



ΒΡΙΛΗΣΣΟΣ

ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Σεπτέμβριος 2022

Σεπτέμβριος 2023

www.vrilisos.gr

Στους δύσκολους καιρούς που ζούμε, η συλλογικότητα, η συμμετοχή και η εθελοντική προσφορά είναι ακόμη περισσότερο πολύτιμες...

Τα τελευταία χρόνια, η χρήση του διαδικτύου ως χώρου διοργάνωσης πεζοπορικών κυρίως εκδρομών από διάφορες ομάδες με κερδοσκοπικό πολλές φορές χαρακτήρα, δημιούργησε ένα νέο τοπίο για τους συλλόγους που δραστηριοποιούνται στην ορεινή πεζοπορία και ορειβασία. Η νέα αυτή πραγματικότητα αναδεικνύει περισσότερο την ανάγκη της συλλογικής ζωής. Ο Βριλησσός, φτάνοντας στα 23 χρόνια δράσης, στηρίζεται στην εθελοντική προσφορά και συμμετοχή των μελών και φίλων του συλλόγου σε όλες του τις εξορμήσεις και εκδηλώσεις.

Με την συνεχή φροντίδα για εκπαίδευση των στελεχών και μελών μας, προσπαθούμε να βοηθήσουμε τον καθένα να γνωρίσει τα αθλήματα της υπαίθρου με τη μεγαλύτερη δυνατή επάρκεια και ασφάλεια.

Αναδεικνύουμε τη συλλογικότητα με το παρεϊστικό κλίμα και τη λειτουργία του συλλόγου ως χώρου κοινωνικοποίησης και δημιουργίας φιλικών σχέσεων που αντέχουν στον χρόνο.

Οκτώβριος

TETARTH 12/10/2022

Παρουσίαση βιβλίου -Ταξίδι στην "Χειροποίητη Κρήτη"

Η συγγραφέας του βιβλίου "Χειροποίητη Κρήτη" μοιράζεται μαζί μας κάποια από τα πιο όμορφα και πιο αυθεντικά στοιχεία της Μεγαλονήσου. Η τέχνη του χειροποίητου παίρνει πολλές μορφές στους κάμπους και τα βουνά της Κρήτης: από τα υφαντά, τα κεραμικά και τα μαχαίρια μέχρι το ελαιόλαδο, το κρασί και τη γραβιέρα. Επιφυλάσσει εκπλήξεις, όπως το κοπανέλι, ο αλάδανος και οι ζαχαρωτές μαντινάδες, ενώ συνδέεται στενά με παραδόσεις που μετρούν αιώνες ζωής.

Ομιλήτρια : Η Ισαβέλλα Ζαμπετάκη είναι ταξιδιωτική δημοσιογράφος, μέλος του Βριλησσού

Χώρος: στον κήπο μπροστά στα γραφεία του συλλόγου-οι ρακέσαπο τις Βρύσες Αμαρίου κερασμένες.

ΩΡΑ 20:00, **ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

Ξεκινάμε την κυκλική πεζοπορική μας διαδρομή από την περιοχή Προσήλιο της Παιανίας. Ανεβαίνουμε στον Υμηττό στον πύργο του ΟΤΕ και κατεβαίνουμε στην ιστορική μονή Αστερίου. Συνεχίζουμε την πορεία μας για το ύψωμα του Κορακοβουνίου όπου έχουμε άπλετη θέα Δυτικά προς την Αθήνα και τον Πειραιά και Ανατολικά σε ολόκληρο τον Μεσογειακό αμπελώνα. Εκεί κατά την διάρκεια της στάσης μας θα μάθουμε τα μυστικά της ρετσίνας που για αιώνες είναι το κύριο προϊόν του κάμπου. Θα ξεκινήσουμε από τα σημεία παραγωγής και επεξεργασίας, τις διαδρομές μεταφοράς της και θα καταλήξουμε στην κατανάλωση της στις ξακουστές ταβέρνες της Αθήνας και του Πειραιά. Στην επιστροφή μας συζητάμε για το μέλλον του κάμπου και στο τέλος δοκιμάζουμε ρετσίνα από τοπικό παραγωγό.

Ωρες πορείας: 4 ,θα υπάρχει και εναλλακτικά μικρότερη

Η συνάντησή μας στις 8.00 στο supermarket ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ στην Παιανία.
Μετακίνηση με ΙΧ αυτοκίνητα

Αρχηγοί: Μανώλης Δάβαρης, Μάνος Παναγιωτάκης

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28 ΕΩΣ ΚΥΡΙΑΚΗ 30/10/22

Τριήμερο 28ης-Γραμμένη Οξυά

Ένα τριήμερο απόλαυσης των φθινοπωρινών χρωμάτων στο νοτιότερο δάσος οξιάς στην Ευρώπη στο κέντρο της Ρούμελης.

Παρασκευή :Μετάβαση στο ΓαρδίκιΟμιλαίων , ξεναγηση στο χωριό και δίωρη κυκλική πεζοπορία σε ελατόδασος. Το απόγευμα μετάβαση με το λεωφορείο στο καταφύγιο Οξυάς.

Σάββατο: Α ομάδα -Διάσχιση κορυφογραμμής της Γραμμένης Οξυάς μέχρι τα ιστορικά Κοκκάλια Ευρυτανίας. Ω.Π 7

Β' ομάδα: ομαλή πλην πανέμορφη ανάβαση στην κορυφή Σαράνταινα (1923 μ.)και επιστροφή Ω.Π 3

Συνάντηση και των δύο ομάδων στο Κρίκελλο Ευρυτανίας και αργά το απόγευμα επιστροφή στο Γαρδίκι με το πούλμαν.

