

# ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ

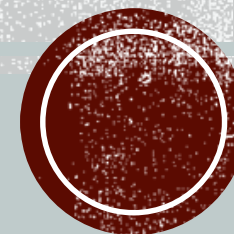
## **EXTREME SPORTS**

ΝΙΚΟΣ ΚΟΡΓΙΑΛΑΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΜΗΝΟΠΟΥΛΟΥ

ΕΥΗ ΛΑΔΙΑ

ΠΟΛΥΚΑΡΠΟΣ ΚΟΥΤΡΟΥΜΠΑΣ



# ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Ο Εναλλακτικός τουρισμός είναι μια καινούρια φιλοσοφία στον τομέα του τουρισμού και περιλαμβάνει όλες τις μορφές τουρισμού, οι οποίες προσελκύουν τουρίστες με ειδικά ενδιαφέροντα. Παρουσιάζει τα ακόλουθα χαρακτηριστικά:

- προστασία του φυσικού περιβάλλοντος
- αποφυγή των κλασικών τουριστικών προσφορών
- διατήρηση των οικοσυστημάτων
- αλληλεπίδραση του ανθρώπου με τα πολιτιστικά μνημεία
- στήριξη αγροτικών περιοχών και τέλος
- επίλυση του προβλήματος του εποχιακού τουρισμού



# Ο ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ

Επάνω από τα όμορφα τοπία της παραλιακής Ναυπακτίας υψώνεται η ορεινή Ναυπακτία με ένα πολυσχιδές ανάγλυφο, όπου κυριαρχούν οι ορεινοί όγκοι, οι ρεματιές και το νερό. Είναι ένα από τα ομορφότερα κομμάτια της Ελλάδας από περιβαλλοντικής κυρίως άποψης. Το πολυσχιδές τοπίο και η γεωλογική δομή των πετρωμάτων της Ναυπακτίας ευνοεί την πλούσια και ποικίλη χλωρίδα. Ο επισκέπτης μαγεύεται από μια αισθησιακή και απολαυστική διαδρομή μέσα στα όμορφα δάση όπου εναλλάσσονται η βελανιδιά, το έλατο, η οξιά, το πλατάνι, η καστανιά και σε κάποια σημεία υπάρχουν όλα μαζί, δίνοντας ένα ξεχωριστό και μοναδικό χρώμα.



# ΡΑΦΤΙΝΓΚ ΚΑΙ ΚΑΓΙΑΚ

- Στον Εύηνο Κατάβαση ποταμού με φουσκωτά σκάφη. Μάθημα από έμπειρους οδηγούς, πλήρης εξοπλισμός. Δυνατότητα διανυκτέρευσης στο Χάνι Μπανιά και στον Πόρο Ριγανίου.





- Το **Ράφτινγκ** είναι ομαδικό σπορ κατάβασης ποταμού με φουσκωτή βάρκα. Το πλήρωμα αποτελείται από έναν επαγγελματία οδηγό ποταμού και από 6-12 κωπηλάτες, ανάλογα με το μέγεθος της βάρκας το οποίο καθορίζεται από το βαθμό δυσκολίας του ποταμού και την ποσότητα των νερών του.
- Ο έμπειρος οδηγός που βρίσκεται στη βάρκα καθοδηγεί το πλήρωμα και του δίνει τις ανάλογες εντολές για να κωπηλατεί ανάλογα, έτσι ώστε να αποφεύγονται τα φυσικά εμπόδια που συναντώνται κατά τη διάρκεια της κατάβασης.



# ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ

- Στον Εύηνο Πεζοπορία, ιππασία και ραπέλ σε παραποτάμια μονοπάτια του Εύηνου. Δυνατότητα διανυκτέρευσης στο Χάνι Μπανιά και στον Πόρο Ριγανίου. Γύρω από την Ανω Χώρα. Έχει ανιχνευθεί και αποτυπωθεί ένα δίκτυο τεσσάρων πεζοπορικών διαδρομών που βασίζεται στον παλιό συνδετικό ιστό μονοπατιών ανάμεσα στα χωριά Ανω Χώρα, Κάτω Χώρα, Πόδος, Αμπελακιώτισσα και Κρυονέρια. Οι διαδρομές περνούν μέσα από δάση με έλατα, καστανιές και πλατάνια, ενώ η παραποτάμια βλάστηση εντυπωσιάζει.





