



E4

02

Πεζοπορία και ορειβάσια

AZ
GUIDES

ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ ΑΔΑΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΖΑΓΚΑΡΕΤΟΥ

ΟΛΥΜΠΟΣ

60 ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

550 χλμ μονοπάτια



Πρόλογος Νίκου Νέζη



29

ΔΙΑΔΡΟΜΗ



Καταφύγιο Σπ. Αγαπητός - Σκάλα - Κακόσκαλα - Μύτικας

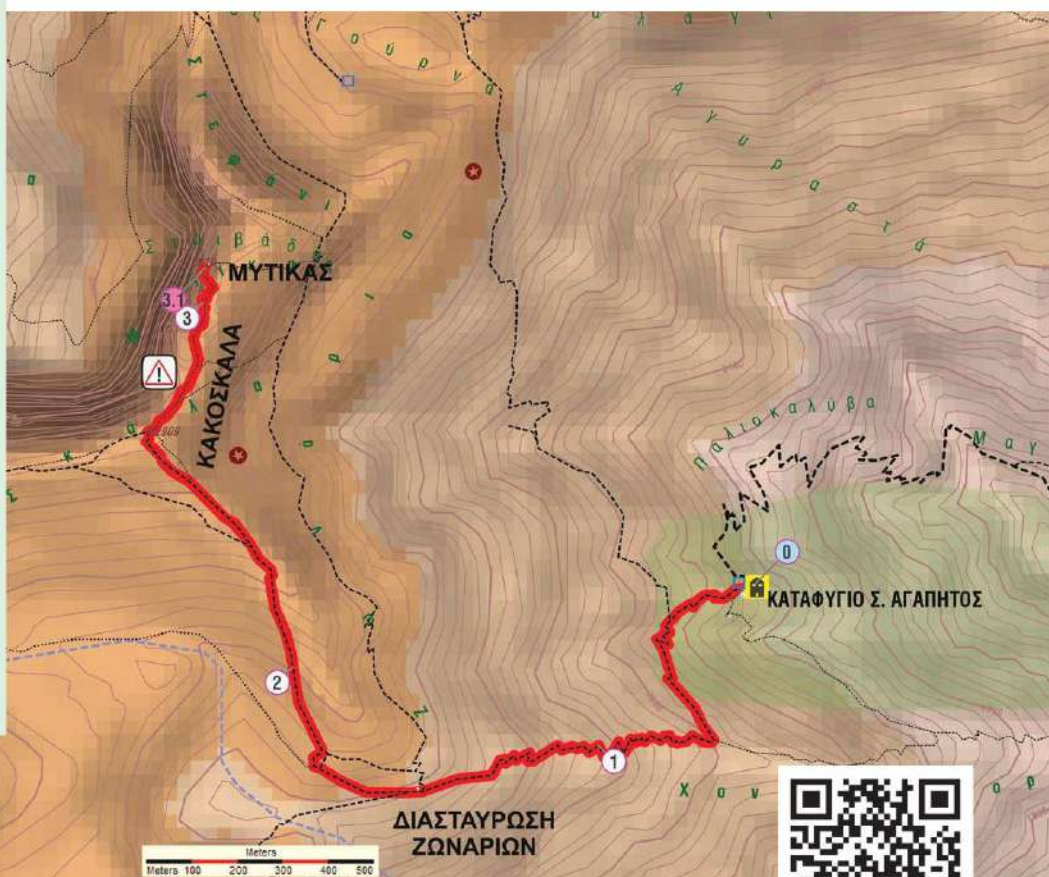
Η διαδρομή προς το Μύτικα, μέσω της Κακόσκαλας, αν και ευκολότερη και ασφαλέστερη από την ανάβαση του Λουκιού του Μύτικα, έχει αρκετά εκτεθειμένα σημεία σε βράχια περάσματα και σχίσματα. Συνεπώς είναι μια απαιτητική ορειβατική διαδρομή που προϋποθέτει άνεση κίνησης σε βραχώδες πεδίο. Συνδυάστε τη θέληση για το άγγιγμα της κορυφής με ενάργεια και προσοχή.

Συνήθως προσεγγίζουμε την Κακόσκαλα από το καταφύγιο Σπήλιος Αγαπητός. Φτάνουμε μέσω του Ε4 στην κορυφή Σκάλα (υψόμετρο 2909 μ.), από όπου θα συνεχίσουμε προς το Μύτικα.



