



## ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ

### ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΜ ΖΩΓΡΑΦΟΥ ΣΤΗΝ ΙΜ ΕΣΦΙΓΜΕΝΟΥ

Απόσταση: 7.6 km    Διάρκεια: 2 ½ - 3 ώρες

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



**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Μεγάλο τμήμα της διαδρομής είναι ιδιαίτερα απομονωμένο και χωρίς πηγές νερού. Δεν πρέπει να την προσπαθήσουμε όταν το ρέμα είναι φουσκωμένο.

Αυτή η όμορφη διαδρομή στην αρχή ανηφορίζει μια μακριά κοιλάδα από την **ΙΜ Ζωγράφου** προς την κορυφογραμμή. Εκεί ενώνεται με το μονοπάτι της κορυφογραμμής (τον ιστορικό *Δρόμο του Μπέη* ή *Μπεηλίδικο Δρόμο*) από τις *Καρυές* και μετά κατηφορίζει προς την **ΙΜ Εσφιγμένου**. Η διαδρομή είναι καλά σκιασμένη κατά τμήματα και περιλαμβάνει και πορεία κατά μήκος πετρώδους κοίτης ρέματος.

**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)

- 0    **16** Ακολουθούμε τη διεύθυνση που υποδεικνύεται από την χαρακτηριστική στήλη με τις πινακίδες ακριβώς έξω από την κύρια είσοδο της **ΙΜ Ζωγράφου**, ακολουθώντας ένα πολύ καλό καλντερίμι το οποίο κατηφορίζει απότομα, έχοντας τον τοίχο το μοναστηριού στα αριστερά μας.
- 280    **15** Στη διακλάδωση συνεχίζουμε ευθεία (με σήμανση) κατηφορικά (αγνοώντας καλντερίμι προς τα αριστερά που κατευθύνεται προς τον αρσανά). Το μονοπάτι διασχίζει ποτάμι πάνω από πέτρινο γεφύρι.
- 170    **14** Αφού περάσουμε δίπλα από προσκυνητάρι (στα αριστερά μας), το μονοπάτι φτάνει σε κύριο δρόμο. Στρίβουμε δεξιά στον κύριο δρόμο που οδηγεί πίσω στο Μοναστήρι, αγνοώντας την πινακίδα για *Χιλανδάρη* / *Εσφιγμένου* στο παράλληλο μονοπάτι μπροστά μας (το οποίο είναι το μονοπάτι προς την **ΙΜ Χιλανδαρίου**).

- 30 **17** Στρίβουμε αριστερά σε φαρδύ τρακτερόδρομο (με σήμανση για *Εσφιγμένου*) λίγο πριν ο δρόμος γίνει τσιμεντοστρωμένος. Συνεχίζουμε ευθεία περνώντας ανοιχτή έκταση / εργοτάξιο, κοίτη χειμάρρου και ακόμα μια ανοιχτή έκταση στα αριστερά.
- 1200 **18** Στρίβουμε αριστερά βγαίνοντας από τον τρακτερόδρομο σε σημείο που ο τρακτερόδρομος στρέφει προς τα δεξιά (με σήμανση). Ανεβαίνουμε σάρα με πέτρες στα δεξιά για να εντοπίσουμε την αρχή του μονοπατιού στην κορυφή **19**. Συνεχίζουμε ευθεία κατά μήκος του μονοπατιού.
- 500 **20** Διασχίζουμε κοίτη ρέματος διαγώνια δεξιά. Το μονοπάτι απομακρύνεται από το ρέμα προς τα αριστερά και έχει σήμανση με πορτοκαλί κορδέλα και πινακίδα.
- 90 **21** Διασχίζουμε ξανά κοίτη ρέματος, διαγώνια προς τα αριστερά. Το μονοπάτι οδηγεί εκτός της κοίτης του ρέματος και έχει σήμανση με πορτοκαλί κορδέλες. Ανηφορίζουμε μέσα στο δάσος και στη συνέχεια σε ανοιχτή πλευρά λαγκαδιάς.
- 500 **22** Το μονοπάτι αφήνει την πλευρά της λαγκαδιάς και ξαναμπαίνει στο δάσος. Συνεχίζουμε ευθεία στο μονοπάτι, κατηφορίζοντας στο τέλος.
- 120 **23** Αγνοούμε μονοπάτι που φαίνεται προς τα δεξιά. Συνεχίζουμε στο μονοπάτι προς τα αριστερά, ελαφρώς κατηφορικά (υπάρχει σήμανση με πορτοκαλί κορδέλα).
- 130 **24** Στο βάθος της κοιλάδας, πάμε αριστερά στο μονοπάτι (με σήμανση για *Εσφιγμένου*) το οποίο οδηγεί κάτω στην κοίτη του ρέματος. Αγνοούμε το ανηφορικό μονοπάτι μπροστά μας. Λίγο πριν φτάσουμε στο κατώτερο σημείο, πάμε αριστερά και μετά δεξιά ακολουθώντας τις πορτοκαλί κορδέλες και το χρώμα στα δέντρα.
- 50 **25** Διασχίζουμε το ρέμα και ανεβαίνουμε στην απέναντι όχθη. Συνεχίζουμε ευθεία στο μονοπάτι το οποίο στη συνέχεια κατηφορίζει ήπια προς την κοίτη του ρέματος ξανά.
- 80 **26** Ακολουθούμε την κοίτη του ρέματος προς τα δεξιά (όπου είναι επικτό, κινούμαστε κατά μήκος των οχθών παράλληλα με το ρέμα). Προσέχουμε τα πατήματά μας στις πέτρες και στους βράχους της κοίτης.
- 630 **28** Στο σημείο που η κοίτη του ρέματος στρέφει δεξιά, ανεβαίνουμε απότομο πρανές μπροστά μας προς ξέφωτο. Στην απέναντι πλευρά του ξέφωτου, διασχίζουμε πύλη (στα δεξιά του