- **Πεζοπορία** είναι η διάνυση μιας απόστασης με τα πόδια μεγαλύτερης των 5 χιλιομέτρων.



- Σύμφωνα με την επικρατέστερη κατηγοριοποίηση είναι 3 τα είδη πεζοπορίας και συγκεκριμένα:
- *Η απλή πεζοπορία.* Διανυόμενη απόσταση 5-20 χιλιόμετρα, μέση ωριαία ταχύτητα 4-5 χιλιόμετρα, χρόνος διαδρομών 1-5 ώρες, υψομετρική διαφορά 150-300 μέτρα με χωρίς εδαφικές δυσκολίες. Προυποθέτει: καλή φυσική κατάσταση, ελαφρύ εξοπλισμό και ελάχιστα εφόδια.
- *Ορεινή πεζοπορία.* Διανυόμενη απόσταση 10-25 χιλιόμετρα, μέση ωριαία ταχύτητα 3-4 χιλιόμετρα, χρόνος διαδρομών 3-10 ώρες, υψομετρική διαφορά 300-600 μέτρα με αρκετές εδαφικές δυσκολίες. Προυποθέτει: πολύ καλή φυσική κατάσταση, καλό εξοπλισμό και αρκετά εφόδια.
- *Ορειβασία.* Διανυόμενη απόσταση 10-20 χιλιόμετρα, μέση ωριαία ταχύτητα 2-3 χιλιόμετρα, χρόνος διαδρομών 3-10 ώρες, υψομετρική διαφορά 600 μέτρα και άνω με πολλές εδαφικές δυσκολίες. Προυποθέτει: άριστη φυσική κατάσταση, πολύ καλό εξοπλισμό και πολλά εφόδια.



# ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ



- στη Βαράσοβα Στις πλαγιές της Βαράσοβας έχουν χαραθεί μέχρι σήμερα περίπου 90 διαδρομές αναρρίχησης κλιμακούμενης δυσκολίας και υψομετρικής διαφοράς από 25 έως 400 μέτρα. Δυνατότητα διανυκτέρευσης σε ξενοδοχεία στη Βασιλική και το Κρυονέρι.





- Η ελεύθερη αναρρίχηση είναι η προώθηση σε κάθετη ή κεκλιμένη σκληρή επιφάνεια με τη χρήση ειδικών τεχνικών και κινήσεων. Τα αναρριχητικά υλικά χρησιμοποιούνται μόνο για ασφάλεια και όχι για στήριξη. Διακρίνεται στην «ασφαλισμένη» αναρρίχηση (με κανόνες και πρακτικές κίνησης και ασφάλισης και με τη χρήση σχοινιού) και στο μπουλντερινγκ, την αναρρίχηση δηλαδή σε χαμηλά βράχια ή κλειστές πιστες, χωρίς τη χρήση σχοινιού με μόνη, ενδεχομένως, εξασφάλιση από την χρήση ειδικών στρωμάτων. Υπάρχει επίσης και η ελεύθερη μοναχική αναρρίχηση, που λαμβάνει χώρα χωρίς τη λήψη μέτρων ασφαλείας.



<http://www.in2life.gr/delight/hobbies/article/291278/anarrihsh-oi-koryfaioi-proorismoι-sthn-ellada.html>



# ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΜΕ ΤΖΙΠ 4Χ4

- Στην ορεινή Ναυπακτία Οδηγώντας τα «σιδερένια θηρία σας» σε χωμάτινους δασικούς δρόμους, που περνάνε μέσα από δασικά ονειρικά τοπία και διασχίζοντας ποτάμια και μικρά χωριουδάκια της ορεινής Ναυπακτίας, θα ανακαλύψετε διαδρομές που είναι φτιαγμένες για να περάσετε αξέχαστα Σαββατοκύριακα. Υπάρχουν άπειρες διαδρομές, είτε με χώμα είτε με άσφαλτο οι οποίες πάντα μα πάντα σε οδηγούν σε μαγευτικά μέρη. Εδώ θα βρείτε μερικές από τις κυριότερες διαδρομές. Παρόλα αυτά δεν μένει να εξερευνήσετε και μόνοι σας την Ορεινή Ναυπακτία για μονοπάτια και νέες περιπέτειες.



