



## ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ

# ΑΠΟ ΤΗΝ IMM ΒΑΤΟΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ IM ΚΩΝΣΤΑΜΟΝΙΤΟΥ

Απόσταση: 7.5 km      Διάρκεια: 3 – 4 ώρες

© The Friends of Mount Athos, 2007 – 2015. All rights reserved. – Version 1.4

**Προσοχή:** Η διαδρομή από την κορυφογραμμή προς την IM Κωνσταμονίτου έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από νεροποντές και σε ορισμένα τμήματα έχει πέσει. Το μονοπάτι αυτό είναι δύσκολο και θέλει πολύ προσοχή σε ορισμένα τμήματά του (δες παρακάτω).

Αυτή ενδιαφέρουσα πορεία, είναι η νότια εναλλακτική αυτής που περνάει από τη Χέρα και αρχικά ακολουθεί τη διαδρομή για την IM Δοχειαρίου. Η διαδρομή στο μεγαλύτερο μέρος της ακολουθεί παραδοσιακό καλντερίμι, περιλαμβάνει μια απότομη ανάβαση από την IMM Βατοπαιδίου κοντά στο επίπεδο της θάλασσας προς την κορυφογραμμή σε πάνω από 500 μέτρα υψόμετρο, ακολουθούμενη από μια παρόμοια κατάβαση προς την IM Κωνσταμονίτου σε υψόμετρο περίπου 200 μέτρων. Μεγάλο μέρος της διαδρομής είναι μέσα στο δάσος, αλλά υπάρχουν και ορισμένα σημεία με υπέροχη θέα προς τις δύο πλευρές της κορυφογραμμής. Όπου κρίθηκε απαραίτητο ή απλά επιβοηθητικό, έγινε σήμανση της διαδρομής με πορτοκαλί κορδέλες ή / και βέλη ένδειξης πορείας.

**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)

- 0 Βγαίνουμε από την πύλη της IMM Βατοπαιδίου και στρίβουμε αριστερά κινούμενοι πάνω στο πλακόστρωτο δρόμο, έχοντας το Μοναστήρι στα αριστερά μας.
- 100 Στη διακλάδωση, μετά το στεγασμένο πηγάδι στα αριστερά μας, κινούμαστε δεξιά κατηφορικά σε δρόμο, που στην αρχή του είναι καλντερίμι. Αγνοούμε καλντερίμι που διακλαδίζεται προς τα δεξιά μετά από 30 μέτρα.
- 350 Δρόμος έρχεται από πίσω δεξιά μας. Συνεχίζουμε ευθεία, έχοντας τώρα οπωρώνα στα αριστερά μας.

- 220 Μετά το τέλος του οπωρώνα, αγνοούμε μονοπάτι προς τα αριστερά (με σήμανση για *Σκήτη Αγ. Δημητρίου*). 20 μέτρα μετά, διασχίζουμε ρυάκι. Συνεχίζουμε ευθεία πάνω στο δρόμο.
- 180 Ο δρόμος που κινούμαστε ενώνεται με μεγαλύτερο δρόμο που έρχεται από πίσω δεξιά. 30 μέτρα μετά διασχίζουμε ρυάκι σε πέρασμα.
- 60 Στο σημείο που ο δρόμος στρέφει απότομα προς τα αριστερά, ανηφορικά, στρίβουμε δεξιά κατά μήκος μονοπατιού με σήμανση για *Κωνσταμονίτου* και *Δοχειαρίου* το οποίο κατηφορίζει και κινείται αριστερά μέσα στην κοίτη του ρέματος.
- 80 Διασχίζουμε το ρέμα και κινούμαστε δεξιά ανηφορικά σε μονοπάτι περνώντας και άλλη πινακίδα για *Δοχειαρίου*. Το μονοπάτι αυτό περιλαμβάνει περιοδικά και τμήματα καλντεριμιού. Σε ορισμένες περιπτώσεις η διαδρομή (με σήμανση) αφήνει το καλντερίμι και το ξαναβρίσκει αργότερα.
- 550 Φτάνουμε σε δρόμο και τον διασχίζουμε. Συνεχίζουμε ευθεία σε μονοπάτι (καλντερίμι) ανηφορικά.
- 1050 Μόλις περάσουμε ξύλινη κατασκευή στα δεξιά μας, φτάνουμε σε δρόμο τον οποίο διασχίζουμε. Το μονοπάτι συνεχίζει μπροστά μας, κινούμενο αριστερά ακολουθώντας το ανάγλυφο λόφου (υπάρχει σήμανση για *Κωνσταμονίτου* και *Δοχειαρίου*).
- 300 Το μονοπάτι διασχίζει ανοιχτή χορταριασμένη περιοχή (πιθανώς τρακτερόδρομος καλυμμένος από βλάστηση). Συνεχίζουμε ευθεία.
- 500 Το μονοπάτι διασχίζει κοίτη ρυακιού κάτω από αιωνόβιο δέντρο και αρχίζει να ανηφορίζει με ζιγκ ζαγκ (σε καλντερίμι) στην πλαγιά της κοιλάδας. Συνεχίζουμε ανηφορικά αγνοώντας τυχόν μονοπάτια προς τα αριστερά.
- 750 Το μονοπάτι περνάει από μια πιο επίπεδη και με χαμηλή βλάστηση περιοχή πριν φτάσει σε δρόμο. Συνεχίζουμε ευθεία, ανηφορικά, σε καλντερίμι στην απέναντι πλευρά του δρόμου (υπάρχει σήμανση).
- 60 Στη σημασμένη διασταύρωση, στρέφουμε δεξιά βγαίνοντας από το μονοπάτι αυτό και κινούμαστε σε λιγότερο διακριτό μονοπάτι ανηφορικά. (Μπορεί να είναι ορατή κεραία τηλεπικοινωνιών στην κορυφή του λόφου μπροστά μας).

