



Τετραήμερο Περιπέτειας στα Τζουμέρκα

14 – 17/06/2021

(για παιδιά 13-17 ετών)

Έπειτα από 6 μήνες καραντίνας, με αποχή από τα αθλήματα, τις παρέες και τις αγαπημένες συνήθειές μας, επιστρέφουμε – επιτέλους – με αργούς ρυθμούς προς το παρόν, σε ένα γνώριμο τρόπο ζωής, με φίλους και δραστηριότητες, με ταξίδια και νέες εμπειρίες!

Ευκαιρία λοιπόν για μία μοναδική απόδραση στην ελληνική φύση, αμέσως μετά το κλείσιμο των σχολείων (*γυμνασίων και λυκείων*). Η Χ.Α.Ν.Θ. – σε συνεργασία με την Happy Mountain – ετοίμασαν για εσάς ένα Τετραήμερο Περιπέτειας σε μία από τις πιο όμορφες περιοχές της Ελλάδας, τα μαγευτικά Τζουμέρκα!

Οι τρεις διανυκτερεύσεις μας θα πραγματοποιηθούν στο ορειβατικό καταφύγιο των Μελισσουργών στα Τζουμέρκα, σε υψόμετρο 1023μ., στα όρια των νομών Άρτας και Ιωαννίνων. Μπροστά μας απλώνεται ο ορεινός όγκος της Κακαρδίτσας και ακριβώς πίσω από το καταφύγιο, υψώνεται η εντυπωσιακή κορυφή Στρογγούλα, ορατή από μεγάλη απόσταση, χαρακτηριστική κορυφή της περιοχής!



Μέσα σε ένα κατάφυτο δάσος από έλατα, το καταφύγιο προσφέρει απλόχερα στους επισκέπτες του ένα ειδυλλιακό περιβάλλον, με ζεστά παραδοσιακά πιάτα και μεζέδες για όλους τους επισκέπτες. Ταυτόχρονα, η ηρεμία και η απίθανη θέα προς τις απέναντι κορυφές, σε συνδυασμό με την ξύλινη σάουνα (!) μέσα στο δάσος και τις βραδιές γύρω από τη φωτιά, στοιχηματίζουμε ότι θα δημιουργήσουν για όλους εμάς που θα συμμετέχουμε, όλες αυτές τις νέες εμπειρίες, που τόσο μας έλειψαν αυτόν τον καιρό!

Από το καταφύγιο και περίξ αυτού ξεκινούν μονοπάτια με προορισμό τους καταρράκτες του Κεφαλόβρυσου, το καταφύγιο των γειτονικών Πραμάντων και την κορυφή Στρογγούλα.

Σκοπός μας να εξερευνήσουμε την περιοχή, την καλύτερη περίοδο του χρόνου, πεζοπορώντας στα γύρω μονοπάτια και γνωρίζοντας όμορφα, παραδοσιακά χωριά όπως το Συρράκο και οι Καλαρρύτες. Μαζί θα ανακαλύψουμε κρυμμένους θησαυρούς της φύσης, όπως φαράγγια, πέτρινα γεφύρια και καταρράκτες... Μην ξεχάσετε να πάρετε μαζί το μαγιό σας! Το μπάνιο σε βάθρες και ποτάμια είναι ιδιαίτερα αναζωογονητικό!

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ 14/06/2021

09:30... Συνάντηση στην Χ.Α.Ν.Θ.

10:00... Αναχώρηση για Τζουμέρκα

13:30-14:30... Άφιξη στο καταφύγιο. Τακτοποίηση στα δωμάτια. Ελεύθερος χρόνος

18:00-21:00... Πρώτη απογευματινή πεζοπορία – γνωριμία με την περιοχή. Επίσκεψη στους καταρράκτες του Κεφαλόβρυσου.

21:30-22:30... Βραδινό γεύμα. Ελεύθερη ώρα για συζήτηση, ιστορίες και παιχνίδια γύρω από την φωτιά.

ΤΡΙΤΗ 15/06/2021

07:00-08:00... Πρωινό γεύμα

08:30-09:00... Αναχώρηση για την πρώτη μέρα διάσχισης. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει πεζοπορία προς το καταφύγιο των Πραμάντων και την κορυφή Στρογγούλα ή εναλλακτικά (ανάλογα και τον καιρό) μία κυκλική – περιηγητική διαδρομή προς το χωριό Συρράκο, περνώντας μέσα από μονοπάτια, καταρράκτες και πέτρινα γεφύρια. Η επιστροφή μας στο καταφύγιο το απόγευμα.

20:00-23:00... Ξεκούραση, χαλάρωση στη σάουνα και φαγητό. Μία κουραστική μέρα έτσι πρέπει να τελειώνει!

ΤΕΤΑΡΤΗ 16/06/2021

08:00-09:00... Πρωινό γεύμα

09:30-10:00... Αναχώρηση για τη δεύτερη μέρα διάσχισης. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει πεζοπορία προς το καταφύγιο των Πραμάντων και την κορυφή Στρογγούλα ή εναλλακτικά (ανάλογα και τον καιρό) μία κοντινή διαδρομή προς το χωριό των Μελισσουργών, σε χαμηλότερο υψόμετρο. Εδώ προετοιμαστείτε για βουτιές σε βάθρες και μπάνιο στο ποτάμι! Είπαμε, βρισκόμαστε στο καλύτερο μέρος, την καλύτερη περίοδο του χρόνου... Ας το εκμεταλλευθούμε!

