυρούδης
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

29/6/2008 **ΔΙΡΦΥΣ-ΣΥΛΛΟΓΗ ΤΣΑΓΙΟΥ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Αθ.Καραδήμας
Αναχώρηση: 8.00 π.μ

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

5/10/2008 **ΟΣΙΟΣ ΜΕΛΕΤΙΟΣ-ΚΑΡΑΟΥΔΙ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Κώστας Φιλίππου
Αναχώρηση: 8.30 π.μ

12/10/2008 **ΠΙΣΙΑ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Θεόδ.Σπυρούδης
Αναχώρηση: 8.30 π.μ

19/10/2008 **ΜΟΝΗ ΣΑΓΜΑΤΑ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Πόπη Κασιώλα
Αναχώρηση: 8.30 π.μ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

2/11/2008 **ΜΕΝΔΕΝΙΤΣΑ**
Φυσιολατρική-Πεζοπορική
Αρχηγός: Ένικα Κατσαρού
Αναχώρηση: 8.30 π.μ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

23/10/2008 **ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΙΑΦΑΝΕΙΩΝ ΑΠΟ
ΑΔΠΕΙΣ**
 Υπεύθυνος προβολής: Ιάσωνας
Πετρουτσάς
Ώρα: 20.00 μ.μ

28/10/2008 **ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΕΠΕ-
ΤΕΙΟΥ**
Ώρα: 20.00 μ.μ.

18/12/2008 **ΑΝΤΑΛΛΑΓΗ ΔΩΡΩΝ ΣΤΑ ΓΡΑΦΕΙΑ
ΜΑΣ**
Ώρα: 20.00 μ.μ

Αφετηρία και τέρμα των φυσιολατρικών εκδρομών μας είναι η πλατεία Κλαυθμώνος
(στο πίσω μέρος των Αγ. Θεοδώρων).

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ

ΙΟΥΝΙΟΣ

28-29/6/2008

ΜΟΝΟΠΑΤΙ Ε4 ΒΑΡΑΟΥΣΙΩΝ-ΜΟΥΣΟΥΝΙΤΣΑ-ΑΡΤΟΤΙΝΑ

Διάσχιση του μονοπατιού. Διαμονή σε καταφύγιο. Β.Δ: Μέτρια
Αναχώρηση: 7.00 π.μ.
Αρχηγοί: Τάσος Αυγέρης
Θοδωρής Τσιρδήμος

ΙΟΥΛΙΟΣ

12/7/2008

ΟΧΗ - ΑΦΗ ΤΩΝ ΠΥΡΩΝ(1398 μ.)

Βραδυνή ανάβαση στην κορυφή. Μετάβαση στο βουνό με ιδιωτικά μέσα. Β.Δ: Εύκολη
Αναχώρηση: Για πληροφορίες, απευθυνθείτε στα γραφεία του Συνδέσμου.
Αρχηγός: Αντώνης Αλαφιώτης

12-19/7/2008

ΑΥΣΤΡΙΑΚΕΣ ΑΛΠΕΙΣ - ΛΙΜΝΕΣ

Για πληροφορίες σχετικά με την εκδρομή, απευθυνθείτε στα γραφεία του Συνδέσμου. Απαιτείται προκαταβολή καθώς η συμμετοχή ατόμων θα είναι περιορισμένη. Για όσους πραγματοποιήσουν ανάβαση, απαιτείται χειμερινός εξοπλισμός και εμπειρία υψηλού βουνού. Επίσκεψη στις Λίμνες.
Αρχηγοί: Τάσος Αυγέρης, Ιάσων Πετρουτσάς.

20/7/2008

ΣΠΗΛΛΙΟ ΦΡΑΧΘΙ- ΕΡΜΙΟΝΗ-ΦΑΡΑΓΓΙ ΚΑΤΑΦΥΓΙ

Περιήγηση στις παραπάνω περιοχές εξαιρετικού κάλλους και μετά μπάνιο σε παραλία της Ερμιόνης. Β.Δ: Εύκολη
Αναχώρηση: 7.00 π.μ.
Αρχηγοί: Νάντια Κωτσάκη, Αντώνης Αλαφιώτης.

