



## Φυσιολατρικός Ορειβατικός

### Όμιλος Φλώρινας

Τέρμα Λόφου Αγ. Παντελεήμονα

53 100 Φλώρινα

Τηλ. Επικ. 23850 28300

[www.foof.gr](http://www.foof.gr)

e-mail: [foof001960@yahoo.com](mailto:foof001960@yahoo.com)

Ο σύλλογος συμμετέχοντας ενεργά στο πρόγραμμα « **Γνώρισε τον τόπο που Ζεις και Σπουδάζεις**» που Γραφείου Διασύνδεσης του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας θα συμμετέχει ενεργά στην εκδήλωση που θα πραγματοποιηθεί στην Καστοριά την Κυριακή 4 Δεκεμβρίου 2022.

Σε συνέχεια της αντίστοιχης παρθενικής εκδήλωσης που είχε γίνει στην Φλώρινα στις 16 Οκτωβρίου 2022 θα πραγματοποιηθεί ήπια πεζοπορική και ορειβατική διαδρομή πλησίον της πόλης της Καστοριάς την **Κυριακή 4 Δεκεμβρίου 2022** σε συνδιοργάνωση με την Περιφερειακή Ενότητα Καστοριάς, τον Σύλλογο Ορεινών Δραστηριοτήτων Καστοριάς (Σ.Ο.Δ.Κ.) και με την υποστήριξη του Εθελοντικού Τμήματος Αντιμετώπισης Καταστροφών (Ε.Τ.Α.Κ.) Καστοριάς.

Η διαδρομή θα είναι μέτριας δυσκολίας και συνολικής διάρκειας περίπου 3 με 4 ωρών μαζί με τις στάσεις.

Θα ξεκινήσουμε από το Πάρκο Ολυμπιακής Φλόγας, θα κάνουμε μια στάση για ενημέρωση της χλωρίδας και της πανίδας της περιοχής και θα συνεχίσουμε την πεζοπορία μέχρι την κορυφή της Ψαλίδας από όπου θα απολαύσουμε την υπέροχη θέα της πόλης της Καστοριάς πίνοντας ένα τσάι.

Στη συνέχεια θα επιστρέψουμε κάνοντας άλλη μια στάση στο Πανεπιστήμιο όπου στο φιλόξενο χώρο της βιβλιοθήκης θα γευτούμε φασολάδα και άλλα εδέσματα που θα προσφέρει η Φοιτητική Λέσχη του Πανεπιστημίου.

#### **Ο Φ.Ο.Ο.Φ συμμετέχοντας ενεργά σε αυτή την δράση θα πραγματοποιήσει τα ακόλουθα:**

- Θα ναυλώσει τουριστικό λεωφορείο για την Καστοριά **Δωρεάν για τους φοιτητές των τμημάτων της Φλώρινας**
- Μπορούν να συμμετέχουν Ορειβάτες και περιπατητές της Φλώρινας .
- Η οικονομική συμμετοχή ορίζεται στα 5ευρώ για τους Ορειβάτες και περιπατητές της Φλώρινας.
- Υποχρεωτική δήλωση συμμετοχής μέχρι την Παρασκευή 2 Δεκεμβρίου και ώρα 20:30
- e-mail: [foof001960@yahoo.com](mailto:foof001960@yahoo.com)
- Τηλ 6933360583 με ώρα επικοινωνίας από 18:00 έως 20:30
- Αποδοχή των όρων ορειβασίας του Φ.Ο.Ο.Φ. ( αναγράφονται στο site: [www.foof.gr](http://www.foof.gr))
- Αναχώρηση από το **Νέο Πάρκο Φλώρινας την Κυριακή 4 Δεκεμβρίου 2022.**
- **Ώρα : 07:30** ( Προσοχή στην ώρα )
- Αρχηγός αποστολής : Παπαδόπουλος Σταύρος – Υπα/γός : Λαβασίδου Ειρήνη

#### **Ο αρχηγός αποστολής**

Ο αρχηγός της εξόρμησης έχει το δικαίωμα να αλλάξει ή να ματαιώσει την ολοκλήρωση της πεζοπορίας εάν κατά την κρίση του οι τυπικές συνθήκες καιρού-βουνού δεν εξασφαλίζουν την ασφάλεια της ομάδας.

Επίσης δικαιούται να αποκλείσει άτομο ή άτομα που κατά την κρίση τους δεν πληρούν τους όρους ασφάλειας (κακή φυσική κατάσταση, ελλιπή ή ακατάλληλα εφόδια ανυπακοή κτλ.)

Οι ώρες πορείας που αναγράφονται αναφέρονται σε ομαλές καιρικές συνθήκες και σε συνήθη κατάσταση βουνού για την συγκεκριμένη εποχή.

Επίσης επισημαίνεται ότι γνωρίζει τις απαιτήσεις και την επικινδυνότητα του εγχειρήματος στο οποίο συμμετέχει και αναλαμβάνει ατομικά την ευθύνη της συμμετοχής του-της στη δραστηριότητα αυτή αποδεχόμενος-η τους κινδύνους που ενέχει καθώς και την ευθύνη για την ασφάλεια του-της.

Παρατείνεται από κάθε απαίτηση του -της τόσο κατά του διοργανωτή συλλόγου όσο και κατά του αρχηγού της δραστηριότητας στην οποία συμμετέχει.

#### **Απαραίτητος Ορειβατικός Εξοπλισμός**

Σακίδιο μικρό	Αλλαξία
Ορειβατικά ή Αθλητικά παπούτσια	Αντιανεμικό ή Αδιάβροχο
Ελαφρά τροφή ή κάποιο σνακ	Σκούφο και Γάντια
Νερό (1.5 lt)	
Ατομ. φαρμακείο ( εφόσον χρειάζεται)	

Από το Δ.Σ.