



# ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗ

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ  
ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ



Διανέμεται δωρεάν

Μάιος – Ιούνιος – Ιούλιος– Αύγουστος 2017 Τεύχος 41

## ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ ΣΤΟ ΣΚΑΚΙ Α΄ ΕΘΝΙΚΗΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ ΤΟ 2016 ΚΑΙ 2ος ΤΟ 2017 Ο ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ

### ♦ Ο ΕΟΑΟ Φυσιολάτρης Νίκαιας 2ος στο πρωτάθλημα Ελλάδος σκάκι 2017.

Νέα μεγάλη επιτυχία της ομάδας του Φυσιολάτρη στην ένατη συμμετοχή της στο πρωτάθλημα της Α΄ εθνικής 2017, μετά την περσινή όπου ανακηρύχθηκε πρωταθλητής Ελλάδος στο σκάκι.



Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά κατάφερε να ανέβει στο βάθρο καθώς με 6 νίκες και 1 ήττα κατέ-

κτησε τη 2<sup>η</sup> θέση στο 45<sup>ο</sup> Ομαδικό Πρωτάθλημα Α΄ Εθνικής 2017. Πρωταθλήτρια Ελλάδος η ομάδα του Σ.Ο. Καβάλας με 13 βαθμούς, στη 2<sup>η</sup> θέση η ομάδα του Φυσιολάτρη με 12 βαθμούς και στην 3<sup>η</sup> θέση η Ε.Σ. Θεσσαλονίκης με 11 βαθμούς.

Η τελική κατάταξη για τις 8 πρώτες ομάδες είχε ως εξής:

Ομάδες	+	=	-	Βαθμ	Κριτ	Πόντ
1 ΣΟ ΚΑΒΑΛΑΣ	6	1	0	13	379	48
2 'ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ'	6	0	1	12	329,5	44,8
3 ΕΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ	5	1	1	11	337,5	46
4 ΣΚΑΚ.ΑΚ. ΧΑΝΙΩΝ	4	2	1	10	324,5	39
5 Σ.Ο. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	5	0	2	10	300	38,5
6 ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣ	4	1	2	9	259	41
7 Ο.Φ.Η.	4	1	2	9	246,5	40,5
8 ΠΣ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ	4	1	2	9	242	38,5

Τα αποτελέσματα της ομάδας μας αναλυτικά:

<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>	7-3	Φ.Ο.Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΤΤ.
<b>Α.Ο. «ΚΑΪΣΣΑ» ΧΑΝΙΩΝ</b>	2-8	<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>
<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>	8-2	Σ.Α. ΜΟΥΔΑΝΙΩΝ
<b>Ε.Σ. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ</b>	4-6	<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>
<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚ.</b>	2,5-7,5	Σ.Ο. ΚΑΒΑΛΑΣ
<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>	7-3	Σ.Α. ΧΑΝΙΩΝ
<b>ΣΚΑΚ. ΕΠ. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ</b>	4-6	<b>ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ</b>

Με την ομάδα μας αγωνίστηκαν 14 σκακιστές και σκακίστριες. Αποτελέσματα ανά σκακιέρα:

**1η σκακιέρα GM**  
Loek Van Wely 2 πόντοι σε 6 αγώνες, GM Στέλιος Χαλκιάς 0,5π. σε 1αγ.

**2η σκακιέρα GM**  
Στέλ. Χαλκιάς 3π. σε 5αγ., IM Γιάν. Γεωργιάδης 0,5π. σε 2αγ.

**3η σκακιέρα IM Γιάν. Γεωργιάδης** 2π. σε 3αγ., GM Σπ. Καπνίσης 1π. σε 2αγ., FM Γιώργος Γκούμας 2π. σε 2αγ.

**4η σκακιέρα GM**  
Σπύρος Καπνίσης 2π. σε 2αγ., FM Γιώργος Γκούμας 0,5π. σε 2αγ., Παναγιώτης Μιχαλάκος 2π. σε 3 αγ.

**5η σκακιέρα WGM**  
M. Brunello 4π. σε 7αγ.

**6η σκακιέρα WIM**  
Αναστασία Αβραμίδου 6π. σε 7αγ.

**7η σκακιέρα Μάγδα Λουκά** 2π. σε 4αγ., Χρυσούλα Μπαστιάνου 2π. σε 3αγ.

**8η σκακιέρα Αλέξανδρος Κουσκούτης** 5,5π. σε 7αγ.

**9η σκακιέρα Βασίλης -Γιώργος Ανδρουτσόπουλος-Αγιώτατος** 3,5π. σε 6αγ., Χρήστος Κράλλης 1π. σε 1αγ.

**10η σκακιέρα Χρήστος Κράλλης** 3π. σε 5αγ., Ροδόλφος Σταματίου 2π. σε 2αγ.

Συγχαρητήρια σε όλους τους παίκτες αλλά και τους προπονητές μας Νίκο Ορنيθόπουλο, Γιώργο Γκούμα, Σπύρο Καπνίση και Στέλιο Χαλκιά για τη συμβολή τους στη νέα επιτυχία της ομάδας μας.

Ευχόμαστε οι κατακτήσεις του Φυσιολάτρη να βάλουν τις βάσεις για ένα καλύτερο αύριο για το σκάκι στη Νίκαια.





## Σκακιστικά Νέα



### ♦ 25ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΣΚΑΚΙ «ΤΙΜΗ ΣΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ»

Πρωταθλητής Ελλάδος και νικητής του τουρνουά ο **GM ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**

Πρωταθλήτρια Γυναικών η **Ευανθία Μάκκα**

Από την 26η Αυγούστου ως την 3η Σεπτεμβρίου 2017 πραγματοποιήθηκε στον Πολιτιστικό Πολυχώρο «Μάνος Λοΐζος» το 25ο Διεθνές Τουρνουά Νίκαιας, που είναι αφιερωμένο στην Εθνική Αντίσταση κατά των δυνάμεων κατοχής 1940-44. Το τουρνουά διοργανώθηκε από το Δήμο Νίκαιας – Αγ. Ι. Ρέντη σε συνεργασία με τον Ε.Ο.Α.Ο. ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗ Νίκαιας και την Ε.Σ.Ο.



Στον Α΄ όμιλο του τουρνουά ήταν ενσωματωμένα τα Πανελλήνια Ανοιχτά Πρωταθλήματα. **Πρωταθλητής Ελλάδος** στο 27ο Πανελλήνιο Ανοιχτό Ατομικό Πρωτάθλημα και νικητής του τουρνουά αναδείχθηκε ο **Γιάνης**

**Νικολαΐδης** με 8 βαθμούς σε 9 γύρους. Δεύτερος ο Χρυσάνθος Πούντζας με 7,5 και τρίτος ο Αλέξανδρος Γρηγοριάδης επίσης με 7,5 βαθμούς.

**Πρωταθλήτρια Γυναικών** στο 20ο Πανελλήνιο Ανοιχτό Ατομικό Πρωτάθλημα Γυναικών η **Ευανθία Μάκκα** με 6 βαθμούς. Δεύτερη η Ευγενία Τσιβελεκίδου με 5 και τρίτη η Αμαλία Κουτσίδη επίσης με 5 βαθμούς.



