

	ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ Έτος ιδρύσεως 1933 - Μέλος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7, Τ.Κ. 106 78, ΑΘΗΝΑ Γραφεία ☎ 210 3807093, - Κινητό Ε.Ο.Φ. 694 732 3844 e-mail: eof@otenet.gr, website: www.eoffisiolatria.gr, https://www.facebook.com/eoffisiolatria/
---	---

**Με την ΕΟΦ το Πάσχα στα χωριά της Ευρυτανίας και τη Λίμνη Κρεμαστών
 Από Μεγάλη Παρασκευή 18 Απριλίου έως Τρίτη του Πάσχα 22 Απριλίου 2025**



Λίμνη Κρεμαστών με την Γέφυρα Τατάρνας στο βάθος.

Αυτό το Πάσχα θα γνωρίσουμε και θα περπατήσουμε σε κάποια από τα λιγότερο γνωστά χωριά της Ευρυτανίας και θα περιηγηθούμε την τεχνητή Λίμνη Κρεμαστών.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΗΣ

Μ. Παρασκευή 18 Απριλίου 2025

Αναχώρηση ώρα 08:00 με το πούλμαν εμπρός από τα γραφεία της ΕΟΦ. Περνώντας από τη γέφυρα Ρίου Αντιρρίου θα κάνουμε τρεις απαραίτητες στάσεις και την μεγαλύτερη διάρκεια στο Αγρίνιο. Συνεχίζουμε για την γέφυρα Τατάρνας έχοντας μία αρχική άποψη της Τεχνητής Λίμνης Κρεμαστών. Τελικός προορισμός το χωριό Κρέντης. Αφού τακτοποιηθούμε στους 2 ξενώνες που έχουμε κλείσει μπορούμε να κάνουμε βόλτα στο χωριό και αν θέλουμε να περπατήσουμε ή να προωθηθούμε με το πούλμαν ως το χωριό Κερασχωρι (3,5χλμ). Το βράδυ παρακολουθούμε τον Επιτάφιο και γευματίζουμε. Το ξενοδοχείο Μάκκας έχει εστιατόριο και επιπλέον στο χωριό υπάρχουν 2 μικρές ψησταριές.

Σημείωση. Οι δύο ξενώνες βρίσκονται σε κοντινή απόσταση. Παίρνουμε όλοι μαζί πρωινό στον έναν.



Το χωριό Άγραφα

Μ. Σάββατο 19 Απριλίου 2025

Μετά το πρωινό φεύγουμε όλοι μαζί για τα μαγευτικά Άγραφα, ένα από τα πιο απομονωμένα χωριά της Ελλάδος. Μετά από περιήγηση του χωριού συνεχίζουμε για το χωριό Επινιανά. Από εκεί κάνουμε μία εύκολη σημαδεμένη πορεία προς το Ασπρόρεμα. Η πορεία θα διαρκέσει γύρω στις 4 ώρες αλλά επειδή θα επιστρέψουμε από τα ίδια μπορεί όποιος θέλει να επιστρέψει σε όποιο σημείο θέλει. Στην επιστροφή προς Κρέντη θα κάνουμε στάση για να επισκεφθούμε την Μονή Παναγίας της Στάνας, του 15^{ου} αιώνα, σκαρφαλωμένη στα βράχια, ένα από τα πιο εντυπωσιακά μοναστήρια της περιοχής. Θα πρέπει να περπατήσουμε 3 χλμ σε χωματόδρομο για να φθάσουμε αλλά η μοναδική θέα από εκεί μας αποζημιώνει. Το βράδυ στον Κρέντη θα παρακολουθήσουμε την Αναστάσιμη θεία λειτουργία και μετά θα υπάρχει δυνατότητα δείπνου στο ξενοδοχείο Μάκκας.



Στην πορεία από Επινιανά προς Ασπρόρεμα

Κυριακή του Πάσχα 20 Απριλίου 2025

Μετά το πρωινό φεύγουμε για την τεχνητή λίμνη Κρεμαστών. Πρώτη στάση για να δούμε την Γέφυρα Μανώλη (θα πρέπει να περπατήσουμε σε χωματόδρομο περίπου 600 μέτρα). Κατόπιν περνώντας από την γέφυρα Κρυονερίου προχωράμε προς την Μονή Τατάρνας, ένα από τα πιο ιστορικά μοναστήρια της περιοχής. Από εκεί μπορούμε να περπατήσουμε περίπου 4 χλμ ως τον οικισμό Παλιόκαστρο για καλύτερη θέα της Λίμνης Κρεμαστών. Για το Πασχαλινό γεύμα θα πάμε στην ταβέρνα «Θέα» στο χωριό Άγιο Γεώργιο με θέα προς την Λίμνη Κρεμαστών. Επιστρέφουμε στο χωριό Κρέντης.

