



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/>

Κύθηρα – Ελαφώνησος – Νεάπολη από Παρασκευή 26 έως Τρίτη 30 Σεπτεμβρίου 2025

Θα μείνουμε ένα βράδυ στην Νεάπολη με επίσκεψη της Ελαφονήσου και άλλα 3 βράδια στα Κύθηρα με περιήγηση και πεζοπορία. Παρακάτω το αναλυτικό πρόγραμμα.



Ελαφώνησος Η παραλία του Σίμου



Ελαφώνησος Το λιμάνι με τον Άγιο Σπυρίδωνα στο βάθος

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΗΣ

Παρασκευή 26 Σεπτεμβρίου 2025

Αναχώρηση ώρα 08:00 π.μ. με το πούλμαν μπροστά από την εκκλησία της Ζωοδόχου Πηγής στην οδό Ακαδημίας για Πούντα. Θα κάνουμε 2 στάσεις καθοδόν. Φθάνοντας στην Πούντα επιβιβάζομαστε στο φέρρυ-μπωτ προκειμένου να περάσουμε απέναντι στην Ελαφώνησο (χωρίς πούλμαν). Εκεί θα παραμείνουμε έως το βράδυ με δυνατότητα μπάνιου και εύκολες πεζοπορίες. Επιστρέφοντας θα μεταφερθούμε στην Νεάπολη όπου θα διανυκτερεύσουμε ένα βράδυ στο ξενοδοχείο Limira Mare. **Προσοχή!** Να έχουμε πάρει όλα μας τα πράγματα από το πούλμαν.



Παλαιοχώρα



Φάρος Μουδαρίου

Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου 2025

Μετά από το πρωινό έχουμε την δυνατότητα να κάνουμε περιήγηση στην Νεάπολη πριν επιβιβαστούμε στο πλοίο που αναχωρεί στις 10.00 π.μ. για το Διακόφτι, το λιμάνι των Κυθήρων όπου θα φθάσουμε στις 11:30 π.μ. Εκεί θα μας περιμένει τοπικό πούλμαν. Το πρόγραμμά μας ξεκινά με πρώτη στάση στο χωριό Τριφυλλιάνικα. Από εκεί θα κάνουμε εύκολη πεζοπορία 5,30 χλμ πήγαινε – έλα ως την καστροπολιτεία της Παλαιόχωρας όπου θα περιηγηθούμε. Επιστρέφουμε από τα ίδια και συνεχίζουμε με το πούλμαν ως το γραφικό χωριό Καραβά. Εκεί μπορούμε να προμηθευτούμε τα περίφημα παξιμάδια. Αφού περιηγηθούμε το χωριό το πούλμαν μας προωθεί σε σημείο λίγα λεπτά από τις γνωστές πηγές Αμίρ Αλί. Συνεχίζουμε για το λιμανάκι της Πλατειάς Άμμου. Σε διασταύρωση αφήνει το πούλμαν όσους θέλουν να κάνουν σύντομη και εύκολη πεζοπορία ως τον φάρο Μουδαρίου και να κατέβουν πεζοπορώντας ως την Πλατειά Άμμο (Ώρες πορείας 1,5). Εκεί όσοι θέλουν μπορούν να κάνουν μπάνιο και να φάνε Συνεχίζουμε για τον τελικό προορισμό της ημέρας το Καψάλι αφού κάνουμε μικρή στάση στην Αγία Πελαγία για καφέ. Στο Καψάλι αφού τακτοποιηθούμε στα καταλύματά μας Porto Delfino, Σπίτια Βασίλη, Κουβαράς και Αρονίς θα είμαστε ελεύθεροι για μία αρχική γνωριμία με την περιοχή. Σημείωση. Στα καταλύματα Σπίτια Βασίλη, Κουβαράς και Αρονίς δεν σερβίρεται πρωινό υπάρχει όμως δυνατότητα να φτιάξουμε το δικό μας.



