



ΑΠΟ ΤΙΣ ΚΑΡΥΕΣ ΣΤΗΝ ΙΜ ΚΩΝΣΤΑΜΟΝΙΤΟΥ

Απόσταση: 10,2 km Διάρκεια: 4 – 4½ ώρες

© The Friends of Mount Athos, 2007 – 2017. All rights reserved. – Version 1.0

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η διαδρομή από την κορυφογραμμή προς την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από νεροποντές και σε ένα τμήμα έχει πέσει λόγω κατολίσθησης.

Καθώς το αρχικό τμήμα της ιστορικής διαδρομής από τις **Καρυές** προς την κορυφογραμμή έχει γίνει ο αμαξιτός δρόμος προς το **Βατοπαίδι**, η διαδρομή που περιγράφεται παρακάτω ακολουθεί το μονοπάτι από τις **Καρυές** προς το **Βατοπαίδι** πριν ανηφορίσει για ένα σύντομο διάστημα προς το σημείο που ο αμαξιτός δρόμος για **Βατοπαίδι** και το μονοπάτι της κορυφογραμμής διαχωρίζονται. Κατόπιν η διαδρομή ακολουθεί την κορυφογραμμή εν μέρει από δευτερεύοντες δρόμους και εν μέρει ακολουθώντας τον ιστορικό **Μπείλιδικο δρόμο** που διατηρείται καλντερίμι κατά τμήματα. Το τελευταίο τμήμα της διαδρομής περιλαμβάνει μια απότομη κατάβαση από την κορυφογραμμή στα 550 μέτρα υψόμετρο, προς την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** σε υψόμετρο περίπου 200 μέτρων. Μεγάλο μέρος αυτής της διαδρομής είναι μέσα στο δάσος, αλλά υπάρχουν και ορισμένα σημεία με υπέροχη θέα προς την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** και τη δυτική ακτή. Στα σημεία που κρίθηκε απαραίτητο ή απλά επιβληθητικό, η διαδρομή έχει σηματοδοτηθεί με πορτοκαλί κορδέλες ή / και ασπροκόκκινα βέλη.

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)

1 Από την αφετηρία των λεωφορείων στην πλατεία των **Καρυών**, κοιτάμε προς τον κεντρικό δρόμο προς το **Πρωτάτο**. Στο τέρμα της πλατείας, πριν την αρχή του κεντρικού δρόμου, ακριβώς πριν τη βρύση (που βρίσκεται στο δεξί μέρος του κεντρικού δρόμου), στρίβουμε δεξιά ανηφορικά σε **καλντερίμι**, με σήμανση για τις τουαλέτες.

20

2 Περνάμε δίπλα από τις τουαλέτες (στα αριστερά μας).

- 90 Συνεχίζουμε ευθεία ανηφορικά στο καλντερίμι.
- 300 **3** Αγνοούμε ανηφορικό μονοπάτι (καλντερίμι) στα αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία στο καλντερίμι.
- 400 **4** Διασταυρώνουμε τον δρόμο Δάφνης - Καρυών. Συνεχίζουμε ευθεία σε τρακτερόδρομο με σήμανση για *Βατοπαίδι* & άλλα Μοναστήρια, έχοντας τη **Σκήτη Αγίου Ανδρέου** στα δεξιά μας.
- 280 **5** Αγνοούμε τρακτερόδρομο με πύλη προς τα δεξιά προς Κελλί. Συνεχίζουμε ευθεία πάνω σε τσιμεντοστρωμένο δρόμο, τώρα ανηφορικά.
- 180 **6** Αγνοούμε φαρδύ τσιμεντοστρωμένο τρακτερόδρομο προς τα δεξιά (με σήμανση για *Κελλί Πατερίτσα*). Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά, ανηφορικά.
- 30 **7** Στη διασταύρωση (μπροστά αριστερά μας υπάρχει μεγάλος βαμμένος μεταλλικός σταυρός), στρίβουμε απότομα αριστερά ανηφορικά.
- 100 **8** Στη διασταύρωση στρίβουμε δεξιά σε ανηφορικό μονοπάτι (καλντερίμι) με σήμανση για *Βατοπαίδι*. Διακρίνουμε απομεινάρια βρύσης σε τοίχο στα αριστερά του μονοπατιού.
- 100 **9** Το μονοπάτι συναντά τρακτερόδρομο που έρχεται από πίσω αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία πάνω στον τρακτερόδρομο.
- 250 **10** Αγνοούμε ανηφορικό τρακτερόδρομο στα αριστερά μας (με σήμανση για *IK Μαρουδά*). Συνεχίζουμε ευθεία στον τρακτερόδρομο (καλντερίμι κατά τμήματα).
- 400 **11** Στη διασταύρωση, στρίβουμε αριστερά (με σήμανση για *Βατοπαίδι* και άλλα Κελλιά).
- 200 **12** Στη διακλάδωση των τρακτερόδρομων, στρίβουμε δεξιά κατηφορικά.
- Προσοχή:** Αριστερά, ανηφορικά οδηγεί στον κεντρικό δρόμο για *Βατοπαίδι*.
- 200 **13** Στη διακλάδωση, στο σημείο που ο κύριος τρακτερόδρομος στρέφει δεξιά, κατηφορικά και δευτερεύον τρακτερόδρομος στρέφει αριστερά ανηφορικά, κινούμαστε σε στενό μονοπάτι μπροστά μας, ανάμεσα από τους τρακτερόδρομους, με σήμανση για *Βατοπαίδι*, αρχικά

κινούμενοι προς λευκό κτήριο.

