

Εκδρομικά Χρονικά

ΠΕΡΙΟΔΟΣ Δ' • ΤΕΥΧΟΣ 36, ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2025





**ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ
ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ**

Μπότσια 11, 106 82 Αθήνα
Τηλ.: 210 330 2340 • Fax 210 330 2428
e-mail: ofoese@gmail.com
www.ofoese.gr

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ Κυριακή Τσιρανίδου

Α' ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ Λεωνίδα Καθυβιάνας

Β' ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ Δημήτριος Παγουλιάτος

ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ Γεώργιος Αρβανίτης

ΤΑΜΙΑΣ Ευανθία Διαμαντάκου

ΕΙΔΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ &

ΕΦΟΡΟΣ ΛΕΣΧΗΣ Χρυσάνθη Σφυρή

ΕΦΟΡΟΣ ΔΗΜΟΣΙΩΝ

ΣΧΕΣΕΩΝ & ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ Ρεγγίνα Κούτσιτς

ΕΦΟΡΟΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

& ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Εñευθέριος Φωτεινός

ΜΕΛΟΣ Γεώργιος Πρίντζης

ΑΡΙΣΤΙΝΔΗΝ ΜΕΛΟΣ Γεώργιος Μηλιαράκης,
Χρήστος Πετρέας

ΕΚΔΟΤΗΣ (Υπεύθυνος σύμφωνα με το νόμο)

Η Πρόεδρος ΚΥΡΙΑΚΗ ΤΣΙΡΑΝΙΔΟΥ

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ – ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ

Έφορος Δημοσίων Σχέσεων και Εκδηλώσεων

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ

Σπύρος Ρένεσης, 6947726761

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

ΟΦΟΕΣΕ: Μπότσια 11, 106 82 Αθήνα

GREEK FEDERATION OF NATURALIST

11, Botassi Str., 106 82 Athens, GREECE

Εικόνα εξωφύλλου:

Μονή Αίγινας

Φωτογραφία: Άννα Μαρκόνη

Εικόνα οπισθοφύλλου:

Ο Πύργος του Μάρκελλου στην Αίγινα

Φωτογραφία: Άννα Μαρκόνη

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΟΙ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ

| | |
|---|---|
| ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ | 4 |
| ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΤΗΣΙΑΣ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ | 6 |
| ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΕΦΟΡΕΥΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ..... | 7 |
| ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ • 2η Ορειβατική Συνάντηση ΟΦΟΕΣΕ | 9 |

ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ

| | |
|--|----|
| Φυσιολατρικός Ορειβατικός Όμιλος Φλώρινας..... | 14 |
| ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΘΗΝΩΝ Ο «ΦΟΙΒΟΣ» • Δράσεις Α' εξαμήνου 2025 | 23 |
| ΟΛΥΜΠΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 25 |
| ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΦΟΕΣΕ | 26 |



Χαιρετισμός Προέδρου

Αγαπητά μέλη
Αγαπητοί φίλοι

Ως νέα πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου της Ομοσπονδίας Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος, χαιρετίζω με ιδιαίτερη χαρά και τιμή την έκδοση του παρόντος τεύχους των *Εκδρομικών Χρονικών*.

Η Ομοσπονδία μας υπηρετεί διαχρονικά έναν τρόπο ζωής που βασίζεται στον σεβασμό προς τη φύση, την αξία της συλλογικότητας και τη διαρκή αναζήτηση του μέτρου και της ισορροπίας. Στις κορυφές, στα μονοπάτια, στη θάλασσα, στις εκδρομές και στις κοινές δράσεις, καλλιεργείται όχι μόνο η αγάπη για το φυσικό τοπίο, αλλά και η βαθύτερη σύνδεση με τον άνθρωπο και τον τόπο του.

Αυτό το τεύχος αποτελεί ένα ακόμη βήμα στο μοίρασμα εμπειριών, γνώσης και μνήμης – μια συλλογική καταγραφή που ενισχύει την ταυτότητα του φυσιολατρικού και ορειβατικού κινήματος και υπενθυμίζει τη σημασία της συνέχειας και της ανανέωσης.

Με σεβασμό στην ιστορία και το έργο όλων όσοι υπηρέτησαν τον χώρο με συνέπεια, συνεχίζουμε με διάθεση, ευθύνη και συλλογικό πνεύμα, για να κρατήσουμε τα μονοπάτια ανοιχτά και τις κοινές μας αξίες ζωντανές.

Με εκτίμηση,
Κική Τσιρανίδου
Πρόεδρος Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.



ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Αθήνα, 11 Φεβρουαρίου 2025

Αριθ. Πρωτ.: 12/2025

Προς
όλα τα Σωματεία - Μέλη
της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.

1. ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ ΑΡΙΘ. 1/2025

1. Θέμα: Τακτική Γενική Συνέλευση

2. των Σωματείων - Μελών της Ομοσπονδίας και Αρχαιεσίες αναδειξης Διοίκησης των Οργάνων.

Αγαπητοί φίλοι,

Η Γενική Συνέλευση της **Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.** αποφασίστηκε, στην 28^η Συνεδρίαση του Δ.Σ. (29.01.2025), να συγκληθεί την **Κυριακή 09 Μαρτίου 2025 και ώρα 11.00'**, στα γραφεία της Ομοσπονδίας, οδός Μπότσαρη 11 (1^{ος} όροφος), Αθήνα.

Σε περίπτωση που δεν θα υπάρξει απαρτία, η Γενική Συνέλευση θα συνέλθει πάλι την **Κυριακή 16 Μαρτίου 2025**, στον ίδιο τόπο και την ίδια ώρα με τα ίδια θέματα, χωρίς άλλη πρόσκληση, σύμφωνα με το άρθρο 47 παρ. 3 του καταστατικού.

1. Αριθμός αντιπροσώπων

Τα Σωματεία-Μέλη αντιπροσωπεύονται στις Συνελεύσεις της Ομοσπονδίας, σύμφωνα με το **άρθρο 52§2** του Καταστατικού της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε., κατά την ακόλουθη αναλογία:

Σωματεία που έχουν μέχρι 100 μέλη, ενεργά και ταμειακά εντάξει και όχι τα εγγεγραμμένα από την ίδρυση του Σωματείου, **με έναν (1) αντιπρόσωπο.**

Σωματεία που έχουν από 101 - 250 μέλη, ενεργά και ταμειακά εντάξει και όχι τα εγγεγραμμένα από την ίδρυση του Σωματείου, **με δύο (2) αντιπροσώπους.**

Σωματεία που έχουν από 251 και άνω μέλη, ενεργά και ταμειακά εντάξει και όχι τα εγγεγραμμένα από την ίδρυση του Σωματείου, **με τρεις (3) αντιπροσώπους.**

2. Σύμφωνα με το άρθρο **54** του ισχύοντος καταστατικού της Ομοσπονδίας οι υποψηφιότητες για το Διοικητικό Συμβούλιο, και τα Πειθαρχικά Συμβούλια υποβάλλονται γραπτά από τα Σωματεία-Μέλη στην Γραμματεία της Ομοσπονδίας το αργότερο μέχρι την έναρξη της Γ.Σ., αναγράφοντας το ονοματεπώνυμο του υποψηφίου και για πιο όργανο θέτει υποψηφιότητα. Παρακαλούνται οι υποψηφιότητες να κατατεθούν όσο το δυνατόν ωριότερα από την καταστατική πρόβλεψη.

3. Υποχρέωση υποβολής εγγράφων

Δεν επιτρέπεται η συμμετοχή Σωματείου-Μέλους στην Γενική Συνέλευση, αν **δύο (2)** εργάσιμες ημέρες πριν από την Συνέλευση δεν υποβάλει στη Γραμματεία της Ομοσπονδίας:

- α) Έγγραφο με τις τυχόν τροποποιήσεις του Καταστατικού του Σωματείου.
- β) Ονομαστικό κατάλογο των μελών του Διοικητικού Συμβουλίου με τις διευθύνσεις τους και κατάσταση με τον αριθμό των ενεργών μελών του Σωματείου.
- γ) Έκθεση της εκδρομικής και γενικώς της δραστηριότητας του Σωματείου κατά τον προηγούμενο χρόνο (έτος 2024).
- δ) Καθώς επίσης να καταβάλει ως δικαίωμα συμμετοχής του και χρηματικό ποσό, το ύψος του οποίου ορίζεται από το Διοικητικό Συμβούλιο και αναγράφεται στην πρόσκληση για τη σύγκληση της Γ. Συνέλευσης καθώς και το δικαίωμα συμμετοχής των αντιπροσώπων που έχει ορίσει το Δ.Σ.

