



## ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ

Έτος ίδρύσεως 1933 - Μέλος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.  
ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7, Τ.Κ. 10678, ΑΘΗΝΑ

Γραφεία: ☎ 210-3807093, ☎ Κινητό: Ε.Ο.Φ. 694-732-3844  
e-mail: [eof@otenet.gr](mailto:eof@otenet.gr), website: [www.eoffisiolatria.gr](http://www.eoffisiolatria.gr),  
<https://www.facebook.com/eoffisiolatria/>

### ΚΥΡΙΑΚΗ 19 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2023 ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΜΑΙΝΑΛΟ (ΒΑΛΤΕΣΙΝΙΚΟ ΚΑΙ ΛΑΓΚΑΔΙΑ)



Αναχώρηση στις 7.30 π.μ. για Βαλτεσινικό (1.150μ) (βλ. φωτογραφία αριστερά). Από εκεί η **πεζοπορική** ομάδα θα πραγματοποιήσει την διαδρομή Βαλτεσινικό -Κρύα Βρύση – Λαγκάδια (980μ) (ώρες πορείας 5.30, 15,08χλμ, υψομ.διαφορά 592μ.Β.Δ. Α+). Η πορεία είναι καλά σημαδεμένη και περνάει από καλντερίμι, λίγο άσφαλο, χωματόδρομο και μονοπάτι, με το μεγαλύτερο μέρος να είναι μέσα σε ελατόδασος.

Οι **περιηγητ[ρι]ες** αφού κάνουν μία σύντομη περιήγηση του Βαλτεσινικού θα συνεχίσουν προκειμένου να επισκεφθούν δύο μοναστήρια κοντά στο Βαλτεσινικό, την Μονή Κοίμησης της Θεοτόκου ή «Παναγία η Βαλτεσινιώτισσα» κτισμένη γύρω στα 1600μ. και πολύ κοντά το Βραχομονάστηρο του Αγίου Νικολάου. Συνεχίζουν για την Τεχνητή Λίμνη του Λάδωνα το «μυστικό» της ορεινής

Αρκαδίας (βλ. φωτογραφία δεξιά). Και οι δύο ομάδες θα καταλήξουν στο χωριό Λαγκάδια που έχει και αυτό ενδιαφέροντα αξιοθέατα όπως η πλατεία Ηρώων με το ομώνυμο μνημείο, τον ναό Ταξιάρχων και τα αιωνόβια πλατάνια, το ιστορικό σχολείο των Λαγκαδιών και το αρχοντικό των Δεληγιάννηδων. Αξίζει να ανέβει κανείς από τα πλατιά σκαλοπάτια για να θαυμάσει την θέα. Θα υπάρχει δυνατότητα φαγητού σε τοπική ταβέρνα. Στην συνέχεια θα επιστρέψουμε όλοι στην Αθήνα.

Αρχηγός: **Μάγια Βέττερ**  
τηλ. αρχηγού **6976855659**

Κόστος συμμετοχής **€ 22**

Για συμμετοχή επικοινωνείτε στο τηλ. της ΕΟΦ τις ώρες μεταξύ **17.30 – 20.30**.

Αρ. τηλ. **6947323844** ή στέλνετε γραπτό μήνυμα (SMS) στο ίδιο τηλ. με το όνομα, αριθμό απόμων και τη λέξη "ΜΑΙΝΑΛΟ".