Σημείωση: Τα πρώτα τμήματα αυτού του μονοπατιού μπορεί εποχιακά να έχει υπερβολική βλάστηση αλλά στη συνέχεια το μονοπάτι γίνεται καλνερίμι.

900

14 Το μονοπάτι διασταυρώνει δρόμο. Στρίβουμε αριστερά κατά μήκος του δρόμου, ανηφορικά (το μονοπάτι μπροστά μας οδηγεί στο **Βατοπαίδι**).

900

15 Φτάνουμε στη διασταύρωση με τον αμαξιτό δρόμο *Καρυών – Βατοπαιδίου*, όπου υπάρχει μεγάλος ξύλινος σταυρός (**Σταυρός Μακρυγένους**). Στρίβουμε δεξιά κατά μήκος του δρόμου.

80

16 Στρίβουμε αριστερά σε τρακτερόδρομο ο οποίος ανηφορίζει προς τα αριστερά.

25

17 Βγαίνουμε από τον τρακτερόδρομο στρίβοντας αριστερά πάνω από μικρό πρηνές για να πάρουμε μονοπάτι με σήμανση για *Χιλανδάρι, Εσφιγμένου και Κωνσταμονίτου* (προσέχουμε για τις πορτοκαλί κορδέλες και τα βέλη ένδειξης πορείας). Σύντομα το μονοπάτι στρέφει αριστερά ακολουθώντας την ισοϋψή του λόφου και υπάρχει περίπτωση εποχιακά να εμφανίζει υπερβολική βλάστηση.

400

18 Συναντάμε και περνάμε στα αριστερά από πέτρινη στήλη. Αγνοούμε τρακτερόδρομο προς τα πάνω και δεξιά πριν τη στήλη. Το μονοπάτι μπαίνει μέσα στα δέντρα και αρχίζει να κατηφορίζει.

300

19 Περνάμε δίπλα από πηγή (χωρίς νερό) στα δεξιά μας και διασχίζουμε ρυάκι. Κινούμαστε αριστερά ισοϋψώς για να περάσουμε κάτω και στα αριστερά από ογκώδη καστανιά.

200

20 Μετά από μια ήπια ανάβαση το μονοπάτι βγαίνει από τα δέντρα. Συνεχίζουμε ευθεία διασχίζοντας επίπεδη περιοχή με χαμηλή βλάστηση.

60

21 Στην προεξοχή του βράχου, έχοντας θέα μπροστά μας τη θάλασσα, στρίβουμε δεξιά ακολουθώντας το μονοπάτι ξανά μέσα στα δέντρα και αρχίζουμε να κατηφορίζουμε βαθμιαία.

400

22 Προς τη βάση της πλαγιάς, το μονοπάτι γίνεται λιγότερο ευκρινές. Συνεχίζουμε ευθεία, κατηφορικά, ακολουθώντας τα βέλη ένδειξης πορείας και τις πορτοκαλί

κορδέλες περνώντας δίπλα από ένα εύκολα διακριτό δέντρο με 8 κορμούς για να βγούμε από το δάσος. Κινούμαστε δεξιά διασχίζοντας ακάλυπτη περιοχή, πάνω σε στενό μονοπάτι το οποίο μπορεί εποχιακά να εμφανίζει υπερβολική βλάστηση. Το μονοπάτι γίνεται δυσδιάκριτος τρακτερόδρομος ο οποίος κατηφορίζει προς κτήριο.

250

23 Έχοντας το κτήριο ακριβώς μπροστά μας, στρίβουμε δεξιά σε φαρδύτερο ισοϋψή τρακτερόδρομο.

40

24 Συναντάμε άλλο τρακτερόδρομο που έρχεται από πίσω αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία.

Σημείωση: Αυτός ο τρακτερόδρομος οδηγεί σε κρήνη με τρεχούμενο νερό στα δεξιά του κτηρίου.

250

25 Ο τρακτερόδρομος συναντά δρόμο που έρχεται από πίσω δεξιά.

Σημείωση: Στο σημείο αυτό υπήρχε ένα εγκαταλελειμμένο φορτηγό τον Μάρτιο 2017.

Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά, κατηφορικά, κατά μήκος του δρόμου (υπάρχει σήμανση για *Κωνσταμονίτου* και *Ζωγράφου*), αγνοώντας τυχόν μονοπάτια ή τρακτερόδρομους προς τα αριστερά. Ο δρόμος οριζοντιώνεται και κινείται στη ράχη της κορυφογραμμής.