Στο Β΄ όμιλο νικητής αναδείχθηκε ο Άρτιομ Αντωνιάδης με 7,5 βαθμούς, δεύτερος ο

Κωνσταντίνος Θάνος και τρίτος ο Λεωνίδας Κοκκινόπανης επίσης με 7,5 βαθμούς. Συμμετείχαν 340 σκακιστές (150 στον Α΄ και 190 στον Β΄ όμιλο), μεταξύ των οποίων αρκετοί πιλούχοι, από περισσότερους από 80 συλλόγους και από όλες τις γεωγραφικές περιοχές της χώρας. Αξιοσημείωτη και η παρουσία του 89χρονου Στυλιανού Ευκαρπίδη. Νικητές κατά κατηγορία στο τουρνουά αναδείχθηκαν:

#### 1ος όμιλος

ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ: 1.Νικολαΐδης Ι. 2.Πούντζας 3.Γρηγοριάδης Α.  
ΓΥΝΑΙΚΩΝ: 1.Μάκκα 2.Τσιβελεκίδου 3.Κουτσίδη  
ΝΕΩΝ (-20) : 1.Σταθόπουλος 2.Αλεξιάδης 3.Κουσκούτης  
ΠΑΙΔΩΝ(-16) : 1.Παπαδόπουλος Π. 2.Μαλατάρης 3.Κασιούμης  
ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (-16) : 1.Τσιβελεκίδου 2.Κουτσίδη 3.Λουκά  
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ (-12): 1.Κράλλης 2.Φράγκος 3.Μάλλιος  
ΒΕΤΕΡΑΝΩΝ (S55) : 1.Πούντζας 2 Γρηγοριάδης Α. 3.Cruceru  
ΤΟΠΙΚΟΣ ΣΚΑΚΙΣΤΗΣ ΝΙΚΑΙΑΣ-ΑΓ. Ι. ΡΕΝΤΗ:  
1. Κουσκούτης, 2. Κράλλης 3. Ανδρουσόπουλος.

### ♦ 25ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΣΚΑΚΙ «ΤΙΜΗ ΣΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ»

#### 2ος όμιλος

ΓΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΤΑΞΗ: 1.Αρτ.Αντωνιάδης 2.Κων. Θάνος 3.Λεων. Κοκκινόπανης  
ΠΑΙΔΩΝ(-14) :

1.Δαβίλλας  
2.Θεοδοσόπουλος  
3.Ζαχαράκης  
ΚΟΡΑΣΙΔΩΝ (-14) :

1.Ήλια 2.Κωστελίδου  
3.Πραματευτάκη Αν.  
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ(-12) :

1.Μογυλνυακ  
2.Καραμπέτσας  
3.Τσιρώνης  
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ(-12) :

1.Παρόγλου 2.Λώλα 3.Τσεκούρα Β.  
ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ(-10):  
1.Δριστέλλας 2.Σαμαράς  
3.Τσαρσιταλίδης  
ΠΑΓΚΟΡΑΣΙΔΩΝ(-10):

1.Τσεκούρα Σ.  
2.Τζαννέτου  
3.Ζαχαράκη  
MINI(-8) ΑΓΟΡΙΑ:  
1.Ταμπάκης 2.Σιτσάνης  
3.Κάσσιος  
MINI(-8) ΚΟΡΙΤΣΙΑ:  
1.Σουτούσκο  
2.Ιορδανίδου



Για μια ακόμη χρονιά, πραγματοποιήθηκε μετάδοση των αγώνων από το διαδίκτυο με την χρήση ηλεκτρονικών σκακιέρων. Επίσης διεξήχθη ανοικτό Ομαδικό τουρνουά Blitz, όπου συμμετείχαν 19 τετραμελείς ομάδες σε αγώνες των 5 γύρων. Ευχαριστούμε τη Δημοτική αρχή καθώς και όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης.



**Η ομάδα μας πρωταθλήτρια το 2016 στην Α΄ Εθνική κατηγορία στο σκάκι.**

**Στο σύλλογο λειτουργεί Ακαδημία Σκακιού για παιδιά ηλικίας από 5 ετών και άνω. Καλούμε τα μέλη και τους φίλους μας που έχουν, ή ξέρουν, παιδιά, και ενδιαφέρονται, να τα ενημερώσουν για τα μαθήματα που γίνονται στο σύλλογο. Πληροφορίες στον κ. Νίκο Ορνιθόπουλο Καθημερινά 5-8 μ.μ. Τηλέφωνα 210-4930470, κιν. 6979285543**





## Σκακιστικά Νέα



### 15<sup>ο</sup> ΣΚΑΚΙΣΤΙΚΟ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟ ΟΠΕΝ

Νικητής ο Νικολάου Γεώργιος

Στον Πολιτιστικό Πολυχώρο «Μάνος Λοΐζος», έγινε με επιτυχία το



15<sup>ο</sup> Φυσιολατρικό τουρνουά. Η διοργάνωση έγινε σε δύο ομίλους και συμμετείχαν συνολικά 223 σκακιστές και σκακίστριες, 87 στον Α΄ και 136 στον Β΄ Όμιλο.

♦ Στον Α΄ Όμιλο του Φυσιολατρικού τουρνουά αναδείχθηκε 1<sup>ος</sup> ο Νικολάου Γεώργιος, 2<sup>ος</sup> ο Κ. Μιχόπουλος Κώστας και 3<sup>ος</sup> ο Κουσκούτης Αλέξανδρος.

Στις γυναίκες: 1η η Καραθανάση Ειρήνη 2η η Στεφανίδου Μαριάννα και 3η η Λουκά Μάγδα

Νικητής στο Β΄ Όμιλο ο Γεώργιος Σύψης-Τσατσούλης, 2<sup>ος</sup> ο Εμμανουήλ Παπαλεξανδράκης και 3<sup>ος</sup> ο Νικόλαος Χατζησταματίου.



Το Δ.Σ. του Φυσιολάτρη Νίκαιας ευχαριστεί το Δήμο Νίκαιας-Αγ. Ι. Ρέντη, τους εργαζόμενους στο Δήμο καθώς και όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης.

### 37<sup>ο</sup> ΑΝΟΙΧΤΟ ΣΚΑΚΙΣΤΙΚΟ ΤΟΥΡΝΟΥΑ RAPID ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΩΝ ΠΕΣΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΜΠΛΟΚΟ ΤΗΣ ΚΟΚΚΙΝΙΑΣ

Στα πλαίσια των εκδηλώσεων του Δήμου Νίκαιας – Αγ. Ι. Ρέντη για τη 73<sup>η</sup> επέτειο από το ΜΠΛΟΚΟ ΤΗΣ ΚΟΚΚΙΝΙΑΣ ο Δήμος σε συνεργασία με τον Ε.Ο.Α.Ο. Φυσιολάτρη Νίκαιας διοργάνωσε το 37<sup>ο</sup> ανοιχτό σκακιστικό τουρνουά rapid, αφιερωμένο στη μνήμη των πεσόντων συμπολιτών μας στο μπλόκο της 17<sup>ης</sup> Αυγούστου 1944. Η εκδήλωση έγινε στις 24 Αυγούστου 2015 στον τόπο εκτέλεσης των πατριωτών, στη Μάντρα της Κοκκινιάς. Συμμετείχαν 181 σκακιστές και σκακίστριες που αποτελεί ρεκόρ συμμετοχών για τη διοργάνωση.

Νικητής του τουρνουά αναδείχθηκε ο Παναγιώτης Κουτουκίδης.

Στην Ομαδική βαθμολογία νικητής ο Φυσιολάτρης.

Νικητές ανά κατηγορία αναδείχτηκαν οι:

Γενική κατάταξη: 1. Π. Κουτουκίδης 2. Β. Κοτρώτσος 3. Χ. Αλεξιάδης

Γυναικών: 1. Μ.-Ι. Λεμονή 2. Ε. Ασβεστοπούλου 3. Ε. Στούμπου

Νέων: 1. Χ. Αλεξιάδης 2. Μ. Γρηγοριάδης 3. Ν. Σιδηρόπουλος

### 37<sup>ο</sup> ΑΝΟΙΧΤΟ ΣΚΑΚΙΣΤΙΚΟ ΤΟΥΡΝΟΥΑ RAPID ΣΤΗ ΜΝΗΜΗ ΤΩΝ ΠΕΣΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΜΠΛΟΚΟ ΤΗΣ ΚΟΚΚΙΝΙΑΣ

Παίδων: 1. Ν. Καρούσος-Θεοδωράκης 2. Γ. Μπελιώτης 3. Ι. Εργαζάκης

Παμπαίδων:

1. Χ. Κράλλης

2. Β.

