



ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΜ ΚΩΝΣΤΑΜΟΝΙΤΟΥ ΣΤΙΣ ΚΑΡΥΕΣ

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

© The Friends of Mount Athos, 2007 – 2018. All rights reserved. – Version 1.1



ΠΡΟΣΟΧΗ: Η διαδρομή από την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** προς την κορυφογραμμή έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από νεροποντές και σε ένα τμήμα έχει πέσει λόγω κατολίσθησης. Σε ορισμένα σημεία (που αναλύονται παρακάτω) η διαδρομή μπορεί να είναι δυσδιάκριτη.

Το αρχικό τμήμα της διαδρομής περιλαμβάνει μια απότομη ανάβαση από την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** που βρίσκεται περίπου στα 200 μέτρα υψόμετρο, στην κορυφογραμμή στα 550 μέτρα. Μεγάλο μέρος αυτής της διαδρομής είναι μέσα στο δάσος, αλλά υπάρχουν ορισμένα σημεία με υπέροχη θέα πίσω προς την **ΙΜ Κωνσταμονίτου** και τη δυτική ακτή. Κατόπιν η διαδρομή ακολουθεί την κορυφογραμμή έως το δρόμο **Βατοπαιδίου – Καρυών**, εν μέρει από δευτερεύοντες δρόμους και εν μέρει ακολουθώντας τον ιστορικό **Μπείλιδικο δρόμο** που διατηρείται καλντερίμι κατά τμήματα. Το τελικό τμήμα της παραδοσιακής διαδρομής θα έπρεπε να ακολουθεί τον κύριο δρόμο, αλλά αντί για αυτό προτιμήθηκε το τελευταίο τμήμα της διαδρομής που περιγράφεται παρακάτω, δηλαδή αυτό που ακολουθεί το μονοπάτι από το **Βατοπαίδι** στις **Καρυές**. Στα σημεία που κρίθηκε απαραίτητο ή απλά επιβλητικό, η διαδρομή έχει σηματοδοτηθεί με πορτοκαλί κορδέλες ή / και ασπρόκόκκινα 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)

59 Βγαίνουμε από την πύλη της **ΙΜ Κωνσταμονίτου** και στρίβουμε αριστερά, κατευθυνόμενοι στο διάκενο μεταξύ του μονώροφου κτηρίου στα αριστερά και της μεγάλης αποθήκης στα δεξιά, για να πάρουμε τον φαρδύ τρακτερόδρομο που αρχίζει να ανηφορίζει με ζικ - ζακ (με σήμανση για **Καρυές**).

- 380 **58** Ο φαρδύς τρακτηρόδρομος οριζοντιώνεται και καταλήγει σε ανοικτή έκταση. Στρίβουμε εδώ αριστερά ακολουθώντας ήπια ανηφορικό δρόμο με σήμανση για *Καρυές*.
- 60 **57** Στο σημείο που ο δρόμος στρέφει δεξιά, στρίβουμε αριστερά ανηφορικά σε χορταριασμένο τρακτηρόδρομο, με σήμανση για *Καρυές*.
- 110 **56** Καθώς ο τρακτηρόδρομος στρέφει αριστερά, συνεχίζουμε λοξώς δεξιά σε στενό μονοπάτι ανηφορικά, με σήμανση για *Καρυές*.
- 380 **55** Το μονοπάτι βγαίνει σε τρακτηρόδρομο. Στρίβουμε αριστερά ανηφορικά, κατά μήκος του τρακτηρόδρομου (με σήμανση).
- Προσοχή:** Σε περίπου 100 μέτρα μια κατολίσθηση **54** έκοψε τον τρακτηρόδρομο. Διασχίζουμε το σημείο αυτό με προσοχή, βαδίζοντας από τη δεξιά πλευρά του μονοπατιού.
- 170 **53** Ο τρακτηρόδρομος (τώρα με πολύ βλάστηση) σταματά να ανηφορίζει (οριζοντιώνεται). Πάμε δεξιά στη διακλάδωση, ανηφορικά, κινούμενοι πάνω στον παλιό χορταριασμένο τρακτηρόδρομο που τώρα έχει σημαντικά καταστραφεί από τις νεροποντές (με σήμανση).
- 430 **52** Τελειώνει το πετρώδες τμήμα του τρακτηρόδρομου. Φαίνεται πυλώνας τηλεπικοινωνιών μπροστά μας στη γραμμή του ορίζοντα. Στρίβουμε δεξιά ανηφορικά στο μονοπάτι μέσα στο δάσος (με σήμανση για *Καρυές*) το οποίο κι αυτό έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από τις νεροποντές.
- Προσοχή:** Ίσως είναι δύσκολο να εντοπισθεί.
Απαιτείται προσοχή.
- 400 **51** Το μονοπάτι βγαίνει σε στροφή δρόμου, με πέτρινο οριοδείκτη (λαυράτο-βούλα) δίπλα στο δρόμο στα δεξιά μας. Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά ανηφορικά κατά μήκος του δρόμου με σήμανση για *Καρυές*. (Υψόμετρο 535 μέτρα)
- 75 **50** Ο δρόμος (στο σημείο αυτό τσιμεντοστρωμένος) στρέφει απότομα αριστερά. Συνεχίζουμε λοξώς δεξιά σε μονοπάτι (με σήμανση για *Καρυές* και *Βατοπαίδι*) μέσα σε στενή κοίτη ρυακιού. Το μονοπάτι τραβερσάρει λόφο (στα