Επειδή έχει παρατηρηθεί σε προηγούμενες Γ.Σ. να συμμετέχουν Σωματεία-Μέλη χωρίς να έχουν υποβάλει τα παραπάνω έγγραφα σας γνωρίζουμε ότι θα τηρηθεί αυστηρά η υποχρέωση υποβολής των άνω εγγράφων της παραγράφου 3α, β, γ, δ όπως το άρθρο 47§6 του καταστατικού ορίζει.

4. Σύμφωνα με το άρθρο 50 του καταστατικού η υποχρέωση έγγραφης δήλωσης παράστασης των αντιπροσώπων του Σωματείου, ορίζεται σε υποβολή το αργότερο μια ώρα πριν από την έναρξη των εργασιών της Συνέλευσης. Παρακαλούνται θερμά τα Σωματεία-Μέλη για λόγους εύρυθμης λειτουργίας της Γραμματείας, να καταθέσουν την αναφερόμενη δήλωση νωρίτερα από τον προβλέψιμο χρόνο.

5. Τα ως άνω έγγραφα υπογράφονται από τον Πρόεδρο και τον Γενικό Γραμματέα του Διοικητικού Συμβουλίου του Σωματείου, που βεβαιώνουν το περιεχόμενό τους για τη νόμιμη λειτουργία του Σωματείου κατά τον προηγούμενο χρόνο και σφραγίζονται με την σφραγίδα του Σωματείου.

Για την έγκυρη συμμετοχή του στις εργασίες της Γενικής Συνέλευσης κάθε Σωματείο-Μέλος έχει υποχρέωση, μαζί με τα έγγραφα της προηγούμενης παραγράφου, να καταβάλει ως δικαίωμα συμμετοχής του (άρθρο 47§7) την ετήσια συνδρομή **€50,00** και τη συμμετοχή, του κάθε αντιπροσώπου **€15,00**.

6. Η Ομοσπονδία θα καλύψει εξ ολοκλήρου τα μεταφορικά έξοδα με ΙΧ (βενζίνη & διόδια) ή λεωφορείο ή σιδηρόδρομο ή πλοίο.

Με Φυσιολατρικούς Χαιρετισμούς

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Ο Πρόεδρος
Γεώργιος Φ. Πρίντζης

Ο Γενικός Γραμματέας
Βασίλης Ε. Κατσαντώνης

Αθήνα, 11/02/2025**ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ
ΕΤΗΣΙΑΣ ΤΑΚΤΙΚΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ**

Σύμφωνα με το άρθρο **47 παρ.1,2,3** του Καταστατικού της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε., προσκαλούνται οι αντιπρόσωποι των Σωματείων - Μελών της, στην ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση, που θα γίνει την **Κυριακή 9 Μαρτίου 2025** και ώρα 11 π.μ. στα γραφεία της Ομοσπονδίας (οδός Μπότσαρη 11, 1^{ος} όροφος, τηλ.: 210 330 24 28).

Σε περίπτωση που δεν θα υπάρξει απαρτία η Γενική Συνέλευση θα συνέλθει την **Κυριακή 16 Μαρτίου 2025**, με τα ίδια θέματα, στον ίδιο τόπο και την ίδια ώρα, χωρίς νέα πρόσκληση.

ΘΕΜΑΤΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΔΙΑΤΑΞΗΣ

1. Εκλογή Προέδρου και Γραμματέα της Γενικής Συνέλευσης.
2. Επικύρωση των Πρακτικών της προηγούμενης Γενικής Συνέλευσης.
3. Απολογισμός του απερχόμενου Διοικητικού Συμβουλίου, για το έτος 2024.
4. Ταμειακός Απολογισμός και υποβολή για έγκριση του Ισολογισμού και του Προϋπολογισμού της επόμενης χρήσης 2025.
5. Έκθεση Εξελεγκτικής Επιτροπής και απαλλαγή ή μη του Διοικητικού Συμβουλίου από κάθε ευθύνη, σύμφωνα με τα άρθρα 30, παρ. 2 και το 53 παρ.3 του καταστατικού.
6. Απαλλαγή της Εξελεγκτικής Επιτροπής από κάθε ευθύνη, σύμφωνα με το άρθρο 53 παρ.3 του καταστατικού.
7. Έγκριση από το Δ.Σ. της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. του Σωματείου Σύλλογος Πεζοπορίας-Ορειβασίας Τρικάλων, μετά από αίτησή του στις 11/09/2024, ως δόκιμο Μέλος για ένα χρόνο, σύμφωνα με το άρθρο 6 παρ. 2, του καταστατικού.
8. Εισηγήσεις και προτάσεις αντιπροσώπων.
9. Εκλογή Εφορευτικής Επιτροπής και διενέργεια αρχαιρεσιών της Ομοσπονδίας για την εκλογή Οργάνων Διοίκησης (2025-2028) Διοικητικού Συμβουλίου, Πειθαρχικών Συμβουλίων (2025-2028), σύμφωνα με τα άρθρα 16§1, 35§1,2 και 36§1,2 του Καταστατικού. Οι υποψηφιότητες για τα όργανα Διοίκησης της Ομοσπονδίας, υποβάλλονται εγγράφως σύμφωνα με το άρθρο 54 του καταστατικού.

Σύμφωνα με το άρθρο 45 του Καταστατικού και με την επιφύλαξη του εδαφ.2 της παρ.2 του άρθρου 47, δικαίωμα συμμετοχής στη Συνέλευση έχουν τα ταμειακώς εν τάξει Σωματεία.

Με Φυσιολατρικούς Χαιρετισμούς
Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Ο Πρόεδρος
Γεώργιος Φ. Πρίντζης

Ο Γενικός Γραμματέας
Βασίλης Ε. Κατσαντώνης

ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΕΦΟΡΕΥΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΕΦΟΡΕΥΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΔΙΑΛΟΓΗΣ ΨΗΦΩΝ ΚΑΙ ΑΝΑΚΗΡΥΞΕΩΣ ΤΑΚΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΛΑΧΟΝΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΟΥ Δ.Σ. και Ε.Ε.

ΑΡΧΑΙΡΕΣΙΕΣ ΤΗΣ 16 Μαρτίου 2025

του Σωματείου με την επωνυμία Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος (Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.)

Σήμερα την 16 Μαρτίου 2025, ημέρα Κυριακή και ώρα 13.00, στα Γραφεία του Σωματείου με την επωνυμία Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος, **και επί της οδού Μπότσαρη 11, 1^{ος} όροφος**, συνήλθε η τριμελής Εφορευτική Επιτροπή, αποτελούμενη από τους

1. Αλέξανδρος Κουτσούκης
2. Ιωάννης Μακρυγιάννης
3. Ηλίας Καφώρος

η οποία εξελέγη ομόφωνα από την Τακτική Γενική Συνέλευση του Σωματείου με την επωνυμία Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος, όπως προβλέπεται από το Καταστατικό του Σωματείου.

η Εφορευτική Επιτροπή αφού εξέτασε και διαπίστωσε ότι όλα είναι εντάξει και σύμφωνα με τις διατάξεις του Καταστατικού και ότι τίποτα δεν παραλήφθηκε που να εμποδίζει την έναρξη της ψηφοφορίας, και ότι ήρθε η ώρα που ορίζεται από την Ημερήσια Διάταξη για την έναρξη της ψηφοφορίας, δηλαδή η 13.00, αποφάσισε να αρχίσει η ψηφοφορία για την εκλογή του Διοικητικού Συμβουλίου και της Ελεγκτικής Επιτροπής, την κήρυξη της οποίας έκανε ο Πρόεδρος της Εφορευτικής Επιτροπής, ο οποίος και κάλεσε τους εκλογείς να ασκήσουν το εκλογικό τους δικαίωμα.

Στη συνέχεια, και αφού πέρασε η ώρα λήξης της ψηφοφορίας που είχε οριστεί από την Ημερήσια Διάταξη, δηλαδή στις 12.30, συνήλθε και πάλι η Εφορευτική Επιτροπή, η οποία αποτελείται από τους παριστάμενους από την αρχή της εκλογής, και αφού διαπίστωσε ότι δεν υπάρχουν άλλοι εκλογείς που να περιμένουν να ψηφίσουν, κήρυξε το τέλος της ψηφοφορίας.

