

## ΜΕΡΕΣ ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ στη ΛΗΜΝΟ

από Παρασκευή 29 Μαΐου μέχρι Πέμπτη 04 Ιουνίου 2026

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΗΣ

Η Δευτέρα 01 Ιουνίου, πρώτη μέρα του καλοκαιριού, συμπίπτει με τη γιορτή του Αγίου Πνεύματος. Από την **Παρασκευή 29 Μαΐου** μέχρι την **Πέμπτη 04 Ιουνίου**, θα επισκεφτούμε ένα από τα πιο όμορφα νησιά του Βορείου Αιγαίου, τη **Λήμνο**. Θα περιηγηθούμε και θα πεζοπορήσουμε στα παραδοσιακά χωριά, στους αρχαιολογικούς χώρους, στα ιδιαίτερα φυσικά τοπία του νησιού, θα επισκεφτούμε μουσεία, εργαστήρια χειροτεχνίας και τέχνης οινοποιεία κλπ. Ακολουθεί το αναλυτικό πρόγραμμα της εκδρομής.

### Παρασκευή 29 Μαΐου 2026 (1η μέρα)

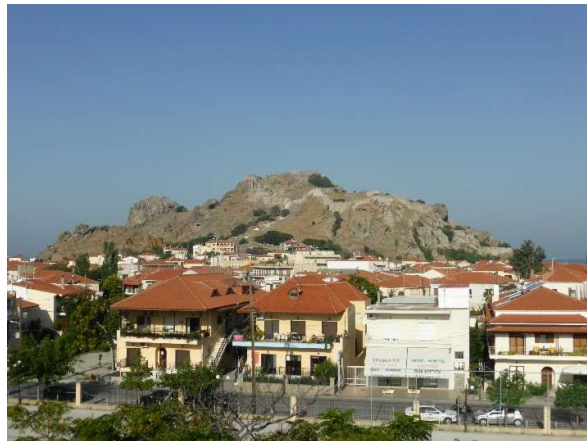
Συγκέντρωση στα γραφεία του συλλόγου μας στην οδό Ακαδημίας μπροστά στην εκκλησία Ζωοδόχου Πηγής στις **21.30 μ.μ.** και μετάβαση με πούλμαν στο λιμάνι του **Λαυρίου**, όπου θα επιβιβαστούμε στο πλοίο που αναχωρεί στις **23:45 μ.μ.** για Λήμνο.

### Σάββατο 30 Μαΐου 2026 (2η μέρα)

Περιήγηση στα αξιοθέατα της Μύρινας



*Άποψη οικισμού Μύρινας*



*Το κάστρο της Μύρινας*

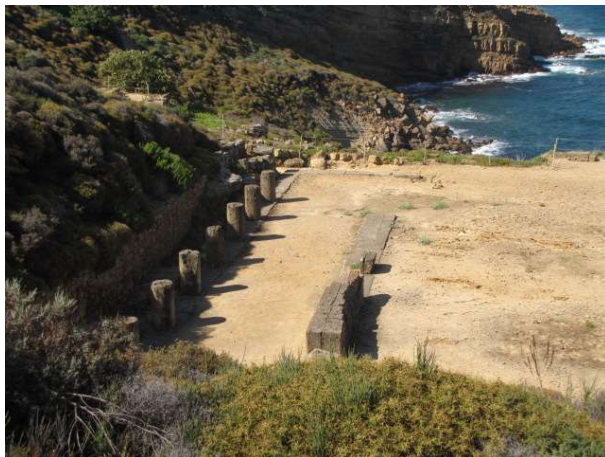
	<p><b>ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ</b> Έτος ίδρύσεως 1933 - Μέλος της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. ΜΑΥΡΟΚΟΡΔΑΤΟΥ 7, Τ.Κ. 106 78, ΑΘΗΝΑ Γραφεία ☎ 210 3807093, - Κινητό Ε.Ο.Φ. 694 732 3844 e-mail: <a href="mailto:eof@otenet.gr">eof@otenet.gr</a>, website: <a href="http://www.eoffisiolatria.gr">www.eoffisiolatria.gr</a>, <a href="https://www.facebook.com/eoffisiolatria/">https://www.facebook.com/eoffisiolatria/</a></p>
--	--