Φράγκος 3. Ε. Κου

-λούρης

Κορασί-

δων:

1. Γεωργί-

τση

2. Α. Κου-

τσιδή

3. Χ. Μπα-

σιάνου

Βετερά-

νων:

1. Ε. Να-

θαναήλ

2. Ν. Ορνιθόπουλος

3. L. Cruceru

Ομαδική βαθμολογία: 1. Φυσιολάτρης Νίκαιας

2. Πειραϊκός Ο.Σ.

3. Ζήνων Γλυφάδας



### Προσεχείς σκακιστικές διοργανώσεις

♦ **01/10/17 Έναρξη Ομαδικού Πρωταθλήματος Παίδων (-16 ετών) Αττικής.** Η σύνθεση των ομάδων είναι τετραμελής. Οι αγώνες θα γίνουν με ελβετικό σύστημα 7 γύρων και θα συνεχιστούν στις 08/10, 15/10, 22/10 05/11, 12/11 και 19/11. Μετέχουμε με 2 ομάδες.

♦

♦ **01/10/17 Έναρξη Ομαδικού κυπέλλου Παίδων (-12 ετών) Αττικής.** Η σύνθεση των ομάδων είναι τετραμελής. Οι αγώνες θα γίνουν με ελβετικό σύστημα 7 γύρων και θα συνεχιστούν στις 08/10, 15/10, 22/10 05/11, 12/11 και 19/11. Μετέχουμε με 2 ομάδες.

♦ **01/10/17 Έναρξη Ομαδικού πρωταθλήματος Παίδων-Κορασίδων Αττικής.** Η σύνθεση των ομάδων είναι εξαμελής (-16, -14, -12, -10, K-16 & K-12). Η ομάδα του Φυσιολάτρη, μετά την κατάκτηση της 3ης θέσης στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 2016, προκρίνεται απευθείας στο 10ο Πανελλήνιο Ομαδικό Πρωτάθλημα Παίδων-Κορασίδων 2017, που θα διεξαχθεί 20-23 Δεκεμβρίου στη Θεσσαλονίκη

♦ **5/11/2017 Έναρξη Κυπέλλου Λ. Δρεπανιώτης και Κυπέλλου Σ.Μπίκος.** Οι αγώνες θα γίνουν με ελβετικό σύστημα 7 γύρων και θα συνεχιστούν στις 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12 και 17/12.

♦ **Το Δεκέμβριο 2017** θα διεξαχθεί το 67ο Πανελλήνιο Ατομικό πρωτάθλημα Ανδρών και το 40ο Πανελλήνιο Ατομικό πρωτάθλημα γυναικών.

### ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ:

**Η κ. Σοφία Κολλιπούλου προσέφερε στον Φυσιολάτρη το ποσό των 40 € αντι στεφάνου σε μνήμη της αδελφής της Ελένης.**



## ΑΤΟΜΙΚΑ ΝΕΑΝΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ 2017

(-18, -16, -14, -12, -10 και -8 ετών)

### Τρεις 2ες θέσεις για τους σκακιστές του Φυσιολάτρη

Τα Πανελλήνια Νεανικά Πρωταθλήματα διεξήχθησαν στο Ρίο (Πάτρα) από 26 Ιουνίου μέχρι 2 Ιουλίου.

Στους αγώνες συμμετείχαν συνολικά 324 σκακιστές και σκακίστριες. Από την ομάδα μας συμμετείχαν 13 σκακιστές που αγωνίστηκαν στις 6 από τις 12 συνολικά κατηγορίες. Σημαντικές ήταν οι επιτυχίες των σκακιστών μας καθώς 3 από αυτούς κατέλαβαν τη 2η θέση στις κατηγορίες τους ενώ άλλοι 2 κατέταξαν στην πρώτη εξέδα στις κατηγορίες τους. Συγκεκριμένα τη 2η θέση κατέκτησαν οι Αλέξανδρος Κουσκούτης (αγόρια-18), Μάγδα Λουκά (κορίτσια-14) και Χρήστος Κράλλης (αγόρια-12). Επίσης στην πρώτη εξέδα βρέθηκαν οι Βασίλης-Γιώργος Αν-



δρουσόπουλος-Αγιώτατος (5ος, αγόρια -16), Ανδρέας Χατζηελευθερίου (5ος, αγόρια -14).

Τα αποτελέσματα των σκακιστών μας ανά κατηγορία:



Κορίτσια-16 (συν.20): Μάγδα Λουκά 2η 6,5β., Χρυσούλα Μπασιτιάνου 12η 4,5β.

Αγόρια-18 (συν.19): Αλέξανδρος Κουσκούτης 2ος 5β.

Αγόρια-16 (συν.36): Βασίλης-Γιώργος Ανδρουσόπουλος-Αγιώτατος 5ος 6β.

Αγόρια-14(συν.49): Ανδρέας Χατζηελευθερίου 5ος 6β., Ιγνάτιος Δαλαμπέκης 17ος 5β., Λευτέρης Ντεληγιώργης-Αρχοντάκης 33ος 4β., Βασίλης Χαραλαμπίδης 37ος 4β.



Αγόρια-12 (συν.45): Κράλλης Χρήστος 2ος 8β., Μάλλιος Ιωάννης 7ος 6β., Ροδόλφος Σταματίου 11ος 5,5β., Καραμπέτσας Ιωάννης 35ος 3,5β.

Αγόρια-10(συν.45): Γιώργος Ντεληγιώργης-Αρχοντάκης 21ος 4,5β.

Συγχαρητήρια σε όλους τους σκακιστές μας!

Μονοήμερος εκδρομές που έγιναν.

### ♦ Μονοήμερη στο Λάδωνα-Δάφνη 20 Μαΐου 2017

Από το Θεόκτιστο ξεκίνησαν 2 πεζοπορικές διαδρομές, δίπλα στο Λάδωνα ποταμό, όπου η μία κατέληξε στο χώρο του rafting και στη συνέχεια με τις βάρκες έκαναν rafting στον Λάδωνα ποταμό ενώ η δεύτερη έφτασε στο γεφύρι της Κυράς και από εκεί στο χωριό Δάφνη. Μια Τρίτη ομάδα περπάτησε στο περίφημο δρυοδάσος της Μπαρμούς κοντά στο χωριό Νάσια.

### ♦ Γιορτή Κερασιού στον Πλάτανο Κυνουρίας 27 Μαΐου

Με τρία πούλμαν επισκεφτήκαμε την Γιορτή κερασιού στον Πλάτανο Κυνουρίας. Έγιναν δυο πεζοπορίες η μια στο φαράγγι της Ζαρμπάντισας στα Σπηλιάκια, 3ωρη διαδρομή μέσα στο Βρασιάτη ποταμό και η δεύτερη στο Παλιό μονοπάτι που συνέδεε τη Σίταινα με τον Πλάτανο. Και οι δυο αφού πέρασαν από κτήματα με καρυδιές, μηλιές και κερασιές έφτασαν στο χωριό. Στην πλατεία του χωριού μας υποδέχτηκε ο Πολιτιστικός σύλλογος Πλατάνου με μουσική και μας κέρασε κεράσια και κερασόπιτα. Επιστρέφοντας στη Νίκαια επισκεφτήκαμε και τη Μονή Λουκούς κοντά στο Άστρος.



### ♦ Φαράγγι Χιλιαδούς (Β. Ευβοία) 11 Ιουνίου 2017

Έγινε πεζοπορία στο φαράγγι της Χιλιαδούς κοντά στους Στρόπωνες κάνοντας μια διαδρομή με πολλές περιπέτειες μέσα στο ποτάμι και καταλήξαμε στην όμορφη παραλία της Χιλιαδούς για κολύμπι. Όλοι μαζί γευματίσαμε στις τοπικές ταβέρνες επιστρέφοντας στην Αθήνα κάναμε στάση στη Στενή Ευβοίας.

