



ΜΕΤΕΩΡΑ – ΚΟΖΙΑΚΑΣ - ΑΓΡΑΦΑ

από Σάββατο 21/2 ως Καθαρά Δευτέρα 23/2/2026



ΣΑΒΒΑΤΟ 21 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026

ανατολή ηλίου:07:07 δύση:18:09

07,00	Αναχώρηση από τη Θεσσαλονίκη. Στάση στο δρόμο (Λάρισα) για καφέ.
10,30	Άφιξη στο Καστράκι από όπου θα ξεκινήσει η κοινή πορεία στα μοναστήρια των Μετεώρων.
	<p>ΚΟΙΝΗ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Καστράκι - σκήτη Αγ. Πνεύματος - μονή Ρουσσάνου – μονή Αγ. Στεφάνου - μονή Αγ. Τριάδας – Καλαμπάκα</p> <p>Η πορεία ξεκινά από το Καστράκι σε μονοπάτι που ελίσσεται ανηφορικά ανάμεσα στους θεόρατους βράχους των Μετεώρων. Φθάνουμε στη σπηλιά που μόνασε το 950 μ.Χ. ο μοναχός Βαρνάβας, όπου βρίσκεται και η σκήτη του Αγίου Πνεύματος. Από την κορυφή του βράχου έχουμε μοναδική θέα στα Μετέωρα. Στη συνέχεια επισκεπτόμαστε τις φυλακές των μοναχών που κρέμονται σε ύψος 40 μέτρων στον βράχο. Περνάμε το ρέμα Παλιοκρανιές και ανηφορίζουμε για τη μονή Ρουσσάνου ή Αρσάνη (1545). Μετά τη μονή στη θέση «Ψαρόπετρα» θα απολαύσουμε το πανόραμα των απaráμιλλων βράχων των Μετεώρων στεφανωμένων με τα μεταβυζαντινά μοναστήρια. Στη συνέχεια θα επισκεφθούμε το γυναικείο μοναστήρι του Αγ. Στεφάνου (1200) και αμέσως μετά τη μονή της Αγ. Τριάδος (1460). Θα ακολουθήσουμε ένα όμορφο πετρόκτιστο μονοπάτι που οδηγεί στην Καλαμπάκα (τουρκ.: βράχος με κουκούλι μοναχού) και στις παρυφές της πόλης θα επισκεφθούμε τη μονή Κοίμησης της Θεοτόκου του 12^{ου} αι. Πρόκειται για έναν εντυπωσιακό ναό, που μαγνητίζει τον επισκέπτη με την αρχιτεκτονική του, την πλούσια ιστορία του και το κατανυκτικό του περιβάλλον. Πολύ ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του είναι ο μαρμάρινος άμβωνας με τις δύο κλίμακες, το κιβώριο του ιερού, ο δεσποτικός θρόνος και το σύνθρονο, που θυμίζει κερκίδες αρχαίου θεάτρου, η μαρμάρινη κολυπήθρα, το περίτεχνο τέμπλο και οι τοιχογραφίες. Η θέση του άμβωνα, στο κέντρο της εκκλησίας και το ψηφιδωτό δάπεδο, κάτω από το σημερινό πάτωμα, καταδεικνύουν ότι ο ναός χτίστηκε επάνω στα ερείπια παλαιότερου χριστιανικού ναού, ο οποίος με τη σειρά του είχε ανεγερθεί σε χώρο αρχαίου ελληνικού ναού αφιερωμένου στον Απόλλωνα.</p>
	<p>Απόσταση: 12,0 χλμ., Υ.Δ.: +400 μ. ώρες πορείας: 6 Β.Δ.: 1/5 ΔΙΑΣΧΙΣΗ</p>
16,30	Άφιξη στην Καλαμπάκα. Άμεση αναχώρηση για τα Τρίκαλα .
17:15	Άφιξη στα Τρίκαλα και τακτοποίηση στο ξενοδοχείο. Χρόνος ελεύθερος.