Άφιξη στο λιμάνι της Λήμνου, τη **Μύρινα**, στις **08:45** π.μ. Το πούλμαν θα μας μεταφέρει από το λιμάνι στο ξενοδοχείο **Διαμαντίδης**, που θα μας φιλοξενήσει όλες τις μέρες διαμονής μας στη Λήμνο. Στη συνέχεια θα ξεκινήσουμε την περιήγηση μας στην **πόλη της Μύρινας**. Θα επισκεφτούμε το **Αρχαιολογικό Μουσείο** όπου εκτίθενται τα αρχαιολογικά ευρήματα από την Πολιόχνη, τις Σειρήνες και την Ηφαιστία. Ενδιαφέρον είναι και το **Εργαστήρι Αγιογραφίας Ζηνοβίας Κοντογεωργάκη** στην αγορά.

Θα περπατήσουμε στον **Ρωμαϊκό Γιαλό** με τα αρχοντικά των Αιγυπτιακών και θα καταλήξουμε για μπάνιο και φαγητό στη πολύ κοντινή παραλία των **Ρηχών Νερών** που θεωρείται μία από τις ομορφότερες του νησιού. Το απόγευμα της ίδιας μέρας, ανάβαση στο **Ενετικό Κάστρο** απ' όπου θα δούμε το ηλιοβασίλεμα και στην επιστροφή θα ήταν δελεαστικό ένα ουζάκι στο παραδοσιακό καφενείο / πρώην τζαμί.

### Κυριακή 31 Μαΐου 2026 (3η μέρα)

**Αρχαιολογικοί χώροι Καβειρίου, Ηφαιστίας, Κοντοπούλι, Αλυκή, Καλλιόπη, Κότσινας**



*Το ιερό των Καβείρων*



*Το άγαλμα της Μαρούλας στον Κότσινας*

Μετά το πρωινό, στις **08:30** π.μ. ξεκινάμε από την Μύρινα με πούλμαν που θα μας μεταφέρει στο **Καβείριο**. Θα επισκεφτούμε τον **Αρχαιολογικό Χώρο Καβειρίου**, και θα δούμε την **Σπηλιά του Φιλοκλήτη** στην παραλία.

Στη συνέχεια η πεζοπορική ομάδα θα έχει την δυνατότητα να πεζοπορήσει από εκεί μέχρι τον **Κότσινας** περνώντας από την παραλία **Σαραβάρι** και τον χώρο της **Ηφαιστίας** (ώρες πορείας 3 / ΒΔ Α) .

Η περιηγητική ομάδα μετά την επίσκεψη του Αρχαιολογικού χώρου Καβειρίου θα επισκεφτεί τον Αρχαιολογικό Χώρο της Ηφαιστίας και το χωριό Κοντοπούλι όπου έζησε εξόριστος ο Γιάννης Ρίτσος. Εδώ μπορούμε να δούμε το παραδοσιακό Εργαστήρι και έκθεση Αγγειοπλαστικής καθώς και το Αποστακτήριο τσίπουρου (λακαριό). Ενδιαφέρουσα είναι η εκκλησία του Αγίου Δημητρίου. Θα κάνουμε και μία στάση στην λιμνοθάλασσα **Αλυκή**, μία από τις μεγαλύτερες της Ελλάδος. Έχει χαρακτηριστεί υδροβιότοπος ιδιαίτερης σημασίας.

Θα καταλήξουμε όλοι στον **Κότσινα** όπου θα έχουμε ελεύθερο χρόνο για περιήγηση του οικισμού, μπάνιο και φαγητό. Στην συνέχεια θα κάνουμε μία στάση κοντά στο χωριό **Βάρος** για να δούμε τον απολιθωμένο κορμό που έχει ανακηρυχθεί μνημείο της φύσης. Η τελευταία μας στάση πριν επιστρέψουμε στη Μύρινα, θα είναι στο **Κτήμα Χατζηγεωργίου** όπου παρασκευάζονται τα περίφημα κρασιά της Λήμνου.