Κυριακή:μανιταρογνωσία ,μικρή πεζοπορία και επιστροφή.

Αναχώρηση: Παρασκευή 7.00 σταθμός Δουκίσσης Πλακεντίας

Διαμονή: στο καταφύγιο Οξυάς σε υψόμετρο 1740μ-το λεωφορείο φτάνει σε απόσταση 15λεπτων απο το καταφύγιο.

Θα λειτουργήσει συλλογική κουζίνα.

Αρχηγοί: Διαμαντής Παπαδόπουλος -Δήμητρα Μαζαράκη

ΚΥΡΙΑΚΗ 6-11-22

Ποδηλατοβόλτα στην Αθήνα

Εύκολη ποδηλατοβόλτα στην Αθήνα του παρελθόντος και του παρόντος. Αγ. Παντελεήμονας-Κολωνός-Ακαδ. Πλάτωνος-δημόσιο καπνεργοστάσιο (έκθεση ιδρύματος ΝΕΟΝ)

Αναχώρηση: Από το σπιτάκι του Βριλησσού, ΩΡΑ 8:00

Αρχηγοί: Νικολακόπουλος Φώτης

ΣΑΒΒΑΤΟ 19-11 ΚΑΙ ΚΥΡΙΑΚΗ 20-11-2022

Μεσσηνία: πεζοπορική-οικοπεριηγητική

ΣΑΒΒΑΤΟ -Αναχώρηση από Δ. Πλακεντίας με προορισμό τα άγνωστα σε πολλούς χωριά του Δ. Ταυγέτου. Πεζοπορία και Βοτανικός περίπατος για συλλογή βοτάνων στην περιοχή τα οποία θα μας χρειαστούν για παρασκευές Ω.Π: 3. Το απόγευμα εργαστήριο παρασκευής φυτικών ελαίων και ανθοϊαματων στον χώρο του Re:Think -Αγρόκτημα Φυσικής Καλλιέργειας Φοίφα Ανταλλαγή σπόρων και γνώσεων βιολογικής καλλιέργειας. ΚΥΡΙΑΚΗ: Μετάβαση στα Σωτηριάνικα Μεσσηνίας όπου και θα ξεκινήσει το περπάτημα μας για το περίφημο Μπιλιοβο, το μοναδικό λιθόστρωτο καλντερίμι του 18ου αιώνα με τις 83 στροφές και τη μαγευτική θέα στον μεσσηνιακό κόλπο Ω.Π: 4

Διαμονή σε κοινοβιακό χώρο με υπνόσακους ή σε δωμάτια

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας ΩΡΑ 7:00

Αρχηγοί: Δήμητρα Μαζαράκη, Διαμαντής Παπαδόπουλος



Ολυμπος 2021

ΚΥΡΙΑΚΗ 27/11/2022

Εκπαίδευση-Προσανατολισμός με πυξίδα

Μπορεί η σύγχρονη ορειβασία να στηρίζεται πολύ στα ψηφιακά μέσα, αλλά ο παραδοσιακός προσανατολισμός είναι απαραίτητη γνώση για κάθε ορειβάτη. Ξαναθυμόμαστε τη χρήση πυξίδας-χάρτη και γινόμαστε πάλι παιδιά παίζοντας παιχνίδι προσανατολισμού (orienteering).

Στο περιβάλλον του Βριλησσοῦ, χώρος πρώην ναυτικής βάσης, ώρα: 10.00
ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ

Εισηγητές: Αρχηγοί του Βριλησσοῦ

ΔΕΥΤΕΡΑ 28-11-22

OPEN DAY - με την χορωδία του συλλόγου μας

Ελάτε να τραγουδήσετε μαζί μας

Κάθε Δευτέρα " Φωνές Χρωμάτων" στα γραφεία του συλλόγου από τις 20:30 έως τις 22:00, η χορωδία του συλλόγου μας " Φωνές Χρωμάτων" υπό την διεύθυνση της Ρίας Θεοδώρου, πιανίστα, μαέστρου, μουσικοπαιδαγωγού.

Πληροφορίες: Εύα Βελισσαρίου

Δεκέμβριος

ΣΑΒΒΑΤΟ 10 & ΚΥΡΙΑΚΗ 11-12-22

Ασπροπόταμος – Μαρόσα Αγράφων 2022μ

Ανακαλύπτουμε την παρθένα φυσική ομορφιά και τις μακραίωνες παραδόσεις του Ασπροποτάμου . Δραστηριότητες: Πεζοπορία, μανιταρογνωσία, ενημέρωση για την άγρια ποταμίσια πέστροφα του Ασπροποτάμου. Την Κυριακή θα γίνει ανάβαση στην Μαρόσα Ω.Π 6,5 με μικρότερη εναλλακτική πορεία. Δείτε περισσότερες πληροφορίες στη σελίδα του συλλόγου τέλη Νοεμβρίου. Διαμονή σε σκηνές και δωμάτια

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 07:00

Αρχηγοί: Γιώργος Στραγάλης, Σταύρος Βελέντζας

ΚΥΡΙΑΚΗ 18-12-22

Πάρνηθα

Κυκλική διαδρομή: Τελεφερίκ-Άγιος Γεώργιος Κεραμιδίου – Κυρά-Τελεφερίκ. Ω.Π 5,5

Σημείο συνάντησης: 8.00 στο πάρκινγκ του τελεφερίκ -μετακίνηση με ΙΧ αυτοκίνητα

Αρχηγοί: Μιχάλης Μακάρωφ, Γιώργος Σούλτος

ΤΕΤΑΡΤΗ 21-12-22

Χριστουγεννιάτικη Γιορτή

Η Χριστουγεννιάτικη γιορτή μας με μουσικά όργανα και ποτά, ζωντανή μουσική, harpenings. Η γιορτή θα γίνει στην πλατεία Βριλησίων, δείτε ανακοίνωση στη σελίδα μία εβδομάδα πριν.