Στη συνέχεια η Επιτροπή, αφού βεβαιώθηκε ότι α) η ψηφοφορία έγινε από την αρχή μέχρι το τέλος σύμφωνα με τις διατάξεις του Καταστατικού χωρίς καμία διακοπή και β) ότι δεν εκκρεμεί για επίλυση καμία αμφισβήτηση ή ένσταση οποιουδήποτε, άρχισε την καταμέτρηση των γραμμένων στο Βιβλίο Πρωτοκόλλου Ψηφοφορίας Μελών, το οποίο προηγούμενα έκλεισε και υπέγραψαν όλα τα μέλη αυτής.

Από την καταμέτρηση προέκυψε το εξής αποτέλεσμα.

Κατόπιν των ανωτέρω αποτελεσμάτων, η Εφορευτική Επιτροπή ανακηρύσσει ως εκλεγέντα Τακτικά και επιλαχόντα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου, τους κάτωθι:

Τακτικά Μέλη Διοικητικού Συμβουλίου:

1. Αρβανίτης Γεώργιος (15) δεκαπέντε ψήφους
2. Διαμαντάκου Ευανθία (21) είκοσι ένα ψήφους
3. Καλυβιάνος Λεωνίδας (25) είκοσι πέντε ψήφους
4. Κούτση Ρεγγίνα (8) οκτώ ψήφους
5. Παγουλάτος Δημήτριος (12) δώδεκα ψήφους
6. Πρίντεζης Γεώργιος (9) εννέα ψήφους
7. Σφυρή Χρυσάνθη (23) είκοσι τρεις ψήφους
8. Τσιρανίδου Κυριακή (21) είκοσι ένα
9. Φωτεινός Ελευθέριος (18) δέκα οκτώ

και αναπληρωματικά μέλη:

1. Καρνάκης Γεώργιος (8) οκτώ ψήφους
2. Τσατσαρώνης Ηλίας (3) τρεις ψήφους

Κατόπιν ισοψηφίας μεταξύ κ. Γεωργίου Καρνάκη και κ. Ρεγγίνας Κούτση και μετά από κλήρωση, η κ. Κούτση είναι τακτικό μέλος του Δ.Σ.

Το αποτέλεσμα αυτό καταχωριζόταν αμέσως, με την αναγραφή του αριθμού του ψηφοδέλιου, στο Βιβλίο Διαλογής Ψήφων Α και δίπλα στο όνομα του υποψηφίου στον οποίο ανήκει.

Κατόπιν των ανωτέρω αποτελεσμάτων, η Εφορευτική Επιτροπή ανακηρύσσει τα ως εκλεγέντα Τακτικά και επιλαχόντα μέλη του Α' και Β' Πειθαρχικού Συμβουλίου, τους κάτωθι:



Α' Πειθαρχικό Συμβούλιο:

1. Κατσαντώνης Βασίλειος (24) ψήφους
2. Ξηρουχάκης Εμμανουήλ (17) ψήφους
3. Σεχίδης Ιωάννης (18) ψήφους

Β' Πειθαρχικό Συμβούλιο:

1. Αγιάνογλου Κυριάκος (8) ψήφους
2. Κωνσταντοπούλου Ευδοκία (13) ψήφους
3. Μπουλιέρη Αγγελική (22) ψήφους
4. Σωτηρόπουλος Σταμάτιος (12) ψήφους
5. Χαιρόπουλος Ανδρέας (19) ψήφους

Το Πρακτικό αυτό, αφού συντάχθηκε και αναγνώσθηκε, υπογράφηκε από τον Πρόεδρο και τα μέλη της Εφορευτικής Επιτροπής ως ακολούθως:

Η ΕΦΟΡΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
Αλέξανδρος Κουτσούκης

ΤΑ ΜΕΛΗ
Ιωάννης Μακρυγιάννης
Ηλίας Καφώρος



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

2η Ορειβατική Συνάντηση ΟΦΟΕΣΣΕ

Η Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. σε συνεργασία με τον ΕΟΣ Μολάων και Ν/Α Λακωνίας, διοργανώνει την 2η Πανελλήνια Ορειβατική Συνάντηση στο Ακρωτήριο του Κάβου Μαλέα, το τετράημερο Παρασκευή 30 Μαΐου έως Δευτέρα 02 Ιουνίου 2025.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2ης ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ στο ΑΚΡΩΤΗΡΙ ΤΟΥ ΚΑΒΟΥ ΜΑΛΕΑ

Σάββατο 31 Μαΐου 2025

Απογευματινή πορεία
Απολιθωμένο Δάσος-Αγία Ειρήνη ή Προφήτης Ηλίας-Απολιθωμένο Δάσος
Διάρκεια κάθε μιας Διαδρομής: 3-4 ώρες
Χιλιομετρική Απόσταση: 5χλμ περίπου
Υψομετρική Διαφορά: +50μ
Εύκολες και οι δύο διαδρομές

Κυριακή 01 Ιουνίου 2025

Βελανιδιά-Φάρος Μαλέα
Διάρκεια Διαδρομής: 4-5 ώρες
Χιλιομετρική Απόσταση: 10χλμ περίπου
Υψομετρική Διαφορά: +350μ
Εύκολη διαδρομή

ΔΙΑΜΟΝΗ

Η διαμονή των συμμετεχόντων θα γίνει στο σχολείο του Αγίου Νικολάου Βάτικων.
Στο σχολείο θα υπάρχει ρεύμα, νερό και τουαλέτες.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΑΜΟΝΗ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Οι συμμετέχοντες που θα διανυκτερεύσουν στο σχολείο, θα πρέπει να έχουν μαζί τους τα εξής:
- σκηνή - sleepingbag - ελαφρύ ρουχισμό
Η διαμονή στο σχολείο μπορεί να γίνει από την Παρασκευή 30 Μαΐου.

ΔΙΑΜΟΝΗ ΣΕ ΞΕΝΩΝΑ-ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ

Για όποιον δεν επιθυμεί να διανυκτερεύσει σε υπαίθριο χώρο, υπάρχει Ξενώνας-Ξενοδοχείο στη Νεάπολη Λακωνίας, 20 λεπτά από τον οικισμό του Αγίου Νικολάου. Θα υπάρχει ειδική τιμή διαμονής για όσους συμμετέχοντες επιλέξουν τον Ξενώνα, στον οποίο η κράτηση του δωματίου θα πρέπει να πραγματοποιηθεί από τους ίδιους.

ΦΑΓΗΤΟ

Πρωινό αναλαμβάνει ο διοργανωτής σύλλογος.
Στον οικισμό υπάρχει ταβέρνα για φαγητό. Θα υπάρξουν ειδικές τιμές γευμάτων για τους συμμετέχοντες.

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ

Εφόσον ο αριθμός των συμμετοχών είναι ικανοποιητικός, η Ομοσπονδία προτίθεται να ναυλώσει λεωφορείο από Αθήνα και Θεσσαλονίκη. Θα είναι εφικτή η επιβίβαση συμμετεχόντων και κατά τη διαδρομή από Θεσσαλονίκη προς Αθήνα. Η κράτηση θέσης στο λεωφορείο πραγματοποιείται με την κατάθεση του ελάχιστου κόστους των 15€/άτομο, στους παρακάτω λογαριασμούς:

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

GR9601717430006743138343264

ALPHA BANK

GR3301401040104002002019830

Σε διαφορετική περίπτωση η μετακίνηση θα πραγματοποιηθεί με προσωπική ευθύνη του κάθε συμμετέχοντα.

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ

Παρακαλούνται τα Σωματεία τα οποία θα θελήσουν να συμμετάσχουν, να δηλώσουν τον αριθμό των ατόμων, μέχρι και την Παρασκευή 09 Μαΐου 2025, στέλνοντας email στην Ομοσπονδία, στο ofoese@gmail.com

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Σακίδιο μικρό, Ορειβατικά παπούτσια, Μπατόν Νερό (1.5-2lt ανάλογα με τις ανάγκες του καθενός) Αντιανεμικό, Καπέλο, γυαλιά ηλίου, αντηλιακή κρέμα, Μία αλλαξιά ρούχα, Ελαφρά σνακ για την διαδρομή, Ατομ. φαρμακείο (εφόσον χρειάζεται)

Με φυσιολατρικούς χαιρετισμούς

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος
Κυριακή Τσιρανίδου

Ο Γενικός Γραμματέας
Γεώργιος Αρβανίτης



ΟΙ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ



2η Ορειβατική Συνάντηση ΟΦΟΕΣΕ

Παρασκευή
30 Μαΐου
με Κυριακή
1 Ιουνίου

Ακρωτήρι
Κάβου Μαλέα

Συνδιοργάνωση:



Πληροφορίες:

-Γραμματεία ομοσπονδίας: 2103302428
-Πρόεδρος Κική Τσιρανίδου: 6932253777
-E.mail: ofoes@gmail.com

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Με μεγάλη επιτυχία και αθρόα συμμετοχή των Συλλόγων της Ομοσπονδίας, πραγματοποιήθηκε η 2^η εαρινή ορειβατική συνάντηση της Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. στο ακρωτήριο του Κάβου Μαλέα 30, 31/5-1/6/25, στο νοτιότερο σημείο της Ελλάδος.

