

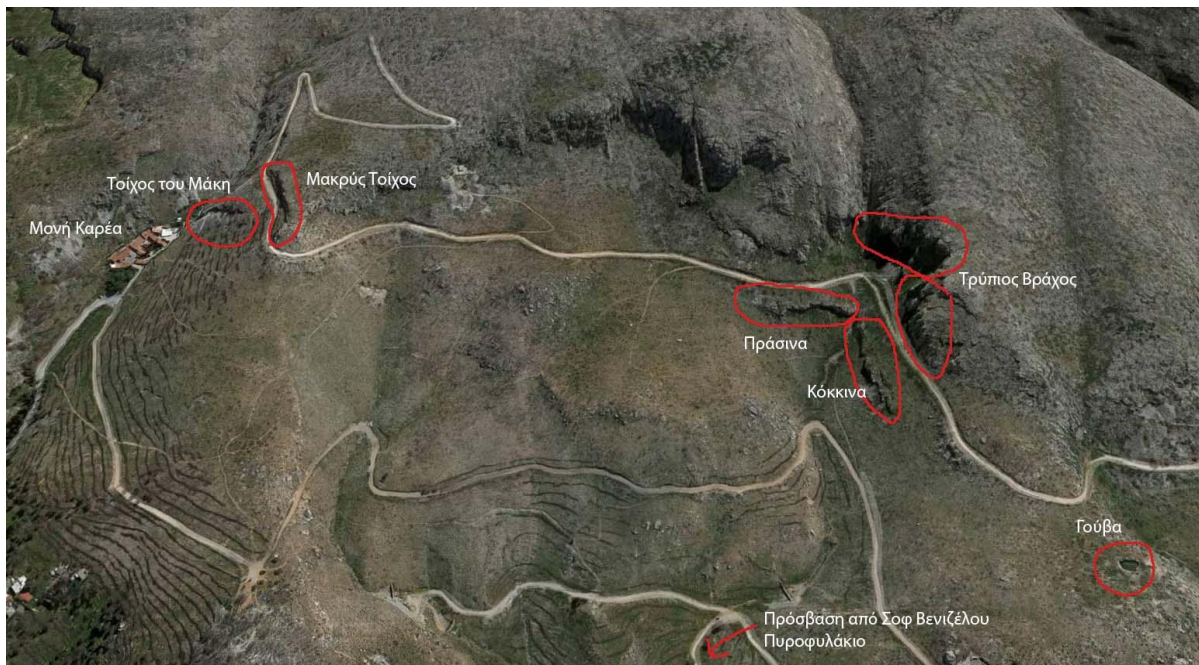
ΑΝΑΡΡΙΧΗΤΙΚΑ ΠΕΔΙΑ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗΣ- ΚΑΡΕΑ

Μια μικρή αναδρομή

Τα αναρριχητικά πεδία της Ηλιούπολης και του Καρέα, βρίσκονται στη δυτική πλευρά του Υμηττού και είναι από τα πιο όμορφα και ευχάριστα αναρριχητικά πεδία στην περιοχή της Αθήνας. Παρόλο που ένα μεγάλο τμήμα του δάσους έχει καεί, το μέρος διατηρεί ακόμα την γοητεία του. Μια καθαρή μέρα, η θέα από τις αναρριχητικές πίστες του Καρέα και της Ηλιούπολης είναι πράγματι καταπληκτική και σίγουρα αξίζει μια επίσκεψη, έστω και για βόλτα. Το πεδίο αποτελείται από **πέντε ξεχωριστά συγκροτήματα**:

ΚΑΡΕΑΣ

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ



Τα πεδία αυτά, σύμφωνα με μαρτυρίες παλαιότερων ορειβατών, ήταν πόλος έλξης για αναρρίχηση από την δεκαετία του 1920 μέχρι και το τέλος του 2^{ου} Παγκοσμίου πολέμου. Περισσότερη και πιο συστηματική δράση ξεκίνησε στη δεκαετία του 1950, κυρίως από τους Γιώργο Μιχαηλίδη και Πρόδρομο (Μάκη) Ιδοσίδη, που έμεναν σε κοντινές συνοικίες του Υμηττού. Οι δύο πρωτοπόροι αναρριχητές αν και δεν σύχναζαν μόνο στα συγκεκριμένα πεδία του Υμηττού, κατά γενική ομολογία όμως παλαιότερων, αυτοί οι δυο ορειβάτες ήταν η ψυχή του Καρέα και της Ηλιούπολης (υπήρξαν βέβαια και άλλοι αναρριχητές, αλλά για λόγους οικονομίας δεν γίνεται αναφορά εδώ). Ο «Μακρύς τοίχος» και ο «Τρύπιος βράχος», αποτελούσαν από την στιγμή που πρωτο-σκαρφαλώθηκαν πεδία εκπαίδευσης για τους τότε ορειβατικούς συλλόγους, γι' αυτό και δεν υπάρχουν αρκετές καταγεγραμμένες διαδρομές από εκείνη την εποχή και για τον πρόσθετο λόγο ότι δεν συνήθιζαν τότε, να αναφέρουν ή να δημοσιεύουν τις διαδρομές που σκαρφάλωναν. Άλλες σποραδικές αναφορές ή καταγεγραμμένη δράση στα πεδία αυτά, εκτός από την δεκαετία του 1950,



βρίσκουμε για τα διαστήματα 1960-63, το 1976-79, το 1989- 1994 (με την πρωτοφανή για τον χώρο δράση, όπου ανοίγονται πολλές διαδρομές) και μερικές για το 2001. Όμως, δεν είναι δυνατό να κάνουμε πλήρη αναφορά εδώ για την ιστορία των πεδίων αυτών, γιατί σίγουρα κάποιος θ' αδικηθούν ή δεν θ' αναφερθούν, γι' αυτό καλό θα ήταν για εγκυρότερες πληροφορίες και πλήρη ιστορικά στοιχεία να ανατρέξετε στους αναρριχητικούς οδηγούς για την Αττική: «**Αναρρίχηση δίπλα στο σπίτι σας**»|σελ.40-56|Δ.Τιτόπουλος & P.Bailey|έκδοση 1991 και «**Αναρριχητικός οδηγός Αττικής- Attica Rock**»|σελ.28-85|P.Bailey & Δ. Τιτόπουλος|έκδοση 1996.

Οι εργασίες ασφάλισης- αποκατάστασης

Ο ΣΠΑΥ (Σύνδεσμος Προστασίας & Ανάπτυξης Υμηττού) σε συνεργασία με τον Δήμο Ηλιούπολης και τον Ορειβατικό Σύλλογο Ηλιούπολης, υπό την αιγίδα της Ομοσπονδίας Ορειβασίας- Αναρρίχησης, ένωσαν τις δυνάμεις τους, για να δώσουν και πάλι ζωή στα ιστορικά αυτά αναρριχητικά πεδία, με την ανακατασκευή και συντήρηση των αναρριχητικών διαδρομών, για την ασφαλέστερη και ευκολότερη χρήση τους από ορειβάτες και αναρριχητές.

Η προσπάθεια στοχεύει στην ανάδειξη του Υμηττού, ως χώρου αναψυχής & άθλησης των δημοτών Ηλιούπολης αλλά και ολόκληρου του λεκανοπεδίου Αττικής, αναδεικνύοντας τα αναρριχητικά πεδία της περιοχής του Υμηττού. Στόχος ήταν να προβάλλουμε την άγνωστη σε πολλούς δυτική πλευρά του βουνού και να δώσουμε μια διαφορετική διέξοδο σε όλους εκείνους που αγαπούν την φύση, αρέσκονται στις προκλήσεις και ψάχνουν τρόπους να ξεπεράσουν τα όριά τους!

