



Ρεματιά Χαλανδρίου: πεζοπορία+υπόγεια διαδρομή προς ΟΑΚΑ 29€ Alter Exploring Team

✓ NEW alter adventure !!

? Πεζοπορία, ποταμοδιάσχιση ή υπόγεια εξερεύνηση;

✓ Περιπετειώδης διαδρομή-ανάσα δροσιάς, μόνο με την Alter Exploring Team!

✓ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ <https://alterexploring.site/>

✓ Συμπληρώστε ημερομηνία/δράση και λοιπά στοιχεία στη φόρμα

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

- Οι μετακινήσεις προς την εκκίνηση και από το τέρμα της πραγματοποιούνται με πούλμαν.

- Επιβίβαση-αποβίβαση: μετρό Ελαιώνας και μετρό Αμπελόκηποι.

✓ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - INFO <https://alterexploring.com/>

✓ THE REAL ROUTE!!

Ξεκινώντας από Μελίσσια-Βριλήσσια, διασχίζουμε τη ρεματιά Χαλανδρίου, που διατηρεί το παραμυθένιο σκηνικό μιας ολοζώντανης φύσης μέσα στην πόλη, παράλληλα με τη Λεωφόρο Πεντέλης. Πεζοπορούμε τόσο στη φυσική, καταπράσινη κοίτη, όσο και σε υπόγειες στοές, και ακολουθούμε την υπόγεια διακλάδωση που μας οδηγεί σε μία απρόσμενη έξοδο δίπλα στο Ολυμπιακό Στάδιο!

✓ Πεζοπορούμε σε φανερά και υπόγεια περάσματα και ανακαλύπτουμε το περιβάλλον της αστικής ρεματιάς.

✓ Εξερευνούμε μικρές οάσεις με εκπλήξεις στην άγρια φύση που επιβιώνει μέσα στον πολεοδομικό ιστό.

✓ Ακολουθούμε τη ροή του νερού, εντοπίζοντας τα ίχνη προς τις υπόγειες διαδρομές.

✓ THE HIGHLIGHTS

? Από ποιες γειτονιές περνάει η ρεματιά Χαλανδρίου και πού η κοίτη χάνεται κάτω από την πόλη.

? Ποιες περιοχές διασχίζει η υπόγεια διαδρομή και που οδηγούν οι διακλαδώσεις.

? Η σύνδεση με την υπόγεια διαδρομή Φιλοθέης-Ποδονίφτη μιας άλλης δράσης.

? Που βρίσκεται το πέτρινο γεφύρι της Δούκισσας της Πλακεντίας.

🕒 Διάρκεια: 09:00 - 17:00



Eleonas metro station  
Ιερά Οδός, 122 42 Αιγάλεω, Ελλάδα

## 🕒 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- Ραντεβού 09:00, αναχώρηση 09:15 σταθμός μετρό Ελαιώνας / 09:30 σταθμός μετρό Αμπελόκηποι
- Α΄ μέρος διαδρομής (10:00-12:30): Μελίσσια-Βριλήσσια-Αττική Οδός-Χαλάνδρι (4,5 χλμ)
- Β΄ μέρος διαδρομής (12:30-16:00): Χαλάνδρι-Φιλοθέη-Μαρούσι (ΟΑΚΑ) (6,5 χλμ)
- Μεσολαβεί διάλειμμα για καφέ/προμήθειες/WC.
- 17:00 λήξη (σταθμός μετρό Ελαιώνας)
- Δυνατότητα επιβίβασης-αποβίβασης σε άλλα σημεία, κατόπιν συνεννόησης.

## 📍 ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ-ΔΥΣΚΟΛΙΑ

- Υπόγεια διαδρομή περίπου 4 χλμ. από συνολική πεζοπορία 11 χλμ. (κατηφορικά στο μεγαλύτερο μέρος).
- Η πεζοπορική διαδρομή (επιφανειακή+υπόγεια) έχει νερό στο μεγαλύτερο μέρος της (2ο ζευγάρι παπούτσια ή γαλότσες).
- Βαθμός δυσκολίας: 3+ με κλίμακα από το 1 (πολύ εύκολο) ως το 5 (πολύ δύσκολο).

## ✅ ΠΑΡΟΧΕΣ

- Μετακινήσεις με πούλμαν εξοπλισμένο με όλα τα απαραίτητα.
- 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, ατομικές συσκευές ασύρματης ξενάγησης, συσκευές εντοπισμού θέσης και πλοήγησης, συσκευές ενδοεπικοινωνίας ομάδας, χάρτης, φαρμακείο κ.ά.), όπου απαιτείται.

## 🎨 ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

- Ατομικό κόστος συμμετοχής: 29 € και για παιδιά 12-17 ετών: 26 € (περιλαμβάνει το πούλμαν).

## ✅ ΤΙ ΝΑ ΦΕΡΕΤΕ (απαραίτητος ατομικός εξοπλισμός)

Ατομικός φακός (κατά προτίμηση κεφαλής) με μπαταρίες για δύο-τρεις (2-3) ώρες, σακίδιο πλάτης, κλειστά αθλητικά παπούτσια ή παπούτσια πεζοπορίας ή ορειβατικά μποτάκια, πρόχειρα, δεύτερα παπούτσια-κάλτσες που θα βραχούν ή γαλότσες και άνετα ρούχα εποχής (που μπορεί να λερωθούν), γάντια εργασίας ή μιας χρήσης, νερό (τουλάχιστον 2 lit), κολατσιό και ό,τι άλλο θέλετε για σνακ κ.λπ.

\* Το πρόγραμμα ενδέχεται να τροποποιηθεί μερικώς.

\* Η περιήγηση δεν θα πραγματοποιείται εάν κατά την ημέρα διεξαγωγής προβλέπονται ακραία καιρικά φαινόμενα (βροχές, καταιγίδες κ.λπ.). Αυτό θα ελέγχεται μέσω των προβλέψεων των προηγούμενων ημερών (δελτία καιρού). Στην περίπτωση αυτή, η δράση θα προγραμματίζεται για επόμενη ημερομηνία

\* 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.

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

- Επικεφαλής: Παναγιώτης Δευτεραίος, Πολιτικός Μηχανικός-Σπηλαιολόγος, συγγραφέας του βιβλίου Υπόγεια Αθήνα - τα μυστικά μιας άγνωστης πόλης, iWrite (2023)



**Alter Exploring Team**

Υπαίθρια, βιωματικά σεμινάρια περιπετειώδους συμμετοχικής γνώσης