

## ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ



### ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΜ ΙΒΗΡΩΝ ΣΤΙΣ ΚΑΡΥΕΣ ΜΕΣΩ ΙΜ ΚΟΥΤΛΟΥΜΟΥΣΙΟΥ

Απόσταση: 5,2 km Χρόνος: 2 – 2 ½ ώρες  
(5,5 km με την παράκαμψη για το Κελλί Παναγούδα)

© The Friends of Mount Athos, 2007 - 2016. All rights reserved. – Version 1.4

Αυτή η διαδρομή ανηφορίζει από το επίπεδο της θάλασσας σε υψόμετρο πάνω από 300 μέτρα. Η ανάβαση είναι ομαλή καθώς σχεδόν όλη η διαδρομή γίνεται πάνω σε ένα όμορφο, φαρδύ καλντερίμι το οποίο για μεγάλο μέρος της διαδρομής ακολουθεί το ρου ενός ποταμού, ο οποίος στην αρχή είναι στα αριστερά του μονοπατιού και αργότερα στα δεξιά του. Μόλις το μονοπάτι αφήσει την κοιλάδα στην οποία βρίσκεται η *ΙΜ Ιβήρων*, βρίσκεται σχεδόν συνεχώς μέσα στα δέντρα. Μπορούμε να κάνουμε μια μικρή παράκαμψη για να επισκευθούμε το *Ι.Κελλί Παναγούδα*, την κατοικία εν ζωή του Οσίου Παΐσιου.

**Σημείωση:** Όλες οι αποστάσεις (σε μέτρα) που εμφανίζονται είναι προσεγγιστικές. Οι αριθμοί με τη μορφή **1** είναι τα σημεία πορείας (waypoints) που εμφανίζονται στο αντίστοιχο αρχείο ίχνους GPS. Η διαδρομή που περιγράφεται παρακάτω υπόκειται σε απρόβλεπτες μεταβολές: σαν παράδειγμα αναφέρουμε ότι πιθανές δασικές εργασίες, η κατασκευή δρόμων ή η αναπτυσσόμενη βλάστηση μπορεί να μεταβάλουν τη διαδρομή ή την εικόνα που παρουσιάζει. Πινακίδες μπορεί να χαθούν ή νέες πινακίδες να τοποθετηθούν. Οι «Φίλοι του Αγίου Όρους» προσπαθούν να διατηρούν τη συγκεκριμένη περιγραφή ακριβή και επίκαιρη αλλά δεν μπορούν να αναλάβουν καμία ευθύνη για την ορθότητά της.

#### Περιγραφή της Διαδρομής:

Περπατάμε Και μετά...  
(μέτρα)

**17** Βγαίνοντας από την είσοδο της *ΙΜ Ιβήρων*, συνεχίζουμε ευθεία, ελαφρώς ανηφορικά, έχοντας το κιόσκι στα δεξιά μας. Αγνοούμε το στρωμένο μονοπάτι δεξιά κατηφορικά προς τον *αρσανά* και τη θάλασσα.

40

**16** Στη διακλάδωση (έχοντας πόρτα και σκαλοπάτια μπροστά μας), κινούμαστε ανηφορικά αριστερά στο καλντερίμι, έχοντας την κοιλάδα στα αριστερά μας (καθώς το μονοπάτι ανηφορίζει φαίνεται το Μοναστήρι προς τα πίσω).