Καψάλι



Μυλοπόταμος, Καταρράκτες

Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου 2025

Μετά το πρωινό αναχωρούμε στις 09:00 με το πούλμαν για το χωριό Αλοϊζιάνικα. Η ημέρα αυτή είναι αφιερωμένη στα χωριά με την ιδιαίτερη αρχιτεκτονική, και στον Μυλοπόταμο με τον καταρράκτη και τους μύλους. Μία ομάδα μπορεί να κάνει κυκλική πεζοπορία από τα Αλοϊζιάνικα περνώντας από τα χωριά Φριλιγκιάνικα, Καστρισιάνικα, Πιστινάδες καταλήγοντας στα Αρωνιάδικα (Ώρες πορείας 3, 8,30 χλμ). Όσοι θέλουν μπορούν να κάνουν μέρος της πορείας σταματώντας σε κάποιο από τα χωριά. Οι υπόλοιποι μεταφέρονται από χωριό σε χωριό με το πούλμαν. Από τα Αρωνιάδικα συνεχίζουμε όλοι μαζί με το πούλμαν για τον Μυλοπόταμο. Από εκεί πεζοπορούμε στα μονοπάτια των Μύλων και των καταρρακτών (Ώρες πορείας 1 ώρα). Με το πούλμαν συνεχίζουμε από τον Μυλοπόταμο για την Κάτω Χώρα για επίσκεψη του κάστρου της περιοχής. Στην επιστροφή σταματάμε στον Μυλοπόταμο για φαγητό. Επιστροφή στο Καψάλι.



Η Χώρα με το κάστρο



Μονή Μυρτιδιώτισσας

Δευτέρα 29 Σεπτεμβρίου 2025

Μετά το πρωινό μία ομάδα μπορεί να ανηφορίσει ως την χώρα με τα πόδια (2χλμ). Οι υπόλοιποι θα μεταφερθούν με το πούλμαν στις 09:00 π.μ. Στην χώρα μπορούμε να επισκεφθούμε το αρχαιολογικό μουσείο, το κάστρο και να περιηγηθούμε στα γραφικά σοκάκια. Μία ομάδα μπορεί να πραγματοποιήσει 2ωρη πορεία ως το ακρωτήριο του Τράχηλου. Θα επιστρέψουμε πεζοπορώντας στο Καψάλι. Το απόγευμα εφόσον το επιτρέπει ο καιρός θα επιβιβαστούμε στις 16:00 στο πλοίο Glass Bottom που θα μας πάει στο νησάκι Χύτρα με τα κρυστάλλινα νερά. Στην επιστροφή θα επιβιβαστούμε στο πούλμαν για να επισκεφθούμε την Μονή Μυρτιδιώτισσας. Από εκεί μία ομάδα μπορεί να περπατήσει ως τον Άγιο Γεώργιο (Διάρκεια πορείας 1 ώρα πήγαινε-έλα). Γυρίζοντας για Καψάλι κάνουμε μικρή στάση στο χωριό Καλοκαιρινό, από τα πιο παλιά χωριά των Κυθήρων.



Πέτρινο γεφύρι στο Κατούνι



Αυλαίμονας

Τρίτη 30 Σεπτεμβρίου 2025

Μετά το πρωινό και αφού φορτώσουμε όλες τις αποσκευές στο πούλμαν ξεκινάμε στις 09:00 για την τελευταία μας περιήγηση στο νησί. Η πρώτη μας στάση είναι στο περίφημο πέτρινο γεφύρι του 1829 στο Κατούνι. Συνεχίζουμε για τα Μητάτα, το πιο πράσινο χωριό του νησιού. Προτείνουμε μικρή βόλτα ως τις πηγές. Το πούλμαν στην συνέχεια αφήνει όσους θέλουν να κάνουν μπάνιο στην παραλία της Παλαιόπολης. Οι υπόλοιποι θα μεταφερθούν με το πούλμαν ως το γραφικό ψαροχώρι του Αυλαίμονα. Όσοι κατέβηκαν στην Παλαιόπολη θα περπατήσουν 20 λεπτά (1.5 χλμ) ως τον Αυλαίμονα. Ενδιαφέρον έχει να ανέβουμε στο μικρό ενετικό κάστρο πάνω από το λιμανάκι. Στον Αυλαίμονα μπορούμε να φάμε. Στις 14:30 μας παραλαμβάνει το πούλμαν για να μας πάει ως το Διακόφτι προκειμένου να επιβιβαστούμε στο πλοίο που φεύγει στις 16:00 για Νεάπολη όπου θα φθάσει σε 1μιση ώρα. Εκεί μας περιμένει άλλο πούλμαν για να μας πάει στην Αθήνα.