07,00	Αφύπνιση και πρωινό στο ξενοδοχείο.
08,30	Αναχώρηση για το Περτούλι .
09,45	Άφιξη στο χιονοδρομικό Πετρουλίου , από όπου θα ξεκινήσει η ανάβαση στον Κόζιακα (ή Κερκέτειον όρος).
ΑΝΑΒΑΣΗ ΣΤΟΝ ΚΟΖΙΑΚΑ	
	
09,45	<p>Α΄ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Χιονοδρομικό Πετρουλίου (1180μ.) – καταφύγιο Κόζιακα (1738μ.) – κορυφή Χατζηπέτρου (1901μ.)</p> <p>Η διαδρομή αυτή είναι η πιο επισκέψιμη στον Κόζιακα και η πιο σύντομη για να φτάσει κανείς στην ψηλότερη κορυφή του βουνού. Η ανάβαση ξεκινά από τη βάση του χιονοδρομικού Κέντρου Πετρουλίου, όπου από τον χώρο σταθμεύσεως διασχίζουμε τα λιβάδια και περνάμε την ξύλινη πεζογέφυρα του μικρού ποταμιού. Η διαδρομή είναι σηματοδοτημένη με τετράγωνες κίτρινες πινακίδες που μέσα έχουν ένα μαύρο τρίγωνο. Αργά το καλοκαίρι το ποτάμι έχει λίγο νερό και μπορούμε να το περάσουμε από οποιοδήποτε σημείο, ωστόσο το χειμώνα και την άνοιξη είναι αδύνατο να το περάσει κανείς χωρίς να βραχεί. Περνώντας το ποτάμι, αμέσως συναντάμε το δασικό δρόμο τον οποίο τον ακολουθούμε προς τα δεξιά για 200 μέτρα και τον αφήνουμε ακολουθώντας το μονοπάτι στα αριστερά μέσα στο πυκνό ελατοδάσος. Το μονοπάτι μετά από 200 μέτρα συναντά ξανά δασικό δρόμο το οποίο ακολουθούμε προς τα αριστερά. Μετά από περίπου 700 μέτρα στο δασικό, αυτός συναντά οριζόντιο δασικό δρόμο. Στο σημείο αυτό ξεκινά το μονοπάτι που οδηγεί στο καταφύγιο και την κορυφή, η αρχή του μονοπατιού βρίσκεται ευθεία στη κατεύθυνση του δρόμου που ακολουθούσαμε. Αρχικά ανηφορίζει ομαλά και στη συνέχεια κινείται τελείως δεξιά τραβερσάροντας τις πλαγιές του βουνού χωρίς να ανεβαίνει υψομετρικά. Μετά από μια ώρα πορεία αρχίζει ομαλά η ανάβαση που περνά από την «Σκάλα στους Αρβανίτες» κάτω από ένα κατακόρυφο βράχο. Ανεβαίνοντας τη σκάλα συναντά ένα επίπεδο οροπέδιο (τοποθεσία Αρβανίτες). Εδώ το μονοπάτι κινείται ανατολικά και σε 200 μέτρα περνά από την ομώνυμη βρύση. Μετά τη βρύση η κατεύθυνση αλλάζει προς βορά και τραβερσάρει τις πλαγιές που τώρα έχουν πιο αραιό δάσος. Προσοχή, περνώντας μια ομαλή ράχη το μονοπάτι ανηφορίζει λίγα μέτρα προς την ράχη αυτή και στη συνέχεια περνά από την απότομη σκάλα κάτω από το καταφύγιο. Λίγο χαμηλότερα από την σκάλα υπάρχει μαντρί στο οποίο φτάνει δασικός δρόμος από τα Λιβάδια Πετρουλίου. Ανεβαίνοντας τη σκάλα σε λίγα μέτρα μπροστά μας προβάλλει το οροπέδιο Μπακόλα όπου υπάρχει το καταφύγιο του Κόζιακα (1738μ). Από το καταφύγιο και μετά το μονοπάτι δεν είναι σηματοδοτημένο, αλλά κινείται ευθεία προς την κορυφή διασχίζοντας αρχικά τη τελευταία συστάδα από</p>