1200

26 Στη διασταύρωση αγνοούμε το δασικό δρόμο προς τα δεξιά. Αυτή είναι η διαδρομή προς το *Βατοπαίδι* (υπάρχει σήμανση) από τη *Δοχειαρίου*. Συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του δρόμου, ενώ μπροστά μας σε λόφο διακρίνουμε κεραία τηλεπικοινωνιών.

90

27 Αμέσως μόλις περάσουμε (στα αριστερά μας) μεγάλο πέτρινο οδοδείκτη με ενσωματωμένο σταυρό, συνεχίζουμε λοξώς δεξιά κατά μήκος του μονοπατιού της κορυφογραμμής (με σήμανση για *Κωνσταμονίτου*, *Χιλανδάρη* και *Εσφιγμένου*) που σύντομα ανηφορίζει.

Σημείωση: Αν συνεχίσουμε στο δρόμο κινούμενοι αριστερά, κατηφορικά, είναι η διαδρομή προς *Δοχειαρίου* (με σήμανση)

200

28 Στη διασταύρωση (τύπου T), πάμε αριστερά (με σήμανση για *Κωνσταμονίτου* και *Δοχειαρίου*). (Προς τα δεξιά, με σήμανση για *Εσφιγμένου*, *Χιλανδαρίου* και *Ζωγράφου*, είναι η συνέχεια του μονοπατιού της κορυφογραμμής, ο **Μπεϊλίδικος Δρόμος**). Το μονοπάτι ανηφορίζει σταθερά πριν οριζοντιωθεί, τραβερσάροντας

λόφο (στα δεξιά μας).

560

50 Βγαίνουμε σε δρόμο στην εξωτερική πλευρά τσιμεντοστρωμένης απότομης στροφής. Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά, κατηφορικά, πάνω στο δρόμο με σήμανση για *Κωνσταμονίτου* (ο δρόμος ανηφορικά οδηγεί στον τηλεπικοινωνιακό πυλώνα).

75

51 Στο σημείο που ο δρόμος στρέφει αριστερά, πριν περάσουμε πέτρινο *λαυράτο – βούλα* (οριοδείκτη) στα δεξιά μας, συνεχίζουμε λοξώς δεξιά (με σήμανση για *Κωνσταμονίτου*) σε πετρώδες μονοπάτι κατηφορικά. (Υψόμετρο 535 μέτρα).

Προσοχή: Το μονοπάτι έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από τις νεροποντές.

400

52 Το μονοπάτι κατηφορίζει φτάνοντας σε έντονα κατεστραμμένο από το νερό παλιό τρακτερόδρομο με υπερβολική βλάστηση. Στρίβουμε αριστερά κατά μήκος του τρακτερόδρομου, κατηφορικά, έχοντας πλαγιά λόφου στα αριστερά μας.

430

53 Ο τρακτερόδρομος συναντά άλλον τρακτερόδρομο (με υπερβολική βλάστηση) που έρχεται από πίσω δεξιά. Στρίβουμε αριστερά (με σήμανση), κατηφορικά, κατά μήκος του τρακτερόδρομου. Σύντομα διακρίνουμε το μοναστήρι κάτω στην κοιλάδα, δεξιά μας.

Προσοχή: Μετά από 70 μέτρα μια κατολίσθηση **54** έκοψε τον τρακτερόδρομο. Διασχίζουμε το σημείο αυτό με προσοχή, βαδίζοντας από την αριστερή πλευρά του μονοπατιού.

170

55 Στρίβουμε απότομα δεξιά σε μονοπάτι, κατηφορικά, με σήμανση για *Κωνσταμονίτου*.

380

56 Το μονοπάτι συναντά τρακτερόδρομο (καλυμμένο με βλάστηση) σε στροφή του. Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά, κατηφορικά, κατά μήκος του τρακτερόδρομου (υπάρχει σήμανση για *Καρυές* ανηφορικά πίσω προς το μονοπάτι).

Σημείωση: Αυτή η διασταύρωση δεν είναι ευδιάκριτη και μπορεί να μην την προσέξουμε.

110

57 Ο τρακτερόδρομος συναντά δρόμο στην εξωτερική πλευρά στροφής (φουρκέτας). Στρίβουμε δεξιά, κατηφορικά, στο δρόμο. (με σήμανση για *Κωνσταμονίτου*)

60

58 Ο δρόμος φτάνει σε ακάλυπτη έκταση και στρέφει

αριστερά. Στρίβουμε δεξιά σε φαρδύ τρακτερόδρομο ο οποίος κατηφορίζει με ζιγκ-ζαγκ. Τελικά ο τρακτερόδρομος οριζοντιώνεται και περνά στα δεξιά κτηρίου για να...

380

59 Φτάσει στην πύλη της **IM Κωνσταμονίου**.

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), όσο και σε επιλεγμένες τοποθεσίες εντός και εκτός του Αγίου Όρους.