Με μια ματιά:

Η διαδρομή συντίθεται από μια σειρά ανόδων, καθόδων και τραβερσών σε σταθερό βραχώδες υπόβαθρο, όπου ωστόσο η πιθανότητα να κυλήσουν πέτρες με ένα βιαστικό ή απρόσεκτο βήμα διατηρείται. Σε περίπτωση που ανήκουμε σε μεγάλη ομάδα ή συναντήσουμε άλλους, και ειδικά λιγότερο εξοικειωμένους, εξοπλιζόμαστε με υπομονή και προσοχή.



Ξεκινώντας από τη **Σκάλα**, αρχικά κατεβαίνουμε ένα στενό λούκι και αμέσως αρχίζουμε μια κατηφορική τραβέρσα, ακολουθώντας τα πυκνά κόκκινα/κίτρινα σημάδια. Κινούμαστε με προσοχή, φροντίζοντας ώστε τα πατήματά μας να είναι σε σταθερό βράχο. Βρίσκουμε ψύχραιμα τη στάση του σώματος και τις κινήσεις που διατηρούν το βάρος κάθετο στα άφθονα πατήματα. Τα σημεία όπου πραγματικά απαιτείται να «βάλουμε χέρια» είναι ελάχιστα.

Περνάμε το **σχίσμα Σκάλας-Παραμύτικα** και μετά από σύντομο ανηφορικό σκαρφάλωμα σε ασφαλή βράχο, φτάνουμε στον Παραμύτικα. Κατεβαίνουμε λίγα μέτρα με τη βοήθεια του σταθερού συρματόσχοινου μέχρι το **σχίσμα Παραμύτικα-Μύτικα**.

Ανεβαίνουμε την τελευταία πλαγιά κάνοντας ελιγμούς στα βράχια. Φτάνουμε στο Μύτικα, και αν οι καιρικές συνθήκες το επιτρέπουν, αντικρίζουμε μπροστά μας την **αψίδα του Στεφανιού** (ή Θρόνο του Δία). Αριστερά μας και χαμηλότερα βλέπουμε το απόκρημνο τοπίο των Καζανιών, ένα μεγάλο παγετωνικό αμφιθέατρο, όπου συνήθως μέσα στο κοίλωμά του μοιάζει να «βράζουν» σύννεφα και ομίχλες, εξηγώντας την ονομασία του.

Η επιστροφή γίνεται από τον ίδιο ακριβώς δρόμο, με ακόμη μεγαλύτερη προσοχή, λόγω των παρατεταμένων καθοδικών τμημάτων.



Λίγο πριν φτάσουμε στο πρώτο σχίσμα της Κακόσκαλας.

Tips:

.....
Πριν ξεκινήσουμε για την Κακόσκαλα, είναι σημαντικό να ελέγξουμε ότι το σακίδιό μας είναι προσαρμοσμένο σωστά στο σώμα μας, χωρίς να εμποδίζει την κίνησή μας προς όλες τις κατευθύνσεις και χωρίς περιττό βάρος. Αρκετοί ορειβάτες αφήνουν στη Σκάλα το μεγάλο σακκίδιο και συνεχίζουν με τα στοιχειώδη.

Η χρήση κράνους μας προσφέρει ασφάλεια, αποτρέποντας τον τραυματισμό στην περίπτωση πτώσης λίθων ή γλιστρήματος.

Οι Χιονοψάλτες πλησιάζουν άφοβα τους ορειβάτες στο Μύτικα.