Όλες οι διαδρομές συντηρήθηκαν ή ανακατασκευάστηκαν από τον Δ. Τιτόπουλο τον Οκτώβρη-Δεκέμβρη του 2017. Τα πεδία στα οποία έγιναν οι παρεμβάσεις είναι 5 και συνολικά 93 διαδρομές, σε μια περιοχή περίπου 1,5 τετρ χιλιομέτρου:

1. πεδίο ΜΑΚΡΥΣ ΤΟΙΧΟΣ, διαδρομές 19
2. πεδίο ΤΡΥΠΙΟΣ ΒΡΑΧΟΣ, διαδρομές 15,
3. πεδίο ΠΡΑΣΙΝΗ ΠΙΣΤΑ, διαδρομές 10,
4. πεδίο ΚΟΚΚΙΝΗ ΠΙΣΤΑ, διαδρομές 33,
5. πεδίο ΓΟΥΒΑ, διαδρομές 16

και χρησιμοποιήθηκαν **830 βύσματα & πλακέτες** (βύσματα Διπλής Εκτόνωσης 316L stainless steel, UIAA approved & πλακέτες γωνία 316L stainless steel, UIAA approved) και **210 ρελέ** (ρελέ κρίκος 316L stainless steel, UIAA approved)

Επισημάνσεις|επεξηγήσεις:

Όλες οι διαδρομές ανακατασκευάστηκαν ή κατασκευάστηκαν με την σύμφωνη γνώμη (κατά 99%) των ανθρώπων που τις άνοιξαν.

Κάποιες διαδρομές βρέθηκαν καρφωμένες με βύσματα, από άγνωστους μέχρι στιγμής αναρριχητές, όπως οι 5Α, 10, 19, 20, στην «κόκκινη πίστα» καθώς και οι 6,7, στην ίδια πίστα, με περισσότερα βύσματα, η κάθε μια. Δεν υπάρχουν πληροφορίες για αυτές τις προσπάθειες όπως και για τη διαδρομή «Έξοδος Κινδύνου» στη Γούβα, ομοίως και για την



αριστερή παραλλαγή της τρίτης σχοινιάς της διαδρομής “ADHOC”. Παρακαλούμε αν έχετε κάποια πληροφορία να τη γνωστοποιήσετε, στον ΕΟΣ Ηλιούπολης ή σε σχετικά sites.

Σε κάποιες διαδρομές υπάρχει αραιή ασφάλιση, λόγω ακαταλληλότητας του βράχου, και σε κάποιες άλλες πιο κοντινή για τον ίδιο λόγο.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Οι χαράξεις των διαδρομών που είναι με κίτρινο χρώμα παραμένουν με σχοινί από πάνω (TOP ROPE), δεν κατασκευάστηκαν λόγω ακαταλληλότητας του βράχου, είτε λόγω μικρού ύψους ΚΑΙ ΔΕΝ ΕΧΟΥΝ ΜΟΝΙΜΟ ΡΕΛΕ. Αν θέλετε να τις σκαρφαλώσετε φτιάξτε ρελέ από τα δεντράκια που βρίσκονται πάνω από τις διαδρομές, ή σε καρύδια και friend.

Στον κυρίως όγκο του «τρύπιου βράχου» θα χρειαστείτε 70 μέτρα σχοινί τουλάχιστον, αν δοκιμάσετε και τις δυο σχοινιές μαζί.

Σε κάποιες διαδρομές έχουν αλλάξει οι πορείες, αλλά και οι βαθμολογίες, προς τα κάτω, ή προς τα πάνω. Όπως αναφέρεται στον αναρριχητικό οδηγό «Αναρρίχηση δίπλα στο σπίτι σας» σελ.40-56, Δ.Τιτοπουλος, P.Bailey 1991, οι πορείες άλλαξαν είτε για λόγους ασφαλείας, είτε για λόγους ακαταλληλότητας του βράχου, έτσι δεν ήταν δυνατό να τοποθετηθούν βύσματα και ρελέ.

