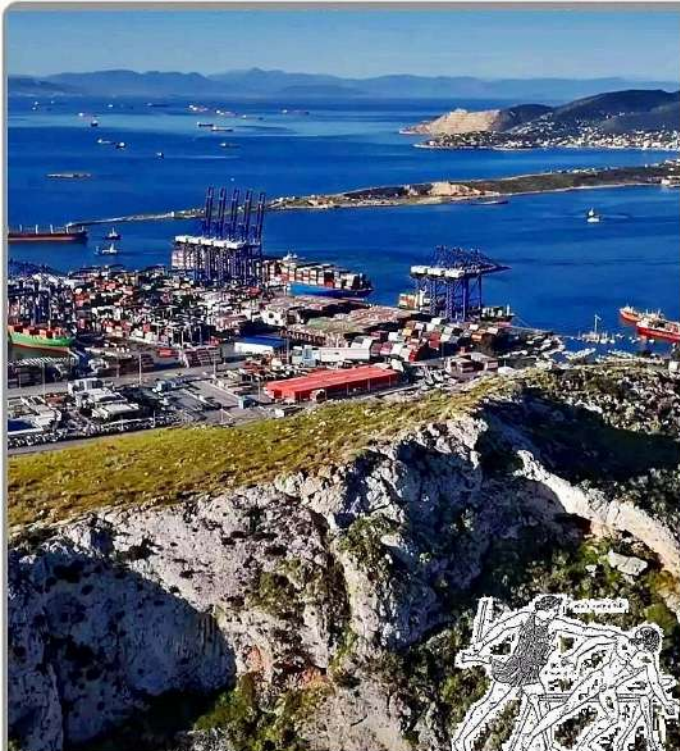




Θρόνος Ξέρξη - λημέρι Προκρούστη (πεζοπορική εξερεύνηση-όρος Αιγάλεω) 27€ Alter Exploring Team

Θρόνος Ξέρξη - λημέρι Προκρούστη (πεζοπορική εξερεύνηση στο όρος Αιγάλεω)

🕒 **Διάρκεια:** 09:00-16:00

🚩 **ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ**

Συμπληρώστε ημερομηνία/δράση και λοιπά στοιχεία στη φόρμα

<https://alterexploring.site/>

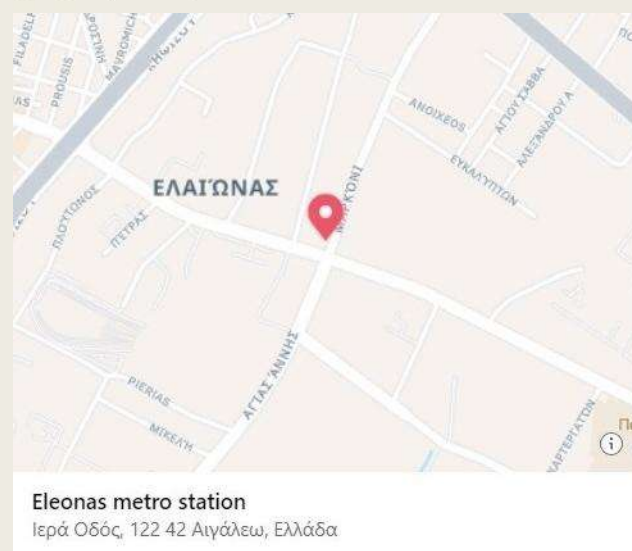
Αφού λάβετε email με βεβαίωση ότι υπάρχουν διαθέσιμες θέσεις, κλείνετε τη δική σας, σύμφωνα με τις οδηγίες.

📍 **INFO**

<https://alterexploring.com/>

Μέσα από δύο απολαυστικές κυκλικές διαδρομές, που ξεκινούν απέναντι α) από τη Μονή Αγίων Πατέρων (Περιβαλλοντικό Πάρκο Σχιστού) και β) από το αρχαίο Ιερό της Αφροδίτης (Οικισμός Αφαίας Σκαρμαγκά), προσεγγίζουμε αντίστοιχα τον θρυλικό θρόνο του Ξέρξη και το μυθικό λημέρι του λήσταρχου Προκρούστη, και μερικά ακόμα σημεία ενδιαφέροντος-έκπληξη!