30

ΔΙΑΔΡΟΜΗ



Βρυσοπούλες - Μύτικας

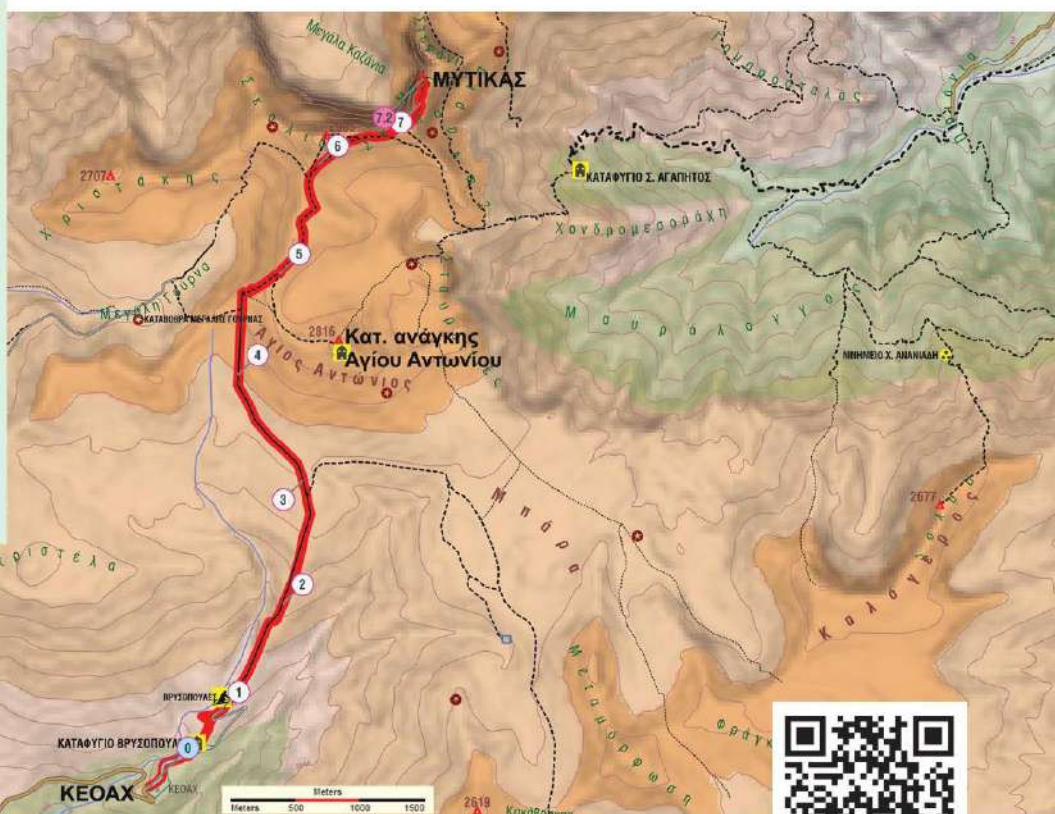
Ανάμεσα στους προορισμούς που μπορούν να προσπελασθούν από τις Βρυσοπούλες, ο περισσότερο ενδιαφέρων είναι ο Μύτικας, η ψηλότερη κορυφή του βουνού. Από την προωθημένη θέση Βρυσοπούλες φτάνουμε εύκολα στη Σκάλα και απομένει η ανάβαση στην κορυφή από τη Κακόσκαλα.

Επιπλέον, η προσπέλαση του Μύτικα από Βρυσοπούλες είναι η προσφορότερη για μια γρήγορη χειμερινή ανάβαση στην κορυφή. Οι δυτικές πλαγιές του βουνού έχουν λιγότερο χιόνι. Επίσης, η διαμόρφωση των πλαγιών δεν ευνοεί τη δημιουργία απρόσμενων εμποδίων όπως μεγάλες κορνίζες και χιονοστιβάδες. Έτσι, η ομάδα μπορεί να προωθηθεί γρήγορα μέχρι τη Σκάλα, είτε με ορειβατικά σκι είτε με τα πόδια, να αφήσει ένα μέρος του εξοπλισμού εκεί και να ανέβει από την Κακόσκαλα στο Μύτικα.



Με μια ματιά:

Η διαδρομή από τις Βρυσοπούλες στο Μύτικα συνιστά την ταχύτερη και ασφαλέστερη προώθηση προς το Μύτικα σε χειμερινές συνθήκες. Η ευδιάκριτη σήμανση και τα αρκετά ασφαλιστικά σημεία - απαραίτητα το χειμώνα - διευκολύνουν την τήρηση και την ασφάλεια της πορείας.