### ♦ Μονοήμερη στη Τζιά 17/6/2017

Με 2 πούλμαν από το Λαύριο πήραμε το πλοίο για την Κέα. Κάναμε 2 πεζοπορίες, στον Μυλοπόταμο στην πηγή Φλέα και από εκεί στην Ιουλίδα και μια δεύτερη από την Ιουλίδα στο Λιόντα με κατάληξη στον Οτζιά. Στην όμορφη παραλία του Οτζιά κολυμπήσαμε, γευματίσαμε και το απόγευμα επισκεφτήκαμε την Παναγιά την Καστριανή. Επιστροφή με το πλοίο στο Λαύριο και από εκεί στη Νίκαια.

### ♦ Φαράγγι Γκούρας 25 Ιουνίου 2017

Έγινε διάσχιση του φαραγγιού της Γκούρας με πολλές περιπέτειες και εκπλήξεις και στο τέλος της διαδρομής με αγροτικό φτάσαμε στα Λουτρά Ηραίας, όπου κάναμε και ιαματικά μπάνια. Φτάνοντας στη Λυσσαρέα μας καλωσόρισε ο φιλόξενος τοπικός πολιτιστικός σύλλογος και μας πρόσφερε τσιπουράκι με μεζέ και λουκουμάδες.



### ♦ Φαράγγι Βελλά 23 Ιουλίου 2017

Έγινε διάσχιση του φαραγγιού του Βελλά στην Όθρυ κοντά στο χωριό Κερασεά. Στο τέλος της διαδρομής μας περίμενε το πούλμαν και μας μετέφερε στη παραλία των Ραχών για μπάνιο και φαγητό. Το απόγευμα ανανεωμένοι πήραμε το δρόμο της επιστροφής για την Αθήνα.





## ♦ Διήμερη εκδρομή στο Λεωνίδειο-Μ Ελώνης, 13-14/5

Την πρώτη μέρα κάναμε 2 πεζοπορίες κοντά στον **Τυρό**, η μία προς το Καστράκι που τελείωσε στην παραλία του Τυρού για μπάνιο και φαγητό και η άλλη προς το χωριό Μέλανα-Πραματευτή με κατάληξη στη **Σαμπατική**. Εδώ στην παραλία της Σαμπατικής εγκατασταθήκαμε στα δυο ξενοδοχεία ή σε υπνόσακκους και το απόγευμα επισκεφτήκαμε το **Λεωνίδειο**. Την άλλη μέρα κατευθυνθήκαμε προς το παραδοσιακό χωριό **Κοσμάς**. Οι τουρίστες παρέμειναν για να απολαύσουν το



χωριό, ενώ οι υπόλοιποι πεζοπόρησαν στο αρχαίο μονοπάτι που συνδέει τον Κοσμά με το μοναστήρι της **Έλωνος**. Μετά από δύο - τρεις ώρες έφτασαν στο μοναστήρι, που είναι σκαρφαλωμένο ψηλά στον κοκκινόβραχο του Πάρνωνα. Οι ορειβάτες συνέχισαν στο φαράγγι του Δαφνώνα και όλοι μαζί φτάσαμε στον Τυρό για μπάνιο και φαγητό.

## Αγίου Πνεύματος σε Κυπαρισσία-Επικ. Απόλλωνας-Ανάκτορα Νέστορα-Σφακτηρία -Ζάκυνθος 2-5/6/2017

Οι πεζοπόροι διέσχισαν το φαράγγι των **Κενταύρων** κοντά στο δρυοδάσος της Φολόης ενώ οι τουρίστες ξεναγήθηκαν στον χώρο και στο Μουσείο της **αρχαίας Ολυμπίας**. Το απόγευμα κάναμε μπάνιο στο Κατάκολο και φύγαμε για το ξενοδοχείο μας στην **Κυπαρισσία**. Το βράδυ ακούσαμε παλαιά τραγούδια του Αττίκ και του Κ. Γιαννίδη από τον **Γ. Χριστοδούλου**.



Το Σάββατο κάναμε κρουαζιέρα στην όμορφη **Ζάκυνθο**. Με το караβάκι επισκεφτήκαμε τις Γαλαζίες σπηλιές και την ξακουστή παραλία **"Ναυάγιο"**. Στη Ζάκυνθο επισκεφτήκαμε τα μαυσωλεία του Σολωμού και του Κάλβου και τον Άγιο Διονύσιο προστάτη του νησιού. Το βράδυ βόλτα στην Κυπαρισσία που γιόρταζε τη "Λευκή νύχτα". Την Κυριακή ξεναγηθήκαμε στο **Ανάκτορο του Νέστορα** και στο Μουσείο της Χώρας. Στη συνέχεια φύγαμε για **Πύλο**, για την κρουαζιέρα στα απέναντι νησάκια, Τσιχλή Μπαμπά, Σφακτηρία και Χελωνάκι. Στην Πύλο γευματίσαμε, κάναμε βόλτες, να επισκεφθήκαμε το Νιόκαστρο. Το απόγευμα επίσκεψη στο Κάστρο Αρκαδιάς. Δευτέρα, του Αγ. Πνεύματος, ξεναγηθήκαμε στον ναό του **Επικουρείου Απόλλωνος** στη Φιγάεια, που χτίστηκε από τον αρχιτέκτονα του Παρθενώνα Ικτίνο. Το μεσημέρι βρεθήκαμε στην Ανδρίτσαινα και φύγαμε για Νίκαια κάνοντας μια ενδιάμεση στάση στην Τρίπολη

## 24/5 Διακοπές στη Χίο 30/6 έως 8/7/2017.

Παρασκευή βράδυ, 30-6, αναχωρήσαμε για τη Χίο, όπου θα διανυκτερεύαμε στο **GOLDEN SAND** στην παραλία Καρφά. Το **Σάββατο** 1 Ιουλίου, ξεναγηθήκαμε το **Μουσείο Εσπεριδοειδών Citrus**, που στεγάζεται σε αρχοντικό του περιφημου Κάμπου, με τα μεγάλα περιβόλια, τα αρχοντικά με τις τεράστιες πόρτες, χτισμένα όλα με τη θυμιανούσικη κοκκινωπή πέτρα. Φύγαμε έπειτα για τη **Χώρα** και το **Ναυτικό Μουσείο**. Στη συνέχεια αναχωρήσαμε για **Βροντάδος, Καρδάμυλα**. Κάναμε μια μικρή βολτίτσα στην παραλία, με το άγαλμα του Αφανούς Ναύτου και καταλήξαμε σε μια από τις ομορφότερες παραλίες της Χίου, την παραλία του **Ναγού**, για μπάνιο και γεύμα.

**Κυριακή**, 2 Ιουλίου, ξεκινήσαμε για το λιμάνι της Βολισσού, απ' όπου θα παίρναμε το F/B για τα ιστορικά **Ψαρά**.

Επισκεφτήκαμε το Μοναστήρι της Κοιμήσεως της Θεοτόκου και ύστερα πήραμε τον ανήφορο της **"Μαύρης Ράχης"** του Σολωμού, το "σήμα κατατεθέν" των Ψαρών, με στόχο το μνημείο στην κορφή του υψώματος, στη μνήμη όσων ηρώων χάθηκαν στο ολοκαύτωμα του Ιουνίου του 1824. Κάναμε βόλτες στο νησί, το μπανάκι μας, γευτήκαμε φρέσκο φαράκι και αστακομακαρονάδα και επιστροφή στη Χίο.

**Δευτέρα**, 3 Ιουλίου, ξεναγηθήκαμε στη **Νέα Μονή**, χαρακτηρισμένο ως Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς από την Unesco, θαυμάσαμε τα μοναδικά ψηφιδωτά του ναού. Ύστερα ανεβήκαμε στον ερημικό **Ανάβατο**, και κάναμε μια μικρή βόλτα στα επίσης μεσαιωνικά **Αυγώνυμα**.

Κάναμε μπάνιο στην παραλία του Λιθίου και στάση στα Αρμόλια, για

αγορά των περιφημων κεραμικών του χωριού.

