

Κυριακή 02 – Πέμπτη 06 Αυγούστου 2026

Ο ΟΛΥΜΠΟΣ αλλιώς...!



Καταρράκτης

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΗΣ

Κυριακή 02.08.2026

Αναχώρηση στις **09:00 π.μ.** από το σταθμό υπεραστικών λεωφορείων **ΚΤΕΛ Λιοσίων** (Στρατηγού Δαγκλή 26) με προορισμό το **Λιτόχωρο Πιερίας**, όπου θα διανυκτερεύσουμε το βράδυ της Κυριακής.

Δευτέρα 03.08.2026

Μετά το πρωινό στο ξενοδοχείο, μεταφορά με ταξί μέχρι το **καταφύγιο Μπουντόλα** στην θέση **Σταυρός** (υψόμετρο 950 μ.) απ' όπου θα πραγματοποιήσουμε την διαδρομή προς το **καταφύγιο Κορομηλιάς** (υψόμετρο 1.020 μ.).

Υψομετρική ανάβαση 517 μ, κατάβαση 339 μ, διάσχιση 6,86 χλμ, 3:30 ώρες πορείας, ΒΔ: Α+). Στο καταφύγιο Κορομηλιάς θα διανυκτερεύσουμε. Το καταφύγιο διαθέτει φαγητό και κρεβάτια.



Τρίτη 04/08/2026

Από το **καταφύγιο Κορομηλιάς**, θα πραγματοποιήσουμε **κυκλική διαδρομή** περνώντας από το **Ρέμα Ορλιά** με τον καταρράκτη του **Κόκκινου βράχου**, επιστρέφοντας στο **καταφύγιο της Κορομηλιάς**.

Απόσταση 9,63 χλμ, υψομετρική διαφορά 857 μ, ώρες πορείας 7, ΒΔ: Β).

Απαραίτητο το μαγιό, για όποιον θέλει να κολυμπήσει στον καταρράκτη ή σε μία από τις βάθρες που θα συναντήσουμε στην διαδρομή μας. Θα διανυκτερεύσουμε πάλι στο **καταφύγιο της Κορομηλιάς**.

Τετάρτη 05/08/2026

Το πρωί φεύγουμε από το **καταφύγιο της Κορομηλιάς** για να πραγματοποιήσουμε τη διαδρομή προς το **καταφύγιο Πετρόστρουγκας**.

Διάσχιση 5 χλμ, υψομετρική διαφορά ανάβασης 983 μ., ώρες πορείας 4, ΒΔ: Β. Θα διανυκτερεύσουμε στο καταφύγιο Πετρόστρουγκας που διαθέτει φαγητό, κρεβάτια και κουβέρτες.

Πέμπτη 06/08/2026

Το πρωί φεύγουμε από το καταφύγιο Πετρόστρουγκας, για να περπατήσουμε στο μονοπάτι του **Γομαρόσταλου** ως τη θέση **Πριόνια**.

Διάσχιση 6,22 χλμ, υψομετρική διαφορά κατάβασης 831 μέτρα, ώρες πορείας 4.

Επιστροφή στο Λιτόχωρο με ταξί. Από εκεί, θα επιβιβαστούμε στο **λεωφορείο ΚΤΕΛ** στις **15:00 μμ.** για επιστροφή από το Λιτόχωρο στην Αθήνα.

Αρχηγός εκδρομής: **Μάγια Βέττερ**

Τηλέφωνα επικοινωνίας: **697 6855659 / 210 7223649.**

Κόστος εκδρομής: **180 ευρώ**

Η συμμετοχή σας στην εκδρομή επιβεβαιώνεται με την κατάθεση

προκαταβολής: **100 ευρώ**, στον λογαριασμό της ΕΟΦ στην **Alpha Bank**

αριθμός λογαριασμού: 101002002314426

IBAN: GR8901401010101002002314426

Δικαιούχος: **Ένωση Ορειβατών Φυσιολατρών**



Στην κατάθεση παρακαλούμε να σημειώσετε το **ονοματεπώνυμο** σας και τη λέξη **ΟΛΥΜΠΟΣ**. Μας ειδοποιείτε στέλνοντας αντίγραφο της κατάθεσης σας στο e-mail της ΕΟΦ: enosioreivatontfisiolatron@gmail.com

Σημειώσεις.

1) Στην τιμή περιλαμβάνονται:

- ✓ Τα εισιτήρια μεταφοράς με λεωφορεία ΚΤΕΛ από Αθήνα προς Λιτόχωρο και επιστροφή.
- ✓ Μια (1) διανυκτέρευση σε δίκλινο δωμάτιο στο Λιτόχωρο με πρωινό.
- ✓ Δύο (2) διανυκτερεύσεις στο καταφύγιο της Κορομηλιάς.
- ✓ Μία (1) διανυκτέρευση στο καταφύγιο της Πετρόστρουγκας.

2) Στην τιμή δεν περιλαμβάνονται:

- ✓ Η μεταφορά με ταξί από το Λιτόχωρο ως τη θέση Σταυρός (το ταξί στοιχίζει 20 ευρώ)
- ✓ Η μεταφορά με ταξί από την θέση Πριόνια ως το Λιτόχωρο (το ταξί στοιχίζει 35 ευρώ)

3) Μην ξεχάσετε!