### Δευτέρα 1η Ιουνίου 2026 (4η μέρα)

Αρχαιολογικός χώρος Πολιόχνης, Καμίνια, Ρουσσοπούλι, Μούδρος



*Ο αρχαιολογικός χώρος της Πολιόχνης*



*Η παραλία Φαναράκι στο Μούδρο*

Μετά το πρωινό, ξεκινάμε με πούλμαν για τον Αρχαιολογικό Χώρο Πολιόχνης όπου θα ξεναγηθούμε. Η Πολιόχνη αποτελεί έναν από τους σπουδαιότερους αρχαιολογικούς χώρους όχι μόνο της Λήμνου αλλά και ολόκληρης της Ευρώπης, καθώς θεωρείται η **πρώτη οργανωμένη πόλη της Ευρώπης**. Αναπτύχθηκε ήδη από την 3η χιλιετία π.Χ. και υπήρξε ένα από τα σημαντικότερα αστικά κέντρα του προϊστορικού Αιγαίου, μαζί με την Τροία.

Στη συνέχεια θα επισκεφθούμε τον **Άγιο Σώζοντα** (πολιούχο της Λήμνου) και μέσω των χωριών **Καμίνια** και **Ρουσσοπούλι** θα καταλήξουμε στο **Μούδρο**. Εκεί αξίζει να επισκεφθούμε την **εκκλησία της Ευαγγελίστριας** και τα ευρήματα από το **απολιθωμένο δάσος**.

Μετά το τέλος της περιήγησης μπορούμε να κολυμπήσουμε στην όμορφη **παραλία Φαναράκι** και να γευματίσουμε σε τοπική ταβέρνα. Τελευταία στάση πριν επιστρέψουμε στη Μύρινα είναι το χωριό **Ρωμανός**, ένα από τα πιο εντυπωσιακά χωριά της Λήμνου. Τα πέτρινα «αιγυπτιώτικα» αρχοντικά, χτισμένα από εύπορους Λημνιούς μετανάστες στην Αίγυπτο τον 19ο αιώνα, δίνουν στο χωριό ξεχωριστή αρχιτεκτονική ταυτότητα.

### Τρίτη 02 Ιουνίου 2026 (5η μέρα)

**Αμμοθίνες, Γεωλογικό πάρκο Φαρακλό, χωριά της βορειοδυτικής πλευράς του νησιού**



*Οι Αμμοθίνες*



*Το γεωλογικό πάρκο Φαρακλό*

Μετά το πρωινό, ξεκινάμε με πούλμαν για να επισκεφθούμε δύο από τα πιο εντυπωσιακά φυσικά αξιοθέατα στο βόρειο τμήμα του νησιού. Το πρώτο είναι **οι Αμμοθίνες**, στα βόρεια παράλια της Λήμνου, όπου έχουμε την αίσθηση ότι βρισκόμαστε στην Σαχάρα. Το δεύτερο είναι το **γεωλογικό πάρκο Φαρακλό** όπου θα μείνουμε κατάπληκτοι από τα φυσικά πέτρινα γλυπτά. Θα επιστρέψουμε από την πλευρά της Λήμνου που περνάει από τα χωριά Σαρδές, Κορνό και Κάσπακα. Πριν καταλήξουμε στη Μύρινα θα κάνουμε μικρή παράκαμψη για την παραλία του Αγίου Ιωάννη για μπάνιο και φαγητό.

## Τετάρτη 03 Ιουνίου 2026 (6η μέρα)

Κοντιάς, Τσιμάνδρια, Πορτιανού, Νέα Κούταλη, Παραλία Εβγάτης



*Εκκλησάκι Παναγίας Κακαβιώτισσας*



*Παραλία Εβγάτη*

Μετά το πρωινό και αφού αποθηκεύσει όλες μας τις αποσκευές στο ξενοδοχείο, ξεκινάμε το πρόγραμμά μας.