**Τρίτη**, 4 Ιουλίου, φύγαμε προς **Θυμιανά**, την ιστορική Μονή του Αγ. Μηνά, και στη συνέχεια ξεναγηθήκαμε στο **Λαογραφικό Μουσείο** της **Καλλιμασιάς** και το μουσείο, Φυσικής Ιστορίας και Φαρμακευτικής. Μια μικρή βόλτα στην **Καλαμωτή** και μπανάκι στην αμμουδερή παραλία της **Κώμης**. Το βράδυ κάναμε περιήγηση στο **Κάστρο** της Χίου. Τη μέρα αυτή κάποιοι φίλοι μας, επισκέφθηκαν τον **Τσεσμέ και τη Σμύρνη**.

**Τετάρτη**, 5 Ιουλίου, σειρά είχαν τα **Μαστιχοχώρια, Μεστά, Πυργί, Σπήλαιο της Συκιάς και Μουσείο Μαστίχας** και το μπάνιο στη θαυμάσια παραλία στα **Μαύρα Βόλια**.

**Πέμπτη**, 6 Ιουλίου, Φεύγουμε για τη Β.Δ. Χίο, Σιδηρούντα, **Άγιο Γάλας** και έναν γύρο των χωριών της **Αμανής**. Ξεναγηθήκαμε πρώτα μέσα στο σπηλαιομοναστήρι της Παναγιάς της **Άγιογαλούσαινας**, κάναμε το μπάνιο μας στην παραλία **Λήμωνας** και το απόγευμα φύγαμε για την **Αγ. Μαρκέλλα**, την προστάτιδα του νησιού.

**Παρασκευή**, 7 Ιουλίου, επισκεφτήκαμε τις **Οινούσες**, το νησί των εφοπλιστών, είδαμε το ναυτικό μουσείο και κολυμπήσαμε στις παραλίες Ζέπαγα, Κακοπετριά και Μπιλάλη. Επιστρέφοντας επισκεφτήκαμε τους **Μύλους** και την περίφημη **"Δασκαλόπετρα"** του Ομήρου.

**Σάββατο**, 8 Ιουλίου, τελευταία μας μέρα στην ευωδιαστή Χίο, επισκεφθήκαμε το Αρχαιολογικό και Βυζαντινό Μουσείο και την Βιβλιοθήκη του Αδ. Κοραή και στις 12 πήραμε το πλοίο για Πειραιά, επιστρέφοντας στη Νίκαια, με τις καλύτερες εντυπώσεις.







## Πολύήμερες εκδρομές που έγιναν:

♦ **Ανάβαση στον Όλυμπο-Φαράγγι Ενιπέα 28-31/ 7/17**  
Για 7η φορά από το 2010, Πάνω από 40 άτομα πραγματοποιήσαμε με επιτυχία την ανάβαση στον ξακουσμένο Όλυμπο, το ιερό βουνό των αρχαίων Ελλήνων, όπου κατά τη μυθολογία κατοικούσαν οι Δώδεκα Θεοί τους. Μετά τη διανυκτέρευση στο καταφύγιο του Σταυρού την 1η μέρα, από Γκορτσιά ανεβήκαμε στην Πετρόστρουγκα και συνεχίσαμε για τη «Σκούρτα» διασχίσαμε το «Λαιμό» και από το πέρασμα του «Γιόσου» φτάσαμε στο οροπέδιο των Μουσών σχεδόν μεσημέρι. Το απόγευμα απολαύσαμε το οροπέδιο των Μουσών κάνοντας βόλτες στις κοντινές κορφές Τούμπα και Προφήτη Ηλία.

Την 3η μέρα, πάνω από 30 άτομα, ανεβήκαμε στις δυο ψηλότερες κορυφές του Ολύμπου, στον Μύτικα (2918μ.) από το Λούκι και στο Σκολιό

(2911μ.) από την Κακόσκαλα και στη συνέχεια κατεβήκαμε στο καταφύγιο του Σπήλιου Αγαπητού. Την 4η μέρα κατεβήκαμε όλοι μέχρι τα Πριόνια και οι ορειβάτες διασχίσαμε το πανέμορφο φαράγγι του Ενιπέα ως το Λιτόχωρο, ενώ οι υπόλοιποι επισκέφθηκαν τους καταρράκτες του Ενιπέα και τη Μονή Αγ. Διονυσίου. Στο Λιτόχωρο γευματίσαμε και το απογευματάκι πήραμε το δρόμο του γυρισμού έχοντας περάσει ένα αξέχαστο τετραήμερο στο βουνό των Θεών, τον Όλυμπο.

## ♦ Αρχ. Επίδαυρο (θέατρο)-Αρχ.Ασίνη-Ναύπλιο-Τολό και Πόρο 5-6 Αυγούστου 2017

Την 1η μέρα επισκεφτήκαμε στο Λυγουριό το Μουσείο Κωτισιομύτη Φυσικής Ιστορίας. Ύστερα ξεναγηθήκαμε στον αρχαιολογικό χώρο και το μουσείο της Ασίνης, εδώ όπου ο νομπελίστας ποιητής μας Γ. Σεφέρης εμπνεύστηκε από ένα σημαντικό εύρημα, τον βασιλιά της Ασίνης. Μπάνιο στη γραφική παραλία του Καστρακίου, μπροστά στο Camping και καταλύσαμε στο Hotel JUNIOR στα Ίρια, "το χωριό της αγκινάρας". Το βράδυ παρακολουθήσαμε στην Επίδαυρο, την τραγωδία "Μήδεια" του Ευριπίδη από το θέατρο τέχνης του Κάρολου Κουν σε σκηνοθεσία της Μαριάννας Κάλμπαραη. Μετά την παράσταση βρεθήκαμε στο μαγευτικό Ναύπλιο για μια βραδινή βόλτα.

Την άλλη μέρα **Κυριακή**, φτάσαμε στον Γαλατά, απ' όπου περάσαμε στον Πόρο, τη "Βενετία του Σαρωνικού". Επισκεφτήκαμε πρώτα τη **Μ. Ζωοδόχου Πηγής** και στη συνέχεια το **ιερό του Ποσειδώνα**, στη βόρεια πλευρά του νησιού, κοντά στην



πόλη της αρχαίας Καλαυρίας.



06 08 2017

πόλη της αρχαίας Καλαυρίας.

## Για 6η συνεχή χρονιά στο θέατρο της Επιδαύρου ! 29-31 Ιουλίου

συνέχεια

Από εδώ οι πεζοπόροι περπάτησαν μέχρι την όμορφη παραλία, Κυανή Ακτή, στο Ασκέλι όπου και κολύμπησαν. Απογευματινή βόλτα στον Πόρο βλέποντας τα αξιοθέατα του νησιού και φυσικά έχοντας ψηλά πάνω στο λόφο, το σήμα κατατεθέν του Πόρου, το περίφημο "Ρολόι".

## ♦ 11-15 Αυγούστου 2017 Κρήτη (Φαράγγια Σαμαριάς-Κουρταλιώτικο-Ψηλορείτης-Πρέβελη).

**Παρασκευή** το βράδυ, **11 Αυγούστου 2017**, ξεκινήσαμε για το υπέροχο νησί της Κρήτης με το πλοίο BLUE GAL-AXY και φτάσαμε το πρωί του **Σαββάτου** στο λιμάνι της Σούδας στα Χανιά. Στη συνέχεια ανεβήκαμε στο οροπέδιο του Ομαλού, για να ζήσουμε αυτή την ανεπανάληπτη και συγκλονιστική εμπειρία της διάβασης του φαραγγιού, της **Σαμαριάς**. Τα 16 χιλιόμετρα πεζοπορίας και τα 1.200 μέτρα υψομετρικής διαφοράς από το Ξυλόσκαλο έως τη θάλασσα, χρειάστηκαν περίπου ένα εξάωρο. Φτάνοντας στην Αγία Ρουμέλη κολυμπήσαμε στα πεντακάθαρα νερά του Λιβυκού πελάγους. Φαγητό στα ταβερνάκια της παραλίας και το απόγευμα πήραμε το πλοιάριο για τη Χώρα Σφακιών. Εδώ μας περίμενε το πούλμαν με μια μικρή ομάδα που και αυτοί με τη σειρά τους περπάτησαν στο υπέροχο φαράγγι του **Ίμπρου**, πεζοπορία 3 ωρών. Όλοι μαζί κατευθυνθήκαμε προς το Ρέθυμνο όπου βρισκόταν το καμπινγκ. Την **Κυριακή** πρωί οι ορειβάτες ξεκίνησαν για τον **Ψηλορείτη**. Κάναμε μια μικρή στάση στο χωριό Μαργαρίτες όπου μια ομάδα έκανε το μικρό **φαράγγι των Μαργαριτών** και τα **Αρχαία Ελεύθερα** και οι υπόλοιποι συνεχίσαμε για το καταφύγιο του Μυγερού. Σε λιγότερο από 3 ώρες φτάσαμε στην κορυφή, τον Τίμιο Σταυρό(2456μ.). Εκεί μας περίμενε το πέτρινο εκκλησάκι του Τίμιου Σταυρού, χτισμένο με την τεχνική κατασκευής των "μιπάτων". Κατάβαση και επιστροφή στο κάμπινγκ.