αριστερά μας) και σε λίγο κατηφορίζει.

560

28 Φτάνουμε στη διασταύρωση με το μονοπάτι της κορυφογραμμής (**Δρόμος του Μπέη** ή **Μπειλίδικος Δρόμος**). Στρίβουμε δεξιά κατηφορικά (με σήμανση για *Καρυές*). (Το μονοπάτι της κορυφογραμμής συνεχίζει λοξώς αριστερά, με σήμανση για *Εσφιγμένου, Χιλανδάρι* και *Ζωγράφου*.)

200

27 Το μονοπάτι βγαίνει σε δασικό δρόμο που έρχεται από πίσω δεξιά (με σήμανση για *Δοχειαρίου*). Συνεχίζουμε λοξώς αριστερά στο δρόμο κατά μήκος της κορυφογραμμής, οριζόντια (ισοϋψώς), περνώντας δίπλα από μεγάλο πέτρινο οδοδείκτη με ενσωματωμένο σταυρό στα δεξιά μας.

90

26 Συναντάμε διασταύρωση (τύπου T) με τρακτερόδρομο προς τα αριστερά ο οποίος οδηγεί σε μονοπάτι που κατευθύνεται κάτω προς την **IMM Βατοπαιδίου** (υπάρχει σήμανση). Συνεχίζουμε ευθεία πάνω στο δασικό δρόμο ο οποίος συνεχίζει στην αρχή κατά μήκος της ράχης της κορυφογραμμής. Αγνοούμε τυχόν μονοπάτια προς τα δεξιά.

1200

25 Στο σημείο που ο δρόμος στρέφει αριστερά, βγαίνουμε από το δρόμο και συνεχίζουμε λοξώς δεξιά κατά μήκος τρακτερόδρομου.

250

24 Στη διακλάδωση των τρακτερόδρομων, συνεχίζουμε λοξώς αριστερά. Μπροστά μας διακρίνουμε το *Κελλί* του Αγίου Δημητρίου.

Σημείωση: Ο τρακτερόδρομος προς τα δεξιά οδηγεί σε κρήνη με τρεχούμενο νερό στα δεξιά του κτηρίου.

40

23 Μόλις φτάσουμε στο ύψος των σκαλοπατιών του κελλιού (στα δεξιά μας), στρίβουμε απότομα αριστερά, ανηφορικά, σε τρακτερόδρομο που φαίνεται αμυδρά, ο οποίος σύντομα στρέφει δεξιά και γίνεται οριζόντιος (ισοϋψής), έχοντας δάσος στην ανηφοριά αριστερά μας. Ο τρακτερόδρομος γίνεται μονοπάτι το οποίο διασχίζει ακάλυπτη περιοχή.

Προσοχή: Υπάρχει πιθανότητα εποχιακά να υπάρχει υψηλή βλάστηση και συνεπώς η διαδρομή να μην είναι εύκολα διακριτή. Προσέχουμε για να εντοπίσουμε τα ασπροκόκκινα βέλη ένδειξης πορείας και τις πορτοκαλί κορδέλες.

250

22 Πάμε αριστερά μέσα στα δέντρα σε ένα μη ευκρινές (αλλά με σήμανση) μονοπάτι (προσέχουμε για να εντοπίσουμε τα ασπροκόκκινα βέλη ένδειξης πορείας και τις πορτοκαλί κορδέλες). Η διαδρομή περνάει από εύκολα διακριτό δέντρο με 8 κορμούς, μετά το οποίο γίνεται ευκρινές παραδοσιακό μονοπάτι το οποίο ανηφορίζει ομαλά μέσα από δέντρα, έχοντας λόφο στα αριστερά.

400

21 Το μονοπάτι βγαίνει από τα δέντρα σε ανοιχτή πλαγιά λόφου με θέα προς τη θάλασσα στα δεξιά. Πάμε αριστερά σε οριζόντιο (ισοϋψές) στενό μονοπάτι το οποίο ακολουθεί το ανάγλυφο του λόφου διαμέσου ακάλυπτης περιοχής με χαμηλή βλάστηση.

Προσοχή: Υπάρχει πιθανότητα εποχιακά να υπάρχει υψηλή βλάστηση και συνεπώς η διαδρομή να μην είναι εύκολα διακριτή. Προσέχουμε για να εντοπίσουμε τις πορτοκαλί κορδέλες.

60

20 Το μονοπάτι ξαναμπαίνει μέσα στα δέντρα και ξεκινάει να κατηφορίζει ομαλά και να γίνεται λιγότερο ευκρινές (προσέχουμε για τα βέλη ένδειξης πορείας και τις πορτοκαλί κορδέλες). Περνάμε κάτω και στα δεξιά ογκώδους γέρικης καστανιάς και μετά συνεχίζουμε δεξιά.

Σημείωση: Η κουφάλα της καστανιάς έχει διαμορφωθεί σε μικρό ξωκκλήσι.

200

19 Διασχίσουμε ρυάκι (και καλώδιο κάθετο στο μονοπάτι που ίσως υπάρχει εκεί) έχοντας κρήνη (χωρίς νερό) στα αριστερά μας στην απέναντι πλευρά. Το μονοπάτι αρχίζει να ανηφορίζει και πάλι. Αγνοούμε μονοπάτια και τρακτερόδρομους προς τα δεξιά κατηφορικά.

300

18 Το μονοπάτι βγαίνει σε ακάλυπτη περιοχή έχοντας πέτρινη στήλη πάνω και αριστερά. **Δεν** ακολουθούμε τον τρακτερόδρομο προς τα αριστερά ανηφορικά. **Συνεχίζουμε ευθεία σε οριζόντιο (ισοϋψές) μονοπάτι** το οποίο εποχιακά μπορεί να εμφανίζει υπερβολική βλάστηση. Το μονοπάτι ακολουθεί την ισοϋψή στο λόφο, ενώ μπροστά μας σε κορυφή μπορεί να διακρίνουμε κεραία τηλεπικοινωνιών. Στη συνέχεια το μονοπάτι στέφει δεξιά, κάτω από το λόφο. Ο τρακτερόδρομος από την κεραία που κατηφορίζει το λόφο, σύντομα κινείται παράλληλα και στα αριστερά του μονοπατιού.

400

17 Το μονοπάτι καταλήγει στον τρακτερόδρομο αυτό

λίγο πριν αυτός ενωθεί με τον κύριο δρόμο Καρυών - Βατοπαιδίου. Στρίβουμε δεξιά πάνω στον τρακερόδρομο και μετά δεξιά πάνω στον κύριο δρόμο (προς τις **Καρυές**).