**Πεζοπορικό πρόγραμμα:** Μετά το πρωινό η πεζοπορική ομάδα θα προωθηθεί σε σημείο από όπου θα περπατήσει ως το **Εκκλησάκι Παναγίας της Κακαβιώτισσας**. Από εκεί θα κατηφορίσει ως την οργανωμένη παραλία **Εβγάτης** όπου θα βρεθεί με τους περιηγητές για να συνεχίσουν όλοι μαζί το πρόγραμμα.

**Περιηγητικό πρόγραμμα:** Η τουριστική ομάδα θα ξεκινήσει λίγο αργότερα με το πούλμαν.

Πρώτα θα επισκεφθεί το **Εκκλησάκι Παναγίας της Κακαβιώτισσας**. Στην παραλία **Εβγάτη** θα παραλάβει την πεζοπορική ομάδα για να συνεχίσουν όλοι μαζί την περιήγηση.

Πρώτος σταθμός ο **Κοντιάς**, ένα από τα μεγαλύτερα και ωραιότερα χωριά της Λήμνου, με έντονο το αποτύπωμα της ιστορίας του. Τα πέτρινα αρχοντικά των караβοκύρηδων, τα λιθόστρωτα δρομάκια, οι ανεμόμυλοι και οι εκκλησίες συνθέτουν ένα αυθεντικό σκηνικό. Στον Κοντιά βρίσκεται και η **Πινακοθήκη Σύγχρονης Βαλκανικής Τέχνης**, ενώ ο ενοριακός ναός του **Αγίου Δημητρίου** δεσπόζει στο κέντρο του χωριού. Συνεχίζουμε για τα **Τσιμάνδρια** το χωριό του γλεντιού. Στο χωριό **Πορτιανού**, θα επισκεφτούμε το **Λαογραφικό Μουσείο**, το **Εργαστήριο Αρτοποιημάτων Ποριάζη**. Το Πορτιανού, που σημαίνει «καινούριο λιμάνι», ξεχωρίζει για τα παλιά αρχοντικά, το ιστορικό δημοτικό σχολείο και την εκκλησία των Εισοδείων της Θεοτόκου



(1835). Θα δούμε επίσης το αρχοντικό που φιλοξένησε τον Ουίνστον Τσώρτσιλ και το αρχοντικό του Γ. Κωνσταντίνου. Σε μικρή απόσταση από τον οικισμό, το **Ρωσικό Κοιμητήριο 1918** και το **Κενοτάφιο της Λήμνου**.

Στη **Νέα Κούταλη**, με το γραφικό λιμανάκι, θα επισκεφτούμε το παραδοσιακό **καρνάγιο**, το νέο **Μουσείο Ναυτικής Παράδοσης και Σπογγαλιείας**, αφιερωμένο στη ναυτική ιστορία και στους σφουγγαράδες της περιοχής. Τελευταίος σταθμός, πριν από τη Μύρινα, είναι η **παραλία Εβγάτη** για μπάνιο και φαγητό.

Επιστρέφουμε στη Μύρινα για να περάσουμε τις τελευταίες ώρες μας με περιήγηση και φαγητό. Το βράδυ επιβιβαζόμαστε στο πλοίο που φεύγει για **Πειραιά** στις **21:15 μ.μ.**

#### **Πέμπτη 4 Ιουνίου 2026 (7η μέρα)**

Αφιξη με το πλοίο στο λιμάνι του **Λαυρίου** στις **5:55 π.μ.** Εκεί θα μας περιμένει πούλμαν για να μας μεταφέρει στην Αθήνα.