**Δευτέρα** πρωί και φύγαμε για το **Κουρταλιώτικο Φαράγγι** και τη μαγευτική Πρέβελη στα νότια του Ρεθύμνου. Το φαράγγι διασχίζει ο Κουρταλιώτης ποταμός, συνεχίζει στο Κισσανό φαράγγι και εκβάλλει στη Λίμνη της Πρέβελης με συνολικό μήκος περίπου 7 χιλιόμετρα. Από την μικρή εκκλησία του Αγίου Νικολάου του



Κουρταλιώτη, που βρίσκονται και οι πηγές του ποταμού, ξεκίνησαν οι Φυσιολάτρες, πάνω από 25 άτομα, για μια περιπέτεια στο πανέμορφο αυτό φαράγγι. Περπατάμε άλλες φορές μέσα στο νερό και άλλοτε πατάμε πάνω στις πέτρες και τα βράχια. Φτάνοντας μετά από 5-6 ώρες στην όμορφη **παραλία της Πρέβελης** με το μεγάλο ποταμό να σχηματίζει μια γαλάζια λίμνη και αριστερά και δεξιά οι φοίνικες να σχηματίζουν ένα επίγειο παράδεισο.

Την τελευταία μέρα, **Τρίτη, 15 Αυγούστου**, φύγαμε για το **Ρέθυμνο**, όπου επισκεφτήκαμε το κάστρο της πόλης και περπατήσαμε μέσα στα σοκάκια της παλαιάς πόλης. Μεσημεριανό γεύμα στα γραφικά ταβερνάκια και το απόγευμα φύγαμε για τα **Χανιά**. Εδώ ξεναγηθήκαμε στους Τάφους των Βενιζέλων, στο αρχαιολογικό μουσείο και στην παλιά πόλη των Χανίων. Η υπέροχη ξεναγός μας, μάς αποχαιρέτισε τραγουδώντας μέσα στο Γυαλί-Τζαμισί ένα παλιό ριζίτικο τραγούδι και όλοι αυθόρμητα ξεσπάσαμε σε χειροκροτήματα.

# Εκδρομικά Νέα



## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΩΝ



30 Αυγούστου έως 3 Σεπτέμβρη, 4ήμερο ταξίδι στα ΚΥΘΗΡΑ και στην ΕΛΑΦΟΝΗΣΟ.  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 215 (Hotel VENARDOS με ημιδιατροφή)  
Υπεύθυνοι: Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ-

Η.ΚΑΦΩΡΟΣ

**Σάβ. 10/9** Ημερήσια τουριστική εκδρομή ΜΟΝΗ ΟΣΙΟΥ ΛΟΥ-ΚΑ-ΔΙΣΤΟΜΟ-ΑΝΤΙΚΥΡΑ-ΛΙΒΑΔΕΙΑ

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 15 Υπεύθυνος: Π.ΦΥΤΡΟΣ

**15-17/9** 3ήμερη τουριστική: ΠΕΥΚΙ & 2 Κρουαζιέρες στη (Σκόπελο-Αλόνησο) & στα Λιχαδονήσια  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 155 Υπεύθυνοι: Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ-Π.ΦΥΤΡΟΣ

**Κυριακή 24/9** Τουριστική+ πεζοπορική: **Αγγίστρι (πεζ. Μεγαλοχώρι-Δραγονέρα-Απόνησος 3 & 5 ώρες)**  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 24 Υπεύθυνος: ΑΝΤ. ΚΑΝΑΚΗΣ

**Κυριακή 1/10** ΠΑΝΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΗΜΕΡΑ ΠΤΗΝΩΝ. Οικολογική-Πεζοπορική στο **Εθνικό Πάρκο Σχινιά (Μαραθώνα)**.  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 13(μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 7)  
Υπεύθυνοι: Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ + Α. ΚΑΝΑΚΗΣ + Η.ΚΑΦΩΡΟΣ

**7ως 8 Οκτωβρίου: Κάρυστος-Όρος Όχη-Δημοσάρης-Καστανόλογο**

**1<sup>η</sup> μέρα Σαβ.** Αναχ. από ΝΙΚΑΙΑ 07.00 (από ΜΕΤΡΟ 07.20) για **Ραφήνα**. 08.30 επιβ. στο F/B για **Μαρμάρι-πούλμαν-Κάρυστο**. Τακτοποίηση ξενοδοχείο. Στη συνέχεια:

**Α)** Οι ορειβάτες αναχ. για **Μύλους** όπου ξεκινούν για **Αρχ.Λατομεία-Καστανόλογο-Δρακόσπιτο-καταφύγιο Όχης** (4 ώρ.ΒΔ/Α υψ.δ.720μ.).

**Β)** Οι πεζοπόροι αναχ. για **Επανοχώρι** στη διαδρομή **Μαστρογιαννίσι-Ελληνικό-Αγ.Κων/νος-Ποτάμι**.

**Γ)** Οι τουρίστες θα επισκεφθούν: **Πλατανιστό, Μετόχι, Ποτάμι** και επιστροφή **Κάρυστο**(διανυκτέρευση).

**2<sup>η</sup> μέρα Κυρ. Α)** Οι ορειβάτες αναχ. **07.00** για ανάβαση κορυφής **Όχης** (υψ.δ.290μ.) & κατάβαση **Πετροκάναλο** για διάσχιση του **Δημοσάρη**. **Β)** οι **πεζοπόροι** αναχ. 08.00 με τοπικό όχημα για **Πετροκάναλο** και μαζί με τους ορειβάτες θα διασχίσουν το φαράγγι του **Δημοσάρη** ως τους **Καλιανούς** (ώρες 4- 5 ΒΔ/Α).

**Γ)** Οι τουρίστες θα επισκεφθούν τα αξιοθέατα της **Καρύστου** & στις **15.00** αναχ. για **Καλλιανούς** και από εκεί στο **Μαρμάρι**.

Στις **17.30** επιβίβαση F/B για **Ραφήνα-ΜΕΤΡΟ-ΝΙΚΑΙΑ**.  
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 105 καταφύγιο+μαθ.+φοιτ.+ ΟΑΕΔ € 75)

(πούλμαν+ναύλα Ραφήνα-Μαρμάρι-Ραφήνα +τοπικό όχημα +hotel **Karystion** με ημιδιατροφή)  
Υπεύθυνοι: **ΚΑΦΩΡΟΣ + ΚΑΝΑΚΗΣ + ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ**

**Σάββατο 14/10** Ημερήσια εκδρομή **Ζήρεια-Φαράγγι Φαρμακίλας-Γκούρα**

Αναχ. από ΝΙΚΑΙΑ **07.00** (από ΜΕΤΡΟ **07.15**)- **Χ.Κ.Ζήρειας**. Εδώ ξεκινούν οι ορειβάτες για: **Καταφύγιο-Πόρτες-Κορυφή** (Σημείο 2375μ.)- **φαράγγι Φαρμακίλας- Γκούρα** (6 ώρες ΒΔ/Β υψ.διαφ. 860μ.). Οι πεζοπόροι θα κάνουν τον γύρο της **Ζήρειας** ως την **Γκούρα** ( 5 ώρες κτφ. διαδρομή ). Οι τουρίστες θα επισκεφθούν: **Μονή Βλασίου, Άνω Τρίκαλα, Καρυά & Γκούρα** (,γεύμα). Στις **18.00** Αναχ. για επιστροφή .