- 800 **15** Διασχίζουμε δρόμο. Συνεχίζουμε ευθεία στο καλντερίμι.
- 350 **14** Περνάμε δίπλα από εκκλησάκι στα αριστερά μας. Συνεχίζουμε ευθεία στο καλντερίμι.
- 550 **13** Διασχίζουμε όμορφη πέτρινη γέφυρα πάνω από ποτάμι σε φαράγγι. Συνεχίζουμε ευθεία στο μονοπάτι που τώρα ανηφορίζει.
- 130 **12** Συναντάμε κρήνη μπροστά - αριστερά μας καθώς το μονοπάτι στρέφει προς τα δεξιά.
- 1100 **11** Διασχίζουμε γέφυρα πάνω από ρυάκι και συνεχίζουμε αριστερά παράλληλα με τοίχιο.
- 250 **10** Προσέχουμε για μονοπάτι στα αριστερά με σήμανση για το *Κελλί Παναγούδα*.
- Για να επισκευθούμε το Κελλί Παναγούδα**, κατοικία εν ζωή του Οσίου Παϊσίου, στρίβουμε εδώ αριστερά. Μετά από 100 μέτρα στρίβουμε δεξιά μπροστά από πόρτα (με σήμανση) και συνεχίζουμε για 200 ακόμα μέτρα για να φτάσουμε στο κελλί. Για να επιστρέψουμε ακολουθούμε την αντίθετη πορεία.
- (Υπάρχουν κι άλλες πιο άμεσες εναλλακτικές διαδρομές από το κελλί στην **IM Κουτλουμουσίου** και τις **Καρυές**).
- Αλλιώς**, συνεχίζουμε ευθεία στο καλντερίμι. Αγνοούμε δεύτερο μονοπάτι στα αριστερά με σήμανση για το *Κελλί Παναγούδα*.
- 250 **9** Συνεχίζουμε ευθεία για να διασχίσουμε ρυάκι.
- 50 **8** Σε βραχώδη περιοχή το μονοπάτι στρέφει αριστερά και σε λίγα μέτρα δεξιά, αλλά μπορούμε να κόψουμε δρόμο από τους βράχους μπροστά μας. Στο σημείο που η διαδρομή (που κόβει δρόμο) ξανασυναντά το μονοπάτι, κινούμαστε αριστερά ανηφορικά με σήμανση για *Κουτλουμουσίου*. (Στα δεξιά ένα στενό μονοπάτι κατηφορίζει για να περάσει στην άλλη πλευρά της κοιλάδας με σήμανση για *Σκήτη Κουτλουμουσίου*).
- 600 **7** Το μονοπάτι καταλήγει σε τσιμεντοστρωμένο δρόμο. Στρίβουμε απότομα αριστερά, ανηφορικά κινούμενοι πάνω στο δρόμο.

- 100 **6** Μετά τα κτήρια στα αριστερά μας, ο τρακτηρόδρομος συναντά δρόμο από τα αριστερά. (Μια εναλλακτική διαδρομή από το **Κελλί Παναγούδα** συναντά τη διαδρομή μας εδώ.)
- 200 **5** Ο τσιμεντοστρωμένος δρόμος τελειώνει. Συνεχίζουμε ευθεία διασχίζοντας πύλες, έχοντας την **IM Κουτλουμουσίου** μπροστά μας.
- 100 **4** Φτάνουμε στην είσοδο της **IM Κουτλουμουσίου** (στα αριστερά μας). Για τις **Καρυές** συνεχίζουμε ευθεία.
- 300 **3** Συνεχίζουμε ευθεία, περνώντας από πύλες και βγαίνοντας από τον περιβάλλοντα χώρο της **IM Κουτλουμουσίου**.
- Σημείωση:** Το μονοπάτι πίσω αριστερά οδηγεί στην **IM Φιλοθέου**.
- 180 **2** Αγνοούμε καλντερίμι ανηφορικά αριστερά απέναντι από το φούρνο (είναι η παραδοσιακή διαδρομή από τις **Καρυές** στη **Δάφνη**). Κινούμαστε δεξιά πάνω σε καλντερίμι έχοντας το ναό του **Πρωτάτου** μπροστά και αριστερά μας και συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του κεντρικού δρόμου των **Καρυών**.
- 200 **1** Φτάνουμε στην κεντρική πλατεία των **Καρυών** απ' όπου αναχωρούν τα λεωφορεία.

---

Η περιγραφή της παραπάνω διαδρομής έχει δημιουργηθεί από τη διεθνή μη κερδοσκοπική οργάνωση "**The Friends of Mount Athos**" (Φίλοι του Αγίου Όρους) η οποία -εκτός των άλλων δραστηριοτήτων της- εργάζεται σε συνεργασία με τις Ιερές Μονές ώστε να διατηρούνται σε καλή κατάσταση συγκεκριμένα μονοπάτια στο Άγιο Όρος (μεταξύ των οποίων και αυτό). Αντίγραφα των οδηγιών για τις διαδρομές αυτές μπορείτε να βρείτε, δωρεάν, τόσο από την ιστοσελίδα της οργάνωσης ([www.athosfriends.org](http://www.athosfriends.org)), όσο και σε επιλεγμένες τοποθεσίες εντός και εκτός του Αγίου Όρους.