<https://www.thepressroom.gr/auto-moto/jeep-renegade-201-longitude-4h4-diesel-gia-poly>





# ΆΛΛΕΣ ΜΟΡΦΕΣ

- Άλλες μορφές εναλλακτικού τουρισμού στη Ναυπακτία Υπάρχει η δυνατότητα να κάνετε πεζοπορία, ποδήλατο βουνού και ορειβασία σε εύκολες ή δύσκολες διαδρομές. Επίσης η Ναυπακτία προσφέρεται για απόλαυση της φύσης και του τοπίου, καθώς και τη συλλογή στοιχείων της πλούσιας χλωρίδας και πανίδας.





# ΟΡΕΙΒΑΣΙΑ

- Ο καλύτερος τρόπος να αποκτήσετε μια ολοκληρωμένη αίσθηση του ορεινού όγκου της Ναυπακτίας είναι να έρθετε σε άμεση επαφή με τη φύση, να περπατήσετε στα μονοπάτια των βουνών, να μιλήσετε με τους βοσκούς, να ξεδιψάσετε στις παγωμένες πηγές, να διανυκτερεύσετε σε καταφύγια.

Οι διαδρομές που αναφέρονται παρακάτω προτείνονται από τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο Ναυπάκτου και προσφέρονται για αναβάσεις ή ορεινή πεζοπορία στους φυσιολάτρες και εραστές του βουνού.

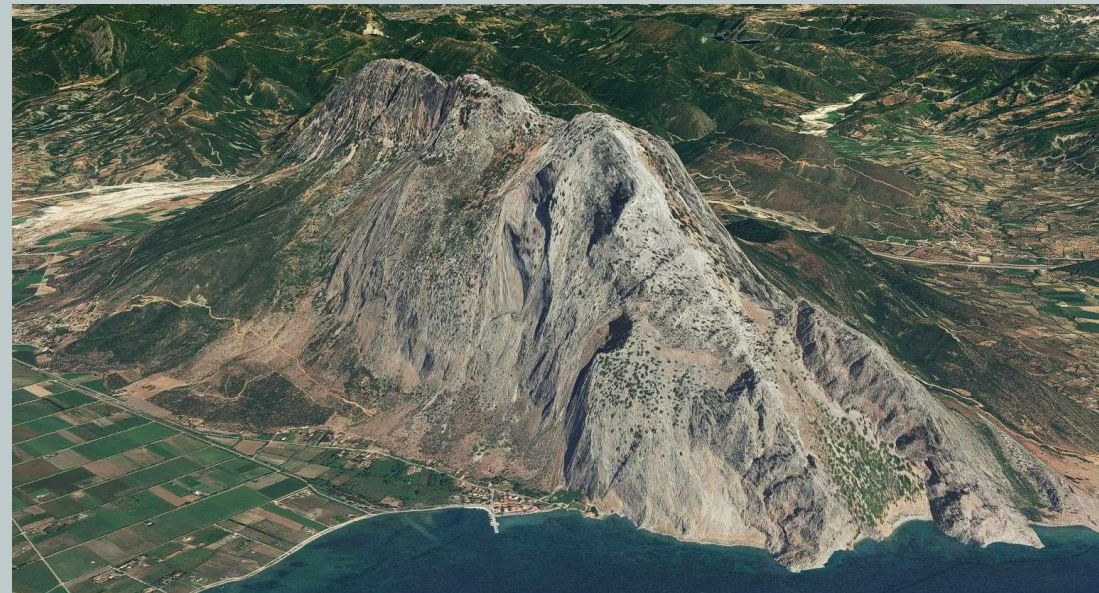


<https://ipop.gr/the-mata/frontizw/chtis-e-dinato-soma-kanontas-orivasia/>



# ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

- Αρχίζουμε από τη **Βαράσοβα** (υψ. 914 μ.) το «ιερό βουνό» της Αιτωλίας. Η πρόσβαση στην κορυφή γίνεται πιο εύκολα από την Ανω Βασιλική και η πορεία διαρκεί περίπου 2,5 ώρες. Ενδιαφέροντα στοιχεία είναι η εκπληκτική θέα και η ύπαρξη ερειπωμένων ασκηταριών μοναχών σε σπήλαια με ίχνη αγιογραφιών. Από την πλευρά του Κρυονερίου υπάρχει αναρριχητικό πεδίο, από τα καλύτερα της Ευρώπης και σχεδόν καθημερινά σημειώνεται η παρουσία αναρριχητών από όλα τα μέρη του κόσμου.