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 15 (μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 8)  
Υπεύθυνοι: Α.ΚΑΝΑΚΗΣ-Η.ΚΑΦΩΡΟΣ-Ν.ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ

**Κυριακή 16/10** Στο θέατρο **ΑΛΙΚΗ** το έργο " Μάλιστα Κύριε" αφιερωμένο στη ζωή του **Γ. ΖΑΜΠΕΤΑ**

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: €18 (εισ.θεάτρου+ πούλμαν).  
Υπεύθυνη: Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ

**Σάβ.21/10** Ώρα 20.00 στην αίθουσα εκδηλώσεων του Δήμου Νίκαιας-Ρέντη (Τσαλδάρη 10) **Φιλολογική εκδήλωση**

**Κυριακή 22/10: Νεστάνη-Γοργοεπίκοος-Τρίπολη και: Κτενιάς-Αρτεμίσιο**

Αναχ. από ΝΙΚΑΙΑ **07.15**(από ΜΕΤΡΟ **07.30**)-**Νεστάνη-Μονή Παναγίας Γοργοεπικούου**. Οι πεζοπόροι ανάβαση στον **Κτενιά** (2 & 4 ώρες υψ.διαφ. 350μ & 550μ ΒΔ/Α) και οι ορειβάτες ανάβαση στο **Αρτεμίσιο**(6 ώρες υψ.διαφ.820μ.ΒΔ/Β). Οι τουρίστες συνεχίζουν για **Τρίπολη** (αξιοθέατα, γεύμα).

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 15(μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 8)

**Π.27 ως Κ.29/10** 3ήμερη **ΛΕΟΝΤΑΡΙ-ΜΟΝΗ ΜΠΟΥΡΑ-ΠΗΓΕΣ ΕΥΡΩΤΑ(Σκορτσινό)-ΜΟΝΗ ΑΜΠΕΛΑΚΗ-ΓΕΩΡΓΙΤΣΙ-ΣΠΑΡΤΗ**

**-ΑΡΝΑ -ΣΠΗΛΑΙΟ ΔΙΡΟΥ-ΓΕΡΟΛΙΜΕΝΑ-ΒΑΘΕΙΑ-ΤΑΪΝΑΡΟ**.  
**1<sup>η</sup> μέρα Παρ.** Αναχ. από **ΝΙΚΑΙΑ 07.15**(από ΜΕΤΡΟ **07.30**)-

**Τριπόταμο**. Πεζοπορία **Κασιρίδι- Λεοντάρι-Μονή Μπούρα**(2 & 4 ώρες ΒΔ/Α υψ. διαφ.250μ.). Οι τουρίστες συνεχίζουν για **Λεοντάρι**(πηγές Ευρώτα) .Μετά το γεύμα αναχ. για **Σπάρτη** ξενοδοχείο ΣΠΑΡΤΑ INN (δείπνο,διανυκτέρευση).

**2<sup>η</sup> μέρα Σαβ.** Αναχ. στις 08.00 για **Γύθειο-Πόρτο Κάγιο**. Πεζοπορία: **Μαρμάρι-Αγριοκάμπι-Ποσειδώνιο-Ακρ.Τάϊναρο**(4h ΒΔ/Α). Οι τουρίστες συνεχίζουν **Βάθεια-Γερολιμένα-Διρό** (Σπήλαιο, γεύμα) και όλοι μαζί για **Άρνα** στο φεστβάλ **Κάστανου**. Στις 19.00 αναχ. για ξενοδοχείο και δείπνο σε ταβέρνα της Σπάρτης..

**3<sup>η</sup> μέρα Κυρ.** Αναχ. στις 08.00 για **Αναβρυτή** όπου ξεκινά η πεζοπορία: **Αναβρυτή-Σοχάς-Καλύβια(3ωρ.ΒΔ/Α)**. Οι τουρίστες θα επισκεφθούν τον **Μυστρά** και την **Μονή Παλαιοπαναγιάς**.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 125 (μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 100)  
(Πούλμαν+ξενοδοχείο SPARTA INN με πρωινό + 2 δείπνα σε ταβέρνα της Σπάρτης + Ξενάγηση στο Μυστρά (μονόκλινο + € 30)

Υπεύθυνοι: **ΗΛ.ΚΑΦΩΡΟΣ + Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ**

**Σάββατο 4/11 : Αράχοβα-Ακρινό νερό-Μονή Ιερουσαλήμ-Δαύλεια**. Αναχ. από **ΝΙΚΑΙΑ 07.15**(από ΜΕΤΡΟ **07.30**)-**Λιβαδειά-Δαύλεια-Μ.Ιερουσαλήμ**.Κυκλικές πεζοπορικές διαδρομές των 3 & 5 ωρών για **Ακρινό νερό-Κανάλια-Κορομηλές-Μ.Ιερουσαλήμ** (υψ.δ. 400 και 600μ.με ΒΔ/Α&Β αντίστοιχα). Οι τουρίστες θα επισκεφθούν την **Αράχοβα & Δαύλεια**(γεύμα).

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: €15 (μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 8)  
Υπεύθυνοι: ΑΝΤ.ΚΑΝΑΚΗΣ-Ν.ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ

**Κυριακή 5/11** Απογευματινή επίσκεψη(+ξενάγηση): Αρχαιολογικό Μουσείο **Αθηνών** (Πατησίων 44) Υπευθ. Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ

**Κυρ. 12/11** Στενή-Διάσελο **Δίρφος-Ξηροβούνι-Κάμπλος-Σέτα** (Εύβοια).Αναχ. από **ΝΙΚΑΙΑ 07.15**(από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω **07.30**)-**Αρτάκη-Διάσελο Στενής**. Από εδώ ξεκινούν 2 πεζοπορίες για **Ξηροβούνι-Κάμπλος- Αμπουδιώτισσα-Σέτα** (4 & 6 ώρες υψ.δ.150 & 500μ. ΒΔ/Α & Β). Οι τουρίστες θα επισκεφθούν την **Κάτω Στενή-την Χαλκίδα** και θα γευματίσουν στην **Σέτα**. Στις 18.00 αναχ. για επιστροφή ΜΕΤΡΟ-ΝΙΚΑΙΑ.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 15 (μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 8)  
Υπεύθυνοι: Ν. ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ-ΑΝΤ.ΚΑΝΑΚΗΣ

**Κυρ. 12/11** Στενή-Διάσελο **Δίρφος-Ξηροβούνι-Κάμπλος-Σέτα** (Εύβοια).Αναχ. από **ΝΙΚΑΙΑ 07.15**(από ΜΕΤΡΟ Αιγάλεω **07.30**)-**Αρτάκη-Διάσελο Στενής**. Από εδώ ξεκινούν 2 πεζοπορίες για **Ξηροβούνι-Κάμπλος- Αμπουδιώτισσα-Σέτα** (4 & 6 ώρες υψ.δ.150 & 500μ. ΒΔ/Α & Β). Οι τουρίστες θα επισκεφθούν την **Κάτω Στενή-την Χαλκίδα** και θα γευματίσουν στην **Σέτα**. Στις 18.00 αναχ. για επιστροφή ΜΕΤΡΟ-ΝΙΚΑΙΑ.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: € 15 (μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 8)  
Υπεύθυνοι: Ν. ΟΡΝΙΘΟΠΟΥΛΟΣ-ΑΝΤ.ΚΑΝΑΚΗΣ