✓ Πεζοπορούμε και απολαμβάνουμε πανοραμική θέα προς τη Σαλαμίνα και τον Σαρωνικό, που τη χρωματίζουμε με νότες γνώσης από την ιστορική ναυμαχία...



Eleonas metro station
Ιερά Οδός, 122 42 Αιγάλεω, Ελλάδα

- ? Από πού προέρχεται και τι ερμηνεία είχε στην αρχαιότητα το τοπωνύμιο του όρους Αιγάλεω;
- ? Πού εικάζεται ότι ήταν ο θρόνος του Ξέρξη, από όπου παρακολούθησε τη ναυμαχία της Σαλαμίνας;
- ? Τι σηματοδοτεί η ανεύρεση οψιανού από τη Μήλο του 12.000 π.Χ. στην ορεινή τοποθεσία του Σχιστού;
- ? Πώς σχετίστηκε η οικογένεια ευγενών Σκαρμαγκά από τη Χίο με την περιοχή και το γνωστό τοπωνύμιο;
- ? Τι συμβολίζει η επικίνδυνη φιγούρα του Προκρούστη στην εγκληματολογία της ελληνικής μυθολογίας;
- ? Συνδέεται το μυθικό λημέρι του Προκρούστη με το Ιερό της Αφροδίτης και την αρχαία Ιερά Οδό;
- ? Πώς και γιατί η Αφαία, θεά της ελληνικής μυθολογίας έδωσε το όνομά της στον οικισμό της περιοχής;

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- Ραντεβού 09:00, αναχώρηση 09:15 (σταθμός μετρό Ελαιώνας, Γραμμή 3).
- Άφιξη στην περιοχή Σχιστού (αφετηρία 1ης πεζοπορίας) περίπου 09:45, προετοιμασία και εκκίνηση.
- Λήξη πεζοπορίας 11:30 (περίπου, ανάλογα με τη δυναμική της ομάδας).
- Μεταξύ των δύο διαδρομών μεσολαβεί διάλειμμα για καφέ/προμήθειες/WC, περίπου στις 12:00.
- Άφιξη στην περιοχή Αφαίας (αφετηρία 2ης πεζοπορίας) περίπου 12:45, προετοιμασία και εκκίνηση.
- Λήξη πεζοπορίας 15:30 (περίπου, ανάλογα με τη δυναμική της ομάδας).
- Επιστροφή και άφιξη στο μετρό Ελαιώνα περίπου στις 16:00.

ΚΟΣΤΟΣ

- Ατομικό κόστος συμμετοχής: 27 € και για ανήλικα παιδιά 13-17 ετών: 24 € (περιλαμβάνει το πούλμαν). Δεν περιλαμβάνονται γεύματα, καφέδες, ποτά.
- Δράσεις που περιλαμβάνουν επισκέψεις σε υπόγειες στοές ή σπηλιές, καθώς και μεγάλες ή ορεινές πεζοπορίες δεν είναι ασφαλείς ή είναι πολύ κουραστικές για παιδιά μικρότερης ηλικίας.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ

Α' Μέρος (Θρόνος Ξέρξη)

Ξεκινάμε από την πλευρά του Περιβαλλοντικού Πάρκου Σχιστού Περάματος, με προορισμό τη θέση του θρόνου του Ξέρξη. Η διαδρομή είναι εύκολη έως μέτρια, και ξεκινάει από την είσοδο της Μονής Αγίων Πατέρων, από όπου ανηφορίζουμε τον δασικό δρόμο για τις κεραίες. Η θέση που θεωρείται ότι φιλοξενούσε τον θρόνο του Ξέρξη, προσφέρει την εκπληκτικότερη θέα του όρους προς τα στενά της Σαλαμίνας. Μετά την απαραίτητη ανάπαυλα για να ρεμβάσουμε, να φωτογραφίσουμε και να απολαύσουμε τη θέα, ακολουθούμε μονοπάτι προς τα ανατολικά, σε βραχώδες έδαφος, δίπλα στην κορυφογραμμή. Επιστρέφοντας στην είσοδο της Μονής, παρατηρούμε το σχιστό άνοιγμα ενός παλιού, κλειστού σήμερα σπηλαιοβαράθρου.

- Συνολικό μήκος καθαρής πεζοπορικής διαδρομής: περίπου 2.600 m, με μικρές υψομετρικές διαφορές: 215-260-240-215 m

Β' Μέρος (Λημέρι Προκρούστη)

Η δεύτερη πεζοπορική διαδρομή, ξεκινά απέναντι από το αρχαίο Ιερό της Αφροδίτης (Οικισμός Αφαίας Σκαραμαγκά), είναι μεγαλύτερη και κινείται τόσο σε άξονες μονοπατιών όσο και δασικών χωματόδρομων. Σε αντίθεση με την πρώτη, κινείται σε δασώδη περιοχή του όρους στην οποία βρίσκονται, εκτός από το μυθικό λημέρι του λήσταρχου, σπηλαιογεωλογικοί σχηματισμοί με μεγάλο ενδιαφέρον, από τις θέσεις μερικών θα διέλθουμε (π.χ. "εξώστης"), μιλώντας για τα πρόσωπα της ελληνικής μυθολογίας που έδρασαν ή λατρεύτηκαν στην περιοχή (Προκρούστης, Θησέας, Αφαία), που αργότερα σχετίστηκε με την Ιερά Οδό και τα Ελευσίνια Μυστήρια της κλασικής αρχαιότητας.

- Συνολικό μήκος καθαρής πεζοπορικής διαδρομής: περίπου 4.300 m, με υψομετρικές διαφορές: 55-110-130-145-165-200-250-235-215-160-55 m

- Και οι δύο διαδρομές στο σύνολό τους είναι κυκλικές, δηλαδή ξεκινούν και καταλήγουν στα σημεία, όπου προσεγγίζουμε με το πούλμαν (Σχιστό, Αφαία).

- Βαθμός δυσκολίας: 2.5, με κλίμακα από το 1 (πολύ εύκολο) ως το 5 (πολύ δύσκολο).

ΤΙ ΝΑ ΦΕΡΕΤΕ (απαραίτητος ατομικός εξοπλισμός):

Ατομικός φακός (κατά προτίμηση κεφαλής) με μπαταρίες για δύο (2) ώρες, σακίδιο πλάτης, ψηλά αθλητικά παπούτσια ή παπούτσια πεζοπορίας ή ορειβατικά μποτάκια, πρόχειρα και άνετα ρούχα εποχής, κατά προτίμηση πεζοπορίας βουνού (ζακέτα fleece, αντιανεμικό), καπέλο, αντηλιακό, μπατόν (επιθυμητά αν υπάρχουν), κράνος (εργατικό ή ποδηλάτου, επιθυμητό αν υπάρχει), νερό (τουλάχιστον 2 lit), κολατσιό και ό,τι άλλο θέλετε για σνακ κ.λπ.

ΠΑΡΟΧΕΣ

- Μετακίνηση προς Σκαραμαγκά-Σχιστό κι επιστροφή με πούλμαν του γραφείου μας.
- Πληροφοριακά στοιχεία από ειδικούς επιστήμονες κατά τη διάρκεια της περιήγησης.
- Έμπειροι οδηγοί των ομάδων (εκπαιδευμένοι σε σεμινάρια Σπηλαιολογίας και Πρώτων Βοηθειών), που φέρουν και χειρίζονται τον απαιτούμενο εξοπλισμό τεχνικής υποστήριξης, για τη διεξαγωγή του προγράμματος με απόλυτη ασφάλεια.
- Χρήση τεχνικού εξοπλισμού (ομαδικοί φακοί, παροχή κράνους, συσκευές εντοπισμού θέσης και πλοήγησης, συσκευές ενδοεπικοινωνίας ομάδας, χάρτης, φαρμακείο κ.ά.), όπου απαιτείται.

- **Επικεφαλής:** Παναγιώτης Δευτεραίος, Πολιτικός Μηχανικός-Σπηλαιολόγος (Υπόγεια Αθήνα, εκδόσεις iWrite 2023).