	έλατα πριν βγει οριστικά στο αλπικό πεδίο. Φτάνοντας στα περίπου 1830 μέτρα συναντά το σηματοδοτημένο μονοπάτι που έρχεται από την Ελάτη (κίτρινα σημάδια) και το ακολουθεί μέχρι την κορυφή Χατζηπέτρου στα 1901μ.
	Απόστ. μετ' επιστρ.: 11,00 χλμ., Υ.Δ.: +800 μ. Ώρες πορείας: 5-6 Β.Δ.: 2,5/5
09,45	Β' ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Χιονοδρομικό Περτουλίου (1180μ.) - καταφύγιο Κόζιακα (1738μ.) Η Β' ομάδα θα ξεκινήσει μαζί με την Α' ομάδα από τον χώρο σταθμεύσεως του χιονοδρομικού κέντρο Περτουλίου και θα ακολουθήσει την ίδια διαδρομή ως το καταφύγιο του Κόζιακα. Θα επιστρέψει από τα ίδια στο χιονοδρομικό.
	Απόστ. μετ' επιστρ.: 9,0 χλμ., Υ.Δ.: +630 μ. Ώρες πορείας: 4 Β.Δ.: 1
14,30	Επιστροφή της Β' ομάδας στο χιονοδρομικό.
16,00	Επιστροφή της Α' ομάδας στο χιονοδρομικό και αναχώρηση για τα Τρίκαλα.
17,30	Άφιξη στα Τρίκαλα. Χρόνος ελεύθερος.

ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ 23 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026

ανατολή ηλίου:07:04 δύση:18:12

07,00	Αφύπνιση και πρωινό στο ξενοδοχείο.
08,30	Αναχώρηση για το καταφύγιο Κυνηγητικού Συλλόγου στα Βόρεια Άγραφα.
10,00	Άφιξη στον Αγ. Νικόλαο Βλασίου δίπλα στο καταφύγιο του Κυνηγητικού Συλλόγου Β. Αγράφων στο διάσελο μεταξύ της Καζάρμας και της Καράβας . Από εδώ ξεκινά το κομμάτι της Βλαχόστρατας που καταλήγει στο Ανθοχώρι .
Στη Βλαχόστρατα των Βορείων Αγράφων	
	ΚΟΙΝΗ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Αγ. Νικόλαος Βλασίου (1518μ.) – γεφύρι Καμάρα (1380μ.) – Κώστα Γούλα (1230μ.) – Ανθοχώρι (720μ.) Από τον Αγ. Νικόλαο Βλασίου βαδίζουμε στο μονοπάτι « B20 » ανάμεσα σε θεόρατα αιωνόβια δέντρα. Για 2 περίπου χλμ. ως τη βρύση Μάλλια . Σε πολλά σημεία του μονοπατιού συναντάμε κομμάτια καλντεριμιού, υπολείμματα της Βλαχόστρατας . Από τη βρύση συνεχίζουμε ανάμεσα σε λιβάδια για περίπου 1,5 χλμ. ως τη ράχη Καραμαλιά . Εδώ διασταυρώνονται τα μονοπάτια που οδηγούν αριστερά στην κορυφή Σκαφίδα και δεξιά στην κορυφή Κοκορέλι και τις Εννέα Βρύσες . Συνεχίζουμε να κατηφορίζουμε και σε 700 μέτρα στρίβουμε απότομα δεξιά (βόρεια). Συνεχίζουμε ως το λιβάδι Σταλοτσιάκου . Το μονοπάτι εισέρχεται σε εντυπωσιακό δάσος κωνοφόρων και σύντομα καταλήγει στο όμορφο λιθόκτιστο γεφύρι της Καμάρας . Το γεφύρι κτισμένο το 1770 και με ύψος τόξου 10μ, εξυπηρετούσε την σύνδεση του Μουζακίου με τα χωριά της Αργιθέας και κατά προέκταση την Θεσσαλία με την Ήπειρο. Ήταν τμήμα της γνωστής Βλαχόστρατας . Συνεχίζοντας προς τα Β-ΒΑ, το μονοπάτι εισέρχεται σε εκτενή τραβέρσα, σε πλαγιά με δάσος κωνοφόρων. Η πυκνή σήμανση και το διακριτό μονοπάτι, εξυπηρετούν την γρήγορη κίνηση και έτσι, χωρίς προβλήματα, οδηγούμαστε σε διασταύρωση με τιμεντόδρομο σε υψόμετρο 1060μ. Ακολουθώντας τον τελευταίο προς τα αριστερά, περνάμε έξω από μονάδα ξενώνα και συνεχίζουμε την κάθοδο σε χωματόδρομο. Σε υψόμετρο 930μ. ο δρόμος ολοκληρώνεται και συνεχίζουμε σε μονοπάτι, για την είσοδο στο φαράγγι Ανθοχωρίου . Φτάνοντας στην κοίτη, συναντάμε διασταύρωση για τον διπλό καταρράκτη που βρίσκεται στο εσωτερικό του φαραγγιού. Η μικρή παράκαμψη οδηγεί στην βάση του.