Συνδιοργανωτής της συνάντησης, ήταν ο τοπικός ορειβατικός σύλλογος Ε.Ο.Σ. Μολάων & Ν/Α Λακωνίας, τα μέλη του οποίου επέλεξαν δύο υπέροχες παράκτιες διαδρομές, προσφέροντας μαγευτική θέα στη θάλασσα.

- Απολιθωμένο Δάσος-Αγία Ειρήνη-Απολιθωμένο Δάσος, 6 χιλιόμετρα, μετρίου βαθμού δυσκολίας.
- Βελανιδιά-Φάρος Μαλέα 11 χιλιόμετρα μετρίου βαθμού δυσκολία.

Ο σκοπός της εξόρμησης, δεν ήταν άλλος από τη σύσφιξη σχέσεων των Μελών, την επαφή με τη φύση, την ανταλλαγή απόψεων και την υπόσχεση ότι θα προστατεύουμε το περιβάλλον μας με τον κάθε δυνατό τρόπο.

Η άψογη φιλοξενία και υποδειγματική οργάνωση από τον Πρόεδρο, Ανδρέα Κρητικό, τα Μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου αλλά και όλα τα Μέλη του Συλλόγου, συνέβαλε αποφασιστικά στην ομοιογύμνη, από όλους τους συμμετέχοντες, επιτυχία της εκδήλωσης.





Στην πρώτη βραδιά της συνάντησης, βραβεύτηκε ο ΕΟΣ ΜΟΛΑΩΝ για τη διοργάνωση, καθώς επίσης βραβεύτηκαν και οι Σύλλογοι από όλες τις περιοχές της Ελλάδος που μας τίμησαν με την παρουσία τους.

- Φυσιολατρικός Σύλλογος Λιτόχωρου «ΟΛΥΜΠΟΣ»
- Α.Χ.Ο.Λ. ΒΟΙΩΤΙΑΣ
- ΦΟΙΒΟΣ ΑΘΗΝΩΝ
- ΦΙΛΟΠΡΟΟΔΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
- Ε.Ο.Φ. ΑΘΗΝΩΝ
- Φ.Ο.Ο.Φ. ΦΛΩΡΙΝΑΣ
- MOUNTAIN ACTIVITIES ΑΘΗΝΩΝ
- ΣΕΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Τα Μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου της Ομοσπονδίας που παραβρέθηκαν ήταν:

Η Πρόεδρος Κική Τσιρανίδου, ο Α΄ Αντιπρόεδρος Λεωνίδας Καλυβιάνος, ο Γενικός Γραμματέας Γεώργιος Αρβανίτης, η Ταμίας Ευανθία Διαμαντάκου και η Έφορος Δημοσίων Σχέσεων και Εκδηλώσεων Ρεγγίνα Κούτση.







Φυσιολατρικός Ορειβατικός Όμιλος Φλώρινας

1. Η κοπή της βασιλόπιτας του Φυσιολατρικού Ορειβατικού Ομίλου Φλώρινας

29/01/2025

Η εκδήλωση της κοπής της βασιλόπιτας του Φυσιολατρικού Ορειβατικού Ομίλου Φλώρινας, πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 26 Ιανουαρίου στα Γραφεία του Φ.Ο.Ο.Φ.

Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν ο Αντιπεριφερειάρχης Π.Ε. Φλώρινας Αθανάσιος Τάσκας, οι Αντιδήμαρχοι Δήμου Φλώρινας Αθανάσιος Μπέτσος, Κωνσταντίνος Ρόζας και Σοφία Φουδούλη, ο Διοικητής της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Φλώρινας Αντιπύραρχος Αστέριος Γκαραγκάνης, μέλη και φίλοι του Συλλόγου.

Σε κλίμα συγκίνησης τιμήθηκε ο τέως πρόεδρος Πέτρος Βόσδου για την πολύχρονη και πολύτιμη συνεισφορά του στον Σύλλογο. Την τιμητική πλάκερα παρέλαβε ο γιος του Λεωνίδα.

Η τυχερή που κέρδισε το φλουρί ήταν η Ρίτσα Γούναρη.

2. Κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Ορειβατικής Βασιλόπιτας στο Καταφύγιο Παλιοχωρίου

19/02/2025

Πλήθος επισκεπτών, μελών, φίλων και ορειβατών παραβρέθηκε στην κοπή της ορειβατικής βασιλόπιτας του συλλόγου μας που πραγματοποιήθηκε στο Καταφύγιο Παλιοχωρίου την Κυριακή 23 Φεβρουαρίου 2025.

Η φιλοξενία από την πλευρά του συλλόγου ήταν πλούσια και ανάλογη της παρουσίας των πολυπληθών φίλων προφέροντας πρωινά εδέσματα καθώς και μεσημεριανό γεύμα σε ένα ομοιογενώς ζεστό περιβάλλον.

Η τυχερή για το 2025 ήταν η κα. Κηπουρού Μελίνα που κέρδισε δώρα από το κατάστημα Γούναρη Μαρία και το Τουριστικό Γραφείο Giatrakas Travel.



**3. Ο ΦΟΟΦ στην Τακτική Γενική
Συνέλευση της Πανελληνίας
Ομοσπονδίας Φυσιολατρικών
Ορειβατικών και Εκδρομικών Σωματείων
Ελλάδος
16/03/2025**

Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Φυσιολατρικών Ορειβατικών και Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος την Κυριακή 16 Μαρτίου στα γραφεία της στην Αθήνα πραγματοποιεί την Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση των σωματείων της για την ανάδειξη Διοίκησης των Οργάνων της.

Ο Φ.Ο.Ο.Φ ως μέλος της συμμετέχει δυναμικά στις διαδικασίες με τρεις αντιπροσώπους για τις παρακάτω θέσεις.

- Σεχίδης Ιωάννης για την Α΄ Πειθαρχική Επιτροπή
- Γιανγκουλίδου Κωνσταντίνα για αντιπρόσωπος και Μέλος της Οικονομικής Επιτροπής της Ομοσπονδίας.
- Καλυβιάνος Λεωνίδα για αντιπρόσωπος πρώην μέλος του Δ.Σ και εκ νέου υποψήφιος για το Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας.

Η Πρόεδρος, το Δ.Σ. και τα Μέλη του Φ.Ο.Ο.Φ τους εύχονται καλή επιτυχία στην ατομική και συλλογική τους προσπάθεια!!!



**4. Ο Φ.Ο.Ο.Φ. συγχαίρει τον
Λεωνίδα Καλυβιάνο, νέο Αντιπρόεδρο
της Ομοσπονδίας Φυσιολατρικών
Ορειβατικών Εκδρομικών
Σωματείων Ελλάδος
19/03/2025**

Η εκλογή μου στο Διοικητικό Συμβούλιο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας (Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.) για δεύτερη συνεχόμενη θητεία και αυτή την φορά στην θέση του Α΄Αντιπροέδρου και 1ου στην σταυροδοσία μεταξύ των συνυποψηφίων μου, δεν είναι μόνο ατομική μου επιτυχία.

Πρωτίστως είναι μια συλλογική προσπάθεια όλων των μελών και φίλων του Φυσιολατρικού Ορειβατικού Ομίλου Φλώρινας που μου έδωσαν την δυνατότητα να συμμετέχω στην διαδικασία αυτή, καθώς και των σωματείων όλης της επικράτειας που με εμπιστεύτηκαν και με τίμησαν με την επιλογή τους.

Η επιλογή όλων τους στο πρόσωπό μου με τιμά και με γεμίζει ικανοποίηση και αστείρευτη ψυχική δύναμη για να ανταποκριθώ με όλες μου τις δυνάμεις στις απαιτήσεις και τις υποχρεώσεις που απορρέουν από την θέση που με επέλεξαν για να υπηρετήσω.