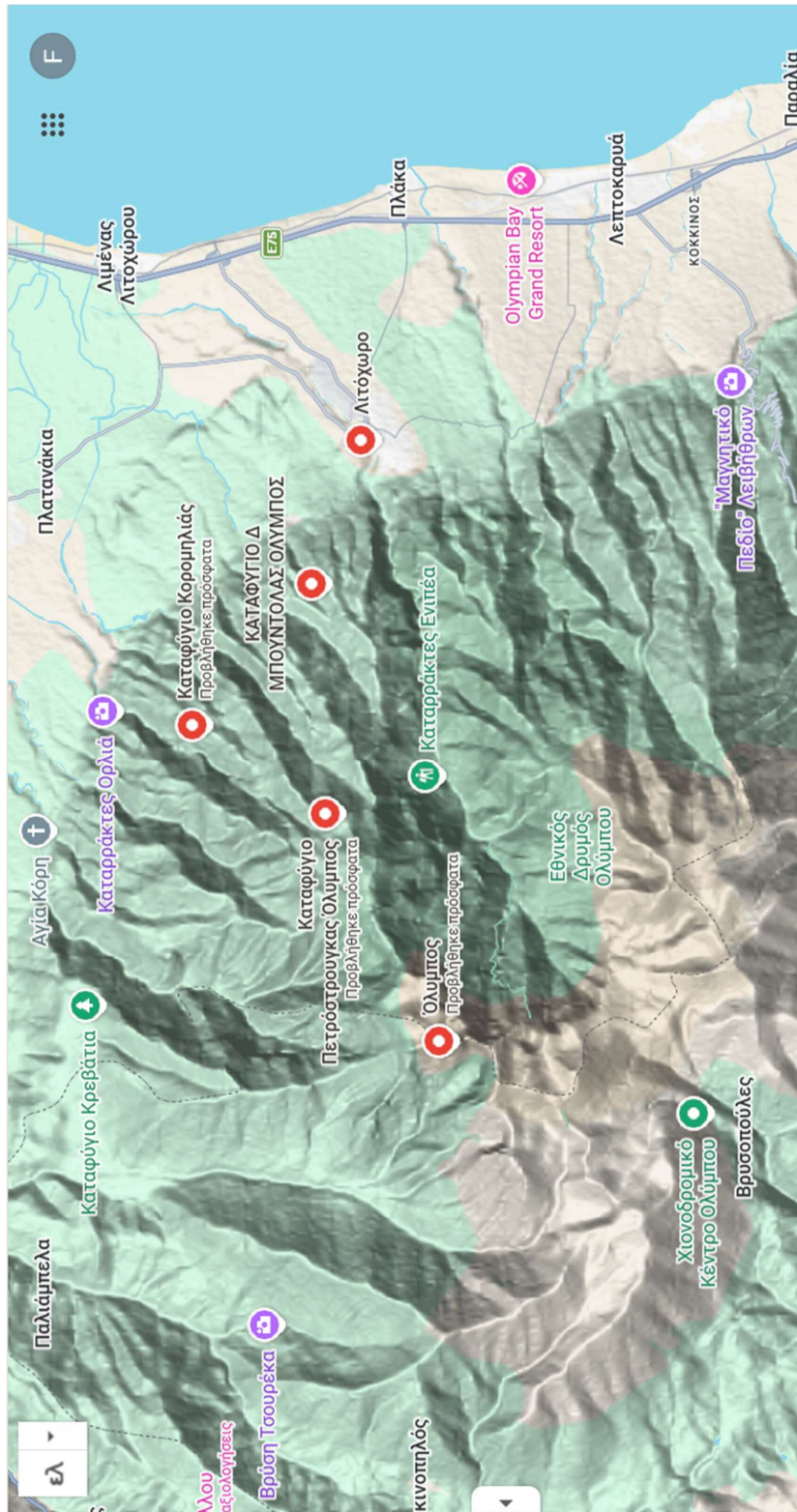
Για τις ορειβατικές διαδρομές:

- ✓ να έχουμε μαζί μας σακίδιο με νερό, ελαφρύ σνακ, καπέλο, σκούφο, γάντια, αδιάβροχο, fleece, γυαλιά ηλίου, αντιηλιακή κρέμα.
- ✓ Όποιος θέλει να κάνει μπάνιο στον καταρράκτη ή στις βάθρες, να έχει μαζί του μαγιό και μικρή πετσέτα.

Για τη διαμονή στα καταφύγια:

- ✓ Στα καταφύγια θα βρούμε νερό, φαγητό και σνακ.
- ✓ Το καταφύγιο της Κορομηλιάς διαθέτει ανά άτομο 1 κουβέρτα, μία μαξιλαροθήκη και 1 σεντόνι. Το καταφύγιο της Πετρόστρουγκας διαθέτει κουβέρτες. Προτείνουμε να πάρετε μαζί σας σακοσέντονο ή υπνόσακο.

Η εκδρομή θα πραγματοποιηθεί εφόσον το **επιτρέπει ο καιρός!**



Χάρτης Ολύμπου



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/>