φράκτη μπροστά μας) προς αγρό (δεν ξεχνάμε να κλείσουμε καλά την πύλη πίσω μας). Διασχίζουμε τον αγρό προς άνοιγμα στην απέναντι πλευρά του.

170

**29** Περνάμε από άνοιγμα (με σήμανση προς την αντίθετη κατεύθυνση) και διασχίζουμε και δεύτερο αγρό κινούμενοι αριστερά.

140

**30** Περνάμε από άνοιγμα / πύλη στο τέλος του αγρού, κινούμενοι αριστερά (δεν ακολουθούμε τον τρακτερόδρομο κατά μήκος της κάτω πλευράς του αγρού στα δεξιά). Στην απέναντι πλευρά, συνεχίζουμε ευθεία πάνω στον τρακτερόδρομο περνώντας αγρούς που εναλλάσσονται δεξιά και αριστερά μας.

1000

**39** Βγαίνουμε από τον τρακτερόδρομο στρίβοντας αριστερά σε μονοπάτι με σήμανση για *Εσφιγμένου*. Αυτό είναι το μονοπάτι της κορυφογραμμής, ο *Δρόμος του Μπέη* ή *Μπειλίδικος Δρόμος*. (Δεν συνεχίζουμε στον τρακτερόδρομο, ο οποίος απομακρύνεται προς τα δεξιά, με σήμανση για *Καρυές* και οδηγεί στο μονοπάτι της κορυφογραμμής προς το νότο.)

400

**40** Στην κορυφή του λόφου, συνεχίζουμε ευθεία περνώντας δίπλα (στα δεξιά μας) από μεγάλο οδοδείκτη (*Μαρμαρένιος Σταυρός*) και κατηφορίζουμε το λόφο [όμορφη θέα πίσω από τον οδοδείκτη. Στα 20 μέτρα αριστερά μέσα στα δέντρα, υπάρχει οριοδείκτης (λαυράτο)].

350

**41** Φτάνουμε στο σημείο όπου τα μονοπάτια για το *Χιλανδάρι* και την *Εσφιγμένου* διαχωρίζονται.

Συνεχίζουμε ευθεία για την *Εσφιγμένου* (υπάρχει σήμανση). Αγνοούμε το μονοπάτι προς τα αριστερά για το *Χιλανδάρι*.

700

**42** Πέτρινος τοίχος στα αριστερά του μονοπατιού. Συνεχίζουμε ευθεία. Το μονοπάτι (κατά τμήματα καλντερίμι) κατεβαίνει μέσα στα δέντρα.

1000

**44** Το μονοπάτι καταλήγει σε τρακτερόδρομο – Το μοναστήρι είναι τώρα εν όψη. Στρίβουμε δεξιά κινούμενοι κατά μήκος του τρακτερόδρομου και διασχίζουμε γέφυρα.

110

**46** Φτάνουμε στην κύρια είσοδο της *IM Εσφιγμένου*.

---

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.