Θέλω να γνωρίζετε ότι οι ευθύνες που μου δώσατε με την επιλογή σας τις αναλαμβάνω με υπευθυνότητα και θα δώσω τον καλύτερο μου εαυτό προκειμένου να ανταποκριθώ στις προσδοκίες όλων σας.

Τέλος εύχομαι στην πρόεδρο Τσιρανίδου Κυριακή και όλο το Διοικητικό Συμβούλιο της Ομοσπονδίας Φυσιολατρικών Ορειβατικών & Εκδρομικών Σωματείων Ελλάδος καλή και εποικοδομητική θητεία.





5. Συλλυπητήριο μήνυμα του Φ.Ο.Ο.Φ.

18/04/2025

Με βαθύτατη θλίψη και οδύνη πληροφορηθήκαμε το θλιβερό άγγελμα της εκδημίας, του εκλεκτού, αγαπημένου και αξέχαστου φίλου Στέφανου, μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου του σωματείου.

Τα δυσάρεστα και πένθιμα αυτά νέα, αφήνουν στις καρδιές όλων μας, δυσαναπλήρωτο κενό. Έφυγε πρόωρα και ξαφνικά από την ζωή. Η απώλεια είναι δυσβάστακτη.

Συμμετέχουμε στο πένθος, και συλλυπούμεθα εγκάρδια όλη την οικογένεια, για το θάνατο του αλησμόνητου Στέφανου.



6. Με τον Φ.Ο.Ο.Φ. & Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε. στην κορυφή Γκόλα Τσούκα 1650m στο Πάϊκο

16/05/2025

Μέλη του Φ.Ο.Ο.Φ. βρέθηκαν στο Πάϊκο σε μια μαγευτική διαδρομή με τον τοπικό σύλλογο Αριδαίας.



7. Ορειβατική εξόρμηση στην 1η Πανσέληνο του Μαΐου από τη Φλώρινα στο Καταφύγιο Παλιοχωρίου

16/05/2025

Απίστευτη συμμετοχή στην 1η Πανσέληνο του Μαΐου από τη Φλώρινα στο Καταφύγιο Παλιοχωρίου που διοργάνωσε ο Φ.Ο.Ο.Φ. Συγκινητική η παρουσία φοιτητών με την παρότρυνση του καθηγητή τους Κασκαμανίδη Γιάννη. Ευχαριστούμε τους εθελοντές : Σταύρο-Ρένα-Μαρία-Κωνσταντίνα-Βέρα-Βιβή και φυσικά όλους τους συμμετέχοντες.



8. Συλλυπητήριο μήνυμα του Φ.Ο.Ο.Φ. για την εκδήμια του Σπυριδωνα Κύρου 26/05/2025

Το Διοικητικό Συμβούλιο του Φυσιολατρικού Ορειβατικού Ομίλου Φλώρινας, εκφράζει την βαθιά του θλίψη, για την απώλεια, του Σπυριδωνα Κύρου. Ο Σπυριδωνας Κύρου, διετέλεσε επί χρόνια Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου του Φ.Ο.Ο.Φ., με σημαντική προσφορά στα φυσιολατρικά και ορειβατικά δρώμενα. Αποτελέσε εκλεκτό μέλος της πόλης της Φλώρινας, με σημαντική κοινωνική προσφορά. Εκφράζουμε, τα ειλικρινή μας συλλυπητήρια, στην οικογένεια του. Καλό Παράδεισο!



9. Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η δράση «Πράσινες Διαδρομές» 05/06/2025

Με αθρόα συμμετοχή φοιτητών από όλα τα τμήματα του Ν. Φλώρινας αλλά και πολιτών πραγματοποιήθηκε η κοινή εκδήλωση του Φ.Ο.Ο.Φ. με τη Γεωπονική Σχολή του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας «Πράσινες Διαδρομές».

Με την άφιξη στο καταφύγιο Παλιοχωρίου, προσφέρθηκε ζεστό βουνίσιο τσάι και έγινε ενδελεχής ενημέρωση στους παραβρισκόμενους από τον κ. Τράσια Αλέξανδρο για την χλωρίδα της ευρύτερης περιοχής και την κ. Στάϊου Μαρία για τις πρώτες βοήθειες στο ορεινό πεδίο.

Το σωματείο ευχαριστεί θερμά για την αγαπή συνεργασία το Π.Δ.Μ., την Ολιστική Μέριμνα, τους κ. Φωκίωνα Παπαναστασίου, Κοσμήτορα της Σχολής Γεωπονικών Επιστημών και τον κ. Κασκαμανίδη Ιωάννη, ΕΔΙΠ του Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης καθώς και τον Πεζοπορικό Όμιλο Φοιτητών Φλώρινας (Π.Ο.Φ.Φ.).

Μεγάλο μέρος της επιτυχημένης εκδήλωσης ανήκει και στους εθελοντές μας:

Την Λέσχη Ειδικών Δυνάμεων Φλώρινας
Την Κολάτσκου Βέρα
Τον Παπαδόπουλο Σταύρο
Την Παπά Όλγα
Τον Κούσλη Αλέξανδρο
Την εκδήλωση τίμησε ο κ. Κων/νος Ρόζας Αντιδήμαρχος καθαριότητας Φλώρινας



10. Η 2η Εαρινή Ορειβατική Συνάντηση της Ομοσπονδίας (Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε) στο Κάβο Μαλέα του νομού Λακωνίας

05/06/2025

Με μεγάλη επιτυχία και πλήθος ορειβατών πραγματοποιήθηκε η 2η Εαρινή Ορειβατική Συνάντηση της Ομοσπονδίας (Ο.Φ.Ο.Ε.Σ.Ε.) στο Κάβο Μαλέα του νομού Λακωνίας στις 01 και 02 Ιουνίου 2025.

Ο Φ.Ο.Ο.Φ. στηρίζοντας τις δράσεις της Ομοσπονδίας, συμμετείχε με τρία μέλη του (Κολάσκου Βέρα – Παπαδόπουλο Σταύρο και Καλυβιάνο Λεωνίδα) συνοδευόμενος και από τον Φυσιολατρικό Σύλλογο Λιτοχώρου «Ο ΟΛΥΜΠΟΣ».

Η δράση ήταν εντυπωσιακή, με καταπληκτικές διαδρομές δίπλα στο απέραντο γαλάζιο και την ομολογουμένως από όλους τους παραβρισκόμενους άρτια οργάνωση και φιλοξενία του τοπικού συλλόγου ΕΟΣ Μολάων & N/A Λακωνίας.

Στο περιθώριο των εκδηλώσεων έγινε ξενάγηση στην πανέμορφη Μονεμβασιά και την εκπληκτική Ελαφόνησο.



11. Κάθε προσδοκία η συμμετοχή στη νυχτερινή πορεία για την «Πανσέληνο της Φράουλας»

18/06/2025

Ξεπερνώντας κάθε προσδοκία συμμετοχής πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 11 Ιουνίου για δεύτερη συνεχόμενη φορά η Πανσέληνος της «Φράουλας» με πορεία από την Φλώρινα προς το καταφύγιο του Παλιοχωρίου στα 1100m υψόμετρο.

Φλωρινιώτες, φοιτητές, πεζοπόροι, ορειβάτες και παιδιά κάθε ηλικίας απόλαυσαν την καταπληκτική διαδρομή μέσα στη φύση με εξαιρετικά καλό καιρό, αλλά κυρίως σε φιλικό περιβάλλον όπου έγιναν όλοι μια τεράστια παρέα θέλοντας να απολαύσουν την πανσέληνο με έναν ιδιαίτερο και διαφορετικό από τα συνηθισμένα τρόπο.

Η ασφάλεια και ο επαγγελματισμός που διέκρινε τους διοργανωτές ήταν υποδειγματικός μιας και





υπήρχαν έμπειροι συνοδοί, συνοδευτικά οχήματα, πλήρες φαρμακείο και ιατρός όπως απαιτείται σε ένα τόσο μεγάλο και ανομοιογενές σύνολο ανθρώπων με διαφορετικά χαρακτηριστικά.