- **Πληροφορίες, επικοινωνία:** Ελευθερία Πλούσιου, Ιστορικός-Αρχαιολόγος (τηλ.: 6948361756)

* Για τη συμμετοχή σας απαιτείται ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΑΠΟΛΥΤΑ ΥΓΙΕΙΣ ΚΑΙ ΣΕ ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ.

* Οποιοσδήποτε συμμετέχει στις εκδηλώσεις μας δηλώνει υπεύθυνα ότι φέρει την αποκλειστική ατομική του ευθύνη.

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ: Alter Exploring E.E. Υπηρεσίες Τουρισμού-Διαφήμισης (ΜΗ.Τ.Ε.: 0260Ε70000955801)

ΠΡΟΣΦΟΡΑ: Για κάθε 5 δράσεις (μονοήμερες) που θα λάβετε μέρος, η επόμενη είναι **ΔΩΡΟ!**

More Info (ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ)

Η ναυμαχία της Σαλαμίνας έλαβε χώρα στα Στενά της Σαλαμίνας (στον Σαρωνικό, κοντά στην Αθήνα), το 480 π.Χ., μεταξύ της συμμαχίας των ελληνικών πόλεων-κρατών και της Περσικής Αυτοκρατορίας. Η ναυμαχία της Σαλαμίνας αποτέλεσε τη σημαντικότερη σύγκρουση και την αρχή του τέλους της δεύτερης περσικής εκστρατείας στην Ελλάδα. Η κορυφή που θα επισκεφτούμε αποκαλείται Θρόνος ή και Όρος του Ξέρξη. Από το συγκεκριμένο σημείο του όρους Αιγάλεω, ο βασιλιάς των Περσών είχε πανοραμική θέα προς τα Στενά της Σαλαμίνας. Ο Ξέρξης από εκεί είδε 300 από τα πλοία του να βουλιάζουν και χιλιάδες άνδρες του να πνίγονται στα νερά του Σαρωνικού... Σήμερα, η τοποθεσία προσφέρει ακόμη ευρύτατη θέα, αλλά και αρχαίες ιστορικές μνήμες. Για την ιστορία, το όρος Αιγάλεω ήταν σημαντικότερο κατά τους αρχαίους χρόνους, ως φυσικό σύνορο της Αθήνας με το Θριάσιο Πεδίο και την Ελευσίνα. Η αρχαιολογική έρευνα απέδειξε ότι ο αρχαιότερος κάτοικος της Αττικής ζούσε στο όρος Αιγάλεω και έβσκε τα ζωντανά του με θέα τη θάλασσα, κυνηγούσε στα δάση της περιοχής, ψάρευε στα νερά του Σκαραμαγκά και κατοικούσε στο σπήλαιο Σχιστού, πάνω από την ομώνυμη σημερινή λεωφόρο... Στην ελληνική μυθολογία, ο Προκρούστης ήταν μυθικός ληστής της Αθήνας και πατέρας του Σίνη του «Πιτυοκάμπτη». Το λημέρι του ήταν στην κοιλάδα του Δαφνίου, μεταξύ των ορεινών όγκων του Ποικίλου και Αιγάλεω, που διατρέχεται από τον άξονα της Ιεράς Οδού, από Χαϊδάρι μέχρι Σκαραμαγκά. Σύμφωνα με τον μύθο, προσκαλούσε κάθε διερχόμενο από εκεί διαβάτη να ξαπλώσει σε ένα σιδερένιο κρεβάτι, γνωστό ως «Προκρούστειος» κλίνη. Αν το θύμα εξείχε από το κρεβάτι, ο Προκρούστης έκοβε το περίσσιο τμήμα του σώματός του. Αντιθέτως, αν το θύμα ήταν πιο κοντό, τότε τραβούσε τα άκρα του μέχρι να φτάσουν το μήκος του κρεβατιού. Η αιματηρή δράση του Προκρούστη έπαυσε όταν τον συνάντησε ο Θησέας στο δρόμο του από την Τροιζήνα για την Αθήνα. Όντας πολύ δυνατός, ο Θησέας κατάφερε να τον εξουδετερώσει και να τον τοποθετήσει στο ίδιο του το κρεβάτι, όπου, επειδή το σώμα του ληστή ήταν μακρύτερο, του έκοψε το κεφάλι και τα πόδια, που περίσσευναν.