Αρχηγός περιηγητικής ομάδας: **Νιόβη Λυγκιάρη**

Αρχηγός πεζοπορικής ομάδας: **Μάγια Βέπερ**

Κόστος εκδρομής ανά άτομο:

**290,00 ευρώ** (σε **δίκλινο** δωμάτιο ξενοδοχείου, και μετάβαση στη Λήμνο με δικά τους μέσα)

**420,00 ευρώ** (σε **δίκλινο** δωμάτιο ξενοδοχείου, και μετάβαση με πλοίο σε **4κλινη** καμπίνα)

**405,00 ευρώ** (σε **δίκλινο** δωμάτιο ξενοδοχείου, και μετάβαση με πλοίο σε **αριθμημένο** κάθισμα)

**370,00 ευρώ** (σε **δίκλινο** δωμάτιο ξενοδοχείου, και μετάβαση με πλοίο σε **οικονομική** θέση)

Το **μονόκλινο** δωμάτιο επιβαρύνεται με **140,00 ευρώ**

**Προκαταβολή: 200,00 ευρώ**



Στην τιμή περιλαμβάνονται:

- ✓ Η μετάβαση με πούλμαν από τα γραφεία της Ε.Ο.Φ. και προς Λαύριο και η επιστροφή. Όσοι επιλέξουν να ταξιδέψουν αεροπορικά ή να μεταβούν στο Λαύριο με Ι.Χ. δεν θα χρεωθούν αυτή τη δαπάνη.
- ✓ Η ακτοπλοϊκή μεταφορά με πλοίο από και προς Λήμνο για όσους δεν μεταβούν αεροπορικά.
- ✓ Η μετακίνηση με πούλμαν όλες τις μέρες στο νησί.
- ✓ Τέσσερις (4) διανυκτερεύσεις με πρωινό στο ξενοδοχείο Διαμαντίδης (συμπεριλαμβάνονται όλοι οι φόροι και το τέλος δωματίου).
- ✓ Η ξενάγηση στον αρχαιολογικό χώρο της Πολιόχνης

Στην τιμή **δεν** περιλαμβάνονται:

- ✓ Είσοδοι σε μουσεία, αρχαιολογικούς χώρους, επισκέψεις σε εκθέσεις και εργαστήρια.

Για να εγγραφείτε στην εκδρομή καλείτε στο τηλέφωνο της **ΕΟΦ 694 732 3844** από Δευτέρα μέχρι Παρασκευή τις ώρες από 17:00 έως 21:00 μ.μ.

Η επιβεβαίωση της κράτησης και η σειρά προτεραιότητας θεωρείται **έγκυρη** μόνο εφόσον γίνει και η **κατάθεση της προκαταβολής** στην τράπεζα.

Η προκαταβολή (200 ευρώ) κατατίθεται στην **Alpha Bank** αρ. λογ. 1010 0200 2314 426 ή IBAN: **GR89 0140 1010 1010 0200 2314 426** (δικαιούχος λογαριασμού Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών).

Παρακαλούμε στην κατάθεση σημειώστε το επώνυμό σας και τη λέξη **ΛΗΜΝΟΣ!**

Μην ξεχάσετε να στείλετε αντίγραφο καταθετηρίου πληρωμής στο e-mail:

**[enosioreivatofisiolatron@gmail.com](mailto:enosioreivatofisiolatron@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.

**Πολιτική 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.

	<p><b>ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ</b> Έτος ίδρύσεως 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: <a href="mailto:eof@otenet.gr">eof@otenet.gr</a>, website: <a href="http://www.eoffisiolatria.gr">www.eoffisiolatria.gr</a>, <a href="https://www.facebook.com/eoffisiolatria/">https://www.facebook.com/eoffisiolatria/</a></p>
--	--

Οι ώρες που αναγράφονται στο πρόγραμμα είναι ενδεικτικές και ενδέχεται να αλλάζουν ανάλογα με τις συνθήκες. Οι αρχηγοί της εκδρομής έχουν το δικαίωμα μερικής ή ολικής τροποποίησης του προγράμματος της εκδρομής, όταν αυτό επιβάλλεται από αντικειμενικούς λόγους όπως, καιρικές συνθήκες, δυσκολίες τοπικού οδικού δικτύου κλπ.)