Το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό όμως αυτής της εκδήλωσης ήταν η άψογη συνεργασία των δύο ορειβατικών συλλόγων της πόλης μας, του Φυσιολατρικού Ορειβατικού Ομίλου Φλώρινας και του Συλλόγου Ελλήνων Ορειβατών Φλώρινας, που αν και ανήκουν σε διαφορετικές Ομοσπονδίες, αυτό δεν στάθηκε εμπόδιο στην επιτυχία της εκδήλωσης αναδεικνύοντας τα χαρακτηριστικά της αгаστικής συνεργασίας και της ενότητας που διέπουν τους δύο συλλόγους. Η πρωτοβουλία αυτή θα αποτελέσει και το ερέθισμα για μελλοντική συνεργασία σε παρόμοιες εκδηλώσεις με τη συμμετοχή και άλλων σωματείων.

Όπως σε κάθε εκδήλωση μας παρευρέθηκε και ο Αντιδήμαρχος Καθαριότητας Φλώρινας κ. Κωνσταντίνος Ρόζας.

Ιδιαίτερο χρώμα έδωσε το κατάστημα MIKEL Φλώρινας προσφέροντας εξαιρετικό ζεστό καφέ και κρύο τσάι αποζημιώνοντας την προσπάθεια των πεζοπόρων.

Στο περιθώριο της εκδήλωσης

Στο πλαίσιο της εκδήλωσης δόθηκαν πολύτιμες και απαραίτητες γνώσεις για τη χορήγηση πρώτων βοηθειών σε ορεινό πεδίο από την κα **Στάιου Μαρία**, πιστοποιημένη νοσηλεύτρια ενώ η κτηνίατρος κα **Φιλίππου Νικο-**

λέτα, ενημέρωσε τους παρευρισκόμενους για τους τρόπους αποφυγής συνάντησης με αρκούδα αλλά και την ενδεχόμενη αντιμετώπισή της, αφού το θέμα το τελευταίο διάστημα είναι επίκαιρο.

Ραντεβού λοιπόν για την επόμενη Πανσέληνο!!!

Ευχαριστούμε Θερμά

- Σ.Ε.Ο. ΦΛΩΡΙΝΑΣ και τα μέλη του
- Το κατάστημα Mikel Φλώρινας την Έλπυ και την Αναστασία
- Τα Λιγνιτωρυχεία Αχλάδας Α.Ε. για την παρουσία των οχημάτων
- Τον Πεζοπορικό Όμιλο Φοιτητών Φλώρινας
- Τον Σταύρο Παπαδόπουλο αρχηγό αποστολής
- Τον Γκερτσάκη Δημήτρη και Κυρατσού Αλέξανδρο μέλη της Λέσχης Ειδικών Δυνάμεων Φλώρινας
- Τον Γιάννη Κασκαμανίδη ΕΔΙΠ του τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης Φλώρινας
- Τον Παναθανασίου Φωκίων Κοσμήτορα της Γεωπονικής Σχολής Φλώρινας
- Την Ολιστική Μέριμνα του Π.Δ.Μ.
- Μαρία Στάιου για την ενημέρωση Α'βοηθειών
- Φιλίππου Νικολέτα κτηνίατρο για την ενημέρωση αντιμετώπισης συνάντησης με αρκούδα
- Άρτεμις Τουλάκη ως εθελόντρια
- Ρόζα Κώστα για την διάθεση οχημάτων υποστήριξης
- Κούσλη Αλέκο, φύλακα του καταφυγίου
- Τα ΜΜΕ του νομού που κάλυψαν την εκδήλωση
- Και τέλος όλους τους συμμετέχοντες



12. Ο ΦΟΟΦ στην 40η Βορειοελλαδική Ορειβατική Συνάντηση (Β.Ο.Σ.)

18/06/2025

Παρελθόν πλέον αποτελεί η 40η Βορειοελλαδική Ορειβατική Συνάντηση (Β.Ο.Σ.) στο προσκοπικό κέντρο στο Καβαλάρι Κιλκίς όπου συμμετείχε ο Φ.Ο.Ο.Φ.

Η είδηση όμως είναι ότι η 41η Β.Ο.Σ. της επόμενης χρονιάς δηλαδή, το 2026 θα γίνει στην Φλώρινα με ομόφωνη απόφαση, μετά από πρόταση του σωματείου προς την συνέλευση των προέδρων.

Ο Φ.Ο.Ο.Φ αισθάνεται ιδιαίτερη ικανοποίηση αλλά και μεγάλη ευθύνη για την ανάθεση αυτής της διοργάνωσης που θα φέρει στη πόλη μας πάνω από διακόσιους ορειβάτες, πολλούς επισκέπτες και θα καταβάλει κάθε δυνατή προσπάθεια να φανεί αντάξιος της επιλογής αυτής.

Τέλος ευχαριστεί θερμά τον ορειβατικό σύλλογο του Κιλκίς και τον πρόεδρο του Κοπατσιάρη

Αντώνη, τα μέλη του Δ.Σ. καθώς και τους εθελοντές, για την ιδιαίτερη φιλοξενία που έδωσαν στην αποστολή του Φ.Ο.Ο.Φ. και για την άρτια σε όλα τα επίπεδα οργάνωση.

Ραντεβού λοιπόν το 2026 στη ΦΛΩΡΙΝΑ για την 41η!!!





13. Στα μονοπάτια του Εμφυλίου

03/03/2025

Στα απομεινάρια του Εμφυλίου με τα ερείπια των οχυρωματικών εγκαταστάσεων του Δ.Σ στο όρος Ντέβας στην Πρέσπα στο χωριό Ψαράδες εδώ που όπως λένε οι μαρτυρίες έπεσαν οι πρώτες βόμβες Ναπάλμ του Εμφυλίου γιορτάσαμε κι εμείς την Καθαρά Δευτέρα.

Με αρκετό κρύο και ψιλόχιονο σε μια καταπληκτική διαδρομή με θέα τις γαλήνιες λίμνες των Πρεσπών Χρόνια Πολλά σε όλους!!!



14. Του Αγίου Τρύφωνος « ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ»

18/03/2025

Μετά από πρόσκληση του τοπικού συλλόγου του Νεγκόντινο για 3η συνεχόμενη χρονιά στην γιορτή του Αγ. Τρύφωνος, προστάτη των αμπελουργών, ο Φ.Ο.Ο.Φ συμμετείχε στην ορειβατική πορεία - γιορτή «Ο Δρόμος του Κρασιού».

Ο Φ.Ο.Ο.Φ. απένειμε τιμητικό δίπλωμα στον τοπικό σύλλογο καθώς και στους φίλους Σέρβους από τα Βράνια.

Μεγάλη συμμετοχή από τις Βαλκανικές Χώρες και όμορφες στιγμές με φίλους ορειβάτες.

Εξαιρετική διοργάνωση και φιλοξενία.

Και του χρόνου να ξαναβρεθούμε!!!





15. Καταφύγιο Παλιοχωρίου Φ.Ο.Ο.Φ.

12/01/2025

Πρωινή ανάβαση με χιονάκι και βουνίσιο τσάι δίπλα στη σόμπα στο ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΠΑΛΙΟΧΩΡΙΟΥ !!!
Εξαιρετικά!!!



16. Γιορτή Αγίου Πνεύματος

09/06/2025

Αξιοθήκαμε και φέτος να πάμε όπως κάθε χρόνο πεζοπορώντας!!! στη Αγία Τριάδα Πισοδερίου.
Και του χρόνου να είμαστε καλά.



Φυσιολατρικός Όμιλος Αθηνών «ΦΟΙΒΟΣ»

Δράσεις Α' εξαμήνου 2025

03/01/2025 – 07/01/2025 Ξενώνας Παύλιανης.

Είναι πλέον θεσμός τις πρώτες μέρες του κάθε νέου έτους να ανεβαίνουμε στον Ξενώνα μας στην Παύλιανη. Η παρέα πολυπληθής και τα γέλια, τα παιχνίδια και οι δράσεις στο βουνό δεν είχαν σταματημό. Το χιόνι έκανε το βουνό ακόμα πιο ελκυστικό και σε προκαλούσε να το περπατήσεις. Το 4^ο βράδυ κόψαμε την Πρωτοχρονιάτικη πίττα του Ξενώνα. Τυχεροί που βρήκαν το φλουρί ήταν η μικρή Μυρτώ Βασιλάκη και η ταμίας μας Βάντα Διαμαντάκου. Πάντα τυχερές!