Χώρος: πλατεία Βριλησίων. **ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

Συντονιστής: το ΔΣ του συλλόγου

Ιανουάριος

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6 ΕΩΣ ΚΥΡΙΑΚΗ 8 -1-23

Φώτα με τον Βριλησό

Ελάτε να περάσουμε μαζί ένα υπέροχο τριήμερο σε καταφύγιο με όμορφη παρέα, ενδιαφέρουσες φυσιολατρικές διαδρομές και όπως πάντα συλλογική κουζίνα και παρεϊστικο κλίμα.

Η τοποθεσία θα ανακοινωθεί εντός Νοεμβρίου στη σελίδα μας.

Αναχώρηση: Παρασκευή ΩΡΑ 07:00, Σταθμός Δουκίσσης Πλακεντίας

Αρχηγοί: Δημήτρης Μπρίκας, Σταύρος Βελέντζας



Ξεροβούνι Ευβοίας 2019

ΚΥΡΙΑΚΗ 22-1-2023

Δίφτυ

Α' ομάδα :Η κλασική χειμερινή ανάβαση στην κορυφή Δέλφη είναι πάντα μια πρόκληση. Ανεβαίνουμε με θέα το Αιγαίο και αν οι συνθήκες ευνοούν εξασκούμαστε στη χρήση υλικών. Ω.Π 7

Β' ομάδα: Πεζοπορία στο ελατοδάσος της Στενής Ω.Π 3

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 6:30
Αρχηγοί: Φωτης Μήτσης, Θανασης Βαλαζιώτης

ΚΥΡΙΑΚΗ 29-1-23

Λίμνη Μαραθώνα -κοπή της πίτας

Όλη η ιστορία της Ελλάδας (ε, σχεδόν!) σε μια πολιτιστική διαδρομή! Σε μια παραποτάμια κυκλική πεζοπορία 8 χλμ. θα δούμε Τον Μεσαιωνικό Πύργο Οινόης, τα Ρωμαϊκά Λουτρά, το Ιερό του Πυθίου Απόλλωνος, το Εκκλησάκι των Αγίων Αποστόλων, τον Αρχαίο Λιθόστρωτο Δρόμο προς το Σπήλαιο του Πανός, τα Αρχαία Λατομεία, αλλά και το όμορφο Φαράγγι της Οινόης με τα πλατάνια του, το φράγμα της Λίμνης του Μαραθώνα και το πιστό αντίγραφο του θησαυροφυλακίου των Δελφών. Ω.Π 3 Κατόπιν θα κόψουμε την πίτα μας, με μουσική και την χορωδία μας στο βιολογικό κτήμα Αρβανίτη στις Αφίδνες. Πριν την γιορτή θα ξεναγηθούμε στο κτήμα ,θα ενημερωθούμε για τη βιολογική καλλιέργεια, θα αγοράσουμε βιολογικά προϊόντα από την πηγή. Σας περιμένουμε όλους!

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 7:00

Διοργάνωση: το ΔΣ του Βριλησσού



Ξενάγηση μαθητών από τους «Αγρόσχολους» Βριλησσού, 2022

Φεβρουάριος

ΚΥΡΙΑΚΗ 12-2-2023

Ελικώνας

Θα περπατήσουμε στον Ελικώνα στα μονοπάτια των μύθων και των Μουσών. Αυτή τη φορά διαλέξαμε να ξεκινήσουμε από το καταπράσινο οροπέδιο της Αρβανίτσας μέχρι τη διάσημη Μονή Οσίου Σεραφείμ Δομβρούς στην Αγία Άννα. Ω.Π 4

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 6:30
Αρχηγοί: Γιώργος Σούλτος, Κάρολος Καραμολέγκος

ΠΕΜΠΤΗ 16-2-2023

Τσικνοπέμπτη

Θα μασκαρευτούμε, θα τσικνίσουμε, θα πιούμε και θα χορέψουμε!
Τα κάρβουνα αναμμένα θα περιμένουν από τις 19:00 τους μεζέδες που θα φέρει ο καθένας μας. Δοκιμάστε τις ικανότητές σας στο ψήσιμο και τον χορό. **Χώρος:** στα Γραφεία μας απο τις 19:00.