20:00-23:00... Ξεκούραση, χαλάρωση στη σάουνα και φαγητό. Το τελευταίο βράδυ μας γύρω από τη φωτιά...

ΠΕΜΠΤΗ 17/06/2021

08:30-09:30... Πρωινό γεύμα. Τελευταία μέρα, λίγο αργότερα το πρωινό ξύπνημα δεν θα πειράξει κανέναν...

10:00-10:30... Αναχώρηση για το Κέντρο Άθλησης και Αναψυχής στα Πράμαντα. Θα έχουμε ένα τρίωρο γεμάτο από δραστηριότητες όπως αναρρίχηση τοίχου (κλειστού χώρου), διαδρομές με mountain bike, παιχνίδια survivor και Bumper Balls (Sumo Balls), για να κλείσουμε ευχάριστα και διασκεδαστικά το πιο Fun n' Action τετραήμερο της ζωής μας!

19:00-20:00... Επιστροφή στη Θεσσαλονίκη (Πλατεία Χ.Α.Ν.Θ.)



Κόστος συμμετοχής:

315 ευρώ / άτομο. Ελάχιστη συμμετοχή τα 25 παιδιά.

Περιλαμβάνει: Τρεις διανυκτερεύσεις στο καταφύγιο, τρία πρωινά γεύματα, τέσσερα γεύματα (μεσημεριανά και βραδινά) και ένα γεύμα πεζοπορίας, δραστηριότητες, εξοπλισμό, έμπειρους συνοδούς, αυτοκίνητο συνοδείας – ασφάλειας, ΦΠΑ 24%

Δεν περιλαμβάνει: χρήση σάουνας (10 ευρώ το άτομο), εξτρά πιθανά γεύματα και ό,τι δεν αναφέρεται.

Δήλωση ενδιαφέροντος συμμετοχής στο παρακάτω link:

<https://forms.gle/xX9CE7GT2YH9Lw9>

Χρονικό διάστημα υποβολής δηλώσεων 14/05 – 27/05/2021.

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ...

- ➔ Το καταφύγιο διαθέτει δύο δωμάτια των 10 ατόμων και τρία των 5 ατόμων. Για λόγους covid-19, η χωρητικότητα προσαρμόζεται ανάλογα (δύο δωμάτια X 8 άτομα & τρία δωμάτια X 4 άτομα)
- ➔ Κάθε δωμάτιο έχει το δικό του μπάνιο με ζεστό νερό και τουαλέτα.
- ➔ Σε περίπτωση που η συμμετοχή των παιδιών είναι μεγαλύτερη από τη χωρητικότητα του καταφυγίου, τα μεγαλύτερα παιδιά θα διανυκτερεύσουν εκτός καταφυγίου, σε αντίσκηνα των 2-3 ατόμων.
- ➔ Η πρόσβαση στο καταφύγιο είναι εύκολη, καθώς βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό των Μελισσουργών, σε ασφαλτοστρωμένο δρόμο. Μόνο τα τελευταία 300-400 μέτρα είναι χωματόδρομος, όπου τα παιδιά μπορούν είτε να περπατήσουν, είτε να μεταφερθούν (αν χρειαστεί) με το van του καταφυγίου.



Τι πρέπει να έχω μαζί μου...

Σακίδιο πλάτης χωρητικότητας 50-70 λίτρων	αθλητικά παπούτσια ή μποτάκια ορειβασίας
Υπνόσακο (sleeping bag)	δεύτερα παπούτσια (θα βραχούν στο μπάνιο!)
σεντόνια	μαγιό
μαξιλαροθήκη	είδη υγιεινής
αδιάβροχο jacket	υγρά μαντηλάκια
φούτερ/fleece	μάσκες COVID-19
μακρύ παντελόνι	απολυμαντικό χεριών
βερμούδες - σορτσάκια	καπέλο ηλίου φωτογραφική/κινητό τηλέφωνο
3 αλλαξιές εσώρουχα και κάλτσες	Συμπληρωμένο το ιατρικό έντυπο (αλλεργίες, θεραπείες, συνταγογράφηση)
σαγιονάρες	

****24 ώρες πριν την αναχώρηση θα πρέπει να έχει διενεργηθεί προληπτικός διαγνωστικός έλεγχος για τη νόσο COVID – 19.

Παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας, είτε μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας είτε μέσω τηλεφώνου στα παρακάτω τηλέφωνα και email, για οποιαδήποτε συμπληρωματική πληροφορία ή διευκρίνιση:

231 600 1000 εσωτερικό : 852, 851, 850, camps@ymca.gr

Χ.Α.Ν.Θ.

Τομέας Κατασκηνώσεων & Εκδρομών



1921–2021
Εκατό χρόνια ΧΑΝΘ
YMCA of Thessaloniki
one hundred years