11/01/2025 Κοπή πίττας

Λίγες μέρες μετά την κοπή πίττας στον Ξενώνα της Παύλιανης, μαζευτήκαμε με πούλμαν και ΙΧ στην πηγή του ΦΟΙΒΟΥ στην Πεντέλη. Το φλουρί έπεσε στην μικρή Αγάπη Καραμολέγκου. Ακολούθησε συνεστίαση σε κοντινή ταβέρνα.

05/02/2025 Θέατρο Ολύμπια – «Ο κουρέας της Σεβίλλης»

Τα μέλη του ΦΟΙΒΟΥ παρακολούθησαμε στο θέατρο Ολύμπια την όπερα «Ο κουρέας της Σεβίλλης», μία παραγωγή του ΟΠΑΝΔΑ.



23/02/2025 Τακτική Γενική Συνέλευση

Κυριακή πρωί με πλήρη απαρτία πραγματοποιήθηκε η Ετήσια Γενική Συνέλευση του Συλλόγου μας, με θέμα την έγκριση της οικονομικής διαχείρισης και πεπραγμένων του έτους 2024.

01/03/2025 – 03/03/2025

Τριήμερο Καθαρής Δευτέρας και τι καλύτερο από το να πετάξουμε χαρταετό στον Ξενώνα μας. Ο καιρός όμως είχε κάνει άλλο πρόγραμμα. Βροχή και λίγο χιόνι. Η καλή παρέα βοήθησε να περάσουμε για άλλη μια φορά πολύ όμορφα. Κάναμε πορείες στο Iron Thronn, το Παρκάκι και τον Προφήτη Ηλία.

09/03/2025 «Έθιμα και παραδόσεις του Μάρτη»

Βρεθήκαμε στα γραφεία μας για άλλη μια Φιλολογική βραδιά, όπου τα μέλη και οι φίλοι του ΦΟΙΒΟΥ ανακαλύψαμε έθιμα και παραδόσεις του Μάρτη στην Ελλάδα.

15/03/2025 «Johan Straus ensemble»

Παρακολουθήσαμε στο ΟΑΚΑ την συναυλία του διεθνούς συγκροτήματος «Johan Straus ensemble» με μουσικές και τραγούδια από όλο τον κόσμο. Μοναδικό θέαμα, αξέχαστη εμπειρία.

29/03/2025 «Όταν ο Σεφέρης συνάντησε τον Νερούδα»

Ένα μουσικοθεατρικό αναλόγιο με μελοποιημένη ποίηση των Σεφέρη και Νερούντα με τους Ιωάννα Βρακατσέλη (mezzo soprano), Μάγδα Μαυρογιάννη (ηθοποιό) και Δημήτρη Γιάκα (πιάνο) στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών.

03/05/2025 «Ήθη και έθιμα της Πρωτομαγιάς»

Το μέλος του Δ.Σ. κα. Ντίνα Τζανετάκη μας ταξίδεψε στα ήθη και τα έθιμα της Πρωτομαγιάς.

08/05/2025 Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης

Πέμπτη πρωί και τα μέλη του ΦΟΙΒΟΥ βρεθήκαμε στο Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης για να δούμε την έκθεση "Γυναικείες μορφές – Κυκλαδίτικες γυναίκες.

15/05/2025 Μουσείο Μπενάκη.

Ο κύκλος επισκέψεων σε μουσεία των Αθηνών ολοκληρώθηκε με το Μουσείο Μπενάκη, όπου είδαμε την έκθεση που αφορούσε το κόσμημα στην Αρχαία Ελλάδα.

31/01, 28/02, 24/04, 30/05 Athens Critical Mass

Πιστοί στο ραντεβού κάθε τελευταία Παρασκευή του εκάστοτε μήνα και θεωρώντας ότι το ποδήλατο πρέπει να μπει στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων, ζητώντας τις αντίστοιχες υποδομές τα μέλη του ΦΟΙΒΟΥ πήραμε μέρος στις αστικές ποδηλατοβόλτες του Athens Critical Mass. Ο προορισμός διαφορετικός κάθε φορά με αφετηρία και τερματισμό την Πλατεία Κοτζιά.

Διάρκεια της βόλτας 20:00 – 23:00.

31/06/2025 – 01/07/2025 2η Ορειβατική Συνάντηση της ΟΦΟΕΣΣ

Η ΟΦΟΕΣΣ οργάνωσε την 2η Ορειβατική Συνάντηση. Αυτή την φορά προορισμός ήταν το Ακρωτήριο Κάβου Μαλέα. Ο ΦΟΙΒΟΣ συμμετείχε και σε αυτήν την διοργάνωση της ΟΦΟΕΣΣ. Γνωρίσαμε από κοντά το Ακρωτήριο, επικοινωνήσαμε με ορειβάτες από όλη την Ελλάδα. Κάποιοι έμειναν στην Νεάπολη και κάποιο στο σχολείο του Αγίου Νικολάου Βάτικων. Το Σάββατο κάναμε πορεία 3 ωρών μέχρι την Αγία Ειρήνη και την Κυριακή πορεία 4 ωρών μέχρι τον φάρο Κάβο Μαλέα. Και στα επόμενα!!!



ΟΛΥΜΠΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Εκδρομές και εκδηλώσεις από Ιανουάριο έως Ιούνιο 2025

 εκίνησε ο νέος χρόνος και μαζί άρχισαν οι εκδρομές.

Η πρώτη του χρόνου ήταν στο Μεσολόγγι, Βοτανικό κήπο Ζέλιου, λίμνη Τριχωνίδα, και ενώ από την Αθήνα φύγαμε με άσχημο καιρό στην περιοχή το διήμερο ήταν καλοκαιρινό.

Η επόμενη τον Φεβρουάριο ήταν ένα διήμερο στην αρχαία Ολυμπία με ξενάγηση στον αρχαιολογικό χώρο και μετά Καρύταινα και φαγητό στο πανέμορφο χωριό της Αγίας Θεοδώρας με το εκκλησάκι με τα δένδρα στην σκεπή του.

Το Μάρτιο αποφασίσαμε να επισκεφτούμε το Βελβεντό Κοζάνης και να περπατήσουμε στο φαράγγι του Σκεπαστού, παρόλο που ο καιρός μας τα χάλασε λίγο επειδή έβρεξε όλοι περπάτησαν και έμειναν ευχαριστημένοι από το υπέροχο θέαμα των καταρρακτών και της φύσης.

Μετά διανυκτέρευση στην Σιάτιστα την αρχοντική αυτή κωμόπολη και ξενάγηση στα αρχοντικά της. Κλείσαμε το διήμερο με φαγητό στην λίμνη Πολυφύτου απολαμβάνοντας την υπέροχη θέα.

Ο Απρίλιος είχε επίσκεψη στο Μουσείο της πόλης των Αθηνών.

Τον Μάιο είχαμε την τριήμερη στις αρχαίες Αιγές στην Κοζάνη και μετά Φλώρινα επίσκεψη στο Νυμφαίο και στο Αμύνταιο που επισκέφτηκα με ένα από τα καλύτερα οινοποιεία της περιοχής το ΑΛΦΑ.

Και ήρθε ο Ιούνιος που πολλοί περιμέναμε για την εκδρομή στην Κωνσταντινούπολη.

Ήταν μία πετυχημένη εκδρομή όπως κάθε χρόνο που όλοι έμειναν ευχαριστημένοι και θα κλείσουμε την σεζόν με μία βραδιά στον σύλλογο μας με μουσική με παραδοσιακά τραγούδια φαγητό ποτό και χορό.

Καλή αντάμωση το φθινόπωρο.