ΕΙΣΟΔΟΣ: με συμβολική συνεισφορά για την κάλυψη των εξόδων του εξοπλισμού. **ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ –ΚΡΕΑΤΟΦΑΓΙΚΗ!**

Συντονισμός: το ΔΣ του Βριλησού

ΣΑΒΒΑΤΟ 25 ΚΥΡΙΑΚΗ 26 ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΑ 27-2-23

Τρίημερο Αποκριάς, ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟ

Σάββατο: Αναχώρηση για Αιτωλοακαρνανία και πρώτο σταθμό το όρος Αράκυνθο (προστατευόμενη περιοχή Natura 2000). Πορεία μέσα σε δάσος Βελανιδιάς από τον οικισμό Χούνιστας (490μ) στην κορυφή Γρεβενό (983μ), με θέα την Τριχωνίδα, την λιμνοθάλασσα του Μεσολογγίου και το Ιόνιο. Επιστροφή από την ίδια διαδρομή (ΩΠ: 3,5). Αναχώρηση με το λεωφορείο για το χωριό Περιστέρι (700μ). Ανάβαση μέχρι το καταφύγιο του Ε.Ο.Σ. Αγρινίου (1170μ) (ΩΠ: 2)

Κυριακή: Ανάβαση στις κορυφές Κόκα (1691μ) και Κατελάνος (1922μ). Επιστροφή από την ίδια διαδρομή (ΩΠ: 6-7). **Δευτέρα:** Κούλουμα στο Καταφύγιο. Αναχώρηση από το καταφύγιο για περιήγηση στο Μεσολόγγι. Αναχώρηση για Αθήνα. Τα πρωινά και το βραδινά γεύματα θα ετοιμάζονται από εμάς, στο χώρο του καταφυγίου, με βάση τις προμήθειες που θα κάνουμε συμμετοχικά. Το πρόγραμμα ενδέχεται να τροποποιηθεί ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

Αναχώρηση: Σάββατο 6:15, Σταθμός Δουκίσσης Πλακεντίας

Αρχηγοί: Δημήτρης Μπρίκας, Μανώλης Δάβαρης



ΟΧΙ στην αλόγιστη εγκατάσταση αιολικών, Οίτη 2020

ΤΕΤΑΡΤΗ 8-3-2023

ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ- Ασφάλιση ομάδας στο πεδίο

Πώς κινούμαστε με ασφάλεια σε εκτεθειμένο πεδίο και πώς φροντίζει ο αρχηγός την ασφαλή κίνηση της ομάδας του στο πεδίο.

Ομιλητής: εκπαιδευτής Ε.Ο.Ο.Α -στα γραφεία του συλλόγου ΩΡΑ 20:00

ΚΥΡΙΑΚΗ 12-3-23

Δρυοδάσος Μογγοστού

Όμορφη κυκλική πεζοπορία στο δρυοδάσος του Μογγοστού (ορεινή Κορινθία) ένα μνημείο της φύσης , καταχωρημένο στα «Αισθητικά Δάση» του δικτύου NATURA.

Ωρες πορείας: 5

Αρχηγοί:Αλέξανδρος Παπαχρήστου, Κάρολος Καραμολέγκος

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας ΩΡΑ 7.00.

ΤΕΤΑΡΤΗ 22-3-2023

Οι μουσικοί του Βριλησσού στην Αγγλικανική εκκλησία

Τα μουσικά σχήματα του ΒΡΙΛΗΣΣΟΥ σε μιά όμορφη μουσική βραδιά στην Αγγλικανική εκκλησία. Η τετράφωνη μικτή χορωδία ενηλίκων του Βριλησσού "Φωνές Χρωμάτων" υπό την διεύθυνση της Ρίας Θεοδώρου και το μουσικό σχήμα "Τέσσερις φωνές και τρεις κιθάρες" υπό την διεύθυνση του μαέστρου και συνθέτη Διαμαντή Ανδρομηδά και τους σολίστες κιθάρας Αριστοτέλη Βρεττάκη και Αλέκο Βελισσαρίου.

Τραγουδούν οι :Ελένη Πιττάκη, Κώστας Ζαφείρης, Αντώνης Παντελάκος, Αργυρούλα Χαραλάμπους. Στο ακορντεόν ο Διαμαντής Παπαδόπουλος και στα κρουστά η Εύα Βελισσαρίου.

Χώρος: Αγγλικανική Εκκλησία του Αγίου Παύλου, Φιλελλήνων 27

ΩΡΑ 20:00. **ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

Συντονίστρια Εύα Βελισσαρίου

ΣΑΒΒΑΤΟ 25 ΚΑΙ ΚΥΡΙΑΚΗ 26-3-23

ΤΑΪΓΕΤΟΣ

Κλασική χειμερινή ανάβαση στην κορυφή του Ταϊγέτου.

Σάββατο: Μετάβαση στην πηγή Μαγγιανάρη. Ανάβαση στο καταφύγιο στα 1550. ΩΠ 2 Διανουκτερεύουμε απολαμβάνοντας τη θαλπωρή του και μαζεύουμε δυνάμεις για την ανάβαση της επόμενης.

Κυριακή: Ανάβαση στην κορυφή Προφήτης Ηλίας με το πρώτο φως. Αν σταθούμε τυχεροί θα απολαύσουμε το φαινόμενο της πυραμίδας.

Επιστροφή από την ίδια διαδρομή. Ω.Π 7

Απαραίτητη η γνώση της χρήσης χειμερινού εξοπλισμού.