Αρχηγός εκδρομής : **Νίκος Κατσιγκρης**

Αρχηγός πεζοποριών: **Μάγια Βέττερ**

Κόστος εκδρομής : 425 ευρώ (άτομο / σε δίκλινο με πρωινό στο Πόρτο Δελφίνο)

370 ευρώ (άτομο / σε δίκλινο στο κατάλυμα Σπίτια Βασίλης)

300 ευρώ (άτομο / σε δίκλινο στο κατάλυμα Αρώνης)

385 ευρώ (άτομο σε μονόκλινο στο κατάλυμα Κουβαράς)

Προκαταβολή 180 ευρώ

Στην τιμή περιλαμβάνεται

- Η μεταφορά με πούλμαν από και προς Νεάπολη.
- Οι μεταφορές με πούλμαν για τις εκδρομές που αναφέρονται στο νησί
- Το φέρρυμπωτ από και προς Ελαφόνησο
- Το φέρρυμπωτ από και προς Κύθηρα
- Η μία διανυκτέρευση με πρωινό στο ξενοδοχείο Limira mare στην Νεάπολη.
- Οι 3 διανυκτερεύσεις στα καταλύματα στην περιοχή Καψάλι στα Κύθηρα

Σημειώσεις.

- Στις τιμές των ξενοδοχείων συμπεριλαμβάνεται το τέλος δωματίου
- Στην τιμή της εκδρομής δεν συμπεριλαμβάνεται η βόλτα με το πλοίο Glass Bottom (20 ή 25 Ευρώ ανάλογα με τον αριθμό ατόμων που θα πάρουν μέρος στη βόλτα).
- Τα καταλύματα στα Κύθηρα εκτός από το Porto Delfino δεν διαθέτουν πρωινό αλλά υπάρχει δυνατότητα να φτιάξουμε το δικό μας. Τα δωμάτια είναι studios.
- Η διαφορά τιμής μεταξύ των καταλυμάτων έγκειται στο ότι είναι διαφορετικής κατηγορίας.

Για εγγραφή στην εκδρομή καλείτε στο τηλέφωνο της ΕΟΦ 694 732 3844 από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή τις ώρες από 17:00 έως 21:00 . Η εγγραφή ισχύει μόνο εφόσον γίνει και η κατάθεση της προκαταβολής.

Η προκαταβολή (180 ευρώ) κατατίθεται στην Alpha Bank αρ. λογ. 1570 0210 1081 383

IBAN: GR69 0140 1570 1570 0210 1081 383 (όνομα λογαριασμού Νίκη Σταυρίδη).

Παρακαλούμε στην κατάθεση σημειώστε το επώνυμό σας και.

τη λέξη ΚΥΘΗΡΑ και ειδοποιείτε μας για την κατάθεση στέλνοντας το σχετικό αποδεικτικό έγγραφο στο e-mail :
enosioreivatnfisiolatron@gmail.com

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:** Επιστρέφεται ολόκληρο το ποσό προκαταβολής εφόσον η ακύρωση συμμετοχής στην εκδρομή δηλωθεί 21 μέρες πριν την αναχώρηση ή εφόσον βρεθεί αντικαταστάτης. Σε διαφορετική περίπτωση η επιστροφή προκαταβολής εξαρτάται από την πολιτική ακύρωσης του εκάστοτε ξενοδοχείου. Επικοινωνία Δευτέρα μέχρι Παρασκευή τις ώρες από 17:00 μέχρι 21:00 στο τηλέφωνο 694 732 3844.

ΚΥΘΗΡΑ

Τουριστικός & Οδικός Χάρτης
Μονοπάτια ~ Αξιοθέατα ~ Παραλίες

KYTHIRA

Tourist & Road Map
Hiking Paths ~ Attractions ~ Beaches

Panorama

panOrama Kithera.gr