Στη διαδρομή «Δύναμις» στον τρύπιο βράχο, έχει ξεχωριστό ρελέ για την πρώτη σχοινιά, επειδή, είχε κοινό ρελέ με τη διαδρομή «Ματσέτα» για τη δεύτερες σχοινιές τους.

Στη μέση περίπου της πρώτης σχοινιάς της διαδρομής «ADHOC» τοποθετήθηκε ρελέ, έτσι τώρα γίνονται δυο σχοινιές για να αποφεύγετε το ανέβασμα στο πατάρι και τις τριβές των σχοινιών, εκτός κι αν πρόκειται να σκαρφαλωθεί η τρίτη με την αριστερή παραλλαγή της διαδρομής οπότε πρέπει να ανεβείτε και οι δύο στο πατάρι.

Πολλές διαδρομές αντί για όνομα έχουν αριθμό, σε κανένα όμως πεδίο, δεν υπάρχει ο ίδιος αριθμός. Όταν βλέπετε πχ 6A ,6B, 5A, είναι το «όνομα» της διαδρομής, και δεν σημαίνει βαθμολογία. Η βαθμολογία αναφέρεται μόνο σε αναρριχητικούς οδηγούς. Κάτω από τις διαδρομές, υπάρχει όνομα ή αριθμός.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Για όλες τις διαδρομές που ανοίχτηκαν στη δεκαετία του 1950 από τον Γ.Μιχαηλίδη και άλλους, δεν υπάρχουν πληροφορίες για τα ρελέ, για τις ασφάλειες, τις βαθμολογίες, τα ονόματα των διαδρομών κλπ.

Στον αναρριχητικό οδηγό («Αναρρίχηση δίπλα στο σπίτι σας» σελ.42 Δ.Τιτόπουλος, P.Bailey, 1991) αναφέρεται από λάθος ότι οι πρώτοι που σκαρφάλωσαν τη χαρακτηριστική στέγη στην κόκκινη πίστα ήταν οι Δ.Στραβογένης, Μ.Χατζή, στην πραγματικότητα όμως είχε σκαρφαλωθεί πρώτη φορά το 1960, από τον Πρόδρομο (Μάκη) Ιδοσίδη.

Παρακαλούμε πολύ τους αναρριχητές, να μην αφαιρούν τα παλιά καρφιά, για λόγους ιστορικούς.

Τέλος, ζητούμε συγγνώμη εκ των προτέρων, από όσους έχουν ανοίξει διαδρομές στα πεδία, τα οποία από παράλειψη ή έλλειψη πληροφόρησης δεν περιλήφθησαν εδώ.

Χαρακτήρας πεδίων

Ο βράχος στα πεδία είναι ασβεστολιθικός και αρκετά συμπαγής, εμφανίζει δε κατά περιοχές, φλέβες κατώτερης ποιότητας μαρμάρου (αυτό είναι ορατό στα πολλά μικρά



λατομεία στη περιοχή, π.χ. στην «Γούβα», με δυο μικρούς λαξευμένου τοίχους που μοιάζουν με μάρμαρο). Ωστόσο, οι τελευταίες μεγάλες πυρκαγιές του 1999 & 2015, που κατέστρεψαν ολοκληρωτικά το δάσος της περιοχής κι όλα τα δέντρα που ήταν κοντά στα βράχια, είχαν σαν αποτέλεσμα, να ξεκολλούν μικρές και μεγάλες φλοίδες από το βράχο και τις διαδρομές. Μεγάλη προσοχή δόθηκε κατά την διάρκεια των εργασιών ασφάλισης, στον καθαρισμό μικρών και μεγάλων σαθρών, για να μην κινδυνεύουν αναρριχητές & ασφαλιστές, χρειάζεται ωστόσο να φοράτε το κράνος πάντα και παντού!