	Συνεχίζοντας στο φαράγγι, περνάμε από γέφυρα κοντά σε άλλο καταρράκτη. Στη συνέχεια συναντάμε χωματόδρομο και στρεφόμαστε δεξιά (νότια). Αφού διανύσουμε λίγα μέτρα, γυρίζουμε αυτή τη φορά αριστερά (ανατολικά). Έτσι εισερχόμαστε πλέον στον διαμορφωμένο χώρο του Νερόμυλου Ανθοχωρίου , όπου καταλήγει η διαδρομή.
	Απόσταση: 11,5 χλμ., Υ.Δ.: +275, -1100 μ. Ώρες πορείας: 5 Β.Δ.: 2 ΔΙΑΣΧΙΣΗ
15,00	Άφιξη στο Ανθοχώρι. Χρόνος για φαγητό.
17,00	Αναχώρηση για τη Θεσσαλονίκη. Ημίωρη στάση καθ' οδόν για καφέ.
21,00	Εκτιμώμενος χρόνος άφιξης στη Θεσσαλονίκη.

ΚΟΣΤΟΣ ΕΞΟΡΜΗΣΗΣ (με πρωινό)

Μέλη	160,00€	120,00€	100,00€
Φίλοι	170,00€	130,00€	110,00€

Για όλους τους νέους κάτω των 30 ετών, οι τιμες μειώνονται κατά 10 ευρώ.

Συμμετοχές στο 2310 224710, εργάσιμες ημέρες, 1-9 κάθε απόγευμα. Το λεωφορείο θα περάσει στις 6:30 π.μ. από Βούλγαρη με Νέα Εγνατία, μπροστά από το Έβερεστ, για να παραλάβει όσους το περιμένουν εκεί. Αναχώρηση, αυστηρά στις 6:40. Στη συνέχεια το λεωφορείο θα μεταβεί στη διασταύρωση Τσιμισκή και Αριστοτέλους, όπου θα δοθούν και οι θέσεις, από όπου θα αναχωρήσει στις 7:00 το πρωί. Λίγο αργότερα το λεωφορείο θα περάσει από το One Salonica, για να παραλάβει όσους περιμένουν εκεί. Συνιστάται η χρήση μάσκας μέσα στο λεωφορείο. Οι τυχόν έχοντες συμπτώματα ασθένειας, θα πρέπει να αποφύγουν να συμμετάσχουν. Εξόφληση του κόστους της συμμετοχής με τραπεζική μεταφορά στους κάτωθι λογαριασμούς του ΣΕΟ:

Εθνική:	GR57 0110 2100 0000 2109 3050 256
Πειραιώς:	GR26 0172 2110 0052 1110 4936 643
Eurobank:	GR78 0260 2320 0005 0020 1604 300
Alpha bank:	GR19 0140 7090 7090 0200 2019 252

ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ

- Όταν βγαίνουμε με μια ορειβατική ομάδα σε μια εξόρμηση στο βουνό, είμαστε οι ίδιοι υπεύθυνοι για τον εαυτό μας, καθώς και τον εξοπλισμό μας, πλήρως και αποκλειστικώς. Σε κάθε περίπτωση, ακούμε και υπακούμε στις εντολές του υπεύθυνου αρχηγού. Ο αρχηγός έχει κάθε δικαίωμα να αρνηθεί την συμμετοχή οιοδήποτε δεν συνεργάζεται μαζί του.
- Η δραστηριότητα αυτή, εν γένει απευθύνεται σε οιονδήποτε έχει την υγεία του και έχει μια τουλάχιστον μέση φυσική κατάσταση.
- Το πρόγραμμα της εξορμήσεως δεν είναι κάτι που θα ακολουθηθεί υποχρεωτικά. Ο υπεύθυνος αρχηγός μπορεί κατά την κρίση του να αλλάξει έως και ακυρώσει κάποια κομμάτια του προγράμματος, π.χ. λόγω καιρικών συνθηκών ή για λόγους ασφαλείας.

4. Όσοι συνοδεύουν ανήλικα άτομα, έχουν την αποκλειστική ευθύνη για αυτά.
5. Σε κάθε εξόρμηση, ακολουθούμε την πορεία που ορίζει ο αρχηγός. Αν επιθυμούμε να κάνουμε κάτι διαφορετικό, ενημερώνουμε οπωσδήποτε τον αρχηγό και ζητάμε την άδειά του. Αν μείνουμε πίσω για κάποιο λόγο, ενημερώνουμε ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ τον υπεύθυνο οπισθοφυλακής. Ο υπεύθυνος θα προχωρήσει λίγο και θα κρατήσει την ομάδα για να περιμένει μέχρι να επανέλθουμε. Δεν αφήνουμε κανέναν μόνο του στο βουνό!
6. Η ορειβατική δραστηριότητα γίνεται πολλές φορές σε άγνωστο πεδίο, Σε δύσκολες συνθήκες, χωρίς εύκολη πρόσβαση σε βοήθεια. Αυτά πρέπει να είναι ξεκαθαρισμένα σε όλους όσους συμμετέχουν, με γνώση και ευθύνη τους για τυχόν κινδύνους που αναλαμβάνουν.
7. Φροντίζουμε να έχουμε ΠΑΝΤΑ στο σακιδιό μας επαρκή ποσότητα νερού, κάποια τροφή με αλμυρά και γλυκά (για την ισορροπία των ηλεκτρολυτών), αδιάβροχο, αναπτήρα, φακό κεφαλής. Επίσης, φροντίζουμε να προστατευόμαστε επαρκώς από την ηλιακή ακτινοβολία, με καπέλο με μεγάλο περίγυρο, αντηλιακό και μακρυμάνικο πουκάμισο το οποίο κουμπώνουμε μέχρι πάνω και σηκώνουμε το γιακά. Γενικά για όλα τα ρούχα μας, φροντίζουμε να είναι από κατάλληλο ύφασμα, που δεν είναι υδρόφιλο και στεγνώνει γρήγορα.
8. Οι αρχηγοί αναβάσεων του ΣΕΟ φροντίζουν να έχουν φαρμακείο ανάγκης, ασυρμάτους VHF και τα τηλέφωνα όλων των συμμετεχόντων. Αν δεν σας δοθούν, μην διστάσετε να ζητήσετε εσείς τα τηλέφωνα των αρχηγών.