Αρχηγοί: Νίκος Κοντογιάννης, Δημήτρης Μπρίκας

ΤΕΤΑΡΤΗ 29-3-23

ΟΜΙΛΙΑ: Μύθοι και αλήθειες για τις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας

Είναι οι ανανεώσιμες πηγές ενέργειας η λύση για το ενεργειακό πρόβλημα της χώρας μας και ολόκληρης της Ευρώπης και η απάντηση στην κλιματική αλλαγή;

Γιατί παρόλο που θεωρείται καθαρότερη μορφή ενέργειας υπάρχουν τόσες αντιδράσεις από τοπικές κοινωνίες;

Πάρκο Μίκης Θεοδωράκης (ΤΥΠΕΤ) έναρξη ώρα: 20.00



Bouldering στο περιβάλλον του Βριλησσού

ΚΥΡΙΑΚΗ 2-4-23

Ποδηλατική Νεμέα

Από το σταθμό του προαστιακού Ζευγολατιού ανάβαση και περιήγηση στο οροπέδιο της Νεμέας. Επίσκεψη στην αρχαία Νεμέα και επιστροφή κυκλικά. ΩΠ.5 ΧΛΜ 50 περίπου ΥΔ 840 μ

Αναχώρηση από σταθμό προαστιακού Δουκίσσης Πλακεντίας
Ωρα: 7.00 (αναλογα με τα δρομολόγια) Λεπτομέρειες στη σελίδα μας αρχές Μαρτίου

Αρχηγοί: Δήμητρα Μαζαράκη, Μάνος Παναγιωτάκης

ΣΑΒΒΑΤΟ 8-4-23

Μαστορέματα

Τα Γραφεία και ο Κήπος μας συντηρούνται με κόπο και χρήματα των Μελών μας! Ενόψη του καλοκαιριού, μικροί και μεγάλοι βάζουμε, καθαρίζουμε, επισκευάζουμε τα γραφεία μας και περιποιούμαστε τον Κήπο μας. Στις 11:00 το πρωί στο «Σπιτάκι».

Συντονιστής: το ΔΣ του συλλόγου

ΜΕΓΑΛΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 14 ΕΩΣ ΔΕΥΤΕΡΑ 17-4-23

Πάσχα στο Λεωνίδιο

Το φετινό Πάσχα θα το περάσουμε στην πανέμορφη πρωτεύουσα της Τσακωνιάς το Λεωνίδιο. Οι εντυπωσιακοί βράχοι πάνω από την πόλη με τις ενδιαφέρουσες αναρριχητικές διαδρομές είναι μια πρόκληση. Θα υπάρχει η δυνατότητα αναρριχητικών διαδρομών για όσους το επιθυμούν.

Μ. Παρασκευή: Πεζοπορία στο ξωκλήσι του Προφήτη Ηλία. ΩΠ 2 Επιστροφή στο Λεωνίδιο για τακτοποίηση στα δωμάτια ή το κάμπινγκ. Το βράδυ ακολουθούμε το έθιμο με τα “νεραντζάκια” που φωτίζουν τις διαδρομές των επιταφίων των ενοριών πριν την συνάντησή τους στην κεντρική πλατεία.

Μ.Σάββατο: Μετάβαση στο παλιο γεφύρι του Πλάτανου και πεζοπορία μέσα στην κοίτη του φαραγγιού της Λεπίδας μέχρι τον εντυπωσιακό καταρράκτη Μελίσι με την υπέροχη βάρθρα. Όσοι επιθυμούν επιστρέφουν στον Πλάτανο για ένα καφέ στην υπέροχη πλατεία του. ΩΠ 3 Οι υπόλοιποι συνεχίζουν για τον επόμενο καταρράκτη και τα Μαρμαράλωνα. ΩΠ 6 Το βράδυ, παρακολουθούμε την αναστάσιμη ακολουθία -και στα τσακωνικά(!) και το μαγευτικό θέαμα των

αναρίθμητων αερόστατων που ανεβαίνουν στους βράχους και τον ουρανό.

Κυριακή του Πάσχα: Ακολουθούμε τα τοπικά έθιμα με το παραδοσιακό γλέντι στην κεντρική πλατεία και τα τεράστια αερόστατα.

Διαμονή σε δωμάτια και κάμπινγκ.

Αρχηγοί: Μανώλης Δάβαρης, Μάνος Παναγιωτάκης

Μάιος



ΚΡΗΤΗ, 2021

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28-4 ΕΩΣ ΤΡΙΤΗ 2-5-23

Τριήμερο πρωτομαγιάς στην Κρήτη

Πεζοπορικό τριήμερο στην Κρήτη στους νομούς Λασιθίου και Ηρακλείου.
Σάββατο : 4ωρη κυκλική πεζοπορία στο Οροπέδιο Λασιθίου και στην συνέχεια οικοξεναγήση και φαγητό στην περιοχή.

Κυριακή: διάσχιση του φαραγγιού της Ανεγυρούς, Ω.Π 3,5 και πεζοπορία στον καταρράκτη του Μυλωνά.

Δευτέρα: παράκτια πεζοπορία από τον Τσούτσουρο (στα ριζά των Αστερουσίων) στο Μαριδάκι και την Μονή Αγίου Νικήτα με την υπέροχη παραλία και το Φοινικόδασος Ω.Π 4

Επίσκεψη στα Ανώγεια, φαγητό και ενημέρωση για την τοπική κτηνοτροφική παράδοση.

Οι διανυκτερεύσεις θα γίνουν με υπνόσακους σε πανέμορφες παραλίες στο λιβυκό πέλαγος και σε δωμάτια .

αναχώρηση: Παρασκευή 21.00 Πειραιάς

επιστροφή: Τρίτη 6.00 Πειραιάς

Αρχηγοί: Δήμητρα Μαζαράκη, Διαμαντής Παπαδόπουλος

ΤΕΤΑΡΤΗ 3-5-23

Προβολή: Πεζοπορίες στην αμερικανική Άγρια Δύση

Ο Μιχάλης Καρπούζας σε μια προβοληβιντεο&φωτογραφωναπο το πρόσφατο ταξίδι του στην Αμερικη

Ομιλητής: Ο ΜιχαληςΚαρπούζας είναι καθηγητής στο Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών και μέλος του Βριλησσού

Χώρος: στα Γραφεία μας, ΩΡΑ 20:30, **ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**

ΚΥΡΙΑΚΗ 7-5-23

Εθελοντικός καθαρισμός στην Ρεματιά

Ενόψει της 6ης διάσχισης Ρεματιάς Χαλανδρίου-Πεντέλης περπατάμε και καθαρίζουμε από σκουπίδια μια πράσινη διαδρομή στις ομορφιές της γειτονιάς μας - έναν ανοιχτό χώρο βιομάθησης. Η δράση πραγματοποιείται σε συνεργασία με τον Δήμο Βριλησίων
Συνάντηση: Ώρα 08:30 στα γραφεία του συλλόγου-9.00 στο cafe Μπάκας επι της λεωφόρου Πεντέλης - δείτε σχετική ανακοίνωση στη σελίδα συντονισμός το ΔΣ



Διάσχιση Ρεματιάς, 2019

Ρεματιά Χαλανδρίου - Πεντέλης, 6η πεζοπορική διάσχιση

Με ξεκίνημα από το Πεντελικό όρος θα γίνει πεζοπορική διάσχιση της Ρεματιάς Πεντέλης-Χαλανδρίου. Η πεζοπορία δεν ξεπερνά τις 3,5 ώρες. Ενδιάμεσα θα υπάρχουν ενημερώσεις καθώς και οργανωμένες εκδηλώσεις για το περιβάλλον. Η δράση διοργανώνεται σε συνεργασία με τον Δήμο Βριλησίων, το ΚΠΕ Αργυρούπολης και τον ΣΠΑΠ. Συμμετέχουν ομάδες από την Αττική και την περιφέρεια.

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 8:00

ΔΩΡΕΑΝ μετακίνηση με λεωφορεία από το μετρό Πλακεντίας και το κέντρο των Βριλησίων μέχρι την σπηλιά Νταβέλη.

Πληροφορίες για το πρόγραμμα, αναλυτικά στην ιστοσελίδα μας αμέσως μετά το Πάσχα.

Συντονιστική ομάδα: Δημήτρης Μπρίκας, Διαμαντής Παπαδόπουλος, Βελέντζας Σταύρος

Καρυές (Αράχωβα) Λακωνίας

Γνωριμία με το νέο δίκτυο CaryatidesTrails μονοπατιών στις Καρυές Λακωνίας, όπου υπάρχουν πάνω από 50 χιλιόμετρα σηματοδοτημένων μονοπατιών μέσα σε ένα πανέμορφο δρυοδάσος αφιερωμένο στο Δία Σκοτίτα (τον σκιερό Δία). Θα υπάρχει η δυνατότητα για 2 πεζοπορικές διαδρομές - 5ωρη και μικρότερης διάρκειας

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας ΩΡΑ 07.00

Αρχηγοί: Δημήτρης Μπρίκας, Αλέξανδρος Παπαχρήστου

Ιούνιος

ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΑΓΙΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ -ΣΑΒΒΑΤΟ 3-5 ΕΩΣ ΔΕΥΤΕΡΑ 5-6-23

Πηγές Αχέροντα-Πάργα-Σύβοτα-Σούλι

Ένα τριήμερο αφιερωμένο στις ομορφιές της Δυτικής Ελλάδας. Ξεκινάμε με την περιήγηση μας στα Συβοτα με τις δαντελωτές ακτές και τα καταπράσινα νησάκια. Περπατάμε στα ιστορικά μονοπάτια της Παραμυθιάς και του Σουλίου. Μετα από το προσκύνημα στο ηρωικό Κουγκι κατεβαίνουμε την σκάλα της Τζαβελενας και δροσιζόμαστε στα κρύα νερά των πηγών του Αχέροντα. Οι υπέροχες παραλίες και τα κρυστάλλινα νερά στο Λύχνο και στο Καραβοστάσι μας περιμένουν να κολυμπήσουμε .Τέλος ανεβαίνουμε στο κάστρο της Πάργας για να θαυμάσουμε το υπέροχο τοπίο από ψηλά. Διαμονή σε δωμάτια και κάμπινγκ.

Περισσότερες λεπτομέρειες στη σελίδα αρχές Μαΐου

Αναχώρηση: Σάββατο Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 7:00.

Αρχηγοί: Μανώλης Δάβαρης, Μάνος Παναγιωτάκης

ΤΕΤΑΡΤΗ 14-6-23

ΑΡΧΑΙΡΕΣΙΕΣ -Ετήσια Γενική Συνέλευση

Ετήσια Γενική Συνέλευση των μελών του Βριλησσού. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν τα ταμειακώς τακτοποιημένα μέλη του Συλλόγου.