***Προειδοποίηση: Αυτή η στροφή μπορεί να μην διακρίνεται εύκολα, αν και η διαδρομή προς τα μπρος μπορεί να είναι μπλοκαρισμένη.***

Το μονοπάτι συνεχίζει να ανηφορίζει, συχνά μέσα σε δέντρα και σε ορισμένα του τμήματα μπορεί να υπάρχει εποχιακά υπερβολική βλάστηση. Δώστε προσοχή στα βέλη πορείας και στις πορτοκαλί κορδέλες.

- 280 Το μονοπάτι φτάνει σε τρακτερόδρομο (καλυμμένο με βλάστηση). Στρίβουμε αριστερά κατά μήκος του τρακτερόδρομου.
- 180 Ο τρακτερόδρομος φτάνει στο δρόμο της κορυφογραμμής σε διασταύρωση (τύπου T). Στρίβουμε δεξιά κινούμενοι κατά μήκος του δρόμου, ισοϋψώς (φαίνεται πυλώνας τηλεπικοινωνιών σε λόφο μπροστά μας). Σε λίγο περνάμε δίπλα από μεγάλο πέτρινο οδοδείκτη με ενσωματωμένο σταυρό στα αριστερά μας που σηματοδοτεί το πέρασμα της κορυφογραμμής.
- 90 Στο σημείο που ο δρόμος στρέφει αριστερά, κατηφορικά (με σήμανση για *Δοχειαρίου*), συνεχίζουμε λοξώς δεξιά στο μονοπάτι της κορυφογραμμής (**Δρόμος του Μπέη ή Μπείλιδικός Δρόμος**) μπροστά μας, με σήμανση για *Κωνσταμονίτου, Εσφιγμένου και Χιλανδάρη*.
- 200 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 **Μπείλιδικός Δρόμος**). Το μονοπάτι ανηφορίζει σταθερά πριν οριζοντιωθεί, τραβερσάροντας λόφο (στα δεξιά μας).

**Προσοχή: Έχουν πέσει δέντρα στο μονοπάτι. Απαιτείται προσοχή.**

- 560 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 πυλώνα τηλεπικοινωνιών).
- 75 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 520 μέτρα).

**Προσοχή: Το μονοπάτι έχει υποστεί σημαντικές ζημιές από τις νεροποντές. Υπάρχει δυσκολία στην κατάβαση. Απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή.**

- 440 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.

**Προσοχή: Υπάρχει δυσκολία στην κατάβαση. Απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή.**

430 Ο τρακτηρόδρομος συναντά άλλον τρακτηρόδρομο (με υπερβολική βλάστηση) που έρχεται από πίσω δεξιά. Στρίβουμε αριστερά (υπάρχει σήμανση με πορτοκαλί κορδέλες), κατηφορικά, κατά μήκος του τρακτηρόδρομου. Σύντομα διακρίνουμε το μοναστήρι κάτω στην κοιλάδα, δεξιά μας.

**Προσοχή:** Μετά από λίγα μέτρα μια κατολίσθηση έκοψε τον τρακτηρόδρομο. Διασχίζουμε το σημείο αυτό ανεβαίνοντας με ιδιαίτερη προσοχή.

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

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

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

140 Ο τρακτηρόδρομος συναντά δρόμο στην εξωτερική πλευρά στροφής (φουρκέτας). Στρίβουμε δεξιά, κατηφορικά, στο δρόμο. (Υπάρχει σήμανση για *Καρυές* ανηφορικά πίσω προς τον τρακτηρόδρομο.)

110 Ο δρόμος φτάνει σε ακάλυπτη έκταση και στρέφει αριστερά. Συνεχίζουμε ευθεία διασχίζοντας την ακάλυπτη έκταση για να πάρουμε μονοπάτι το οποίο στρέφει αριστερά, γίνεται καλντερίμι και κατηφορίζει με ζικ - ζακ. Σύντομα το μοναστήρι φαίνεται κάτω μας.

160 Το μονοπάτι οριζοντιώνεται και περνάει στα δεξιά κτίσματος, έχοντας το μοναστήρι μπροστά μας.

100 Φτάνουμε στην πύλη της ***IM Κωνσταμονίτου***.

---

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.