Εποχή για αναρρίχηση

Κατάλληλες ώρες για σκαρφάλωμα στα πεδία είναι:

- Στον «ΤΟΙΧΟ ΤΟΥ ΜΑΚΗ» το καλοκαίρι έχει σκιά από το πρωί μέχρι τις 14.00.
- Στον «ΜΑΚΡΥ ΤΟΙΧΟ», το καλοκαίρι έχει σκιά από το πρωί μέχρι τις 17.00.
- Στον «ΤΡΥΠΙΟ ΒΡΑΧΟ», στον κυρίως όγκο του πεδίου, το καλοκαίρι έχει σκιά από το πρωί μέχρι τις 16.00 (στην αριστερή πλευρά που υπάρχουν οι διαδρομές, «ΑΣΕ» και «ΚΑΡΕΑΣ» έχει σκιά μέχρι τις 13.00 και στη δεξιά πλευρά στις διαδρομές «ΚΑΜΗΛΑ» & «ΘΑΛΕΙΑ» κλπ μέχρι το βράδυ).
- Στην «ΠΡΑΣΙΝΗ ΠΙΣΤΑ», το καλοκαίρι, έχει σκιά μέχρι τις 12.00 το μεσημέρι.
- Στην «ΚΟΚΚΙΝΗ ΠΙΣΤΑ» το καλοκαίρι έχει σκιά από το πρωί μέχρι τις 10.00 και από τις 11.00 και μετά μέχρι το βράδυ. Το χειμώνα και οι δυο πίστες είναι στην σκιά όλη την ημέρα, εκτός της «ΠΡΑΣΙΝΗΣ» που τη βλέπει ο ήλιος κάποιες ώρες.

Πρόσβαση

Η πρόσβαση στα βράχια της Ηλιούπολης γίνεται από την Λεωφόρο Σοφοκλή Βενιζέλου (Ηλιούπολη), που ξεκινά από την λεωφόρο Βουλιαγμένης και την ακολουθείτε μέχρι το τέλος της, σε χώρο στάθμευσης και μεταλλική πόρτα, που απαγορεύει την διέλευση τροχοφόρων στο βουνό. Από την πόρτα (κοιτάζοντας ψηλά φαίνονται τα πεδία «ΚΟΚΚΙΝΗ ΠΙΣΤΑ» & «ΤΡΥΠΙΟΣ ΒΡΑΧΟΣ») ανηφορίζετε το χωματόδρομο για 150 μέτρα και μπαίνετε ευθεία στο μικρό ρέμα μπροστά σας, ακολουθώντας το σηματοδοτημένο μονοπάτι και σε 10 λεπτά φτάνετε στην «ΚΟΚΚΙΝΗ ΠΙΣΤΑ». Ευθεία επάνω (σε βράχινο πέρασμα που κρέμεται σχοινί) και σε άλλα 10 λεπτά θα βρεθείτε στον «ΤΡΥΠΙΟ ΒΡΑΧΟ». Τη Λεωφόρο Σοφοκλή Βενιζέλου, την συναντάτε και από τον περιφερειακό Υμηττού προς Ηλιούπολη, (στο φανάρι όπου και το Δημαρχείο Ηλιούπολης) οπότε ακολουθείτε τα παραπάνω.

Για τα βράχια του Καρέα, παίρνετε τον περιφερειακό Υμηττού (από που κι αν έρχεστε), στρίβετε στις πινακίδες για Καρέα (στο σημείο υπάρχει χαρακτηριστική μεταλλική πεζογέφυρα και φανάρια) με τελικό προορισμό τη μονή Αγ. Ιωάννη Καρέα (υπάρχει χώρος στάθμευσης και η είσοδος της μονής Καρέα). Ακριβώς δίπλα και δεξιά της εισόδου, ξεκινά σηματοδοτημένο μονοπάτι, από πού φαίνονται και τα δυο πεδία (ΤΟΙΧΟΣ ΜΑΚΗ & ΜΑΚΡΥΣ ΤΟΙΧΟΣ) και ανηφορίζοντας συναντάτε σε 5 λεπτά τον «ΤΟΙΧΟ ΤΟΥ ΜΑΚΗ» και σε αλλά 5 τον «ΜΑΚΡΥ ΤΟΙΧΟ».