Χώρος: στα Γραφεία μας, ΩΡΑ 20:00

ΚΥΡΙΑΚΗ 18-6-23

Μανίκια Εύβοιας- πεζοπορία και αναρρίχηση στον καταρράκτη Μανικιάτη

Μετάβαση στο χωριό Μανίκια. Οι αναρριχητές θα δοκιμάσουν το πρόσφατα ανοιγμένο αναρριχητικό πεδίο, ενώ οι πεζοπόροι θα ακολουθήσουν το μονοπάτι που διασχίζοντας το ποτάμι αρκετές φορές καταλήγει μετά από 50λ. στον όμορφο καταρράκτη με τη βάθρα. Αφού απολαύσουμε τη δροσερή βουτιά, θα επιστρέψουμε από τα ίδια. Ω.Π.2

Αναχώρηση: Σταθμός Δ. Πλακεντίας, ΩΡΑ 7:00

Αρχηγός: Δήμητρα Μαζαράκη, Νίκος Κοντογιάννης



Τοξοβολία στο περιβόλι του Βριλησσού, 2022

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23-6-23

Η ετήσια γιορτή του συλλόγου στο περιβόλι του Βριλησσού.

Τα μουσικά σχήματα του ΒΡΙΛΗΣΣΟΥ σε μία όμορφη μουσική βραδιά στο περιβόλι του Βριλησσού. Η τετράφωνη μικτή χορωδία ενηλίκων του

Βριλησσού "Φωνές Χρωμάτων" υπό την διεύθυνση της Ρίας Θεοδώρου και το μουσικό σχήμα "Τέσσερις φωνές και τρεις κιθάρες" υπό την διεύθυνση του μαέστρου και συνθέτη Διαμαντή Ανδρομηδά και τους σολίστες κιθάρας Αριστοτέλη Βρεττάκη και Αλέκο Βελισσαρίου. Τραγουδούν η Ελένη Πιττάκη, Κώστας Ζαφείρης, Αντώνης Παντελάκος, Αργυρούλα Χαραλάμπους. Στο ακορντεόν ο Διαμαντής Παπαδόπουλος και στα κρουστά η Εύα Βελισσαρίου. Νωρίτερα το απόγευμα θα γίνουν δράσεις στο χώρο όπως: Μάθημα προσανατολισμού, δράσεις για μικρούς κ μεγάλους, τοξοβολία, αναρρίχηση, ξενάγηση στο περιβάλλον από τους "Αγρόσχολους" Βριλησσού

Δείτε σχετικό πρόγραμμα στην σελίδα του συλλόγου αρχές Ιουνίου.
έναρξη δρόμων στις 17.30.**ΕΙΣΟΔΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΗ**
Συντονιστής: το ΔΣ του συλλόγου

16 ΧΡΟΝΙΑ ΟΜΑΔΑ ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

Δεκαέξι χρόνια εθελοντικής δράσης στο περιαστικό δάσος Άνω Βριλησίων και το Πεντελικό συμπληρώνει φέτος ο Βριλησσός. Στο διάστημα αυτό εκατοντάδες μέλη του συλλόγου στηρίζουν την προσπάθεια του Δήμου Βριλησίων και του ΣΠΑΠ με βάρδιες πυρασφάλειας, δενδροφυτεύσεις, πότισμα δενδρυλλίων και καθαρισμό του δάσους. Η ομάδα πυρασφάλειας θα συναντηθεί και φέτος στα μέσα Ιουνίου. Περισσότερες πληροφορίες θα βρείτε τότε στην ιστοσελίδα του συλλόγου.



εθελοντές μας σε πυρασφάλεια στον «Θεόκλητο», 2022

ΣΑΒΒΑΤΟ 1 & ΚΥΡΙΑΚΗ 2-7-23

Ανδρος

Περπατώντας εξερευνούμε ένα ξεχωριστό νησί των Κυκλάδων με ορεινό χαρακτήρα, έντονο ανάγλυφο, εύφορες κοιλάδες, ρεματιές, καταρράκτες, πανέμορφους νερόμυλους και ξωκλήσια.

Δείτε σχετικές πληροφορίες στη σελίδα μας στα μέσα Ιουνίου.

Αναχώρηση: Σάββατο πρωί στο λιμάνι Ραφήνας ανάλογα με τα δρομολόγια

Αρχηγοί: Διαμαντής Παπαδόπουλος, Ορέστης Παπαδόπουλος



Σλοβενία 2021

ΣΑΒΑΤΟ 8 ΕΩΣ ΔΕΥΤΕΡΑ 17-7-23

Δειναρικές Άλπεις -Μαυροβούνιο -Αλβανία

Μικρή ομάδα του συλλόγου σε μία lowcost εξόρμηση περιπέτειας με σακίδιο στην πλάτη στην μοναδική παρθένα περιοχή της Ευρώπης. Με αφητηρία τα Ιωάννινα θα εξερευνήσουμε την περιοχή των Εθνικών Δρυμών Valbona και Prokletije αλλά και την ενδοχώρα των δύο κρατών κινούμενοι μόνο με τοπικά μέσα και με τα πόδια.

Στο τέλος της εξόρμησης θα γίνει επίσκεψη στο Κότορ στην Αδριατική . Απαιτούμενα η καλή φυσική κατάσταση, ορειβατική εμπειρία και διάθεση για περιπέτεια. Οι συμμετέχοντες θα φροντίσουν οι ίδιοι για

την έκδοση των αεροπορικών εισιτηρίων επιστροφής απο το Μαυροβούνιο(Rodgorica).

Λεπτομέρειες θα είναι στην διάθεση των συμμετεχόντων απο τα τέλη Μαΐου.

Αρχηγοί: Διαμαντής Παπαδόπουλος, Μαζαράκη Δήμητρα

Αύγουστος

19 ΕΩΣ 30-8-23

Διακοπές εθελοντικής εργασίας στην Μεσσηνία

Μικρή ομάδα εθελοντών του συλλόγου μας σε 8ήμερη εξάωρη πρωινή εργασία καθαρισμού και αναπαλαίωσης ορεινών και ημιορεινών μονοπατιών στη Μεσσηνία σε συνεργασία με τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο Καλαμάτας.

Η εργασία και οι διαμονές θα γίνουν σε 2 τουλάχιστον τοποθεσίες και όπως πάντα η διαμονή σε κοινοβιακούς χώρους και σκηνές όπου αυτό επιτρέπεται. Θα λειτουργήσει η συλλογική κουζίνα.

Τα απογεύματα θα υπάρχει χρόνος για περιήγηση στην μεσσηνιακή γη και μπάνιο.

Δηλώσεις συμμετοχής και περισσότερες πληροφορίες στην ιστοσελίδα του συλλόγου στις αρχές Ιουνίου.

Αρχηγός: Διαμαντής Παπαδόπουλος



Εθελοντική εργασία, ΛΕΣΒΟΣ 2015

Τροποποίηση του προγράμματος θα ανακοινώνεται έγκαιρα στην ιστοσελίδα του Συλλόγου.

Συχνά στις εκδρομές παρέχεται η δυνατότητα εναλλακτικής (ευκολότερης) διαδρομής

Οι δηλώσεις συμμετοχής συνοδεύονται από προκαταβολή, η οποία ΔΕΝ επιστρέφεται.

Οι αναχωρήσεις των εκδρομών γίνονται από το Σταθμό Δ.

Πλακεντίας-Έξοδος Γαρυττού, στην αφετηρία των λεωφορείων.

Για προορισμούς βορειώς της Αθήνας επιπλέον σημείο στάσης είναι η γέφυρα Καλυφτάκη. Για προορισμούς νοτίως της Αθήνας δεν θα υπάρχουν άλλα σημεία στάσης.

Στις ορειβατικές εκδρομές ο Αρχηγός έχει δικαίωμα να μην επιτρέψει τη συμμετοχή σε άτομα που, κατά την κρίση του, δεν πληρούν τους όρους ασφαλείας (κακή φυσική κατάσταση, ελλιπής εξοπλισμός, ανυπακοή κ.λπ). Έχει επίσης το δικαίωμα να αλλάξει το πρόγραμμα της ανάβασης εάν το επιβάλλουν οι καιρικές συνθήκες ή άλλη αιτία.

Οι δραστηριότητες στη φύση ενέχουν τον κίνδυνο ατυχήματος. Η συμμετοχή σε αυτές προϋποθέτει την επίγνωση και την αποδοχή του κινδύνου αυτού καθώς και την ύπαρξη σωματικής και ψυχικής υγείας. Κάθε συμμετέχων αποδέχεται ανεπιφύλακτα ότι φέρει όλη την ευθύνη σε περίπτωση ατυχήματος από υπαιτιότητά του.

Οι συμμετέχοντες οφείλουν να παρευρίσκονται στις ενημερωτικές συναντήσεις που λαμβάνουν χώρα πριν από κάθε εξόρμηση προκειμένου να ενημερώνονται για τη δυσκολία της διαδρομής και τις συνθήκες που θα επικρατούν.

Οι συμμετέχοντες οφείλουν να έχουν λάβει γνώση και να αποδέχονται τους Όρους Συμμετοχής στις εξορμήσεις όπως αναφέρονται στις Δηλώσεις Συμμετοχής και στην ιστοσελίδα του **Συλλόγου**.

για τους συμμετέχοντες στις ομάδες του συλλόγου η συνδρομή είναι υποχρεωτική

ΑΣΦΑΛΙΣΗ

**Σε όλες τις εκδρομές οι συμμετέχοντες
καλύπτονται από την Metlife
με ομαδικό συμβόλαιο για ατύχημα**

το Πρόγραμμα και τις Δραστηριότητες του Συλλόγου:

Μπορείτε να τηλεφωνείτε κάθε Τετάρτη 19:30-20:30 στο 210 8105665.
Επίσης μπορείτε να περάσετε από τα Γραφεία:
Οδός Πάρνηθος 73 & Μακεδονίας εντός του «Πάρκου Αντώνη Τρίτση».
Τ.Κ. 15235, Βριλήσσια (βλέπε χάρτη στην ιστοσελίδα μας).

Τηλέφωνα επικοινωνίας για:

...ΤΗΝ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΕΚΔΡΟΜΩΝ:

Διαμαντής Παπαδόπουλος..	6977766675
Δημήτρης Μπρίκας	6948212876
Δήμητρα Μαζαράκη.....	6932907373

...ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΑΝΕΙΣΜΟ ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΩΝ ΥΛΙΚΩΝ:

Χρήστος Μαυράκης.....	6949174699
-----------------------	------------

...ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:

Διαμ. Παπαδόπουλος.....	6977766675
-------------------------	------------

...ΤΟΥΣ ΑΓΡΟΣΧΟΛΟΥΣ:

Ολυμπία Αρχοντάκη.....	6981170012
------------------------	------------

...ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΟΥΣΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΧΟΡΩΔΙΑ

Ευα Βελισσαρίου.....	6979444758
----------------------	------------

Στο Διαδίκτυο μας βρίσκετε:

site:www.vrilisos.gr
e-mail:info@vrilisos.gr
facebook:



**Κινούμαστε στην Πόλη μας με τα πόδια, με ποδήλατα και με τα μέσα
μαζικής μεταφοράς**