



- ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΩΝ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΕΚΔΡΟΜΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ
- ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΥΠΟΒΡΥΧΙΑΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ & ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΑΙΔΕΙΑΣ

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΡΟΜΗΣ

Κυριακή 24 Ιουνίου 2018

Φωκίδα: Νήσος Τριζόνια



Αναχώρηση από Αγία Ελεούσα Καλλιθέας, στις 7:00 με στάσεις (Φίξ, Σύνταγμα, Ομόνοια, Ρενώ) με ενδιάμεση στάση για τα Χάνια Φωκίδας, όπου με το καΐκι θα αποβιβαστούμε στο μικρό και ήσυχο νησί του Κορινθιακού, Τριζόνια, όπου θα έχουμε την ευκαιρία να το εξερευνήσουμε, αλλά και να κολυμπήσουμε.

Τα Τριζόνια είναι μια συστάδα νησίδων του Κορινθιακού κόλπου που αποτελείται από τα μικρονήσια Τριζόνια, Πρασούδι, Αι Γιάννης και Πλάνεμι. Το μεγαλύτερο από αυτά και το μόνο κατοικήσιμο είναι η νησίδα Τριζόνια που βρίσκεται σε απόσταση περίπου πεντακοσίων μέτρων από τις ακτές της Φωκίδας. Το σύνολο της έκτασής της δεν ξεπερνά τα 2,5 τετραγωνικά χιλιόμετρα με μέγιστο μήκος μόλις 3 χιλιόμετρα.

Ο μοναδικός οικισμός με καμιά πενηνταριά σπίτια όλα και όλα, βρίσκεται κτισμένος στο στενότερο σημείο του νησιού, στο μυχό ενός ορμίσκου που βλέπει την απέναντι ακτή της Ρούμελης. Λίγα μέτρα από το λιμάνι και προς τα νότια διαγράφεται ένας δεύτερος βαθύς και καλογραμμένος κόλπος. Εδώ μόλις πριν από λίγα χρόνια δημιουργήθηκε μια μεγάλη μαρίνα η οποία χρησιμοποιείται ως ενδιάμεσος σταθμός για σκάφη αναψυχής που κατευθύνονται από το Σαρωνικό και το Αιγαίο προς τον Πατραϊκό και το Ιόνιο και αντίστροφα.

Το σκηνικό γύρω από το μικρό λιμάνι είναι απλό, νησιώτικο και ευχάριστο. Τέσσερις ταβέρνες, ένα μπακάλικο, τα χαμηλά σπίτια των ελάχιστων κατοίκων και τρία μικρά ξενοδοχεία, αποτελούν όλη κι όλη την αστική υποδομή των Τριζονιών. Μπροστά από το λιμανάκι υπάρχει μια μικροσκοπική αμμουδιά. Στη θέση Πούντα περίπου 2 χιλιόμετρα νοτιοανατολικά από το λιμάνι, βρίσκεται η ομώνυμη παραλία με άμμο και πετραδάκι, και ακριβώς πίσω από την μαρίνα προς την πλευρά του νησιού που κοιτά την Πελοπόννησο, υπάρχουν οι λιλιπούτειες παραλίες Άσπρα Χαλίκια και Καφάλες.

Στα Τριζόνια έχει διατηρηθεί το παραδοσιακό τοπικό χρώμα και φυσικό κάλλος του νησιού ενώ απαγορεύεται η κυκλοφορία τροχοφόρων (αυτοκίνητα - μηχανάκια). Αν και μικρό, η βλάστηση του νησιού περιλαμβάνει ελιές, αμυγδαλιές, αμπέλια, φραγκοσυκιές, δενδροκυπάρισσα, πυκνούς σχίνους, πουρνάρια και ευκαλύπτους.

Το νησί είναι μικροσκοπικό με όχι ιδιαίτερα ορεινό ανάγλυφο και περπατιέται απ' άκρη σ' άκρη μέσα σε 2 ώρες. Εφόσον δεν υπάρχουν δρόμοι για αυτοκίνητα ή άλλα μηχανοκίνητα οχήματα, ευνόητο είναι πως όλες οι διαδρομές πραγματοποιούνται με τα πόδια. Έτσι όσοι επιθυμούν θα περπατήσουμε το μονοπάτι που ξεκινά από την άκρη της μαρίνας και ακολουθώντας το περίγραμμα της ακτής θα κατευθυνθούμε στο ακρωτήρι Πούντα όπου θα έχουμε την ευκαιρία και να κολυμπήσουμε. Μια ήπια περιπατητική διαδρομή 2 χλμ. που κινείται μέσα από περιβόλια και λιόδεντρα....

**Ω.Π. 2 - 2<sup>1/2</sup> Β.Δ. Α 5 ≈ χλμ.**

Ο χρόνος που απαιτείται ποικίλει ανάλογα με τις... καθυστερήσεις για παρατήρηση του εξαιρετικού τοπίου, και το ρυθμό βαδίσματος των συμμετεχόντων.

Όσοι δεν πεζοπορήσουν θα παραμείνουν στο λιμανάκι για να απολαύσουν το μπάνιο τους....

Καλή διάθεση.... και.....χαμόγελα απαραίτητα για την επιτυχία της εκδρομής μας.

**Αρχηγοί εκδρομής:** Ζαν Μώρου - Σουμέλα Πετρίδου

**Δηλώσεις συμμετοχής:** : Ζαν Μώρου τηλ. 6996292843 ή Καίτη Λαρεντζάκη 6972086817 ή στο e-mail [ofaktis@gmail.com](mailto:ofaktis@gmail.com) ή αφήστε μήνυμα στο 210 8623843, μέχρι την Παρασκευή 22 Ιουνίου 2018.

**Απαραίτητα μαζί μας:** Άρβυλα, Παγούρι με νερό, μπατόν, καπέλο, γυαλιά ηλίου, μαγιό, σαγιονάρες, δεύτερη αλλαξιά

Ο αρχηγός της εκδρομής έχει το δικαίωμα, να τροποποιήσει ή να ματαιώσει ένα πρόγραμμα που είναι σε εξέλιξη ή πριν την έναρξη αυτού, για λόγους ασφάλειας ή ανωτέρας βίας (φυσικές καταστροφές, ακατάλληλες καιρικές συνθήκες, κλπ). Όποιος συμμετέχει, γνωρίζει τις απαιτήσεις και την επικινδυνότητα της δραστηριότητας στην οποία συμμετέχει και αναλαμβάνει ατομικά την ευθύνη της συμμετοχής του στην δραστηριότητα, αποδεχόμενος τους κινδύνους που ενέχει καθώς και την ευθύνη για την ασφάλειά του.

## **ΤΜΗΜΑΤΑ**

ΕΚΔΡΟΜΙΚΟ - ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ  
ΑΛΙΕΙΑΣ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑΣ  
ΑΛΙΕΙΑΣ ΓΛΥΚΕΩΝ ΥΔΑΤΩΝ  
ΝΑΥΑΓΩΣΩΣΤΙΚΗ  
ΕΡΕΥΝΩΝ ΒΥΘΟΥ  
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ ΒΥΘΟΥ