[http://www.topoguide.gr/mountains/sterea\\_ellada/hiking\\_on\\_varasova.php](http://www.topoguide.gr/mountains/sterea_ellada/hiking_on_varasova.php)





- **Κλόκοβα** ή Ταφιασσός των αρχαίων (υψ.1.037 μ.) Η διαδρομή αρχίζει από την διασταύρωση, πριν την Άνω Καλαβρούζα και διαρκεί 1,5 ώρα περίπου. Η θέα από την κορυφή είναι όντως εκπληκτική προς τον Πατραϊκό, την Αχαΐα και την πεδιάδα του Αντιρρίου. Ενδιαφέρον στοιχείο είναι η ύπαρξη συστάδων δάσους από αιωνόβιες αριές.

<http://www.agrinioculture.gr/2014/09/02/den-tha-kathisterisoun-tin-ionia-odo-ta-evrimata-stin-klokova/>





- **Ριγάνι**, (υψ. 1.469 μ.), όπου βρίσκεται εκκλησιάκι του Προφήτη Ηλία. Η ανάβαση στην κορυφή, όπου και το εξωκλήσι του Προφήτη Ηλία, μπορεί να γίνει είτε από την πλευρά της Βομβοκούς (διάρκεια 2 ώρες), είτε από το χωριό Ριγάνι.



<http://e-gegonos.gr/?p=422>





- **Τσακαλάκι** (με δύο κορυφές 1.710 και 1.697 μ.), από τα ωραιότερα βουνά της περιοχής. Η ανάβαση μπορεί να γίνει είτε από την πλευρά της Αγίας Κυριακής, όπου και η βρύση της Παπαδιάς, είτε από το χωριό Κεντρική.

<https://www.google.gr/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=>



- Η **Ομάλια** (υψ. 1655 μ.) είναι ένα εκτεταμένο οροπέδιο. Η ανάβαση σ' αυτό και από εκεί στην κορυφή του είναι αρκετά εύκολη, ακόμα και για μικρά παιδιά και προσφέρεται για μια πρώτη εμπειρία τους από την ομορφιά των ψηλών βουνών. Η ανάβαση αρχίζει από την θέση Χαρατσι και διαρκεί λιγότερο από μια ώρα.







<http://katelanos.blogspot.gr/2015/05/anavasi-ston-annino.html>

- Η **Τσεκούρα** (υψ. 1732 μ.) μεταξύ Αμπελακιώτισσας, Κρυονερίου και Περδικόβρυσης είναι ένα δύσκολο βουνό ιδιαίτερα προς την πλευρά της Κοζίτσας και η ανάβαση από το χωριό διαρκεί περίπου 3 ώρες. Λιγότερο δύσκολη ανάβαση αρχίζει από τον αυχένα, στη μέση του δρόμου Αμπελακιώτισσας-Περδικόβρυσης.



- Το **Τρίκορφο Δωρίδας** (υψ.1.549 μ.) παρουσιάζει ενδιαφέρον γιατί είναι προσιτή η κορυφή του και σε άπειρους φυσιολάτρες. Η ανάβαση προτείνεται να αρχίσει από την τοποθεσία Αγιοι Απόστολοι της Ποτιδάνειας και η όλη διαδρομή διαρκεί μιάμιση ώρα ώρες περίπου, μέσα από πυκνό ελατοδάσος. Το Τρίκορφο με τους πολλούς δασικούς χωματόδρομους είναι ιδεώδης τόπος για ορεινή ποδηλασία.



<http://www.dorida.gr/%CE%B5%CF%85%CF%80%CE%AC%CE%BB%CE%B9%CE%BF/%CE%B5%CF%85%CF%80%CE%AC%CE%BB%CE%B9%CE%BF>



ΤΕΛΟΣ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ

