



## ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ

### ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΜ ΦΙΛΟΘΕΟΥ ΣΤΙΣ ΚΑΡΥΕΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΙΜ ΚΟΥΤΛΟΥΜΟΥΣΙΟΥ

Απόσταση: 9.7 km Χρόνος: 3 ώρες

© The Friends of Mount Athos, 2007 – 2017. All rights reserved. – Version 1.6.1

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Το πέρασμα από τη γέφυρα κοντά στην **ΙΜ Φιλοθέου** **3** ίσως είναι δύσκολο ή και επικίνδυνο. Τον Μάιο 2017 τα ξύλα με τα οποία ήταν κατασκευασμένη η γέφυρα ήταν ολισθηρά, είχαν σαπίσει και υπήρχε πιθανότητα να υποχωρήσουν όταν πατούσες πάνω τους. Όποιος διασχίζει τη γέφυρα (κάτι που δεν το συνιστούμε) θα πρέπει να προσέχει πολύ και να πατά στα σημεία που η μεταλλικές ράβδοι υποστηρίζουν την ξύλινη κατασκευή. Επίσης δεν είναι εύκολος ο εντοπισμός εναλλακτικής διαδρομής για να περάσουμε το ρέμα.

Αυτή η διαδρομή ακολουθεί γενικά το ανάγλυφο του βουνού ισοϋψώς αν και υπάρχουν ένα - δυο απότομα σημεία. Ενώ γενικά το αρχικό και το τελικό τμήμα της είναι καλντερίμι, ένα μακρύ κομμάτι της στη μέση γίνεται πάνω σε δρόμο. Από αυτό όμως το δρόμο έχουμε υπέροχη θέα κάτω προς την **ΙΜ Ιβήρων** και την παρακείμενη ακτή.

Σε ένα σημείο το μονοπάτι απαιτεί ένα δύσκολο πέρασμα από ρεματιά, έτσι για να το αποφύγουμε, περιγράφεται παρακάτω και μια εναλλακτική διαδρομή από δρόμο.

**Σημείωση:** Όλες οι αποστάσεις (σε μέτρα) που εμφανίζονται είναι προσεγγιστικές. 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** Βγαίνοντας από την πύλη της **ΙΜ Φιλοθέου** στρίβουμε αριστερά, έχοντας τα τείχη του μοναστηριού στα αριστερά μας. Στο τέλος του εξωτερικού τοίχου, συνεχίζουμε αριστερά σε καλντερίμι ανάμεσα από τα κτήρια μπροστά μας.

160

**2** Διασχίζουμε τρακτερόδρομο και συνεχίζουμε ευθεία στην απέναντι πλευρά ανοιχτής έκτασης, περνώντας δίπλα από τον κοιμητηριακό ναό στα δεξιά μας και πλησιάζουμε σε πετρόχτιστο τοίχιο μπροστά μας. Το μονοπάτι ξεκινά σε άνοιγμα κοντά στη δεξιά άκρη του τοιχίου, ακριβώς στα δεξιά του εντοιχισμένου πλινθόκτιστου σταυρού. Το μονοπάτι (με τμήματα καλντεριμιού) σύντομα στρέφει αριστερά (με σήμανση για *Ιβήρων, Κουτλουμουσίου και Καρυές*) και κατηφορίζει σε απότομη κοιλάδα.

290

**3** Διασχίζουμε γέφυρα έχοντας καταρράκτη και κρήνη στα αριστερά μας. Συνεχίζουμε σε μονοπάτι (αρχικά καλντερίμι), ανηφορίζοντας σταθερά στην απέναντι πλευρά της κοιλάδας.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Το πέρασμα από τη γέφυρα μπορεί να είναι δύσκολο ή και επικίνδυνο. Παρακαλούμε διαβάστε την επισήμανση στην πρώτη σελίδα.

600

**4** Βγαίνουμε σε πλατύ τρακτερόδρομο και στρίβουμε αριστερά (με σήμανση).

180

**5** Σε διακλάδωση κινούμαστε δεξιά για να βγούμε σε δρόμο.

650

**6** Στην επόμενη διακλάδωση, αγνοούμε τρακτερόδρομο ανηφορικά αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία πάνω στο δρόμο.

200

**7** Διασχίζουμε κοίτη χειμάρρου και συνεχίζουμε δεξιά (ανηφορικά για λίγο ακόμα).

540

**8** Συνεχίζουμε ευθεία στη διασταύρωση (με σήμανση για *Καρυές, ΙΜ Ιβήρων και Σκήτη Ιβήρων*), αγνοώντας τρακτερόδρομους στα αριστερά και δεξιά μας.

250

**9** Στη διασταύρωση (τύπου T), στρίβουμε αριστερά ανηφορικά, με σήμανση για *Καρυές και Δάφνη* (δεξιά κατηφορικά υπάρχει σήμανση για *Ιβήρων*).

1300

**10** Αγνοούμε τρακτερόδρομο για κελλιά κατηφορικά δεξιά.

1050

**11** Αγνοούμε μονοπάτι προς τα δεξιά πριν από κτήριο (με σήμανση για *Ιβήρων*).

- 180 **12** Περνάμε δίπλα από κρήνη στα αριστερά μας (κατασκευάστηκε το 2016).
- 250 **13** Αγνοούμε τρακτερόδρομο προς κελλιά κατηφορικά δεξιά. Αγνοούμε δευτερεύοντα τρακτερόδρομο προς τα δεξιά.
- 670 **14** Στη διασταύρωση με δρόμο από τα δεξιά, στρίβουμε δεξιά (με σήμανση για *Τίμιο Πρόδρομο* και άλλα κελλιά). Μετά στρίβουμε **αμέσως** αριστερά σε μονοπάτι (καλντερίμι) με σήμανση για *Καρυές* και *Κουτλουμουσίου*.
- 250 **15** Στη διασταύρωση των μονοπατιών, κινούμαστε δεξιά ακολουθώντας τη σήμανση. Αγνοούμε διακλάδωση προς τα αριστερά.
- Σημείωση:** Το μονοπάτι προς τα αριστερά χρησιμοποιούνταν για υλοτομία το Μάιο του 2014 και πιθανώς να έχει πέσει σε αχρηστία.
- 400 **16** Κατεβαίνουμε σκαλοπάτια για να βγούμε σε τρακτερόδρομο και στρίβουμε αριστερά κατά μήκος του τρακτερόδρομου προς κελλί (στα δεξιά).
- 25 **17** Μπροστά από το κελλί στο σημείο που ο τρακτερόδρομος στρέφει αριστερά, μπορούμε να επιλέξουμε:

**Για να ακολουθήσουμε το μονοπάτι με το δύσκολο πέρασμα της ρεματιάς:**

Στρίβουμε δεξιά, προς την πύλη του κελλιού και μετά, μπροστά από την πύλη, αριστερά, κατηφορικά σε μονοπάτι.

- 80 **18** Περνάμε κρήνη στα αριστερά μας.

- 80 **19** Η διαδρομή στρέφει δεξιά για να διασχίσει ρέμα. Το μονοπάτι έχει παρασυρθεί από το ρέμα, συνεπώς για να διασχίσουμε την κοίτη του ρέματος ακολουθούμε την βέλτιστη κάθε φορά διαθέσιμη διαδρομή.

**Προσοχή:** Η διάσχιση του ρέματος είναι δύσκολη και η διαδρομή που πρέπει να ακολουθήσουμε μπορεί να μεταβληθεί με το χρόνο – χρειάζεται μεγάλη προσοχή.

350 **20** Το μονοπάτι καταλήγει πλάτωμα με κτήριο μπροστά δεξιά μας. Στρίβουμε αριστερά κινούμενοι πάνω σε τρακτερόδρομο περνώντας ανάμεσα από απότομους βράχους.

60 **21** Στο δρόμο, στρίβουμε δεξιά κινούμενοι πάνω στο δρόμο.

*Συνέχεια της περιγραφής παρακάτω στην "Κοινή Διαδρομή".*

**Για να συνεχίσουμε στην εναλλακτική διαδρομή από δρόμο αποφεύγοντας το δύσκολο πέρασμα της ρεματιάς:**

Στρίβουμε αριστερά κατά μήκος του τρακτερόδρομου, απομακρυνόμενοι από το κελλί.

50 **33** Στη διασταύρωση στο σημείο που ο τρακτερόδρομος ενώνεται με δρόμο, στρίβουμε δεξιά κινούμενοι πάνω στο δρόμο.

400 **32** Στη διασταύρωση, αγνοούμε δρόμο μπροστά μας, ανηφορικά. Κινούμαστε δεξιά, κατηφορικά.

200 **21** Διαδρομή από μονοπάτι ενώνεται με το δρόμο μας μέσω τρακτερόδρομου από τα δεξιά (με σήμανση για Φιλοθέου). Συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του δρόμου. Συνέχεια της περιγραφής παρακάτω στην "Κοινή Διαδρομή".

### **Κοινή Διαδρομή**

150 **22** Αγνοούμε δυο γειτονικούς τρακτερόδρομους στα δεξιά μας. Αγνοούμε επίσης τρακτερόδρομος ανηφορικά αριστερά και κατηφορικά δεξιά μας. Συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του δρόμου.

1050 **25** Λίγο πριν ο δρόμος αρχίσει να στρέφει δεξιά, παίρνουμε φαρδύ μονοπάτι (καλντερίμι) προς τα αριστερά, ανηφορικά.

150 **26** Μπροστά από κτήριο, 20 μέτρα αφού διασχίσουμε γέφυρα, στρίβουμε αριστερά και συνεχίζουμε αμέσως δεξιά, έχοντας τον τοίχο του κτηρίου στα δεξιά μας. Φτάνουμε στα τείχη της **IM Κουτλουμουσίου** και στρίβουμε αριστερά ακολουθώντας τα τείχη.

100 **27** Στη μικρή πύλη στα δεξιά του μονοπατιού:

Για την **IM Κουτλουμουσίου**

Περνάμε μέσα από την πύλη και συνεχίζουμε δίπλα από τα τείχη του Μοναστηριού.

80

**28** Φτάνουμε στην πύλη της **IM Κουτλουμουσίου**.

Για τις **Καρυές**:

Πάμε αριστερά στο καλντερίμι.

350

**29** Το μονοπάτι μας ενώνεται με το μονοπάτι **Κουτλουμουσίου - Καρυών**, δίπλα από την πύλη προς τον περιβάλλοντα χώρο της **IM Κουτλουμουσίου** (προς τα δεξιά μας). Συνεχίζουμε ευθεία απομακρυνόμενοι από το Μοναστήρι.

180

**30** Αγνοούμε δρομάκι (καλντερίμι) που ανηφορίζει προς τα αριστερά απέναντι από τον φούρνο. Κινούμαστε δεξιά πάνω σε καλντερίμι έχοντας το ναό του **Πρωτάτου** μπροστά μας. Στη συνέχεια αφήνοντάς τον στα αριστερά μας, συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του κεντρικού δρόμου των **Καρυών**, περνώντας δίπλα από το καφενείο και την κρήνη.

200

**31** 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.