100

15 Φτάνουμε σε κύριο σταυροδρόμι με μεγάλο ξύλινο σταυρό (**Σταυρός Μακρυγένους**). Στρίβουμε αριστερά, κατηφορικά, σε δευτερεύοντα δρόμο με σήμανση για *Καρυές, ΙΜ Παντοκράτορος* και το *Κελλί του Αγίου Γεωργίου του Φανερωμένου*.

900

14 Μετά από απότομες στροφές, πρώτα προς τα δεξιά και μετά προς τα αριστερά, συναντάμε το μονοπάτι από το **Βατοπαίδι** προς τις **Καρυές** που διασταυρώνει το δρόμο μας. Στρίβουμε δεξιά κατά μήκος του μονοπατιού, ισοϋψώς (υπάρχει σήμανση για *Καρυές*). Μπροστά μας εμφανίζεται για λίγο, όμορφη θέα με τη **Σκήτη του Αγ. Ανδρέα**, τις **Καρυές** και τον **Άθωνα**.

730

13A Στη διακλάδωση, αγνοούμε τον τρακερόδρομο προς τα αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία στο καλντερίμι.

180

13 Βγαίνουμε σε δρόμο στην εξωτερική πλευρά στροφής, έχοντας τρακερόδρομο πίσω δεξιά μας. Συνεχίζουμε ευθεία πάνω στο δρόμο, ελαφρώς ανηφορικά.

200

12 Στη διασταύρωση (σημείο ένωσης τριών δρόμων) εκεί που ο κύριος δρόμος στρέφει δεξιά, συνεχίζουμε λοξώς αριστερά (με σήμανση για *Καρυές*).

400

11 Στη διασταύρωση (τύπου T), στρίβουμε δεξιά στον τρακερόδρομο. Στον τρακερόδρομο φαίνονται ίχνη καλντεριμιού.

250

10 Αγνοούμε τρακερόδρομο ανηφορικά δεξιά (με σήμανση για *IK Μαρουδά*). Συνεχίζουμε ευθεία (με σήμανση για *Καρυές*).

100

9 Βγαίνουμε από τον τρακερόδρομο στρίβοντας αριστερά, κατηφορικά σε μονοπάτι (με σήμανση για *Καρυές*).

Εναλλακτικά ή αν χάσουμε τη στροφή, συνεχίζουμε ακόμα 100 μέτρα στη διασταύρωση (τύπου T), έχοντας μεγάλο ερειπωμένο κτήριο στα δεξιά μας και στρίβουμε απότομα αριστερά σε τσιμεντοστρωμένο κατηφορικό τρακερόδρομο (με σήμανση). Το μονοπάτι συναντά τον τρακερόδρομο από τα αριστερά σε 30 μέτρα (δες την επόμενη οδηγία).

- 100 **8** Το μονοπάτι βγαίνει σε τρακτερόδρομο. Στρίβουμε αριστερά στον τρακτερόδρομο, κατηφορικά.
- 30 **7** Στη διασταύρωση όπου υπάρχει μεγάλος μεταλλικός σταυρός (στα αριστερά μας), στρίβουμε δεξιά σε τρακτερόδρομο με σήμανση για *Καρυές*.
- 180 **6** Αγνοούμε φαρδύ τσιμεντοστρωμένο τρακτερόδρομο αριστερά (για το **Κελλί Πατερίσα**). Συνεχίζουμε λοξώς δεξιά.
- 280 **5** Αγνοούμε τρακτερόδρομο με πύλη πίσω και αριστερά μας προς κελλί. Συνεχίζουμε ευθεία κινούμενοι πάνω στον κεντρικό τρακτερόδρομο.
- 400 **4** Διασχίζουμε το δρόμο Καρυών - Δάφνης. Συνεχίζουμε ευθεία, τώρα πάνω σε καλντερίμι με σήμανση για *Καρυές*.
- 300 **3** Αγνοούμε μονοπάτι (καλντερίμι) ανηφορικά δεξιά.
- 110 **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), όσο και σε επιλεγμένες τοποθεσίες εντός και εκτός του Αγίου Όρους.