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ

26-27-28/9/2008

ΚΑΒΟ ΜΑΛΙΑΣ - ΝΕΑΠΟΛΗ - ΕΛΑΦΟΝΗΣΟΣ

Πεζοπορία στις παραπάνω περιοχές. Μπάνιο στην Ελαφόνησο. Β.Δ: Εύκολη.
Αναχώρηση: 19.00 μ.μ
Αρχηγοί: Γιώργος Ξενιώτης, Παναγιώτης Βλαχονάσιος.

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

12/10/2008

ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΛΑΥΡΙΟ

Περιήγηση και ποδηλασία στο Λαύριο. Για πληροφορίες, απευθυνθείτε στα γραφεία του Συνδέσμου μας. Β.Δ: Εύκολη

25-26/10/2008

Αναχώρηση: 7.30 π.μ
Αρχηγοί: Θοδωρής Τσιρδήμος, Μαρία Παπαντωνίου.

ΟΣΣΑ(ΚΙΣΣΑΒΟΣ 1978 μ.)

Ορειβατική εκδρομή. Ανάβαση στην κορυφή. Διάσχιση προς Καρίτσα. Διαμονή σε καταφύγιο. Β.Δ: Μέτρια.
Αναχώρηση: 7.00 π.μ.
Αρχηγοί: Σπύρος Κουκουβάας, Γιώργος Ξενιώτης.

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

9/11/2008

ΥΜΗΤΤΟΣ(1026 μ.)

Ανάβαση από Μονή Καισαριανής. Μετάβαση στη Μονή με ιδιωτικά μέσα. Διάσχιση της κορυφογραμμής. Β.Δ: Εύκολη
Αναχώρηση: 8.00 π.μ.
Αρχηγοί: Δήμητρα Αγγελουπούλου, Τάκης Μπαβέας.

22-23/11/2008

ΤΑΥΓΕΤΟΣ (2407 μ.)

Ανάβαση στην κορυφή. Διαμονή σε καταφύγιο. Απαιτείται χειμερινός εξοπλισμός. Β.Δ: Δύσκολη.
Αναχώρηση: 7.30 π.μ.
Αρχηγοί: Τάσος Αυγέρης, Τάσος Λαμπρινάκος.

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ

7/12/2008

ΓΕΡΑΝΕΙΑ ΟΡΗ(1341 μ.)

Ανάβαση στην κορυφή. Κατάβαση και φαγητό στο Λουτράκι. Χειμερινός εξοπλισμός απαραίτητος. Β.Δ: Εύκολη.
Αναχώρηση: 7.00 π.μ
Αρχηγοί: Βαγγέλης Κουτσελίνης, Σπύρος Κουκουβάας.

24-28/12/2008

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ <BANSKO> ΤΟΥ ΠΙΡΙΝ (ΒΟΥΛΓΑΡΙΑ).

Χειμερινή απόδραση του Συνδέσμου μας σε ένα από τα καλύτερα χιονοδρομικά κέντρα των Βαλκανίων. Πεζοπορία και σκι στο όρος Pirin. Για πληροφορίες και συμμετοχή (κατόπιν προκαταβολής), απευθυνθείτε στα γραφεία του Συνδέσμου μας. Περιορισμένος αριθμός ατόμων. Για όσους πεζοπορήσουν, απαιτείται εξοπλισμός χειμερινού βουνού. Για όσους θα κάνουν σκι, θα ενοικιαστούν πέδιλα από το χιονοδρομικό κέντρο. Β.Δ: Μέτρια
Αρχηγοί: Αλέξανδρος Χέντον, Μαρία Τσουκάκη.

Αφετηρία και τέρμα των ορειβατικών εκδρομών είναι το Αρχαιολογικό Μουσείο (Πατησίων & Βασ. Ηρακλείου).