Δευτέρα 21 Απριλίου 2025

Αυτή την ημέρα προηγείται η πεζοπορική ομάδα. Μετά το πρωινό αναχωρεί με το πούλμαν για την Νέα Βίνιανη προκειμένου να πραγματοποιήσει κυκλική πορεία περνώντας από την παλαιά Βίνιανη, τον ποταμό Μέγδοβα και το παλιό γεφύρι της Βίνιανης (4,5 ώρες, 9χλμ, υψομετρική διαφορά 416μ). Το πούλμαν επιστρέφει για να παραλάβει την περιηγητική ομάδα για την Νέα Βίνιανη. Από εκεί μπορεί να περπατήσει 3 χλμ σε χωματόδρομο ως το ξωκλήσι του Αγίου Κωσταντίνου με επιστροφή από τα ίδια. Οι δύο ομάδες πεζοπόρων και περιηγητών συνεχίζουν για την Ανατολική Φραγκίστα σε υψόμετρο 680 μ. Θα περιηγηθούμε στα γραφικά σοκάκια για να δούμε τις εκκλησίες με σπουδαία αρχιτεκτονική, το ίδρυμα Καφαντάρη με λαογραφικό υλικό και φωτογραφίες και επίσης κάποια από τα πλυσταριά και τον νερόμυλο. Αν θέλουμε μπορούμε να περπατήσουμε τα 3.3 χλμ ως την Δυτική Φραγκίστα. Αφού επισκεφθούμε και αυτή επιστρέφουμε στο χωριό μας, τον Κρέντη.



Το χωριό Βίνιανη

Τρίτη 22 Απριλίου 2025

Φεύγουμε από τον Κρέντη για την επιστροφή μας στην Αθήνα. Στην διαδρομή θα κάνουμε παράκαμψη για να επισκεφθούμε αρχικά την φημισμένη Μονή Προυσσού. Όποιος θέλει μπορεί εναλλακτικά να πραγματοποιήσει πορεία μίας ώρας από την Αλλαντοποία Στρεμμένου ως την Μονή. Συνεχίζουμε για μια βόλτα στο Μεγάλο χωριό, στους πρόποδες του όρους Καλιακούδα, και για φαγητό στο χωριό Γαύρος με τις γνωστές και νόστιμες πέστροφες.

Σημείωση: Το πρόγραμμα μπορεί να υποστεί κάποιες μικρές αλλαγές χωρίς να αλλάξει η βασική δομή του.

Αρχηγοί εκδρομής: **Μάγια Βέττερ (πεζοπορίες) - Νίκη Σταυρίδη (περιηγητική ομάδα)**

Κόστος εκδρομής : **290** ευρώ (το άτομο/ σε **δίκλινο** στον ξενώνα Μάκκας)

245 ευρώ (άτομο σε **τρίκλινο** στον ξενώνα Μάκκας)

255 ευρώ (άτομο/ σε **δίκλινο** στον ξενώνα Θεοδώρας)

335 ευρώ (άτομο σε **μονόκλινο** στον ξενώνα Θεοδώρας)

Τονίζεται ότι μονόκλινα θα διατεθούν **μόνον** εφόσον περισσεύουν δωμάτια που δεν έχουν συμπληρωθεί με δύο άτομα.

Στην τιμή περιλαμβάνεται το πούλμαν, οι 4 διανυκτερεύσεις με πρωινό και οι εκδρομές που αναφέρονται.

Για εγγραφή στην εκδρομή ενημερώνετε στο τηλέφωνο 694 732 3844 από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή τις ώρες από 17:00 μέχρι 21:00. Πέμπτη το τηλέφωνο απαντά και τις πρωινές ώρες. Η εγγραφή ισχύει εφόσον γίνει και κατάθεση της προκαταβολής (140 ευρώ) η οποία κατατίθεται στην Alpha Bank αρ. λογ.101002002314426 IBAN: GR89014010101002002314426

όνομα λογαριασμού: Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών.

Στην κατάθεση σημειώνετε το επώνυμό σας και τη λέξη ΚΡΕΝΤΗΣ.

Παρακαλούμε μετά την κατάθεση να μας ενημερώνετε στο τηλέφωνο που αναφέρεται πιο πάνω.

Σημαντική ενημέρωση: Σύμφωνα με τους σημερινούς κανόνες της αγοράς, ο σύλλογος προπληρώνει το ξενοδοχείο πριν από την εκδρομή γι' αυτό η κατάθεση της προκαταβολής ή/ και του συνολικού ποσού της εκδρομής είναι καθοριστική για την εξασφάλιση της θέσης του συμμετέχοντος.

Περίπτωση ακύρωσης: Για τον ίδιο λόγο (προπληρωμή του ξενοδοχείου), σε περίπτωση που ένα άτομο ακυρώνει τη συμμετοχή του στην εκδρομή, η προκαταβολή θα επιστρέφεται μόνο εφόσον βρεθεί αντικαταστάτης για την ακυρωμένη θέση.