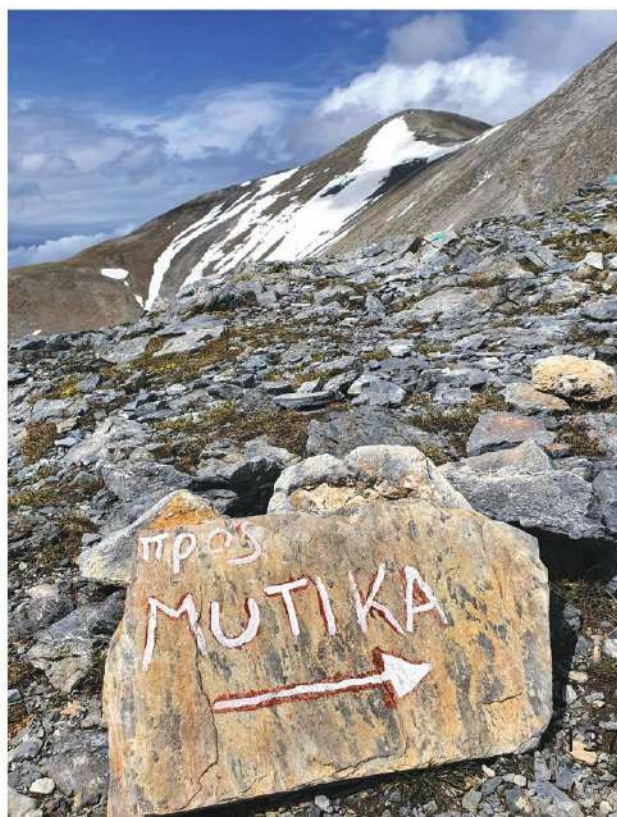
Χειμερινή ανάβαση στην κορυφή Σκάλα.

Η ανάβαση προς τις βορεινές πλαγιές του Αγίου Αντωνίου **ξεκινά από την πύλη του ΚΕΟΑΧ**, περνά δίπλα από το **καταφύγιο Βρυσοπούλες** και φτάνει στο κατ. ανάγκης Κ. Μιγκοτζίδης. Συνεχίζουμε στο δρομάκι και φτάνοντας στη ράχη κατευθυνόμαστε δεξιά, για να βγούμε στην επίπεδη σέλλα **Αγίου Αντωνίου - Σκολιού**.

Με ήπιες κλίσεις φτάνουμε μέχρι τη διακλάδωση **E4/O2** και παίρνουμε τη χαμηλή τραβέρσα του Σκολιού, που ανηφορίζοντας αρκετά μας φέρνει στη Σκάλα. Από τη Σκάλα ακολουθούμε την πολύ καλά σημαδεμένη όδευση προς το **Μύτικα** μέσω της Κακόσκαλας και σε 45 λεπτά φτάνουμε στην κορυφή.

Tips:

.....
Με καλή χιονοκάλυψη, η προσπέλαση της Σκάλας μπορεί να γίνει με ορειβατικά σκι ή με το πιολέ στο χέρι. Για την Κακόσκαλα, το κράνος, και το χειμώνα τα κραμπόν, το σκοινί και 5-8 καραμπίνερ με ισάριθμους ιμάντες, είναι εντελώς απαραίτητα.



AZ GUIDES

οι υβριδικοί οδηγοί πεδίου
γέφυρα ανάμεσα στο βιβλίο, το web & το mobile app

60 διαδρομές & 550 χιλιόμετρα μονοπατιών

- ♦ 150 φωτογραφίες & 65 χάρτες
- ♦ το E4 & το O2
- ♦ ανάβαση στο Μύτικα και άλλες δύσκολες διαδρομές
- ♦ αναβάσεις στα καταφύγια
- ♦ αναβάσεις από όλες τις πλευρές του Ολύμπου

Εισαγωγή στην

- ♦ Γεωγραφία
- ♦ Γεωλογία
- ♦ Υδρογραφία
- ♦ Βλάστηση
- ♦ Χλωρίδα
- ♦ Πανίδα
- ♦ Μονές και Μνημεία
- ♦ και στον Εθνικό Δρυμό Ολύμπου

Μια ματιά στην

- ♦ Αναρρίχηση
- ♦ Ορειβατικό Σκι
- ♦ Ορεινό τρέξιμο
- ♦ Σπηλαιολογία
- ♦ Διάσωση
- ♦ και στον απαραίτητο εξοπλισμό



ΣΑΛΤΟ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ

www.salto.gr

Ακολουθήστε μας



ISBN 978-960-278-193-7



9 789602 781937

AZ
GUIDES

ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ ΑΔΑΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΖΑΓΚΑΡΕΤΟΥ

ΟΛΥΜΠΟΣ

ΣΑΛΤΟ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