**Σάββατο 18/11** Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική **ΒΥΤΙΝΑ-ΞΕΝΙΑ-ΜΑΓΟΥΛΙΑΝΑ-ΑΓ.ΠΑΝΤΕΣ-ΑΓ.ΤΡΙΑΔΑ-ΒΑΛΤΕΣΙΝΙΚΟ**

**Κυριακή 26/11** Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική **ΔΕΛΦΙΝΟ-Σ.Σ.ΑΣΩΠΟΥ-Μονοπάτι ΣΙΔΗΡΟΔΡΟΜΙΚΩΝ-Κ.ΒΟΥΡΛΑ**

**Σάββατο 2/12** Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική **ΤΡΙΠΟΛΗ-ΡΟΕΙΝΟ-ΕΛΙΣΣΩΝ Π.-ΔΑΒΙΑ-ΔΑΣΟΣ ΡΟΥΠΑΚΙ-ΠΙΑΝΑ**

**Κυριακή 3/12** Περιπάτος και επίσκεψη-ξενάγηση στο Αρχαιολογικό Μουσείο του **Πειραιά** Υπεύθυνη: Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ

**Σ.+Κ.9-10/12** 2ήμερη **ΚΑΡΔΙΤΣΑ-Λίμνη ΠΛΑΣΤΗΡΑ-ΝΕΡΑΙΔΑ-ΤΕΜΠΛΑ-ΒΟΥΤΣΙΚΑΚΙ**. Επίσκεψη στα χωριά της λίμνης, την **Καρδίτσα** και ορειβάσια στο **Βουτσικάκι** των Αγράφων

**Κυριακή 17/12** Ημερήσια τουριστική-πεζοπορική εκδρομή: **Κυπαρίσσι-Αγ.Κυριακή-Αγ. Νικόλαος-Άκρες** (Εύβοια)

**3-7 Ιαν.18** 5ήμερη **ΣΕΡΡΕΣ-ΛΙΜΝΗ ΚΕΡΚΙΝΗ-ΛΟΥΤΡΑ ΠΟΖΑΡ-ΚΑΙΜΑΚΤΣΑΛΑΝ-ΚΑΛΗ ΒΡΥΣΗ-(ΜΠΑΜΠΟΓΕΡΟΙ)- ΑΡΧ. ΠΕΛΛΑ- ΔΡΑΜΑ -ΡΟΥΠΕΛ & Ημερήσια ( Βουλγαρία) ΣΑΝΤΑΝ-ΣΚΙ- ΜΟΝΗ ΡΟΖΕΝ-ΜΕΛΝΙΚ ΟΙΝΟΠΟΙΙΑ & ΠΥΡΑΜΙΔΕΣ**

**1<sup>η</sup> μέρα ΤΕΤ.3/1** Ξενάγηση στην **Αρχαία Πέλλα**. Τακτοποίηση στο ξενοδοχείο **ELPIDA CITY** στις **ΣΕΡΡΕΣ**.

**2<sup>η</sup> μέρα ΠΕ.4/1** Επίσκεψη στον **Αγ.Αθανάσιο-Χιον.Κέντρο Καϊμακτσάλαν-λουτρά Πόζαρ & το οινοποιείο Πιπεριά**.

**3<sup>η</sup> μέρα ΠΑ.5/1** Στην Νότιο Βουλγαρία (Σαντάνσκι-Μονή Ρόζεν-Οινοποιείο & Πυραμίδες **Μέλνικ**) & Οχηρό **Ρούπελ**.

**4<sup>η</sup> μέρα ΣΑΒ.6/1** Στην **Ονειρούπολη Δράμας** και στην **Καλή Βρύση** όπου δραστηριοποιούνται οι **Μπαμπούγεροι**.

**5<sup>η</sup> μέρα ΚΥΡ.7/1** Στην Μονή **Προδρόμου**(Ακριτοχώρι)-γύρο λίμνης **Κερκίνης** και επιστροφή **ΜΕΤΡΟ-ΝΙΚΑΙΑ**.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ: 255(μαθ.+φοιτ.+ΟΑΕΔ € 215(Πούλμαν +Ξενοδοχείο+ημιδιατροφή+Ξενάγηση+κρύο γεύμα) Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ





## **ΠΑΜΕ ΘΕΑΤΡΟ !!!**

**Κυριακή 28/5** στο Δημοτικό Θέατρο Πειραιά παρακολούθησαμε την μουσικαλ rock opera «**ΕΒΙΤΑ**» των Tim Rice & Andrew Lloyd Webber, σε σκηνοθεσία Δημήτρη Μαλισσόβα. Την Μουσική ερμήνευσε η **Majestic Symphonic Orchestra** με διεύθυνση του **Αλέξιου Πρίφτη**. Συμμετείχε 10μελής παιδική Χορωδία.

**Το Σάββατο, 5 Αυγούστου 2017**, οι φίλοι του Φυσιολάτρη παρακολούθησαν στο **Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου** τη θεατρική παράσταση «**ΜΗΛΕΙΑ**», του **Ευρυπίδη** από το Θέατρο Τέχνης(Κάρολου Κουν)

**Κυριακή 15/10** στο θέατρο **ΑΛΙΚΗ** θα δούμε το έργο “**Μάλιστα Κύριε**” αφιερωμένο στη ζωή του **ΓΙΩΡΓΟΥ ΖΑΜΠΕΤΑ**, σε κείμενα και σκηνοθεσία **Π. ΖΟΥΛΙΑ**. Παίζουν οι: **Β. ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ, ΤΑΣΟΣ ΧΑΛΚΙΑΣ, ΛΕΥΤ.ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ, ΧΡ.ΤΣΑΦΟΥ, ΕΛ. ΚΑΡΑΚΑΣΗ, ΜΑΚΗΣ ΠΑΤΕΛΗΣ & Κ. ΚΑΚΟΥΡΗΣ.**  
**ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ:€18** (εισ.θεάτρου+ πουλμαν).  
Αναχ. 19.00.Δηλώσεις ως 10/10

Υπεύθυνη: **Μ.ΜΑΡΟΥΛΗ** κιν: 6938062256

## **Τμήματα σκακιού στο Φυσιολάτρη**

**Στο εντευκτήριο του συλλόγου μας, Βρυούλων 69, Νίκαια, λειτουργεί Ακαδημία Σκακιού για παιδιά ηλικίας από 5 ετών και άνω.**

**Γίνονται μαθήματα από τους προπονητές μας: κ. Νίκο Ορνιθόπουλο (καθημερινά από Δευτέρα – Παρασκευή), κ. Σπύρο Καπνίση και κ. Γιώργο Γκούμα (Κάθε Σάββατο)**

**Πληροφορίες: κ. Νίκο Ορνιθόπουλο καθημερινά 5-8 μ.μ. στα τηλέφωνα 210-4930470, κιν. 6979285543**

### **Άσκηση Νο 41**

**Τα Λευκά κάνουν ματ σε 3 κινήσεις !!!**



### **Λύση άσκησης Νο 40**

**Η λύση του σκακιστικού προβλήματος του προηγούμενου τεύχους είναι η εξής:**



1. Αη8+ , Αζ7
2. ΑχΑ+ , Ρδ7
3. Βζ5#

**Αν 1....., Ρδ7 , 2. Βζ5# 1-0**

Τετραμηνιαία Περιοδική Έκδοση  
Ιδιοκτήτης: Εκδρομικός Ορειβατικός Αθλητικός Όμιλος «Ο ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΗΣ» Νικαίας  
Βρυούλων 69 Νίκαια Τ.Κ.18450  
Τηλ & fax 210 4930470  
Εκδότης: Καφώρος Ηλίας  
E-mail: info@fysiolatris.gr  
**Ιστοσελίδα: [www.fysiolatris.gr](http://www.fysiolatris.gr)**  
Επιτροπή σύνταξης: Καφώρος Ηλ.-Παπαδόπουλος Στ.  
Επιμέλεια έκδοσης: Καφώρος Ηλ.- Μαρούλη Μαίρη.