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΟΡΟΥΣ ΔΙΑΜΟΝΗΣ ΣΤΟ ΚΤΗΜΑ ΣΤΟ ΜΑΤΙ

Φέρεται σε γνώση των μελών του Συνδέσμου ότι για τη χρήση των οικίσκων και των λοιπών χώρων για την καλοκαιρινή περίοδο του 2008, ύστερα από απόφαση του Δ.Σ., θα ισχύσουν τα ακόλουθα:

1. Έναρξη περιόδου ορίστηκε η 6/7/2008 και λήξη η 7/9/2008.
2. Υποβολή αιτήσεων από τους ενδιαφερομένους μέχρι 11/6/2008. Συγχρόνως με την αίτηση, θα προκαταβληθεί και το 1/3 του ποσού συμμετοχής στα έξοδα του κτήματος.
3. Η κλήρωση των οικίσκων θα γίνει την 11/6 και ώρα 7.00 μ.μ
4. Οικονομικοί όροι.

Για τους οικίσκους:

- A. Για ένα μήνα 400 ευρώ.
- B. Για μία ημέρα 15 ευρώ.

Για τους δύο μικρούς οικίσκους:

- A. Για ένα μήνα 160 ευρώ.
- B. Για μια μέρα 6 ευρώ.

- Επιβάρυνση για κάθε άτομο πάνω από 4 σε κάθε οικίσκο 1,5 ευρώ την ημέρα.
- Έκπτωση για χρήση των παραπάνω από ένα άτομο 20%.
- Έκπτωση για παραμονή όλη την περίοδο 10%, εφόσον υπάρχουν κενοί οικίσκοι.

Για τον ξενώνα και φιλοξενία ατόμων:

- Διημέρευτρα: 2 ευρώ.
- Διανυκτέρευτρα: 5 ευρώ.

Όσοι από τους ενδιαφερομένους δεν έχουν πραγματοποιήσει τουλάχιστον 19 εκδρομές κατά άτομο (ζεύγος $2 \times 8 = 16$), θα υπάρξει επιβάρυνση για τους οικίσκους 0,15 ευρώ και για τους μικρούς οικίσκους 0,10 ευρώ για κάθε λιγότερη εκδρομή.

Από την επιβάρυνση αυτή εξαιρούνται παλαιά στελέχη του Πάνα που αδυνατούν να πραγματοποιήσουν εκδρομές και όσα κρίνει το Δ.Σ. ότι δεν πρέπει να επιβαρυνθούν.

Εφόσον υπάρξει ζήτηση, τα Σαββατοκύριακα του Ιουνίου, το κτήμα θα είναι ανοικτό. Θα προηγείται όμως ειδοποίηση.

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΑΡΧΗΓΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Τάσος Αυγέρης	6932162826	Σπύρος Κουκουβάος	2106617551
Θοδωρής Τσιρδήμος	6944363785	Δήμητρα Αγγελουπούλου	6977074359
Αντώνης Αλαφιώτης	6977242014	Τάκης Μπαβέας	2108074735
Ιάσων Πετρουτσάς	2106125459	Βαγγέλης Κουτσελίνης	6977539794
Νάντια Κωτσάκη	6977121381	Αλέξανδρος Χέντον	6972224537
Παναγιώτης Βλαχονάτσιος	6973820516	Μαρία Τσουκάκη	6977772905
Μαρία Παπαντωνίου	6947321483		

- Τα γραφεία μας είναι ανοιχτά Τετάρτη, Πέμπτη και Παρασκευή για τις συμμετοχές σας. Τηλ. 210-8224777, 210-8224351.
- Παρακαλούμε δηλώνετε έγκαιρα συμμετοχή ώστε να είναι δυνατή η καλύτερη οργάνωση της εκδρομής. Στις πολυήμερες εκδρομές κατά τη δήλωση απαιτείται προκαταβολή. Το πρόγραμμα κάθε εκδρομής μπορεί να τροποποιηθεί από τον αρχηγό σε περίπτωση ανάγκης.