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΑΘΗΝΩΝ

ΕΝΩΣΗ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ
Μαυροκορδάτου 7, 106 78 Αθήνα
• τηλ.: 210.38.07.093
τηλ. & fax: 210.38.06.924
email: eof@otenet.gr /
www.eoffisiolatria.gr

ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΩΝ ΑΚΤΗΣ

Δάμωνος 8, 112 53 Αθήνα
• τηλ.: 210.86.23.843
email: ofaktis@gmail.com /
www.ofaktis.gr

ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΘΗΝΩΝ

Ζαΐμη 45, 106 82 Αθήνα
• τηλ.: 210.82.18.401 (2 γραμμές)
fax: 210.88.11.520
email: info@poa.gr / www.poa.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΘΗΝΩΝ Ο «ΦΟΙΒΟΣ»

Αγίου Κωνσταντίνου 12, 104 31 Αθήνα
• τηλ. & fax: 210.52.23.669

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΑΘΗΝΩΝ «ΠΑΝ»

Αριστοτέλους 64, 104 32 Αθήνα
• τηλ.: 210.82.24.777 &
fax: 210.82.24.351
email: panas1927@yahoo.com /
www.panas.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ «ΕΠΤΑΛΟΦΟΣ»

Βατατζή 11 Τ.Θ. 3274 Τ.Κ. 114 72 Αθήνα
• τηλ.: 6974.070.997
email: goumerios@yahoo.gr

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

ΟΔΟΠΟΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
Πραξιτέλους 121, 185 32 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.77.561
www.odoiporikos.gr

«ΟΛΥΜΠΟΣ» ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Κάνιγγος 6, 185 34 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.25.520
email: sfop_olympos@yahoo.com

ΜΟΡΦΩΤΙΚΟΣ - ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ - ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ «ΦΟΙΒΟΣ»

Κιθαιρώνος 12, 185 40 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.35.387
email: Foivospeiraia@yahoo.com /
www.foivospeiraia.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Μεσσηνίας 14-16, 185 34 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.70.814
fax: 210.41.30.632
email: info@fop.gr / www.fop.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ «ΖΗΝΩΝ»

Κοηκοκωτώνη 80, 185 35 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.70.810
fax: 210.41.29.100
email: zhnwn@otenet.gr
www.facebook.com/zinonpireas

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΣΚΑΚΙΣΤΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΡΥΣΤΑΛΛΗΣ

Καραϊσκού 30-32, 185 32 Πειραιάς
• τηλ.: 210.41.74.094
www.facebook.com/kristallis.sfop
krystallisclub.wordpress.com
email: sfospkrystallis@gmail.com

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΙΚΑΙΑΣ «Ο Φυσιολάτρης»

Βρουούλων 69 & Ικονίου, 184 50 Νίκαια
• τηλ. & fax: 210.49.30.470
email: fysiolatris.nikaias@gmail.com

ΥΠΟΛΟΙΠΟ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΠΕΡΙΗΓΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ

Μιθτιάδου & Δραγούμη 30,
151 22 Μαρούσι
• τηλ. & fax.: 210.80.64.663 / 6977
785 599

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΒΟΥΝΟΥ

Βόθου 3 πάροδος 28ης Οκτωβρίου
121 36 Αθήνα
• τηλ.: 210.58.20.014
email: mountainactivities@gmail.com

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΑΣ ΙΩΝΙΑΣ

Μεσοιογγίου 40, 142 31 Νέα Ιωνία
• τηλ.: 210.27.75.367 &
fax: 210.27.10.631
email: fusi26@otenet.gr /
www.foni.org.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ

Πλωμαρίου 2, Αγ. Μαρίνα Νέας
Μάκρης Αττικής 190 05
• τηλ.: 2294091611
email: foszouberi@gmail.com

OUTDOOR RECREATIONAL ACTIVITIES Δ.Τ. ORA GROUP

Δαναών 75 & Πατρόκλου, Ίθιοι
13222
• τηλ.: 6987106883
email: info@oragroup.gr
ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟΣ ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΛΑΥΡΙΟΥ
Φωκίωνος Νέγρη Τ.Θ. 125, 195 00
Λαύριο
• τηλ. & FAX: 2292-025369
email: eeolavrioy@gmail.com
www.facebook.com/eeolavrioy

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ «ΡΟΜΠΑ»

Λ. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 125-127, ΓΡΑΦΕΙΟ 807
(8ος όροφος), Τ.Κ. 115 24,
ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ ΑΘΗΝΑ
• τηλ.: 6942.598.220
email: rompa.omilos@gmail.com

ΤΑ ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΦΘΕΣΣΕ

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΕΚΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ Ο ΦΙΛΟΠΡΟΔΟΣ

Τραπεζούντος 6, 546 43
Θεσσαλονίκη

ΟΜΙΛΟΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Καθαποθάκη 20, 546 24
Θεσσαλονίκη
• τηλ.: 231-0273280

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΛΛΗΝΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πηλαγία Αριστοτέλους 5, 546 24
Θεσσαλονίκη
• τηλ. & fax: 231-0224710
email: info@seoreivaton.gr /
www.seoreivaton.gr

ΣΩΜΑΤΕΙΑ ΑΛΛΩΝ ΠΟΛΕΩΝ

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ - ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ - ΕΚΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΟΛΟΥ "ΝΕΑ ΖΩΗ"

Χατζηναργύρη 1, 383 33 Βόλος
• τηλ.: 2421-035915
email: eov.zoi@gmail.com

ΝΑΥΤΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΛΑΜΙΑΣ

Ερ. Σταυρού 1, περιοχή Γαϊτανεία,
Λαμία τκ 35100
• τηλ.: 2231038668
email: iceaquaxpert@yahoo.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΒΟΛΟΥ Ο «ΠΑΝ»

Σόλωνος 2, 383 33 Βόλος
• τηλ.: 2421-024290
fax: 2421-027053
email: panvolou@yahoo.gr /
www.panvolou.blogspot.com
www.facebook.com/
pages/-/50325136794

ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΡΙΝΙΟΥ

Πλ. Παναγοπούδη 4 Αγρίνιο, 301 00
• τηλ.: 2641-026984 2641-024767
fax: 2641-059349
email: info@geagr.gr /
www.geagr.gr

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΙΤΟΧΩΡΟΥ «ΟΛΥΜΠΟΣ»

Ιθακισίου 1, Τ.Κ. 602 00 Λιτόχωρο
Πιερίας
• τηλ.: 2352-084200
email: info@fslo.gr / www.fslo.gr
facebook: ΦΣΛ Ολυμπος

ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΩΝ ΥΠΑΙΘΡΟΥ ΛΑΜΙΑΣ

Κος ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΓΕΩΡΓΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
Γραβιάς 30, Λαμία, Τ.Κ. 351 00
• τηλ.: 6974033121
email: ofylamias@gmail.com

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΠΑΤΡΩΝ

Δημ. Βότση 42 Πάτρα, 262 21
• τηλ. & fax: 261-0274356

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

Τέρμα Λόφου Αγ. Παντελεήμονα
53 100 Φλώρινα
• τηλ.: 23850 28300
www.foof.gr
e-mail: foof001960@yahoo.com
• Κιν. τηλ. 6933360583
(Καθηβιάνος Λεωνίδας Α/εδρος)
e-mail: leokalivianos1969@yahoo.com

ΑΝΑΡΡΙΧΗΤΙΚΟΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΛΕΙΒΑΔΙΑΣ ΒΟΙΩΤΙΑΣ

Χαιρωνείας 7, Λειβαδιά τκ 32131
email: axolb2019@gmail.com

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΡΧΗΓΩΝ ΒΟΥΝΟΥ

Διάβα Καθαμπάκας, 42200 Τρίκαλα
• τηλ.: 6973.218.603
email: grmountainleaders@gmail.com
www.hmla.com.gr

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΑΪΣΤΑΣ ΖΑΓΟΡΙΟΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

Λαΐστα Ζαγορίου Ιωάννινα
Τ.Κ. 440 10
• τηλ.: 26530-22654 & 2651047621
Τούλα Ποάθα

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΗΡΑΙΑΣ «Η ΓΚΟΥΡΑ»

• τηλ.: 210.26.23.728
email: nouli.mitropoulou@gmail.com
users.sch.gr/geioanni/sel-
s=omilos=gkoura/fysiolatirikos-
omilos_goura_index.htm

ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΚΡΗΤΗΣ

Μίνωος 55 ΤΚ. 72100
Άγιος Νικόλαος Κρήτης
• τηλ.: 28410-24217 &
6948.040.401
email: orivatikos@yahoo.gr

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΜΟΛΩΝ ΚΑΙ ΝΟΤΙΟΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΝΗΣ

• τηλ.: 6938426877
ΛΙΑΡΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
email: eosnal@yahoo.gr

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΠΕΖΟΠΟΡΙΑΣ- ΟΡΕΙΒΑΣΙΑΣ ΤΡΙΚΑΛΩΝ

Μ. ΜΠΟΤΣΑΡΗ 2, ΤΡΙΚΑΛΑ, Τ.Κ. 42100
email: info@trikalasport.gr



ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ
Μπότσα 11, 10682 Αθήνα - ΤΗΛ: 210-3302340 & 210-3302428
www.ofoese.gr - e-mail: ofoese@gmail.com

PRINT ISSN: 1105-9095 • ISSN ON LINE: 2585-3228